

DIETA PODSTAWOWA – ALERGENY (06-12.01.2024 R.)

Sobota 06.01.2024 r	Niedziela 07.01.2024	Poniedziałek 08.01.2024	Wtorek 09.01.2024	Środa 10.01.2024	Czwartek 11.01.2024	Piątek 12.01.2024
ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE
Kasza jaglana na mleku 200g Masło 16,6g Pieczywo mieszane 90g Ser biały 100 g Ogórek kiszony 100g Pomidor 50g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 3, 4, 7)	Płatki owsiane z mlekiem 200g Ogórek 100g, papryka czerwona 50g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka szynka z indyka 60g Pieczywo mieszane 90g Masło 16,6g (1, 7)	Płatki owsiane na mleku 200g Pieczywo mieszane 90g Masło 16,6g Papryka żółta 100g, kielki brokuła 5g Polędwica sopocka 60g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7)	Płatki ziemniaka na mleku 200g sałatka warzywna z kurczakiem 100g Pieczywo mieszane 90g Brokuł gotowany 100g, pomidorki koktajlowe 80g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 3, 7)	Ryż basmati na mleku 200g Papryka konserwowa 100g, cykorja 10g Pasztet mięsny min. 80 % mięsa 80g Pieczywo mieszane 90g Masło 16,6g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 3, 7, 9)	Płatki jaglane na mleku 200g Cukinia grillowana z ziołami 100g, pomidorki koktajlowe 60g Polędwica z piersi kurczaka 60g Pieczywo mieszane 90g Masło 16,6g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7)	Płatki ryżowe z mlekiem 200g Pieczywo mieszane 90g Masło 16,6g Dżem 60g Pomidor 100g, sałata 10g serek wiejski 100g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7)
II ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE
Jogurt naturalny 150g (7)	Kiwi 100g	Wafle ryżowe z brązowego ryżu 30g	Jabłko 80g, (8)	kanapki z serem żółtym i rukolą 2szt (1, 7)	Budyń jaglany bez cukru 150g (7)	Kanapki z pastą z fasoli lekką świeżą 2szt (1,7)
OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD
Zupa marchewkowa z lanymi kluseczkami z mąki pełnoziarnistej 400g Indyk w sosie koperkowym 140g Kasza gryczana 200g Burak gotowany w plasterkach z sosem vinegret 170g Kompot 200 ml (1, 3, 7, 9)	Rosół z makaronem pełnoziarnistym, marchewką i natką pietruszki 400g Ryż naturalny brązowy 200g Schab pieczony z ziołami polany sosem warzywnym 140g kapusta zasmażana 150g Kompot 200 ml (1, 3, 7, 9)	Zupa ogórkowa bez mąki i śmietany z ziemniakami 400g Duszona pierś z kurczaka w sosie jogurtowo-musztardowym z zielonym groszkiem 140g Kasza pęczak 200g Surówka z marchewki, jabłka, selera zorzecami 150g Kompot 200 ml (1, 7, 9)	Zupa fasolowa bez boczku i bez mąki 400g Naleśniki z serem na słodko 150g Naleśniki ze szpinakiem 150g Sałata lodowa z pomidorem i vinegretem 150 g Kompot 200 ml (1, 3, 7, 9)	Zupa brokułowa bez mąki i śmietany 400g Makaron pełnoziarnisty z lecco warzywnym z szynką wieprzową 300g Tagiatelle warzywne 150g Kompot 200 ml (1, 3, 7, 9)	Zupa pieczarkowa bez mąki z makaronem pełnoziarnistym 400g Ryż naturalny brązowy z warzywami i kurczakiem 300g Fasolka szparagowa gotowana 150g Kompot 200 ml (1, 3, 7, 9)	Zupa pomidorowa z ryżem i makaronem 400g Ziemniaki 200g pulpety rybne w sosie koperkowym 140g Surówka z kapusty kiszonej 150g Kompot 200 ml (1, 3, 9)
Podwieczorek Chałka z kruszonką 80g	Podwieczorek Kefir 150g	Podwieczorek bułka z kruszonką 80g	Podwieczorek Pomarańcza 100g	Podwieczorek Jabłko 100g	Podwieczorek Serek homogenizowany 150g	Podwieczorek banan 100g
KOLACJA	KOLACJA	KOLACJA	KOLACJA	KOLACJA	KOLACJA	KOLACJA
Masło 16,6g Pieczywo mieszane 90g Polędwica wieprzowa luksusowa 30g Pasta z ciecierzycy 50 g Pomidor 100g, sałata 10g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7)	Masło 16,6g Pasta rybna (z tuńczykiem) 100g Pieczywo mieszane 90g Rządkiwka 100g, ogórek 60g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7)	Masło 16,6g Pieczywo mieszane 90g Pasta twarogowo-jajeczna 100 g Pomidor 100g, roszponka 10g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1,3,7,9)	Masło 16,6g Pieczywo mieszane 90g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka szynka wieprzowa 60g ogórek 100g, Jajko gotowane z majonezem i szczypiorkiem 1 szt (1, 3)	Masło 16,6g Pieczywo mieszane 90g Ser biały 100g Rządkiwka 100g, szczypiorek 10g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7)	Masło 16,6g Pieczywo mieszane 90g pasta jajeczna 100g ogórek świeży 100g, kielki lucerny 10g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 3, 7)	Masło 16,6g Pieczywo mieszane 90g Tradycyjna sałatka jarzynowa 80g, papryka żółta 100g ser żółty 60g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1,3, 7, 9)

K:2341.8/B:120.9 T:79.2/WP:283.2 F:41.7/WW:28.7	K:2357.6/B:101.2 T:77.3/WP:290.0 F:43.9/WW:29.3	K:2377.9/B:102.7 T:78.2/WP:291.5 F:48.1/WW:29.8	K:2345.7/B:95.1 T:81.9/WP:287.7 F:35.2/WW:29.2	K:2393.2/B:100.8 T:81.2/WP:294.8 F:47.1/WW:29.8	K:2343.2/B:94.7 T:81.4/WP:293.9 F:48.7/WW:29.6	K:2394.4/B:96.0 T:75.5/WP:304.8 F:47.4/WW:31.1
---	---	---	--	---	--	--

Każde danie może zawierać śladowe ilości każdego z alergenów, który znalazł się tam w sposób przypadkowy, np. procesie produkcji.

Składniki dań wraz z recepturami dostępne są u dietetyka szpitala.

ALERGEALERGENY:

1. Zboża zawierające gluten, tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut lub ich odmiany hybrydowe, a także produkty pochodne,
2. Skorupiaki i produkty pochodne;
3. Jaja i produkty pochodne;
4. Ryby i produkty pochodne,
5. Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne;
6. Soja i produkty pochodne,
7. Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą),
8. Orzechy, tj. migdały (*Amygdalus communis* L.), orzechy laskowe (*Corylus avellana*), orzechy włoskie (*Juglans regia*), orzechy nerkowca (*Anacardium occidentale*), orzeszki pekan (*Carya illinoensis* (Wangenh.) K. Koch), orzechy brazylijskie (*Bertholletia excelsa*), pistacje/orzechy pistacjowe (*Pistacia vera*), orzechy makadamia lub orzechy Queensland (*Macadamia ternifolia*), a także produkty pochodne z wyjątkiem orzechów wykorzystywanych do produkcji destylatów alkoholowych, w tym alkoholu etylowego pochodzenia rolniczego;
9. Seler i produkty pochodne;
10. Gorczyca i produkty pochodne;
11. Nasiona sezamu i produkty pochodne;
12. Dwutlenek siarki i siarczyny w stężeniach powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/litr w przeliczeniu na całkowitą zawartość SO₂ dla produktów w postaci gotowej bezpośrednio o spożycia lub w postaci przygotowanej do spożycia zgodnie z instrukcjami wytwórców;
13. Łubin i produkty pochodne;
14. Mięczaki i produkty pochodne.

