

DIETA PODSTAWOWA – ALERGENY (09-15.12.2023 R.)

Sobota 09.12.2023 r	Niedziela 10.12.2023	Poniedziałek 11.12.2023	Wtorek 12.12.2023	Środa 13.12.2023	Czwartek 14.12.2023	Piątek 15.12.2023
ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE
Kasza jaglana na mleku 200g Masło 16,6g Pieczywo mieszane 90g Ser biały 100 g Ogórek kiszony 80g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 3, 4, 7)	Płatki owsiane z mlekiem 200g Ogórek 80g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka Pasta rybna (z tuńczykiem) 100g Pieczywo mieszane 90g Masło 16,6g (1, 7)	Płatki owsiane na mleku 200g Pieczywo mieszane 90g Masło 16,6g Papryka 80g Szynka delikatesowa z kurczaka 60g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7)	Płatki owsiane na mleku 200g sałatka warzywna z kurczakiem 100g Pieczywo mieszane 90g Brokuł gotowany 80g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 3, 7)	Ryż basmati na mleku 200g Papryka konserwowa 80g 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 80g 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 80g 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)	Maślanka 150g (7)	Wafle ryżowe z brzoźwego 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 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 plastrach z sosem vinegret 150g 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 fasolowa bez boczku I bez mąki 400g Duszona pierś z kurczaka w sosie pieczarkowym 140g Kasza pęczak 200g Surówka z marchewki, jabłka, selera z orzechami 150g Kompot 200 ml (1, 7, 9)	Zupa ogórkowa bez mąki I śmietany 400g Naleśniki z serem na słodko 150g Naleśniki ze szpinakiem 150g 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 Kompot 200 ml (1, 3, 7, 9)	Zupa pomidorowa z ryżem 400g Naleśniki 400g Ziemniaki 200g pulpety rybne w sosie koperkowym 140g Surówka z kapusty kiszzonej 150g Kompot 200 ml (1, 3, 9)

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.

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 Połędwica wieprzowa luksusowa 30g Pasta z ciecierzycy 50 g Pomidor 80g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7)	Masło 16,6g szynka z indyka 60g Pieczywo mieszane 90g Rzodkiewka 80g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7)	Masło 16,6g Pieczywo mieszane 90g Pasta twarogowo-jajeczna 100 g Pomidor 80g 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 80g Jajko gotowane z majonezem i szczypiorkiem 1 szt (1, 3)	Masło 16,6g Pieczywo mieszane 90g Ser biały 100g Rzodkiewka 80g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7)	Masło 16,6g Pieczywo mieszane 90g pasta jajeczna 100g ogórek świeży 80g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 3,7)	Masło 16,6g Pieczywo mieszane 90g Tradycyjna sałatka jarzynowa 80g 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.