

DIETA PODSTAWOWA – ALERGENY (06-12.04.2024 R.)

| Sobota 06.04.2024 r | Niedziela 07.04.2024 | Poniedziałek 08.04.2024 | Wtorek 09.04.2024 | Środa 10.04.2024 | Czwartek 11.04.2024 | Piątek 12.04.2024 |
|--|--|---|---|---|--|--|
| ŚNIADANIE | ŚNIADANIE | ŚNIADANIE | ŚNIADANIE | ŚNIADANIE | ŚNIADANIE | ŚNIADANIE |
| Platki ryżowe na mleku 200g Masło 16,6g Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) Ser biały 100 g Ogórek kiszony 100g Pomidor 50g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 3, 4, 7) | Platki orkiszowe z mlekiem 200g Ogórek 100g, papryka czerwona 50g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka szynka z indyka 60g Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g (1, 7) | Platki owsiane na mleku 200g Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g Papryka czerwona 100g, kiełki brokuła 5g Polędwica sopocka 60g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7) | Platki ziemnierna na mleku 200g sałatka warzywna z kurczakiem 100g Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (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 Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 3, 7, 9) | Platki jaglane na mleku 200g Cukinia grillowana z ziołami 100g, pomidorki koktajlowe 60g Polędwica z piersi kurczaka 60g Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7) | Kluski lane na mleku 200g Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (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 | Budyń jaglany 150g | Jabłko 80g, (8) | Ciastka maślane 50g (1, 7) | Sok przecierowy marchwiowo-bananowy (200g) (9) | Kanapki z pastą z fasoli lodowej i serem 2 szt (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 170g Kompot 200 ml (1, 3, 7, 9) | Rosół z makaronem pełnoziarnistym, marchewką i natką pietruszki 400g Ryż naturalny brązowy 300g 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 zorzechami 150g Kompot 200 ml (1, 7, 9) | Zupa fasolowa bez boczku i bez mąki 400g Pierogi z mąki pszennej z mięsem drobiowo-wieprzowym gotowane 250g Sałata lodowa z pomidorem i vinegretem 150 g Kompot 200 ml (1, 3, 7, 9) | Zupa brokułowa bez mąki i śmietany z grzankami 400g Ziemniaki gotowane 300g z jajem sadzonym (2szt.) Sałata z jogurtem naturalnym (100g) 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 ziemniakami 400g Ziemniaki 300g pulpety rybne z natką pietruszki 140g Surówka z kapusty kiszzonej 150g Kompot 200 ml (1, 3, 9) |
| Podwieczorek | Podwieczorek | Podwieczorek | Podwieczorek | Podwieczorek | Podwieczorek | Podwieczorek |
| Chałka z kruszonką 80g (1,7) | Kefir 150g (7) | Melon 150g | Wafle ryżowe z brązowego ryżu 100g | Banan 100g | Serek homogenizowany 150g (7) | Gruszka 100g |
| KOLACJA | KOLACJA | KOLACJA | KOLACJA | KOLACJA | KOLACJA | KOLACJA |
| Masło 16,6g Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (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 Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) Rzodkiewka 100g, ogórek 60g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7) | Masło 16,6g Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) Pasta twarogowo-jajeczna 100 g Pomidor 100g, roszponka 10g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1,3,7,9) | Masło 16,6g Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (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 Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) Ser biały 100g Rzodkiewka 100g, szczypiorek 10g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7) | Masło 16,6g Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) pasta jajeczna 100g ogórek świeży 100g, kiełki lucerny 10g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 3,7) | Masło 16,6g Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) Tradycyjna sałatka jarzynowa 80g, papryka zieleńca 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.

