

# DIETA PAPKOWATA (21.09-27.09.2024 r.) - ALERGENY

Sobota 21.09.2024	Niedziela 22.09.2024	Poniedziałek 23.09.2024	Wtorek 24.09.2024	Środa 25.09.2024	Czwartek 26.09.2024	Piątek 27.09.2024
<b>ŚNIADANIE</b>	<b>ŚNIADANIE</b>	<b>ŚNIADANIE</b>	<b>ŚNIADANIE</b>	<b>ŚNIADANIE</b>	<b>ŚNIADANIE</b>	<b>ŚNIADANIE</b>
Płatki orkiszowe z mlekiem 300g Masło 16,6g Marchewka gotowana 40g Szynka wiejska 60g Suchary 50g herbata czarna 1szt/ cukier 1 saszetka (1, 7) <b>II śniadanie</b> Smothie owocowe 200 ml	Płatki jaglane z mlekiem 300g Masło 16,6g Sałata 10g Paszтет pieczony 80g Pomidor bżskórki 40g herbata czarna 1szt/ cukier 1 saszetka Herbatniki 50g (1, 3, 7) <b>II śniadanie</b> Jogurt owocowy 200 ml (7)	Płatki jęczmienne błyskawiczne z mlekiem 300g Paszтет pieczony 60g Pomidor bżskórki 40g Masło 16,6g Biszkopty 50g herbata czarna 1szt/ cukier 1 saszetka (1, 3, 7) <b>II śniadanie</b> Sok marchwiowy przecierany 250 ml (9)	Płatki owsiane na mleku 300g Pasta warzywno-mięsna 100g Masło 16,6g Cukinia na parze naparze 60g Herbatniki 50g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7, 9) <b>II śniadanie</b> Jogurt naturalny 200 g (7)	Kasza jaglana na mleku 300g marchewka na parze z koperkiem 80g Serek wiejski 100g dżem 30g 60g Masło 16,6g Suchary 50g herbata czarna 1szt/ cukier 1 saszetka (1, 7, 9) <b>II śniadanie</b> Zmiksovany banan 140 g	Ryż basmati na mleku 300g Masło 16,6g Ser biały 80g Pomidor bżskórki 40g Herbatniki 50g herbata czarna 1szt/ cukier 1 saszetka (1, 3, 7) <b>II śniadanie</b> Kefir naturalny 140g (7)	Zacierka razowa na mleku 300g Dryniana na parze 40g Masło 16,6g Ser żółty 60g Biszkopty 50g herbata czarna 1szt/ cukier 1 saszetka (1, 3, 7) <b>II śniadanie</b> Maślanka truskawkowa 200 g (7)
<b>OBIAD</b>	<b>OBIAD</b>	<b>OBIAD</b>	<b>OBIAD</b>	<b>OBIAD</b>	<b>OBIAD</b>	<b>OBIAD</b>
Zupa barszcz biały 400g Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g Kompot 200 ml (1, 7, 9) <b>PODWIECZOREK</b> Jogurt naturalny 140g (7)	Rosół z makaronem durum , marchewką i natką pietruszki 400g Schab duszony w sosie własnym 140g Ziemniaki 300g Marchewka tarta z jabłkiem 100g Kompot 250 ml (1, 3, 7, 9) <b>PODWIECZOREK</b> Mus owocowy 100 g	Barszcz ukraiński z ziemniakami 400g Gulasz drobiowy 140g Kasza orkiszowa z warzywami 300g Sałata z jogurtem naturalnym 150 g Kompot 250 ml (1, 7, 9) <b>PODWIECZOREK</b> Budyń jaglany 100g	Zupa szczawiowa z jajkiem i ziemniakami z mąki i śmietany 400g Gotowane udko z kurczaka 140g Buraczki z cytryną 100g Ziemniaki 200g Kompot 250 ml (1, 3, 7, 9) <b>PODWIECZOREK</b> Kisiel bez cukru 140 g	Zupa koperkowa z ryżem 400g Brokuł na parze 100g ziemniaki 300g Filet z kurczaka w sosie własnym 140g Kompot 250 ml (1, 7, 9) <b>PODWIECZOREK</b> Serek homogenizowany waniliowy 150g (7)	Zupa marchewkowo -dyniowa z lanymi kluseczkami 400g Stek wieprzowy na parze 140g Kasza jęczmienia pęczak 200g Mix warzyw na parze 100g Kompot 250 ml (1, 3, 7, 9) <b>PODWIECZOREK</b> Sok pomidorowy 200 ml	Krupnik 400g Ziemniaki 200g Ryba smażona 140g Marchew gotowana 100g Kompot 250 ml (1, 3, 4, 7, 9) <b>PODWIECZOREK</b> Galaretka owocowa półtłyczna 150 g
<b>KOLACJA</b>	<b>KOLACJA</b>	<b>KOLACJA</b>	<b>KOLACJA</b>	<b>KOLACJA</b>	<b>KOLACJA</b>	<b>KOLACJA</b>
Masło 10g Filet z piersi kurczaka 60g Mix warzyw na parze z koperkiem 120g herbata czarna 1szt/ cukier 1 saszetka (1, 7)	Masło 16,6g Połędwica sopocka 60g Cukinia na parze z bazylią 40g Krem z dynii 400g herbata czarna 1szt/ cukier 1 saszetka (1, 7, 9)	Masło 16,6g Pasta jajeczna 100g Krem z buraka 400g herbata czarna 1szt/ cukier 1 saszetka (1, 3, 7, 9)	Masło 16,6g Szynka konserwowa 60g Sałatka jarzynowa z jogurtem naturalnym 50g, Ser biały 60g herbata czarna 1szt/ cukier 1 saszetka (1, 3, 7, 9)	Masło 16,6g Szynka wiejska 100g Pomidor 40g Krem z cukinii 400g herbata czarna 1szt/ cukier 1 saszetka (1, 7, 9)	Masło 16,6g Cukinia z ziołami na parze 40g Ziemniaki 200g Udło gotowane 100g herbata czarna 1szt/ cukier 1 saszetka (1, 7)	Masło 16,6g gotowane 60g Pomidor bżskórki 40g Krem z białych warzyw 400g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7, 9)

K:2395.0/B:96.2 T:64.3/WP:338.0 F:31.6/WW:34.0	K:2270.6/B:93.3 T:73.4/WP:291.3 F:29.8/WW:28.9	K:2402.4/B:101.6 T:80.1/WP:295.1 F:39.7/WW:29.6	K:2353.6/B:102.5 T:74.0/WP:298.3 F:35.3/WW:29.5	K:2245.2/B:109.6 T:55.6/WP:308.0 F:32.6/WW:30.6	K:2372.5/B:105.0 T:81.7/WP:286.3 F:27.5/WW:28.3	K:2206.9/B:93.4 T:72.6/WP:274.0 F:33.9/WW:27.2
--	--	---	---	---	---	--

#### **ALERGENY:**

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 SO<sub>2</sub> 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.

**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.