

	ŚNIADANIE	Kcal	OBIAD	Kcal	KOLACJA	Kcal	KOLACJA 2	Kcal				
<b>1. DIETA PODSTAWOWA</b>	Zacierka jajeczna ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) na mleku 2% tł. ( <b>MLE</b> ) 300ml	226	Barszcz czerwony zabieleny ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) 400ml	283	Herbata czarna z/c 200ml	20	Salatka jarzynowa ( <b>JAJ, SEL, GOR</b> ) z majonezem ( <b>JAJ, GOR</b> )	172	<b>EN:</b>	<b>2617</b>	<b>kcal</b>	
	Kawa inka ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) z mlekiem 2% tł. ( <b>MLE</b> ) z/c 200ml	46	Ryba ( <b>RYB</b> ) smażona panierowana ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) 100g	332	Pieczywo pszenno-żytnie ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) 120g	305			<b>B:</b>	<b>95,63945</b>	<b>g</b>	
	Pieczywo pszenno-żytnie ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) 100g	254	Ziemniaki z wody 200g	216	Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 10g	75			<b>T:</b>	<b>101,9106</b>	<b>g</b>	
	Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 10g	75	Mizeria ze śmietaną ( <b>MLE</b> ) 150g	61	Ser żółty gouda ( <b>MLE</b> ) 50g	175			<b>W:</b>	<b>32,72208</b>	<b>g</b>	w tym nasyczone
	Jajko gotowane ( <b>JAJ</b> ) z sosem tatarskim ( <b>MLE, JAJ, GOR</b> ) 50/30g	212	Kompot z owoców mieszanych z/c 200ml	43	Pomidor 100g	17			<b>Błonnik:</b>	<b>30,0202</b>	<b>g</b>	
	Jabłko 150g	95			Salata liście 10g	2			<b>Sól</b>	<b>5,81</b>	<b>g</b>	
	Pomidor 30g	6										
Liść sałaty 10g	2											
	<b>916</b>			<b>935</b>		<b>594</b>		<b>172</b>				
<b>2. DIETA ŁATWOSTRAWNA</b>	Zacierka jajeczna ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) na mleku 2% tł. ( <b>MLE</b> ) 300ml	226	Barszcz czerwony zabieleny ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) 400ml	283	Herbata czarna z/c 200ml	20	Salatka jarzynowa ( <b>SEL</b> ) z olejem 100g	119	<b>EN:</b>	<b>2200</b>	<b>kcal</b>	
	Kawa inka ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) z mlekiem 2% tł. ( <b>MLE</b> ) z/c 200ml	46	Ryba z wody ( <b>RYB</b> ) z sosem koperkowym ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) 100/100g	166	Pieczywo pszenno-żytnie ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) 120g	305			<b>B:</b>	<b>92,31225</b>	<b>g</b>	
	Pieczywo pszenno-żytnie ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) 100g	254	Ziemniaki z wody 200g	216	Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 10g	75			<b>T:</b>	<b>59,36515</b>	<b>g</b>	
	Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 10g	75	Fasolka szparagowa z wody 150g	54	Szynkowa dębowa 60g	66			<b>W:</b>	<b>25,16075</b>	<b>g</b>	w tym nasyczone
	Jajko na miękko ( <b>JAJ</b> ) 50g	78	Kompot z owoców mieszanych z/c 200ml	43	Serek tartare ( <b>MLE, RYB</b> ) 20g	52			<b>Błonnik:</b>	<b>32,761</b>	<b>g</b>	
	Jabłko 150g	95			Pomidor 100g	17			<b>Sól</b>	<b>5,02</b>	<b>g</b>	
	Pomidor 30g	6			Salata liście 10g	2						
Liść sałaty 10g	2											
	<b>782</b>			<b>762</b>		<b>537</b>		<b>119</b>				
<b>3. DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TLUSZCZU</b>	Zacierka jajeczna ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) na mleku 2% tł. ( <b>MLE</b> ) 300ml	226	Barszcz czerwony zabieleny ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) 400ml	283	Herbata czarna z/c 200ml	20	Salatka jarzynowa ( <b>SEL</b> ) z olejem 100g	119	<b>EN:</b>	<b>2104</b>	<b>kcal</b>	
	Kawa inka ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) z mlekiem 2% tł. ( <b>MLE</b> ) z/c 200ml	46	Ryba z wody ( <b>RYB</b> ) z sosem koperkowym ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) 100/100g	166	Pieczywo pszenno-żytnie ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) 120g	305			<b>B:</b>	<b>96,64225</b>	<b>g</b>	
	Pieczywo pszenno-żytnie ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) 100g	254	Ziemniaki z wody 200g	216	Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 5g	37			<b>T:</b>	<b>47,12315</b>	<b>g</b>	
	Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 5g	37	Fasolka szparagowa z wody 150g	54	Szynkowa dębowa 60g	66			<b>W:</b>	<b>18,48875</b>	<b>g</b>	w tym nasyczone
	Polejdwica z pasieki 60g	58	Kompot z owoców mieszanych z/c 200ml	43	Serek tartare ( <b>MLE, RYB</b> ) 20g	52			<b>Błonnik:</b>	<b>32,761</b>	<b>g</b>	
	Jabłko 150g	95			Pomidor 100g	17			<b>Sól</b>	<b>6,08</b>	<b>g</b>	
	Pomidor 30g	6			Salata liście 10g	2						
Liść sałaty 10g	2											
	<b>724</b>			<b>762</b>		<b>499</b>		<b>119</b>				
<b>6. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>	Zacierka jajeczna ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) na mleku 2% tł. ( <b>MLE</b> ) 300ml	226	Barszcz czerwony zabieleny ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) 400ml	283	Herbata czarna b/c 200ml	0	Salatka jarzynowa ( <b>SEL</b> ) z olejem 100g	119	<b>EN:</b>	<b>2282</b>	<b>kcal</b>	
	Kawa inka ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) b/c 200ml	1	Ryba z wody ( <b>RYB</b> ) z sosem koperkowym ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) 100/100g	166	Pieczywo razowe ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) 120g	277	Bułka graham z ( <b>GLU PSZ</b> ) z masłem ( <b>MLE</b> ), wędliną i warzywami	186	<b>B:</b>	<b>108,1767</b>	<b>g</b>	
	Pieczywo razowe ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) 100g	231	Ziemniaki z wody 200g	216	Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 10g	75			<b>T:</b>	<b>67,53315</b>	<b>g</b>	
	Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 10g	75	Mizeria ze śmietaną ( <b>MLE</b> ) 150g	61	Szynkowa dębowa 60g	66			<b>W:</b>	<b>29,49375</b>	<b>g</b>	w tym nasyczone
	Jajko na miękko ( <b>JAJ</b> ) 50g	78	Kompot z owoców mieszanych b/c 200ml	19	Serek tartare ( <b>MLE, RYB</b> ) 25g	52			<b>Błonnik:</b>	<b>330,3083</b>	<b>g</b>	
	Polejdwica z pasieki 30g	29			Pomidor 100g	17			<b>Sól</b>	<b>6,9</b>	<b>g</b>	
	Jabłko 150g	95			Salata liście 10g	2						
Pomidor 30g	6											
Liść sałaty 10g	2											
	<b>743</b>			<b>745</b>		<b>489</b>		<b>305</b>				

Nie można całkowicie wykluczyć indywidualnej reakcji na produkty zawarte w żywności

Lista składników alergennych z oznaczeniami - załącznik II do rozporządzenia 1169/2011

Szczegółowy wykaz składników użytych z receptur kulinarnych dostępny jest w biurze Kuchni.

Szczegółowy wykaz diet przygotowywanych w Szpitalu dostępne są w biurze Kuchni

**Legenda:**

**GLU PSZ** - Zboża zawierające gluten pszenny,  
**GLU ŻYT** - Zboża zawierające gluten żytni,  
**GLU OW** - Zboża zawierające gluten owsiany,  
**GLU JECZ** - Zboża zawierające gluten jęczmienny  
**GOR** - Gorczyca i produkty pochodne,  
**EN:** energia [kcal]  
**T:** tłuszcz

**SOJ** - Soja i pochodne,  
**MLE** - Mleko i pochodne wraz z laktozą,  
**ORZ** - Orzechy; włoskie, laskowe, pekan, nerkowce, orzechy, migdały,  
**SEL** - Sól i pochodne,  
**MLE bi/LAK** - Mleko i pochodne bez laktozy,  
**B:** białko [g]  
w tym nasycone w tym tłuszcze nasycone

**SEZ** - Nasiona sezamu i pochodne,  
**S02** - Dwutlenek siarki / siarczyny,  
**LUB** - Łubin i produkt pochodny,  
**MCK** - Mleczaki i pochodne,  
**OZI** - Orzeszki ziemne i pochodne,  
**W:** węglowodany

**SKO** - Skorupiaki i pochodne  
**JAJ** - Jaja i pochodne,  
**RYB** - Ryby i oochodne.