

|   | ŚNIADANIE   | Kcal | OBIAD  | Kcal        | KOLACJA  | Kcal       | KOLACJA 2   | Kcal        |                  |                 |             |
|---|---|------|--|-------------|--|------------|---|-------------|------------------|-----------------|-------------|
| <b>1. DIETA<br/>PODSTAWOWA</b>  | Kasza jęczmienna ( <b>GLU JEJCZ</b> ) na mleku 2% ( <b>MLE</b> ) 300ml          | 207  | Zupa ziemniaczana z fasolą ( <b>GLU PSZ SEL</b> ) 400ml  | 297         | Herbata czarna z/c 200ml                                   | 20         | Kefir sokółski ( <b>MLE</b> ) 180g                                    | 90          | <b>EN:</b>       | <b>2692</b>     | <b>kcal</b> |
|   | Kawa inka ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) z mlekiem 2% tł. ( <b>MLE</b> ) z/c 200ml | 46   | Makaron spaghetti ( <b>GLU PSZ</b> ) z sosem bolońskim ( <b>GLU PSZ</b> ) i serem żółtym ( <b>MLE</b> ) 200/150g | 678         | Pieczywo pszenno-żytnie ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) 120g   | 305        |   |             | <b>B:</b>        | <b>103,5845</b> | <b>g</b>    |
|   | Pieczywo pszenno-żytnie ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) 100g                        | 254  | Salata zielona z sosem vinegrette 75g  | 65          | Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 10g               | 75         |   |             | <b>T:</b>        | <b>105,314</b>  | <b>g</b>    |
|   | Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 10g                                    | 75   | Kompot z owoców mieszanych z/c 200ml   | 43          | Paszet pieczony ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL</b> ) z indyka 60g  | 199        |   |             | <b>W:</b>        | <b>35,9332</b>  | <b>g</b>    |
|   | Jajko gotowane ( <b>JAJ</b> ) z sosem tatarskim ( <b>MLE, JAJ, GOR</b> ) 50/30g | 212  |  |             | Surówka z kapusty białej i marchwi z olejem rzepakowym 50g | 47         |   |             | <b>W:</b>        | <b>347,1405</b> | <b>g</b>    |
|   | Gruszka 130g  | 69   |  |             | Salata liście 10g  | 2          |   |             | <b>Biłonnik:</b> | <b>24,966</b>   | <b>g</b>    |
| Pomidor 30g   | 6   |      |  |             |  |            |   | <b>Sól:</b> | <b>5,14</b>      | <b>g</b>        |             |
| Liść sałaty 10g   | 2   |      |  |             |  |            |   |             |                  |                 |             |
|   | <b>871</b>  |      |  | <b>1083</b> |  | <b>648</b> |   | <b>90</b>   |                  |                 |             |
| <b>2. DIETA<br/>ŁATWOSTRAWNA</b>  | Kasza jęczmienna ( <b>GLU JEJCZ</b> ) na mleku 2% ( <b>MLE</b> ) 300ml          | 207  | Zupa ziemniaczana ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) 400ml   | 286         | Herbata czarna z/c 200ml                                   | 20         | Kefir sokółski ( <b>MLE</b> ) 180g                                    | 90          | <b>EN:</b>       | <b>2404</b>     | <b>kcal</b> |
|   | Kawa inka ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) z mlekiem 2% tł. ( <b>MLE</b> ) z/c 200ml | 46   | Makaron spaghetti ( <b>GLU PSZ</b> ) z sosem bolońskim ( <b>GLU PSZ</b> ) 200/130g                               | 606         | Pieczywo pszenno-żytnie ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) 120g   | 305        |   |             | <b>B:</b>        | <b>94,6835</b>  | <b>g</b>    |
|   | Pieczywo pszenno-żytnie ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) 100g                        | 254  | Salata zielona z sosem vinegrette 75g  | 65          | Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 10g               | 75         |   |             | <b>T:</b>        | <b>79,778</b>   | <b>g</b>    |
|   | Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 10g                                    | 75   | Kompot z owoców mieszanych z/c 200ml   | 43          | Tatrzańska drobiowa z zapiecka 60g                         | 142        |   |             | <b>W:</b>        | <b>30,93385</b> | <b>g</b>    |
|   | Jajko na miękko ( <b>JAJ</b> ) 50g  | 78   |  |             | Salata 15g   | 3          |   |             | <b>W:</b>        | <b>338,5605</b> | <b>g</b>    |
|   | Jabłko 150g   | 95   |  |             | Pomidor 30g  | 6          |   |             | <b>Biłonnik:</b> | <b>23,068</b>   | <b>g</b>    |
| Pomidor 30g   | 6   |      |  |             |  |            |   | <b>Sól:</b> | <b>4,41</b>      | <b>g</b>        |             |
| Liść sałaty 10g   | 2   |      |  |             |  |            |   |             |                  |                 |             |
|   | <b>763</b>  |      |  | <b>1000</b> |  | <b>551</b> |   | <b>90</b>   |                  |                 |             |
| <b>3. DIETA<br/>ŁATWOSTRAWNA<br/>Z OGRANICZENIEM<br/>TŁUSZCZU</b>                 | Kasza jęczmienna ( <b>GLU JEJCZ</b> ) na mleku 2% ( <b>MLE</b> ) 300ml          | 207  | Zupa ziemniaczana ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) 400ml   | 286         | Herbata czarna z/c 200ml                                   | 20         | Kefir sokółski ( <b>MLE</b> ) 180g                                    | 90          | <b>EN:</b>       | <b>2315</b>     | <b>kcal</b> |
|   | Kawa inka ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) z mlekiem 2% tł. ( <b>MLE</b> ) z/c 200ml | 46   | Makaron spaghetti ( <b>GLU PSZ</b> ) z sosem bolońskim ( <b>GLU PSZ</b> ) 200/130g                               | 606         | Pieczywo pszenno-żytnie ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) 120g   | 305        |   |             | <b>B:</b>        | <b>101,4135</b> | <b>g</b>    |
|   | Pieczywo pszenno-żytnie ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) 100g                        | 254  | Salata zielona z sosem vinegrette 75g  | 65          | Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 5g                | 37         |   |             | <b>T:</b>        | <b>66,996</b>   | <b>g</b>    |
|   | Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 5g                                     | 37   | Kompot z owoców mieszanych z/c 200ml   | 43          | Tatrzańska drobiowa z zapiecka 60g                         | 142        |   |             | <b>W:</b>        | <b>24,08185</b> | <b>g</b>    |
|   | Kielbasa sucha z indyka 60g   | 65   |  |             | Salata 15g   | 3          |   |             | <b>W:</b>        | <b>338,4545</b> | <b>g</b>    |
|   | Jabłko 150g   | 95   |  |             | Pomidor 30g  | 6          |   |             | <b>Biłonnik:</b> | <b>23,068</b>   | <b>g</b>    |
| Pomidor 30g   | 6   |      |  |             |  |            |   | <b>Sól:</b> | <b>5,23</b>      | <b>g</b>        |             |
| Liść sałaty 10g   | 2   |      |  |             |  |            |   |             |                  |                 |             |
|   | <b>712</b>  |      |  | <b>1000</b> |  | <b>513</b> |   | <b>90</b>   |                  |                 |             |
| <b>6. DIETA<br/>Z OGRANICZENIEM<br/>ŁATWO<br/>PRZYSWAJALNYCH<br/>WĘGLOWODANÓW</b> | Kasza jęczmienna ( <b>GLU JEJCZ</b> ) na mleku 2% ( <b>MLE</b> ) 300ml          | 207  | Zupa ziemniaczana ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) 400ml   | 286         | Herbata czarna b/c 200ml                                   | 0          | Bułka graham z ( <b>GLU PSZ</b> ) z masłem ( <b>MLE</b> ) z warzywami | 157         | <b>EN:</b>       | <b>2454</b>     | <b>kcal</b> |
|   | Kawa inka ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) b/c 200ml                                 | 1    | Makaron spaghetti ( <b>GLU PSZ</b> ) z sosem bolońskim ( <b>GLU PSZ</b> ) 200/130g                               | 606         | Pieczywo razowe ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) 120g           | 277        | Kefir sokółski ( <b>MLE</b> ) 180g                                    | 90          | <b>B:</b>        | <b>107,1559</b> | <b>g</b>    |
|   | Pieczywo razowe ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) 100g                                | 231  | Salata zielona z sosem vinegrette 75g  | 65          | Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 10g               | 75         |   |             | <b>T:</b>        | <b>84,683</b>   | <b>g</b>    |
|   | Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 10g                                    | 75   | Kompot z owoców mieszanych b/c 200ml   | 19          | Tatrzańska drobiowa z zapiecka 60g                         | 142        |   |             | <b>W:</b>        | <b>33,46685</b> | <b>g</b>    |
|   | Jajko na miękko ( <b>JAJ</b> ) 50g  | 78   |  |             | Salata 15g   | 3          |   |             | <b>W:</b>        | <b>332,1936</b> | <b>g</b>    |
|   | Kielbasa sucha z indyka 30g   | 33   |  |             | Pomidor 30g  | 6          |   |             | <b>Biłonnik:</b> | <b>33,308</b>   | <b>g</b>    |
| Jabłko 150g   | 95  |      |  |             |  |            |   | <b>Sól:</b> | <b>5,41</b>      | <b>g</b>        |             |
| Pomidor 30g   | 6   |      |  |             |  |            |   |             |                  |                 |             |
| Liść sałaty 10g   | 2   |      |  |             |  |            |   |             |                  |                 |             |
|   | <b>728</b>  |      |  | <b>976</b>  |  | <b>503</b> |   | <b>247</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 JEJCZ** - Zboża zawierające gluten jęczmienny  
**GOR** - Gorczyca i produkty pochodne,  
**EN:** energia [kcal]  
**T:** tłuszcze

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

**SEZ** - Nasiona sezamu i pochodne,  
**S02** - Dwutlenek siarki / starczywn,  
**ŁUB** - Łubin i produkty pochodne,  
**MCK** - Mieczaiki i pochodne,  
**OZI** - Orzeszki ziemne i pochodne,  
**W:** węglowodany

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