

	ŚNIADANIE	Kcal	OBIAD	Kcal	KOLACJA	Kcal	KOLACJA 2	Kcal				
<b>1. DIETA PODSTAWOWA</b>	Płatki owsiane ( <b>GLU OW</b> ) na mleku 2% ( <b>MLE</b> ) 300ml	215	Barszcz czerwony zabieleny ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) 400ml	283	Herbata czarna z/c 200ml	20	Galaretką drobiową ( <b>SEL</b> ) 150g	161	<b>EN:</b>	<b>2467</b>	<b>kcal</b>	
	Kawa inka ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) z mlekiem 2% ( <b>MLE</b> ) z/c 200ml	46	Gulasz wołowy ( <b>GLU PSZ</b> ) 70/100g	282	Pieczywo pszenno-żytnie ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) 120g	305			<b>B:</b>	<b>129,8205</b>	<b>g</b>	
	Pieczywo pszenno-żytnie ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) 100g	254	Kasza jęczmienna na sypko ( <b>GLU JEJCZ</b> ) 200g	262	Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 10g	75			<b>T:</b>	<b>78,949</b>	<b>g</b>	
	Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 10g	75	Salata zielona z sosem vinaigrette 75g	65	Polejdwica sopocka ( <b>GLU PSZ, SOJ</b> ) 60g	58			<b>W:</b>	<b>31,4114</b>	<b>g</b>	
	Twarożek ze śmietaną ( <b>MLE</b> ) i szczypiorkiem 150g	221	Kompot z czarnej porzeczki z/c 200ml	39	Pomidor 100g	17			<b>Błonnik:</b>	<b>25,7535</b>	<b>g</b>	
	Miód 25g	80			Liść sałaty 10g	2			<b>Sól:</b>	<b>5,53</b>	<b>g</b>	
	Ogórek świeży 30g	5										
Liść sałaty 10g	2											
	<b>898</b>			<b>931</b>		<b>477</b>		<b>161</b>				
<b>2. DIETA ŁATWOSTRAWNA</b>	Płatki owsiane ( <b>GLU OW</b> ) na mleku 2% ( <b>MLE</b> ) 300ml	215	Barszcz czerwony zabieleny ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) 400ml	283	Herbata czarna z/c 200ml	20	Galaretką drobiową ( <b>SEL</b> ) 150g	161	<b>EN:</b>	<b>2467</b>	<b>kcal</b>	
	Kawa inka ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) z mlekiem 2% ( <b>MLE</b> ) z/c 200ml	46	Gulasz wołowy ( <b>GLU PSZ</b> ) 70/100g	282	Pieczywo pszenno-żytnie ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) 120g	305			<b>B:</b>	<b>129,6855</b>	<b>g</b>	
	Pieczywo pszenno-żytnie ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) 100g	254	Kasza jęczmienna na sypko ( <b>GLU JEJCZ</b> ) 200g	262	Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 10g	75			<b>T:</b>	<b>78,944</b>	<b>g</b>	
	Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 10g	75	Salata zielona z sosem vinaigrette 75g	65	Polejdwica sopocka ( <b>GLU PSZ, SOJ</b> ) 60g	58			<b>W:</b>	<b>31,4129</b>	<b>g</b>	
	Twarożek ze śmietaną ( <b>MLE</b> ) 150g	220	Kompot z czarnej porzeczki z/c 200ml	39	Pomidor 100g	17			<b>Błonnik:</b>	<b>25,8785</b>	<b>g</b>	
	Miód 25g	80			Liść sałaty 10g	2			<b>Sól:</b>	<b>5,53</b>	<b>g</b>	
	Pomidor 30g	6										
Liść sałaty 10g	2											
	<b>898</b>			<b>931</b>		<b>477</b>		<b>161</b>				
<b>3. DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU</b>	Płatki owsiane ( <b>GLU OW</b> ) na mleku 2% ( <b>MLE</b> ) 300ml	215	Barszcz czerwony zabieleny ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) 400ml	283	Herbata czarna z/c 200ml	20	Galaretką drobiową ( <b>SEL</b> ) 150g	161	<b>EN:</b>	<b>2391</b>	<b>kcal</b>	
	Kawa inka ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) z mlekiem 2% ( <b>MLE</b> ) z/c 200ml	46	Gulasz wołowy ( <b>GLU PSZ</b> ) 70/100g	282	Pieczywo pszenno-żytnie ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) 120g	305			<b>B:</b>	<b>129,6155</b>	<b>g</b>	
	Pieczywo pszenno-żytnie ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) 100g	254	Kasza jęczmienna na sypko ( <b>GLU JEJCZ</b> ) 200g	262	Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 5g	37			<b>T:</b>	<b>70,694</b>	<b>g</b>	
	Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 5g	37	Salata zielona z sosem vinaigrette 75g	65	Polejdwica sopocka ( <b>GLU PSZ, SOJ</b> ) 60g	58			<b>W:</b>	<b>25,9409</b>	<b>g</b>	
	Twarożek ze śmietaną ( <b>MLE</b> ) 150g	220	Kompot z czarnej porzeczki z/c 200ml	39	Pomidor 100g	17			<b>Błonnik:</b>	<b>25,8735</b>	<b>g</b>	
	Miód 25g	80			Liść sałaty 10g	2			<b>Sól:</b>	<b>5,53</b>	<b>g</b>	
	Pomidor 30g	6										
Liść sałaty 10g	2											
	<b>860</b>			<b>931</b>		<b>439</b>		<b>161</b>				
<b>6. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>	Płatki owsiane ( <b>GLU OW</b> ) na mleku 2% ( <b>MLE</b> ) 300ml	215	Barszcz czerwony zabieleny ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) 400ml	283	Herbata czarna b/c 200ml	0	Bulka graham z ( <b>GLU PSZE</b> ) z masłem ( <b>MLE</b> ) i warzywami	157	<b>EN:</b>	<b>2413</b>	<b>kcal</b>	
	Kawa inka ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) b/c 200ml	1	Gulasz wołowy ( <b>GLU PSZ</b> ) 70/100g	282	Pieczywo razowe ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) 120g	277			<b>B:</b>	<b>135,6309</b>	<b>g</b>	
	Pieczywo razowe ( <b>GLU PSZE, GLU ŻYT</b> ) 100g	231	Kasza jęczmienna na sypko ( <b>GLU JEJCZ</b> ) 200g	262	Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 10g	75			<b>T:</b>	<b>83,463</b>	<b>g</b>	
	Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 10g	75	Salata zielona z sosem vinaigrette 75g	65	Polejdwica sopocka ( <b>GLU PSZ, SOJ</b> ) 60g	58			<b>W:</b>	<b>33,8151</b>	<b>g</b>	
	Twarożek ze śmietaną ( <b>MLE</b> ) 150g	220	Kompot z czarnej porzeczki b/c 200ml	15	Pomidor 100g	17			<b>Błonnik:</b>	<b>297,6381</b>	<b>g</b>	
	Ogórek świeży 50g	9			Liść sałaty 10g	2			<b>Sól:</b>	<b>36,4335</b>	<b>g</b>	
	Pomidor 30g	6										
Liść sałaty 10g	2											
	<b>759</b>			<b>907</b>		<b>429</b>		<b>318</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, pistacje, migdały.

**SEL** - Seler i pochodne.

**MLE b/LAK** - Mleko i pochodne bez laktozy.

**B:** białko [g]

w tym nasycone w tym tłuszczce nasycone

**SEZ** - Nasiona sezamu i pochodne.

**S02** - Dwutlenek siarki / siarczyny.

**LUB** - 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.