

29.12.2023 PIĄTEK

	ŚNIADANIE	Kcal	OBIAD	Kcal	KOLACJA	Kcal	KOLACJA 2	Kcal			
<b>1. DIETA PODSTAWOWA</b>	Makaron ( <b>GLU PSZ</b> ) na mleku 2% ( <b>MLE</b> ) 300ml	232	Zupa selerowa ( <b>SEL, GLU PSZ, MLE</b> ) 400ml	285	Herbata czarna z/c 200ml	20	Salatka jarzynowa ( <b>JAJ, SEL, GOR</b> ) z ryżem 100g	192	<b>EN:</b>	<b>2582</b>	<b>kcal</b>
	Kawa inka ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) z mlekiem 2% ( <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>113,9213</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>93,1808</b>	<b>g</b>
	Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 10g	75	Mizeria ze śmietaną ( <b>MLE</b> ) 150g	61	Tatrzaska drobiowa z zapiecka 60g	142			<b>W:</b>	<b>337,4608</b>	<b>g</b>
	Twarożek ze śmietaną ( <b>MLE</b> ) i rzodkiewką 150g	221	Kompot z owoców mieszanych z/c 200ml	43	Ser topiony trójkącik ( <b>MLE</b> ) 17g	51			<b>W:</b>	<b>337,4608</b>	<b>g</b>
	Pomidor 100g	17			Liść sałaty 10g	2			<b>Bionnik:</b>	<b>28,8559</b>	<b>g</b>
	Papryka 30g	11							<b>Sól:</b>	<b>5,64</b>	<b>g</b>
Salata liście 10g	2										
	<b>858</b>			<b>937</b>		<b>595</b>		<b>192</b>			
<b>2. DIETA ŁATWOSTRAWNA</b>	Makaron ( <b>GLU PSZ</b> ) na mleku 2% ( <b>MLE</b> ) 300ml	232	Zupa selerowa ( <b>SEL, GLU PSZ, MLE</b> ) 400ml	285	Herbata czarna z/c 200ml	20	Salatka jarzynowa ( <b>SEL</b> ) z ryżem i olejem 100g	106	<b>EN:</b>	<b>2383</b>	<b>kcal</b>
	Kawa inka ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) z mlekiem 2% ( <b>MLE</b> ) z/c 200ml	46	Ryba z wody ( <b>RYB</b> ) z sosem koperkowym ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) 100/100g	167	Pieczywo pszenno-żytnie ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) 120g	305			<b>B:</b>	<b>114,221</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>76,22769</b>	<b>g</b>
	Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 10g	75	Szpinak oprószyany ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) 150g	124	Tatrzaska drobiowa z zapiecka 60g	142			<b>W:</b>	<b>325,1422</b>	<b>g</b>
	Twarożek ze śmietaną ( <b>MLE</b> ) 150g	220	Kompot z owoców mieszanych z/c 200ml	43	Serek tartare ( <b>MLE, RYB</b> ) 20g	52			<b>W:</b>	<b>325,1422</b>	<b>g</b>
	Pomidor 100g	17			Liść sałaty 10g	2			<b>Bionnik:</b>	<b>29,27015</b>	<b>g</b>
	Liść sałaty 10g	2							<b>Sól:</b>	<b>4,93</b>	<b>g</b>
	<b>846</b>			<b>835</b>		<b>596</b>		<b>106</b>			
<b>3. DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU</b>	Makaron ( <b>GLU PSZ</b> ) na mleku 2% ( <b>MLE</b> ) 300ml	232	Zupa selerowa ( <b>SEL, GLU PSZ, MLE</b> ) 400ml	285	Herbata czarna z/c 200ml	20	Salatka jarzynowa ( <b>SEL</b> ) z ryżem i olejem 100g	106	<b>EN:</b>	<b>2307</b>	<b>kcal</b>
	Kawa inka ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) z mlekiem 2% ( <b>MLE</b> ) z/c 200ml	46	Ryba z wody ( <b>RYB</b> ) z sosem koperkowym ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) 100/100g	167	Pieczywo pszenno-żytnie ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) 120g	305			<b>B:</b>	<b>114,151</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>67,97769</b>	<b>g</b>
	Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 5g	37	Szpinak oprószyany ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) 150g	124	Tatrzaska drobiowa z zapiecka 60g	142			<b>W:</b>	<b>30,57355</b>	<b>g</b>
	Twarożek ze śmietaną ( <b>MLE</b> ) 150g	220	Kompot z owoców mieszanych z/c 200ml	43	Serek tartare ( <b>MLE, RYB</b> ) 20g	52			<b>W:</b>	<b>325,0722</b>	<b>g</b>
	Pomidor 100g	17			Liść sałaty 10g	2			<b>Bionnik:</b>	<b>29,27015</b>	<b>g</b>
	Liść sałaty 10g	2							<b>Sól:</b>	<b>4,93</b>	<b>g</b>
	<b>808</b>			<b>835</b>		<b>558</b>		<b>106</b>			
<b>6. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>	Makaron ( <b>GLU PSZ</b> ) na mleku 2% ( <b>MLE</b> ) 300ml	232	Zupa selerowa ( <b>SEL, GLU PSZ, MLE</b> ) 400ml	285	Herbata czarna b/c 200ml	0	Bulka graham z ( <b>GLU PSZ</b> ) z masłem ( <b>MLE</b> ), jajkiem ( <b>JAJ</b> ) i warzywami	192	<b>EN:</b>	<b>2383</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	167	Pieczywo razowe ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) 120g	277	Salatka jarzynowa ( <b>SEL</b> ) z ryżem i olejem 100g	106	<b>B:</b>	<b>120,7634</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>77,95569</b>	<b>g</b>
	Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 10g	75	Mizeria ze śmietaną ( <b>MLE</b> ) 150g	61	Tatrzaska drobiowa z zapiecka 60g	142			<b>W:</b>	<b>359,31649</b>	<b>g</b>
	Twarożek ze śmietaną ( <b>MLE</b> ) 150g	220	Kompot z owoców mieszanych z/c 200ml	19	Serek tartare ( <b>MLE, RYB</b> ) 20g	52			<b>W:</b>	<b>319,0983</b>	<b>g</b>
	Pomidor 100g	17			Liść sałaty 10g	2			<b>Bionnik:</b>	<b>38,09515</b>	<b>g</b>
	Papryka 30g	11							<b>Sól:</b>	<b>5,49</b>	<b>g</b>
Liść sałaty 10g	2										
	<b>789</b>			<b>748</b>		<b>548</b>		<b>298</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 JEŃC** - 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, orzechy, migdały,  
**SEL** - Seler i pochodne,  
**MLE b/LAK** - Mleko i pochodne bez laktozy,  
**B:** białko [g]  
w tym nasycone w tym tłuszcz nasycone

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

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