

	ŚNIADANIE	Kcal	OBIAD	Kcal	KOLACJA	Kcal	KOLACJA 2	Kcal				
<b>1. DIETA PODSTAWOWA</b>	Makaron ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) na mleku 2% ( <b>MLE</b> ) 300ml	232	Zupa szpinakowa z ziemniakami ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) 400ml	270	Herbata czarna z/c 200ml	20	Kefir sokółski ( <b>MLE</b> ) 180ml	90	<b>EN:</b>	<b>2083</b>	<b>kcal</b>	
	Kawa inka ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) z mlekiem 2% ( <b>MLE</b> ) z/c 200ml	46	Pieczony filet z indyka z duszonymi jarzynami ( <b>SEL, MLE</b> ) 70/100g	139	Pieczywo pszenno-żytnie ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) 100g	254	Wafle ryżowe 2szt	45	<b>B:</b>	<b>93,4495</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>61,397</b>	<b>g</b>	
	Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 10g	75	Surówka z kapusty pekińskiej, kukurydzy, tymianku z majonezem ( <b>JAJ, GOR</b> ) 120g	85	Kiełbasa żywiecka podsuszana ( <b>SOJ</b> ) 60g	130			<b>W:</b>	<b>32,83725</b>	<b>g</b>	w tym nasycone
	Szynka mozaikowa 60g	72	Kompot z czarnej porzeczki z/c 200ml	39	Ogórek świeży 50g	9			<b>Błonnik:</b>	<b>28,2073</b>	<b>g</b>	
	Pomidor 100g	17			Salata liście 10g	2			<b>Sól:</b>	<b>5,52</b>	<b>g</b>	
	Papryka 30g	11										
Salata liście 10g	2											
	<b>709</b>		<b>749</b>		<b>490</b>		<b>135</b>					
<b>2. DIETA ŁATWOSTRAWNA</b>	Makaron ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) na mleku 2% ( <b>MLE</b> ) 300ml	232	Zupa szpinakowa z ziemniakami ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) 400ml	270	Herbata czarna z/c 200ml	20	Kefir sokółski ( <b>MLE</b> ) 180ml	90	<b>EN:</b>	<b>1964</b>	<b>kcal</b>	
	Kawa inka ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) z mlekiem 2% ( <b>MLE</b> ) z/c 200ml	46	Pieczony filet z indyka z duszonymi jarzynami ( <b>SEL, MLE</b> ) 70/100g	139	Pieczywo pszenno-żytnie ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) 100g	254	Wafle ryżowe 2szt	45	<b>B:</b>	<b>99,156</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>47,023</b>	<b>g</b>	
	Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 10g	75	Kalafior z wody 120g	29	Sucha z fileta 60g	80			<b>W:</b>	<b>24,9007</b>	<b>g</b>	w tym nasycone
	Szynka mozaikowa 60g	72	Kompot z czarnej porzeczki z/c 200ml	39	Salata 15g	3			<b>Błonnik:</b>	<b>28,293</b>	<b>g</b>	
	Pomidor 100g	17			Pomidor 30g	6			<b>Sól:</b>	<b>5,49</b>	<b>g</b>	
	Salata liście 10g	2										
	<b>698</b>		<b>693</b>		<b>438</b>		<b>135</b>					
<b>3. DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU</b>	Makaron ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) na mleku 2% ( <b>MLE</b> ) 300ml	232	Zupa szpinakowa z ziemniakami ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) 400ml	270	Herbata czarna z/c 200ml	20	Kefir sokółski ( <b>MLE</b> ) 180ml	90	<b>EN:</b>	<b>1888</b>	<b>kcal</b>	
	Kawa inka ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) z mlekiem 2% ( <b>MLE</b> ) z/c 200ml	46	Pieczony filet z indyka z duszonymi jarzynami ( <b>SEL, MLE</b> ) 70/100g	139	Pieczywo pszenno-żytnie ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) 100g	254	Wafle ryżowe 2szt	45	<b>B:</b>	<b>99,086</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>38,773</b>	<b>g</b>	
	Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 5g	37	Kalafior z wody 120g	29	Sucha z fileta 60g	80			<b>W:</b>	<b>19,4287</b>	<b>g</b>	w tym nasycone
	Szynka mozaikowa 60g	72	Kompot z czarnej porzeczki z/c 200ml	39	Salata 15g	3			<b>Błonnik:</b>	<b>28,293</b>	<b>g</b>	
	Pomidor 100g	17			Pomidor 30g	6			<b>Sól:</b>	<b>5,49</b>	<b>g</b>	
	Salata liście 10g	2										
	<b>660</b>		<b>693</b>		<b>400</b>		<b>135</b>					
<b>6. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>	Makaron ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) na mleku 2% ( <b>MLE</b> ) 300ml	232	Zupa szpinakowa z ziemniakami ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) 400ml	270	Herbata czarna b/c 200ml	0	Bulka graham ( <b>GLU PSZ</b> ) z masłem ( <b>MLE</b> ), serkiem tartare ( <b>MLE</b> ) i warzywami	209	<b>EN:</b>	<b>2103</b>	<b>kcal</b>	
	Kawa inka ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) b/c 200ml	1	Pieczony filet z indyka z duszonymi jarzynami ( <b>SEL, MLE</b> ) 70/100g	139	Pieczywo razowe ( <b>GLU PSZE, GLU ŻYT</b> ) 100g	231			<b>B:</b>	<b>105,6019</b>	<b>g</b>	
	Pieczywo razowe ( <b>GLU PSZE, GLU ŻYT</b> ) 100g	231	Ziemniaki z wody 200g	216	Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 10g	75	Kefir sokółski ( <b>MLE</b> ) 180ml	90	<b>T:</b>	<b>62,371</b>	<b>g</b>	
	Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 10g	75	Surówka z kapusty pekińskiej, kukurydzy, tymianku z majonezem ( <b>JAJ, GOR</b> ) 120g	85	Sucha z fileta 60g	80			<b>W:</b>	<b>30,9508</b>	<b>g</b>	w tym nasycone
	Szynka mozaikowa 60g	72	Kompot z czarnej porzeczki b/c 200ml	15	Ogórek 50g	9			<b>Błonnik:</b>	<b>299,3011</b>	<b>g</b>	
	Pomidor 100g	17			Salata 15g	3			<b>Sól:</b>	<b>38,0365</b>	<b>g</b>	
	Salata liście 10g	2			Pomidor 30g	6						
Wafle ryżowe 2szt	45											
	<b>675</b>		<b>725</b>		<b>404</b>		<b>299</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 JĘCZ** - 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** - Mieczałki i pochodne.

**OZI** - Orzeszki ziemne i pochodne.

**W:** węglowodany

**SKO** - Skorupiaki i pochodne

**JAJ** - Jaja i pochodne.

**RYB** - Ryby i pochodne.