

	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	Zupa pomidorowa ( <b>MLE, SEL, GLU PSZ</b> ) z makaronem ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) 400ml	251	Herbata czarna z/c 200ml	20	Salatka brokułowa z fasolą i sosem czosnkowym ( <b>MLE</b> ) 100g	38	<b>EN:</b>	<b>2299</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> ) 100g	254			<b>B:</b>	<b>89,6165</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>86,2365</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	Szynka mozaikowa 60g	72			<b>W:</b>	<b>24,9567</b>	<b>g</b>	w tym nasycone
	Jajko gotowane ( <b>JAJ</b> ) z sosem tatarskim ( <b>MLE, JAJ, GOR</b> ) 50/30g	212	Kompot z owoców mieszanych z/c 200ml	43	Salata 15g	3			<b>W:</b>	<b>305,262</b>	<b>g</b>	
	Jabłko 150g	95							<b>Błonnik:</b>	<b>26,889</b>	<b>g</b>	
	Papryka 30g	11							<b>Sól:</b>	<b>4,84</b>	<b>g</b>	
Salata liście 10g	2											
	<b>910</b>			<b>927</b>		<b>424</b>		<b>38</b>				
<b>2. DIETA ŁATWOSTRAWNA</b>	Płatki owsiane ( <b>GLU OW</b> ) na mleku 2% ( <b>MLE</b> ) 300ml	215	Zupa pomidorowa ( <b>MLE, SEL, GLU PSZ</b> ) z makaronem ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) 400ml	251	Herbata czarna z/c 200ml	20	Salatka brokułowa z fasolą i sosem czosnkowym ( <b>MLE</b> ) 100g	38	<b>EN:</b>	<b>1983</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 duszonymi jarzynami ( <b>SEL, MLE</b> ) 100/100g	149	Pieczywo pszenno-żytnie ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) 100g	254			<b>B:</b>	<b>90,7735</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>55,6524</b>	<b>g</b>	
	Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 10g	75	Szpinak oprószyany ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) 120g	91	Szynka mozaikowa 60g	72			<b>W:</b>	<b>28,56588</b>	<b>g</b>	w tym nasycone
	Jajko na miękko ( <b>JAJ</b> ) 50g	78	Kompot z owoców mieszanych z/c 200ml	43	Salata 15g	3			<b>W:</b>	<b>294,542</b>	<b>g</b>	
	Jabłko 150g	95							<b>Błonnik:</b>	<b>29,1163</b>	<b>g</b>	
	Pomidor 30g	6							<b>Sól:</b>	<b>4,57</b>	<b>g</b>	
Salata liście 10g	2											
	<b>771</b>			<b>750</b>		<b>424</b>		<b>38</b>				
<b>3. DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU</b>	Płatki owsiane ( <b>GLU OW</b> ) na mleku 2% ( <b>MLE</b> ) 300ml	215	Zupa pomidorowa ( <b>MLE, SEL, GLU PSZ</b> ) z makaronem ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) 400ml	251	Herbata czarna z/c 200ml	20	Salatka brokułowa z fasolą i sosem czosnkowym ( <b>MLE</b> ) 100g	38	<b>EN:</b>	<b>1886</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 duszonymi jarzynami ( <b>SEL, MLE</b> ) 100/100g	149	Pieczywo pszenno-żytnie ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) 100g	254			<b>B:</b>	<b>92,1035</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>43,9504</b>	<b>g</b>	
	Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 5g	37	Szpinak oprószyany ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) 120g	91	Szynka mozaikowa 60g	72			<b>W:</b>	<b>22,19388</b>	<b>g</b>	w tym nasycone
	Piersz z indyka gotowana 60g ( <b>SOJ, MLE</b> )	57	Kompot z owoców mieszanych z/c 200ml	43	Salata 15g	3			<b>W:</b>	<b>295,396</b>	<b>g</b>	
	Jabłko 150g	95							<b>Błonnik:</b>	<b>29,1163</b>	<b>g</b>	
	Pomidor 30g	6							<b>Sól:</b>	<b>5,57</b>	<b>g</b>	
Salata liście 10g	2											
	<b>712</b>			<b>750</b>		<b>386</b>		<b>38</b>				
<b>6. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>	Płatki owsiane ( <b>GLU OW</b> ) na mleku 2% ( <b>MLE</b> ) 300ml	215	Zupa pomidorowa ( <b>MLE, SEL, GLU PSZ</b> ) z makaronem ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) 400ml	251	Herbata czarna b/c 200ml	0	Bulka graham ( <b>GLU PSZ</b> ) z masłem ( <b>MLE</b> ) i warzywami	157	<b>EN:</b>	<b>2028</b>	<b>kcal</b>	
	Kawa inka ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) b/c 200ml	1	Ryba z wody ( <b>RYB</b> ) z duszonymi jarzynami ( <b>SEL, MLE</b> ) 100/100g	149	Pieczywo razowe ( <b>GLU PSZE, GLU ŻYT</b> ) 100g	231			<b>B:</b>	<b>99,0094</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	Salatka brokułowa z fasolą i sosem czosnkowym ( <b>MLE</b> ) 100g	38	<b>T:</b>	<b>60,506</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	Szynka mozaikowa 60g	72			<b>W:</b>	<b>27,6283</b>	<b>g</b>	w tym nasycone
	Jajko na miękko ( <b>JAJ</b> ) 50g	78	Kompot z owoców mieszanych b/c 200ml	19	Salata 15g	3			<b>W:</b>	<b>291,0481</b>	<b>g</b>	
	Piersz z indyka gotowana 30g ( <b>SOJ, MLE</b> )	29							<b>Błonnik:</b>	<b>39,075</b>	<b>g</b>	
	Jabłko 150g	95							<b>Sól:</b>	<b>5,70</b>	<b>g</b>	
Pomidor 30g	6											
Salata liście 10g	2											
	<b>732</b>			<b>720</b>		<b>381</b>		<b>195</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, 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 / siarczyny.

**LUB** - Lubin 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.