

19.02.2024 PONIEDZIAŁEK

	ŚNIADANIE	Kcal	OBIAD	Kcal	KOLACJA	Kcal	KOLACJA 2	Kcal			
<b>1. DIETA PODSTAWOWA</b>	Kasza manna ( <b>GLU PSZ</b> ) na mleku 2% ( <b>MLE</b> ) 300ml	189	Zupa jarzynowa ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) 400ml	242	Herbata czarna mieszana z miętą z/c 200ml	20	Jogurt ( <b>MLE</b> ) z owsianką ( <b>GLU OW</b> ) owocowy 180g	166	<b>EN:</b>	<b>2426</b>	<b>kcal</b>
	Kawa inka ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) z mlekiem 2% ( <b>MLE</b> ) z/c 200ml	46	Łazanki z kapustą kiszoną i kiebasą ( <b>GLU PSZ, SOJ</b> ) 300g	408	Pieczywo pszenno-żytnie ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) 100g	254			<b>B:</b>	<b>92,179</b>	<b>g</b>
	Pieczywo pszenno-żytnie ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) 100g	254	Kompot z owoców mieszanych z/c 200ml	43	Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 10g	75			<b>T:</b>	<b>87,887</b>	<b>g</b>
	Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 10g	75			Ryba ( <b>RYB</b> ) w sosie greckim ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) 100/100g	216			w tym nasycone	<b>35,794</b>	<b>g</b>
	Pasta z jaj ze szczypiorkiem ( <b>JAJ, MLE</b> ) 75g	186			Serek tartare ( <b>MLE, RYB</b> ) 20g	52			<b>W:</b>	<b>328,103</b>	<b>g</b>
	Placek drożdżowy ( <b>GLU PSZ, MLE, JAJ</b> ) 50g	185			Salata liście 10g	2			<b>Błonnik:</b>	<b>26,225</b>	<b>g</b>
	Papryka 30g	11							<b>Sól:</b>	<b>4,93</b>	<b>g</b>
Salata liście 10g	2										
		<b>948</b>		<b>693</b>		<b>619</b>		<b>166</b>			
<b>2. DIETA ŁATWOSTRAWNA</b>	Kasza manna ( <b>GLU PSZ</b> ) na mleku 2% ( <b>MLE</b> ) 300ml	189	Zupa jarzynowa ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) 400ml	242	Herbata czarna mieszana z miętą z/c 200ml	20	Jogurt ( <b>MLE</b> ) z owsianką ( <b>GLU OW</b> ) owocowy 180g	166	<b>EN:</b>	<b>2533</b>	<b>kcal</b>
	Kawa inka ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) z mlekiem 2% ( <b>MLE</b> ) z/c 200ml	46	Pierogi leniwe ( <b>MLE, JAJ, GLU PSZ</b> ) b/c 250g	542	Pieczywo pszenno-żytnie ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) 100g	254			<b>B:</b>	<b>113,3324</b>	<b>g</b>
	Pieczywo pszenno-żytnie ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) 100g	254	Marchew oprószana ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) 120g	92	Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 10g	75			<b>T:</b>	<b>76,0011</b>	<b>g</b>
	Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 10g	75	Kompot z owoców mieszanych z/c 200ml	43	Ryba ( <b>RYB</b> ) w sosie greckim ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) bez cebuli 100/100g	210			w tym nasycone	<b>34,3758</b>	<b>g</b>
	Jajko na miękko ( <b>JAJ</b> ) 50g	78			Serek tartare ( <b>MLE, RYB</b> ) 20g	52			<b>W:</b>	<b>365,4742</b>	<b>g</b>
	Placek drożdżowy ( <b>GLU PSZ, MLE, JAJ</b> ) 50g	185			Salata liście 10g	2			<b>Błonnik:</b>	<b>28,4472</b>	<b>g</b>
	Pomidór 30g	6							<b>Sól:</b>	<b>4,17</b>	<b>g</b>
Salata liście 10g	2										
		<b>835</b>		<b>919</b>		<b>613</b>		<b>166</b>			
<b>3. DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU</b>	Kasza manna ( <b>GLU PSZ</b> ) na mleku 2% ( <b>MLE</b> ) 300ml	189	Zupa jarzynowa ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) 400ml	242	Herbata czarna mieszana z miętą z/c 200ml	20	Jogurt ( <b>MLE</b> ) z owsianką ( <b>GLU OW</b> ) owocowy 180g	166	<b>EN:</b>	<b>2445</b>	<b>kcal</b>
	Kawa inka ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) z mlekiem 2% ( <b>MLE</b> ) z/c 200ml	46	Pierogi leniwe ( <b>MLE, JAJ, GLU PSZ</b> ) b/c 250g	542	Pieczywo pszenno-żytnie ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) 100g	254			<b>B:</b>	<b>113,9824</b>	<b>g</b>
	Pieczywo pszenno-żytnie ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) 100g	254	Marchew oprószana ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) 120g	92	Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 5g	37			<b>T:</b>	<b>65,3191</b>	<b>g</b>
	Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 5g	37	Kompot z owoców mieszanych z/c 200ml	43	Ryba ( <b>RYB</b> ) w sosie greckim ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) bez cebuli 100/100g	210			w tym nasycone	<b>27,9618</b>	<b>g</b>
	Szynkowa dębowa 60g	66			Serek tartare ( <b>MLE, RYB</b> ) 20g	52			<b>W:</b>	<b>365,0682</b>	<b>g</b>
	Placek drożdżowy ( <b>GLU PSZ, MLE, JAJ</b> ) 50g	185			Salata liście 10g	2			<b>Błonnik:</b>	<b>28,4472</b>	<b>g</b>
	Pomidór 30g	6							<b>Sól:</b>	<b>5,06</b>	<b>g</b>
Salata liście 10g	2										
		<b>785</b>		<b>919</b>		<b>575</b>		<b>166</b>			
<b>6. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>	Kasza manna ( <b>GLU PSZ</b> ) na mleku 2% ( <b>MLE</b> ) 300ml	189	Zupa jarzynowa ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) 400ml	242	Herbata czarna mieszana z miętą b/c 200ml	0	Bulka graham ( <b>GLU PSZE</b> ) z masłem ( <b>MLE</b> ), wędliną i warzywami	186	<b>EN:</b>	<b>2359</b>	<b>kcal</b>
	Kawa inka ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) b/c 200ml	1	Pierogi leniwe ( <b>MLE, JAJ, GLU PSZ</b> ) b/c 250g	523	Pieczywo razowe ( <b>GLU PSZE, GLU ŻYT</b> ) 100g	231	Jogurt naturalny ( <b>MLE</b> ) 150ml	90	<b>B:</b>	<b>124,4204</b>	<b>g</b>
	Pieczywo razowe ( <b>GLU PSZE, GLU ŻYT</b> ) 100g	231	Surówka z marchwi z olejem 120g	96	Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 10g	75			<b>T:</b>	<b>76,103</b>	<b>g</b>
	Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 10g	75	Kompot z owoców mieszanych b/c 200ml	19	Ryba ( <b>RYB</b> ) w sosie greckim ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) bez cebuli 100/100g	210			w tym nasycone	<b>31,78878</b>	<b>g</b>
	Jajko na miękko ( <b>JAJ</b> ) 50g	78			Serek tartare ( <b>MLE, RYB</b> ) 20g	52			<b>W:</b>	<b>312,1831</b>	<b>g</b>
	Szynkowa dębowa 30g	33			Salata liście 10g	2			<b>Błonnik:</b>	<b>37,436</b>	<b>g</b>
	Papryka 50g	18							<b>Sól:</b>	<b>5,98</b>	<b>g</b>
Pomidór 30g	6										
Salata liście 10g	2										
		<b>633</b>		<b>880</b>		<b>570</b>		<b>276</b>			

Nie można całkowicie wykluczyć indywidualnej reakcji na produkty zawarte w żywności

Lista składników alergicznych 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** - 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.