

	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 ogórkowa ( <b>GLU PSZ, SEL, MLE, GOR</b> ) 400ml	255	Herbata czarna z/c 200ml	20	Kefir sokółski ( <b>MLE</b> ) 180ml	90	<b>EN:</b>	<b>2655</b>	<b>kcal</b>
	Kawa inka ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) z mlekiem 2% tł. ( <b>MLE</b> ) z/c 200ml	46	Gołąbki z mięsa i ryżu z sosem pomidorowym ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) 230/100g	476	Pieczywo pszenno-żytnie ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) 100g	254			<b>B:</b>	<b>104,754</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>100,369</b>	<b>g</b>
	Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 10g	75	Kompot z owoców mieszanych z/c 200ml	43	Śledź ( <b>RYB</b> ) w oleju 100/20g	315			w tym nasycone	<b>38,0476</b>	<b>g</b>
	Pasta z jaj ze szczypiorkiem ( <b>JAJ, MLE</b> ) 75g	186			Ser topiony trójkącik ( <b>MLE</b> ) 17g	51			<b>W:</b>	<b>349,385</b>	<b>g</b>
	Jabłko 150g	95			Salata liście 10g	2			<b>Blonnik:</b>	<b>31,797</b>	<b>g</b>
	Papryka 30g	11							<b>Sól</b>	<b>4,20</b>	<b>g</b>
Liść sałaty 10g	2										
	<b>858</b>			<b>990</b>		<b>717</b>		<b>90</b>			
<b>2. DIETA ŁATWOSTRAWNA</b>	Kasza manna ( <b>GLU PSZ</b> ) na mleku 2% ( <b>MLE</b> ) 300ml	189	Zupa kalafiorowa z ziemniakami ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) 400ml	244	Herbata czarna z/c 200ml	20	Kefir sokółski ( <b>MLE</b> ) 180ml	90	<b>EN:</b>	<b>2194</b>	<b>kcal</b>
	Kawa inka ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) z mlekiem 2% tł. ( <b>MLE</b> ) z/c 200ml	46	Risotto z mięsem wołowym i warzywami ( <b>GLU PSZE, MLE, SEL</b> ) 200/100g	441	Pieczywo pszenno-żytnie ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) 100g	254			<b>B:</b>	<b>92,442</b>	<b>g</b>
	Pieczywo pszenno-żytnie ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) 100g	254	Fasolka szparagowa z wody 120g	44	Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 10g	75			<b>T:</b>	<b>64,697</b>	<b>g</b>
	Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 10g	75	Kompot z owoców mieszanych z/c 200ml	43	Ryba z wody ( <b>RYB</b> ) w sosie pomidorowym ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) 100/100g	184			w tym nasycone	<b>29,9685</b>	<b>g</b>
	Jajko na miękko ( <b>JAJ</b> ) 50g	78			Serek tartare ( <b>MLE, RYB</b> ) 20g	52			<b>W:</b>	<b>325,248</b>	<b>g</b>
	Jabłko 150g	95			Salata liście 10g	2			<b>Blonnik:</b>	<b>29,284</b>	<b>g</b>
	Pomidor 30g	6							<b>Sól</b>	<b>3,87</b>	<b>g</b>
Liść sałaty 10g	2										
	<b>745</b>			<b>772</b>		<b>587</b>		<b>90</b>			
<b>3. DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU</b>	Kasza manna ( <b>GLU PSZ</b> ) na mleku 2% ( <b>MLE</b> ) 300ml	189	Zupa kalafiorowa z ziemniakami ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) 400ml	244	Herbata czarna z/c 200ml	20	Kefir sokółski ( <b>MLE</b> ) 180ml	90	<b>EN:</b>	<b>2183</b>	<b>kcal</b>
	Kawa inka ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) z mlekiem 2% tł. ( <b>MLE</b> ) z/c 200ml	46	Risotto z mięsem wołowym i warzywami ( <b>GLU PSZE, MLE, SEL</b> ) 200/100g	441	Pieczywo pszenno-żytnie ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) 100g	254			<b>B:</b>	<b>96,772</b>	<b>g</b>
	Pieczywo pszenno-żytnie ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) 100g	254	Fasolka szparagowa z wody 120g	44	Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 5g	37			<b>T:</b>	<b>61,755</b>	<b>g</b>
	Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 5g	37	Kompot z owoców mieszanych z/c 200ml	43	Ryba z wody ( <b>RYB</b> ) w sosie pomidorowym ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) 100/100g	184			w tym nasycone	<b>25,9905</b>	<b>g</b>
	Tatrzaska drobiowa z zapiecka 60g	143			Serek tartare ( <b>MLE, RYB</b> ) 20g	52			<b>W:</b>	<b>324,902</b>	<b>g</b>
	Jabłko 150g	95			Salata liście 10g	2			<b>Blonnik:</b>	<b>29,284</b>	<b>g</b>
	Pomidor 30g	6							<b>Sól</b>	<b>4,61</b>	<b>g</b>
Liść sałaty 10g	2										
	<b>772</b>			<b>772</b>		<b>549</b>		<b>90</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 kalafiorowa z ziemniakami ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) 400ml	244	Herbata czarna b/c 200ml	0	Bulka graham ( <b>GLU PSZE</b> ) z masłem ( <b>MLE</b> ), wedliną i warzywami	186	<b>EN:</b>	<b>2315</b>	<b>kcal</b>
	Kawa inka ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) b/c 200ml	1	Risotto z mięsem wołowym i warzywami ( <b>GLU PSZE, MLE, SEL</b> ) 200/100g	441	Pieczywo razowe ( <b>GLU PSZE, GLU ŻYT</b> ) 100g	231	Kefir sokółski ( <b>MLE</b> ) 180ml	90	<b>B:</b>	<b>109,8198</b>	<b>g</b>
	Pieczywo razowe ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) 100g	231	Fasolka szparagowa z wody 120g	44	Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 10g	75			<b>T:</b>	<b>74,842</b>	<b>g</b>
	Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 10g	75	Kompot z owoców mieszanych b/c 200ml	19	Ryba z wody ( <b>RYB</b> ) w sosie pomidorowym ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) 100/100g	184			w tym nasycone	<b>34,0165</b>	<b>g</b>
	Jajko na miękko ( <b>JAJ</b> ) 50g	78			Serek tartare ( <b>MLE, RYB</b> ) 20g	52			<b>W:</b>	<b>320,0492</b>	<b>g</b>
	Tatrzaska drobiowa z zapiecka 30g	72			Salata liście 10g	2			<b>Blonnik:</b>	<b>38,904</b>	<b>g</b>
	Jabłko 150g	95							<b>Sól</b>	<b>5,54</b>	<b>g</b>
Pomidor 30g	6										
Liść sałaty 10g	2										
	<b>747</b>			<b>748</b>		<b>544</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 JEĆZ** - Zboża zawierające gluten jęczmienny  
**GOR** - Gorczyca i produkty pochodne,  
**EN:** energia [kcal]  
**T:** tłuszcze

**SOJ** - Soja i pochodne,  
**MLE** - Mleko i pochodnie 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 / starczywn,  
**ŁUB** - 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,