

	ŚNIADANIE	Kcal	OBIAD	Kcal	KOLACJA	Kcal	KOLACJA 2	Kcal			
<b>1. DIETA PODSTAWOWA</b>	Zacierka jajeczna ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) na mleku 2% tł ( <b>MLE</b> ) 300ml	226	Krupnik jęczmienny ( <b>GLU JECZ, SEL, MLE</b> ) 400ml	337	Herbata czarna z/c 200ml	20	Mus owocowo-warzywny z mango w tubce 100g	70	<b>EN:</b>	<b>2631</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>106,9765</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>93,79355</b>	<b>g</b>
	Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 10g	75	Surówka z kapusty kiszzonej marchwi z olejem rzepakowym 120g	80	Salatka jarzynowa ( <b>JAJ, SEL</b> ) z majonezem ( <b>JAJ, GOR</b> ) 100g	172			<b>W:</b>	<b>32,64278</b>	<b>g</b>
	Twarożek ze śmietaną ( <b>MLE</b> ) i szczypiorkiem 150g	221	Kompot z owoców mieszanych z/c 200ml	43	Ser zółty ( <b>MLE</b> ) gouda 30g	105			<b>Blonnik:</b>	<b>31,5742</b>	<b>g</b>
	Jabłko 150g	95			Salata liście 10g	2			<b>Sól:</b>	<b>5,22</b>	<b>g</b>
	Pomidor 30g	6									
Salata liście 10g	2										
	<b>925</b>			<b>1008</b>		<b>628</b>		<b>70</b>			
<b>2. DIETA ŁATWOSTRAWNA</b>	Zacierka jajeczna ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) na mleku 2% tł ( <b>MLE</b> ) 300ml	226	Krupnik jęczmienny ( <b>GLU JECZ, SEL, MLE</b> ) 400ml	337	Herbata czarna z/c 200ml	20	Mus owocowo-warzywny z mango w tubce 100g	70	<b>EN:</b>	<b>2394</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 pomidorowymi ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) 100/100g	184	Pieczywo pszenno-żytnie ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) 100g	254			<b>B:</b>	<b>101,1933</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>72,65055</b>	<b>g</b>
	Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 10g	75	Szpinak oprószony ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) 120g	91	Salatka jarzynowa ( <b>JAJ, SEL</b> ) z olejem 100g	126			<b>W:</b>	<b>34,25823</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>Blonnik:</b>	<b>30,4668</b>	<b>g</b>
	Jabłko 150g	95			Salata liście 10g	2			<b>Sól:</b>	<b>3,63</b>	<b>g</b>
	Pomidor 30g	6									
Salata liście 10g	2										
	<b>924</b>			<b>871</b>		<b>529</b>		<b>70</b>			
<b>3. DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU</b>	Zacierka jajeczna ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) na mleku 2% tł ( <b>MLE</b> ) 300ml	226	Krupnik jęczmienny ( <b>GLU JECZ, SEL, MLE</b> ) 400ml	337	Herbata czarna z/c 200ml	20	Mus owocowo-warzywny z mango w tubce 100g	70	<b>EN:</b>	<b>2318</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 pomidorowymi ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) 100/100g	184	Pieczywo pszenno-żytnie ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) 100g	254			<b>B:</b>	<b>101,1233</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>64,40055</b>	<b>g</b>
	Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 5g	37	Szpinak oprószony ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) 120g	91	Salatka jarzynowa ( <b>JAJ, SEL</b> ) z olejem 100g	126			<b>W:</b>	<b>28,78623</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>Blonnik:</b>	<b>30,4668</b>	<b>g</b>
	Jabłko 150g	95			Salata liście 10g	2			<b>Sól:</b>	<b>3,62</b>	<b>g</b>
	Pomidor 30g	6									
Salata liście 10g	2										
	<b>886</b>			<b>871</b>		<b>491</b>		<b>70</b>			
<b>6. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>	Zacierka jajeczna ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) na mleku 2% tł ( <b>MLE</b> ) 300ml	226	Krupnik jęczmienny ( <b>GLU JECZ, SEL, MLE</b> ) 400ml	337	Herbata czarna b/c 200ml	0	Bulka graham ( <b>GLU PSZ</b> ) z masłem ( <b>MLE</b> ) i warzywami	157	<b>EN:</b>	<b>2405</b>	<b>kcal</b>
	Kawa inka ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) b/c 200ml	1	Ryba z wody ( <b>RYB</b> ) z sosem pomidorowymi ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) 100/100g	184	Pieczywo razowe ( <b>GLU PSZE, GLU ŻYT</b> ) 100g	231	Mus owocowo-warzywny z mango w tubce 100g	70	<b>B:</b>	<b>104,7237</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			<b>T:</b>	<b>76,46515</b>	<b>g</b>
	Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 10g	75	Surówka z kapusty kiszzonej marchwi z olejem rzepakowym 120g	80	Salatka jarzynowa ( <b>JAJ, SEL</b> ) z olejem 100g	126			<b>W:</b>	<b>32,89595</b>	<b>g</b>
	Twarożek ze śmietaną ( <b>MLE</b> ) 150g	220	Kompot z owoców mieszanych b/c 200ml	19	Serek tartare ( <b>MLE, RYB</b> ) 20g	52			<b>Blonnik:</b>	<b>40,912</b>	<b>g</b>
	Jabłko 150g	95			Salata liście 10g	2			<b>Sól:</b>	<b>4,63</b>	<b>g</b>
	Pomidor 30g	6									
Salata liście 10g	2										
	<b>856</b>			<b>836</b>		<b>486</b>		<b>227</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 JECZ** - 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.