

	ŚNIADANIE	Kcal	OBIAD	Kcal	KOLACJA	Kcal	KOLACJA 2	Kcal		
1. DIETA PODSTAWOWA	Zacierka jajeczna (GLU PSZ, JAJ) na mleku 2% tl (MLE) 300ml	226	Barszcz czerwony zabieliary (GLU PSZ, MLE, SEL) 400ml	283	Herbata czarna z/c 200ml	20	Owslanka (GLU OW, MLE) z malinami i przetartymi daktylami w tubce 100g	76	EN:	2528 kcal
	Kawa inka (GLU PSZ, GLU ŻYT) z mlekiem 2% (MLE) z/c 200ml	46	Ryba (RYB) smażona panierowana (GLU PSZ, JAJ) 100g	332	Pieczywo pszenno-żytnie (GLU PSZ, GLU ŻYT) 100g	254			B:	85,9105 g
	Pieczywo pszenno-żytnie (GLU PSZ, GLU ŻYT) 100g	254	Ziemniaki z wody 200g	216	Masło extra 82% tl. porc. (MLE) 10g	75			T:	104,53 g
	Masło extra 82% tl. porc. (MLE) 10g	75	Surówka wielowarzywna (SEL, GOR) z olejem rzepakowym 120g	102	Salatka jarzynowa (JAJ, SEL) z majonezem (JAJ, GOR) 100g	172			w tym nasączone	28,808 g
	Jajko gotowane (JAJ) z sosem tatarskim (MLE, JAJ, GOR) 50/30g	212	Kompot z wiśni z/c 200ml	39	Serek tartare (MLE, RYB) 20g	2			W:	323,389 g
	Tarzańska drobiowa z zapiecka 30g	72			Salata liście 10g	52			Błonnik:	25,7952 g
	Papryka 50g	18				2			Sól:	5,18 g
Salata liście 10g	2									
	905		972		575		76			
2. DIETA ŁATWOSTRAWNA	Zacierka jajeczna (GLU PSZ, JAJ) na mleku 2% tl (MLE) 300ml	226	Barszcz czerwony zabieliary (GLU PSZ, MLE, SEL) 400ml	283	Herbata czarna z/c 200ml	20	Owslanka (GLU OW, MLE) z malinami i przetartymi daktylami w tubce 100g	76	EN:	2142 kcal
	Kawa inka (GLU PSZ, GLU ŻYT) z mlekiem 2% (MLE) z/c 200ml	46	Ryba z wody (RYB) z duszonymi jarzynami (SEL, MLE) 70/100g	149	Pieczywo pszenno-żytnie (GLU PSZ, GLU ŻYT) 100g	254			B:	86,9003 g
	Pieczywo pszenno-żytnie (GLU PSZ, GLU ŻYT) 100g	254	Ziemniaki z wody 200g	216	Masło extra 82% tl. porc. (MLE) 10g	75			T:	66,3576 g
	Masło extra 82% tl. porc. (MLE) 10g	75	Szpinak oprósowany (GLU PSZ, MLE) 120g	91	Salatka jarzynowa (JAJ, SEL) z olejem 100g	126			w tym nasączone	31,8862 g
	Jajko na miękko (JAJ) 50g	78	Kompot z wiśni z/c 200ml	39	Serek tartare (MLE, RYB) 20g	52			W:	311,99 g
	Tarzańska drobiowa z zapiecka 30g	72			Liść salaty 10g	2			Błonnik:	27,5088 g
	Pomidor 30g	6							Sól:	4,39 g
Salata liście 10g	2									
	759		778		529		76			
3. DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	Zacierka jajeczna (GLU PSZ, JAJ) na mleku 2% tl (MLE) 300ml	226	Barszcz czerwony zabieliary (GLU PSZ, MLE, SEL) 400ml	283	Herbata czarna z/c 200ml	20	Owslanka (GLU OW, MLE) z malinami i przetartymi daktylami w tubce 100g	76	EN:	2088 kcal
	Kawa inka (GLU PSZ, GLU ŻYT) z mlekiem 2% (MLE) z/c 200ml	46	Ryba z wody (RYB) z duszonymi jarzynami (SEL, MLE) 70/100g	149	Pieczywo pszenno-żytnie (GLU PSZ, GLU ŻYT) 100g	254			B:	90,6303 g
	Pieczywo pszenno-żytnie (GLU PSZ, GLU ŻYT) 100g	254	Ziemniaki z wody 200g	216	Masło extra 82% tl. porc. (MLE) 5g	37			T:	58,7356 g
	Masło extra 82% tl. porc. (MLE) 5g	37	Szpinak oprósowany (GLU PSZ, MLE) 120g	91	Salatka jarzynowa (JAJ, SEL) z olejem 100g	126			w tym nasączone	26,7112 g
	Tarzańska drobiowa z zapiecka 60g	143	Kompot z wiśni z/c 200ml	39	Poledwica sopocka (GLU PSZ, SOJ) 30g	29			W:	312,094 g
	Serek tartare (MLE, RYB) 20g	52			Liść salaty 10g	2			Błonnik:	27,5088 g
	Pomidor 30g	6							Sól:	5,59 g
Salata liście 10g	2									
	766		778		468		76			
6. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	Zacierka jajeczna (GLU PSZ, JAJ) na mleku 2% tl (MLE) 300ml	226	Barszcz czerwony zabieliary (GLU PSZ, MLE, SEL) 400ml	283	Herbata czarna b/c 200ml	0	Bulka graham (GLU PSZE) z masłem (MLE), twarogiem (MLE) i warzywami	160	EN:	2196 kcal
	Kawa inka (GLU PSZ, GLU ŻYT) b/c 200ml	1	Ryba z wody (RYB) z duszonymi jarzynami (SEL, MLE) 70/100g	149	Pieczywo razowe (GLU PSZE, GLU ŻYT) 100g	231	Owslanka (GLU OW, MLE) z malinami i przetartymi daktylami w tubce 100g	76	B:	96,9013 g
	Pieczywo razowe (GLU PSZE, GLU ŻYT) 100g	231	Ziemniaki z wody 200g	216	Masło extra 82% tl. porc. (MLE) 10g	75			T:	69,7042 g
	Masło extra 82% tl. porc. (MLE) 10g	75	Surówka wielowarzywna (SEL, GOR) z olejem rzepakowym 120g	102	Salatka jarzynowa (JAJ, SEL) z olejem 100g	126			w tym nasączone	28,7987 g
	Jajko na miękko (JAJ) 50g	78	Kompot z wiśni b/c 200ml	15	Serek tartare (MLE, RYB) 20g	52			W:	313,355 g
	Tarzańska drobiowa z zapiecka 30g	72			Liść salaty 10g	2			Błonnik:	38,964 g
	Papryka 50g	18							Sól:	5,12 g
Pomidor 30g	6									
Salata liście 10g	2									
	709		765		486		236			

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 pszenn.
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 nasączone w tym tłuszczce nasączone

SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,
SO2 - Dwutlenek siarki i siarczyn,
LUB - Lubin i produkty pochodne,
MCK - Mieczaiki i pochodne,
OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,
W: węglowodany

SKO - Skorupiaki i pochodne
JAJ - Jajka i pochodne,
RYB - Ryby i pochodne.