

	ŚNIADANIE	Kcal	OBIAD	Kcal	KOLACJA	Kcal	KOLACJA 2	Kcal		
1. DIETA PODSTAWOWA	Kasza jaglana na mleku 2% tl (MLE) 300ml	209	Kapuśniak ze słodkiej kapusty (GLU PSZ, MLE, SEL) 400ml	278	Herbata czarna z/c 200ml	20	Kisiel z truskawkami z/c 150g	86	EN:	2390 kcal
	Kawa inka (GLU PSZ, GLU ŻYT) z mlekiem 2% (MLE) z/c 200ml	46	Pieczony filet z indyka z sosem tymiankowym (GLU PSZ, MLE) 70/100g	155	Pieczywo pszenno-żytnie (GLU PSZ, GLU ŻYT) 100g	254			B:	106,284 g
	Pieczywo pszenno-żytnie (GLU PSZ, GLU ŻYT) 100g	254	Ziemniaki z wody 200g	216	Masło extra 82% tl. porc. (MLE) 10g	75			T:	76,4485 g
	Masło extra 82% tl. porc. (MLE) 10g	75	Mizeria ze śmietaną (MLE) 120g	33	Ryba (RYB) w sosie greckim (GLU PSZ, SEL) 100/100g	216			W:	29,8267 g
Salceson extra (GLU PSZ, SOJ) 60g	129	Kompot z czarnej porzeczki z/c 200ml	39	Ser (MLE) żółty edamski 30g	105					331,99 g
Babka piaskowa (GLU PSZ, MLE, JAJ) 60g	185			Liść sałaty 10g	2					27,313 g
Papryka 30g	11									5,47 g
Salata liście 10g	2									
	911			721		672		86		
2. DIETA ŁATWOSTRAWNA	Kasza jaglana na mleku 2% tl (MLE) 300ml	209	Zupa selerowa (GLU PSZ, SEL, MLE) z ziemniakami 400ml	285	Herbata czarna z/c 200ml	20	Kisiel z truskawkami z/c 150g	86	EN:	2333 kcal
	Kawa inka (GLU PSZ, GLU ŻYT) z mlekiem 2% (MLE) z/c 200ml	46	Pieczony filet z indyka z sosem tymiankowym (GLU PSZ, MLE) 70/100g	155	Pieczywo pszenno-żytnie (GLU PSZ, GLU ŻYT) 100g	254			B:	100,521 g
	Pieczywo pszenno-żytnie (GLU PSZ, GLU ŻYT) 100g	254	Ziemniaki z wody 200g	216	Masło extra 82% tl. porc. (MLE) 10g	75			T:	68,005 g
	Masło extra 82% tl. porc. (MLE) 10g	75	Marchew oprószana (GLU PSZ, MLE) z groszkiem 120g	110	Ryba (RYB) w sosie greckim (GLU PSZ, SEL) bez cebuli 100/100g	210			W:	28,6302 g
Szynka konserwowa 60g	52	Kompot z czarnej porzeczki z/c 200ml	39	Serek tartare (MLE, RYB) 20g	52					346,463 g
Placek drożdżowy (GLU PSZ, MLE, JAJ) 60g	185			Liść sałaty 10g	2					32,617 g
Pomidor 30g	6									5,11 g
Salata liście 10g	2									
	829			805		613		86		
3. DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TLUSZCZU	Kasza jaglana na mleku 2% tl (MLE) 300ml	209	Zupa selerowa (GLU PSZ, SEL, MLE) z ziemniakami 400ml	285	Herbata czarna z/c 200ml	20	Kisiel z truskawkami z/c 150g	86	EN:	2257 kcal
	Kawa inka (GLU PSZ, GLU ŻYT) z mlekiem 2% (MLE) z/c 200ml	46	Pieczony filet z indyka z sosem tymiankowym (GLU PSZ, MLE) 70/100g	155	Pieczywo pszenno-żytnie (GLU PSZ, GLU ŻYT) 100g	254			B:	100,451 g
	Pieczywo pszenno-żytnie (GLU PSZ, GLU ŻYT) 100g	254	Ziemniaki z wody 200g	216	Masło extra 82% tl. porc. (MLE) 5g	37			T:	59,7505 g
	Masło extra 82% tl. porc. (MLE) 5g	37	Marchew oprószana (GLU PSZ, MLE) z groszkiem 120g	110	Ryba (RYB) w sosie greckim (GLU PSZ, SEL) bez cebuli 100/100g	210			W:	23,1601 g
Szynka konserwowa 60g	52	Kompot z czarnej porzeczki z/c 200ml	39	Serek tartare (MLE, RYB) 20g	52					346,393 g
Placek drożdżowy (GLU PSZ, MLE, JAJ) 60g	185			Liść sałaty 10g	2					32,617 g
Pomidor 30g	6									5,11 g
Salata liście 10g	2									
	791			805		575		86		
6. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	Kasza jaglana na mleku 2% tl (MLE) 300ml	209	Zupa selerowa (GLU PSZ, SEL, MLE) z ziemniakami 400ml	285	Herbata czarna b/c 200ml	0	Bulka graham (GLU PSZ) z masłem (MLE), jajkiem (JAJ) i warzywami	192	EN:	2220 kcal
	Kawa inka (GLU PSZ, GLU ŻYT) b/c 200ml	1	Pieczony filet z indyka z sosem tymiankowym (GLU PSZ, MLE) 70/100g	155	Pieczywo razowe (GLU PSZE, GLU ŻYT) 100g	231			B:	106,641 g
	Pieczywo razowe (GLU PSZE, GLU ŻYT) 100g	231	Ziemniaki z wody 200g	216	Masło extra 82% tl. porc. (MLE) 10g	75			T:	66,1705 g
	Masło extra 82% tl. porc. (MLE) 10g	75	Mizeria ze śmietaną (MLE) 120g	33	Ryba (RYB) w sosie greckim (GLU PSZ, SEL) bez cebuli 100/100g	210			W:	27,8845 g
Szynka konserwowa 60g	52	Kompot z czarnej porzeczki b/c 200ml	15	Serek tartare (MLE, RYB) 20g	52					318,767 g
Pomidor 100g	17			Liść sałaty 10g	2					38,187 g
Salata liście 10g	2									5,30 g
Biszkopty (GLU PSZ, JAJ) bezcukrowe 30g	101									
	688			704		570		258		

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 pszenicy,
 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 tłuszcze nasycone

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

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