

|   | ŚNIADANIE   | Kcal | OBIAD  | Kcal       | KOLACJA  | Kcal       | KOLACJA 2   | Kcal       |                 |                 |             |
|---|---|------|--|------------|--|------------|---|------------|-----------------|-----------------|-------------|
| <b>1. DIETA<br/>PODSTAWOWA</b>  | Zacierka jajeczna ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) na mleku 2% tł ( <b>MLE</b> ) 300ml   | 226  | Zupa ziemniaczana z fasolą ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) 400ml                               | 297        | Herbata czarna z/c 200ml                                 | 20         | Pudding ( <b>MLE</b> ) chia z musem z malin b/c 150g  | 139        | <b>EN:</b>      | <b>2105</b>     | <b>kcal</b> |
|   | Kawa inka ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) z mlekiem 2% tł. ( <b>MLE</b> ) z/c 200ml | 46   | Pieczony filet z indyka z duszonymi jarzynami ( <b>SEL, MLE</b> ) 70/100g              | 139        | Pieczywo pszenno-żytnie ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) 100g | 254        |   |            | <b>B:</b>       | <b>97,02715</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>54,13315</b> | <b>g</b>    |
|   | Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 10g                                    | 75   | Surówka z kapusty pekińskiej, kukurydzy, tymianku z majonezem ( <b>JAJ, GOR</b> ) 120g | 85         | Poledwica sopocka ( <b>GLU PSZ, SOJ</b> ) 60g            | 58         |   |            | <b>W:</b>       | <b>321,5274</b> | <b>g</b>    |
|   | Szynka z pasieki 60g  | 60   | Kompot z czarnej porzeczki z/c 200ml   | 39         | Pomidor 100g   | 17         |   |            | <b>Blonnik:</b> | <b>38,5435</b>  | <b>g</b>    |
|   | Jabłko 150g   | 95   |  |            | Salata liście 10g  | 2          |   |            | <b>Sól</b>      | <b>6,65</b>     | <b>g</b>    |
|   | Pomidor 30g   | 6    |  |            |  |            |   |            |                 |                 |             |
| Liść sałaty 10g   | 2   |      |  |            |  |            |   |            |                 |                 |             |
|   | <b>764</b>  |      |  | <b>776</b> |  | <b>426</b> |   | <b>139</b> |                 |                 |             |
| <b>2. DIETA<br/>ŁATWOSTRAWNA</b>  | Zacierka jajeczna ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) na mleku 2% tł ( <b>MLE</b> ) 300ml   | 226  | Zupa ziemniaczana ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) 400ml                                   | 286        | Herbata czarna z/c 200ml                                 | 20         | Pudding ( <b>MLE</b> ) chia z musem z malin b/c 150g  | 139        | <b>EN:</b>      | <b>2045</b>     | <b>kcal</b> |
|   | Kawa inka ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) z mlekiem 2% tł. ( <b>MLE</b> ) z/c 200ml | 46   | Pieczony filet z indyka z duszonymi jarzynami ( <b>SEL, MLE</b> ) 70/100g              | 139        | Pieczywo pszenno-żytnie ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) 100g | 254        |   |            | <b>B:</b>       | <b>97,30365</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>47,09415</b> | <b>g</b>    |
|   | Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 10g                                    | 75   | Brokuły z wody 120g  | 36         | Poledwica sopocka ( <b>GLU PSZ, SOJ</b> ) 60g            | 58         |   |            | <b>W:</b>       | <b>23,68995</b> | <b>g</b>    |
|   | Szynka z pasieki 60g  | 60   | Kompot z czarnej porzeczki z/c 200ml   | 39         | Pomidor 100g   | 17         |   |            | <b>Blonnik:</b> | <b>321,4304</b> | <b>g</b>    |
|   | Jabłko 150g   | 95   |  |            | Salata liście 10g  | 2          |   |            | <b>Sól</b>      | <b>37,77</b>    | <b>g</b>    |
|   | Pomidor 30g   | 6    |  |            |  |            |   |            |                 |                 |             |
| Liść sałaty 10g   | 2   |      |  |            |  |            |   |            |                 |                 |             |
|   | <b>764</b>  |      |  | <b>716</b> |  | <b>426</b> |   | <b>139</b> |                 |                 |             |
| <b>3. DIETA<br/>ŁATWOSTRAWNA<br/>Z OGRANICZENIEM<br/>TŁUSZCZU</b>                 | Zacierka jajeczna ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) na mleku 2% tł ( <b>MLE</b> ) 300ml   | 226  | Zupa ziemniaczana ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) 400ml                                   | 286        | Herbata czarna z/c 200ml                                 | 20         | Pudding ( <b>MLE</b> ) chia z musem z malin b/c 150g  | 139        | <b>EN:</b>      | <b>1969</b>     | <b>kcal</b> |
|   | Kawa inka ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) z mlekiem 2% tł. ( <b>MLE</b> ) z/c 200ml | 46   | Pieczony filet z indyka z duszonymi jarzynami ( <b>SEL, MLE</b> ) 70/100g              | 139        | Pieczywo pszenno-żytnie ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) 100g | 254        |   |            | <b>B:</b>       | <b>97,23365</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>38,84415</b> | <b>g</b>    |
|   | Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 5g                                     | 37   | Brokuły z wody 120g  | 36         | Poledwica sopocka ( <b>GLU PSZ, SOJ</b> ) 60g            | 58         |   |            | <b>W:</b>       | <b>18,21795</b> | <b>g</b>    |
|   | Szynka z pasieki 60g  | 60   | Kompot z czarnej porzeczki z/c 200ml   | 39         | Pomidor 100g   | 17         |   |            | <b>Blonnik:</b> | <b>321,3604</b> | <b>g</b>    |
|   | Jabłko 150g   | 95   |  |            | Salata liście 10g  | 2          |   |            | <b>Sól</b>      | <b>37,77</b>    | <b>g</b>    |
|   | Pomidor 30g   | 6    |  |            |  |            |   |            |                 |                 |             |
| Liść sałaty 10g   | 2   |      |  |            |  |            |   |            |                 |                 |             |
|   | <b>726</b>  |      |  | <b>716</b> |  | <b>388</b> |   | <b>139</b> |                 |                 |             |
| <b>6. DIETA<br/>Z OGRANICZENIEM<br/>ŁATWO<br/>PRZYSWAJALNYCH<br/>WĘGLOWODANÓW</b> | Zacierka jajeczna ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) na mleku 2% tł ( <b>MLE</b> ) 300ml   | 226  | Zupa ziemniaczana ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) 400ml                                   | 286        | Herbata czarna b/c 200ml                                 | 0          | Bulka graham ( <b>GLU PSZ</b> ) z masłem ( <b>MLE</b> ), serkiem tartare ( <b>MLE</b> ) i warzywami | 209        | <b>EN:</b>      | <b>2269</b>     | <b>kcal</b> |
|   | Kawa inka ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) b/c 200ml                                 | 1    | Pieczony filet z indyka z duszonymi jarzynami ( <b>SEL, MLE</b> ) 70/100g              | 139        | Pieczywo razowe ( <b>GLU PSZE, GLU ŻYT</b> ) 100g        | 231        |   |            | <b>B:</b>       | <b>105,2542</b> | <b>g</b>    |
|   | Pieczywo razowe ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) 100g                                | 231  | Ziemniaki z wody 200g  | 216        | Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 10g             | 75         |   |            | <b>T:</b>       | <b>63,39815</b> | <b>g</b>    |
|   | Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 10g                                    | 75   | Surówka z kapusty pekińskiej, kukurydzy, tymianku z majonezem ( <b>JAJ, GOR</b> ) 120g | 85         | Poledwica sopocka ( <b>GLU PSZ, SOJ</b> ) 60g            | 58         |   |            | <b>W:</b>       | <b>30,07785</b> | <b>g</b>    |
|   | Szynka z pasieki 60g  | 60   | Kompot z czarnej porzeczki b/c 200ml   | 15         | Pomidor 100g   | 17         |   |            | <b>Blonnik:</b> | <b>337,6784</b> | <b>g</b>    |
|   | Jabłko 150g   | 95   |  |            | Salata liście 10g  | 2          |   |            | <b>Sól</b>      | <b>47,3135</b>  | <b>g</b>    |
|   | Pomidor 30g   | 6    |  |            |  |            |   |            |                 |                 |             |
| Liść sałaty 10g   | 2   |      |  |            |  |            |   |            |                 |                 |             |
| Biszkopty ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) 30g   | 101   |      |  |            |  |            |   |            |                 |                 |             |
|   | <b>797</b>  |      |  | <b>741</b> |  | <b>383</b> |   | <b>348</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 pochodne wraz z laktozą.  
**ORZ** - Orzechy: włoskie, laskowe, pekan, nerkowce, białe, międzałw.  
**SEL** - Seler i pochodne.  
**MLE b/LAK** - Mleko i pochodne bez laktozy.  
**B:** białko [g]  
**W:** 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** - Jajka i pochodne.  
**RYB** - Ryby i pochodne.