

|   | ŚNIADANIE   | Kcal | OBIAD   | Kcal       | KOLACJA   | Kcal       | KOLACJA 2   | Kcal       |                 |          |      |
|---|---|------|---|------------|---|------------|---|------------|-----------------|----------|------|
| <b>1. DIETA<br/>PODSTAWOWA</b>  | Kasza manna ( <b>GLU PSZ</b> ) na mleku 2% ( <b>MLE</b> ) 300ml                 | 189  | Zupa jarzynowa ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) 400ml                         | 242        | Herbata czarna z/c 200ml  | 20         | Kefir ( <b>MLE</b> ) sokólski 180ml   | 90         | <b>EN:</b>      | 2467     | kcal |
|   | Kawa inka ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) z mlekiem 2% ( <b>MLE</b> ) z/c 200ml     | 46   | Pierogi ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) ruskie ( <b>MLE</b> ) z cebulką 220/10g   | 615        | Pieczywo pszenno-żytnie ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) 100g                        | 254        |   |            | <b>B:</b>       | 100,3055 | g    |
|   | Pieczywo pszenno-żytnie ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) 100g                        | 254  | Salata zielona z sosem vinegrette 75g                                     | 52         | Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 10g                                    | 75         |   |            | <b>T:</b>       | 83,9515  | g    |
|   | Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 10g                                    | 75   | Kompot z owoców mieszanych z/c 200ml                                      | 43         | Ryba ( <b>RYB</b> ) w sosie greckim ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) 100/100g            | 216        |   |            | <b>W:</b>       | 29,1054  | g    |
|   | Jajecznicza ( <b>JAJ</b> ) na maśle ( <b>MLE</b> ) 100g                         | 195  |   |            | Ogdek kiszony ( <b>GOR</b> ) 50g  | 6          |   |            | <b>Błonnik:</b> | 339,7685 | g    |
|   | Miód 20g  | 80   |   |            | Salata 10g  | 2          |   |            | <b>Sól</b>      | 24,5265  | g    |
| Papryka 30g   | 11  |      |   |            |   |            |   |            |                 |          |      |
| Salata liście 10g   | 2   |      |   |            |   |            |   |            |                 |          |      |
|   | <b>852</b>  |      |   | <b>952</b> |   | <b>573</b> |   | <b>90</b>  |                 |          |      |
| <b>2. DIETA<br/>ŁATWOSTRAWNA</b>  | Kasza manna ( <b>GLU PSZ</b> ) na mleku 2% ( <b>MLE</b> ) 300ml                 | 189  | Zupa jarzynowa ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) 400ml                         | 242        | Herbata czarna z/c 200ml  | 20         | Kefir ( <b>MLE</b> ) sokólski 180ml   | 90         | <b>EN:</b>      | 2441     | kcal |
|   | Kawa inka ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) z mlekiem 2% tł. ( <b>MLE</b> ) z/c 200ml | 46   | Pierogi ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) ruskie ( <b>MLE</b> ) bez cebulki 220/10g | 605        | Pieczywo pszenno-żytnie ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) 100g                        | 254        |   |            | <b>B:</b>       | 99,0485  | g    |
|   | Pieczywo pszenno-żytnie ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) 100g                        | 254  | Salata zielona z sosem vinegrette 75g                                     | 52         | Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 10g                                    | 75         |   |            | <b>T:</b>       | 83,6155  | g    |
|   | Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 10g                                    | 75   | Kompot z owoców mieszanych z/c 200ml                                      | 43         | Ryba ( <b>RYB</b> ) w sosie greckim ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) bez cebuli 100/100g | 210        |   |            | <b>W:</b>       | 29,0229  | g    |
|   | Jajecznicza ( <b>JAJ</b> ) na maśle ( <b>MLE</b> ) 100g                         | 195  |   |            | Salata 15g  | 3          |   |            | <b>Błonnik:</b> | 334,6965 | g    |
|   | Miód 20g  | 80   |   |            |   |            |   |            | <b>Sól</b>      | 23,2305  | g    |
| Pomidor 30g   | 6   |      |   |            |   |            |   |            |                 |          |      |
| Salata liście 10g   | 2   |      |   |            |   |            |   |            |                 |          |      |
|   | <b>847</b>  |      |   | <b>942</b> |   | <b>562</b> |   | <b>90</b>  |                 |          |      |
| <b>3. DIETA<br/>ŁATWOSTRAWNA<br/>Z OGRANICZENIEM<br/>TLUSZCZU</b>                 | Kasza manna ( <b>GLU PSZ</b> ) na mleku 2% ( <b>MLE</b> ) 300ml                 | 189  | Zupa jarzynowa ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) 400ml                         | 242        | Herbata czarna z/c 200ml  | 20         | Kefir ( <b>MLE</b> ) sokólski 180ml   | 90         | <b>EN:</b>      | 2228     | kcal |
|   | Kawa inka ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) z mlekiem 2% tł. ( <b>MLE</b> ) z/c 200ml | 46   | Pierogi ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) ruskie ( <b>MLE</b> ) bez cebulki 220/10g | 605        | Pieczywo pszenno-żytnie ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) 100g                        | 254        |   |            | <b>B:</b>       | 96,2185  | g    |
|   | Pieczywo pszenno-żytnie ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) 100g                        | 254  | Salata zielona z sosem vinegrette 75g                                     | 52         | Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 5g                                     | 37         |   |            | <b>T:</b>       | 61,7195  | g    |
|   | Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 5g                                     | 37   | Kompot z owoców mieszanych z/c 200ml                                      | 43         | Ryba ( <b>RYB</b> ) w sosie greckim ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) bez cebuli 100/100g | 210        |   |            | <b>W:</b>       | 17,9049  | g    |
|   | Poleđwica z pasieki 60g   | 58   |   |            | Salata 15g  | 3          |   |            | <b>Błonnik:</b> | 333,9135 | g    |
|   | Miód 20g  | 80   |   |            |   |            |   |            | <b>Sól</b>      | 23,2305  | g    |
| Pomidor 30g   | 6   |      |   |            |   |            |   |            |                 |          |      |
| Salata liście 10g   | 2   |      |   |            |   |            |   |            |                 |          |      |
|   | <b>672</b>  |      |   | <b>942</b> |   | <b>524</b> |   | <b>90</b>  |                 |          |      |
| <b>6. DIETA<br/>Z OGRANICZENIEM<br/>ŁATWO<br/>PRZYSWAJALNYCH<br/>WĘGLOWODANÓW</b> | Kasza manna ( <b>GLU PSZ</b> ) na mleku 2% ( <b>MLE</b> ) 300ml                 | 189  | Zupa jarzynowa ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) 400ml                         | 242        | Herbata czarna b/c 200ml  | 0          | Bulka graham ( <b>GLU PSZE</b> ) z masłem ( <b>MLE</b> ), wędliną i warzywami | 186        | <b>EN:</b>      | 2457     | kcal |
|   | Kawa inka ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) b/c 200ml                                 | 1    | Pierogi ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) ruskie ( <b>MLE</b> ) bez cebulki 220/10g | 605        | Pieczywo razowe ( <b>GLU PSZE, GLU ŻYT</b> ) 100g                               | 231        |   |            | <b>B:</b>       | 117,0895 | g    |
|   | Pieczywo razowe ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) 100g                                | 231  | Salata zielona z sosem vinegrette 75g                                     | 52         | Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 10g                                    | 75         |   |            | <b>T:</b>       | 89,3955  | g    |
|   | Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 10g                                    | 75   | Kompot z owoców mieszanych b/c 200ml                                      | 19         | Ryba ( <b>RYB</b> ) w sosie greckim ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) bez cebuli 100/100g | 210        |   |            | <b>W:</b>       | 31,7809  | g    |
|   | Jajecznicza ( <b>JAJ</b> ) na maśle ( <b>MLE</b> ) 100g                         | 195  |   |            | Salata 15g  | 3          |   |            | <b>Błonnik:</b> | 313,3505 | g    |
|   | Poleđwica z pasieki 30g   | 29   |   |            |   |            |   |            | <b>Sól</b>      | 33,9905  | g    |
| Papryka 50g   | 18  |      |   |            |   |            |   |            |                 |          |      |
| Pomidor 30g   | 6   |      |   |            |   |            |   |            |                 |          |      |
| Salata liście 10g   | 2   |      |   |            |   |            |   |            |                 |          |      |
|   | <b>744</b>  |      |   | <b>918</b> |   | <b>519</b> |   | <b>276</b> |                 |          |      |

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 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, białostacie, miodławy.  
**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** - Mieczałki i pochodne.  
**OZI** - Orzeszki ziemne i pochodne.  
**W:** węglowodany

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