

	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	Zupa selerowa ( <b>GLU PSZ, SEL, MLE</b> ) z ziemniakami 400ml	285	Herbata czarna z/c 200ml	20	Kefir ( <b>MLE</b> ) sokódski 180ml	90	<b>EN:</b> <b>B:</b> <b>T:</b> <b>W:</b> <b>Błonnik:</b> <b>Sól:</b>	<b>2264</b> <b>95,4793</b> <b>76,0748</b> <b>27,7127</b> <b>314,499</b> <b>30,325</b> <b>6,94</b>	<b>kcal</b> <b>g</b> <b>g</b> <b>g</b> <b>g</b> <b>g</b> <b>g</b>
	Kawa inka ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) z mlekiem 2% ( <b>MLE</b> ) z/c 200ml	46	Bigos popularny ( <b>GLU PSZ, SOJ</b> ) 200g	275	Pieczywo pszemno-żytnie ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) 100g	254	Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 10g	75			
	Pieczywo pszemno-żytnie ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) 100g	254	Ziemniaki z wody 200g	216	Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 10g	75	Szynka konserwowa 60g	52			
	Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 10g	75	Kompot z owoców mieszanych z/c 200ml	43	Jabłko 150g	95	Salata liście 10g	2			
	Jajko gotowane ( <b>JAJ</b> ) z sosem tatarskim ( <b>MLE, JAJ, GOR</b> ) 50/30g	212									
Kielbasa kanapkowa schabowa ( <b>GOR</b> ) 30g	31										
Papryka 30g	11										
Liść sałaty 10g	2										
	<b>857</b>			<b>819</b>		<b>498</b>		<b>90</b>			
<b>2. DIETA ŁATWOSTRAWNA</b>	Zacierka jajeczna ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) na mleku 2% tł ( <b>MLE</b> ) 300ml	226	Zupa selerowa ( <b>GLU PSZ, SEL, MLE</b> ) z ziemniakami 400ml	285	Herbata czarna z/c 200ml	20	Kefir ( <b>MLE</b> ) sokódski 180ml	90	<b>EN:</b> <b>B:</b> <b>T:</b> <b>W:</b> <b>Błonnik:</b> <b>Sól:</b>	<b>2075</b> <b>88,8493</b> <b>56,7442</b> <b>25,8601</b> <b>315,304</b> <b>26,02</b> <b>5,17</b>	<b>kcal</b> <b>g</b> <b>g</b> <b>g</b> <b>g</b> <b>g</b> <b>g</b>
	Kawa inka ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) z mlekiem 2% ( <b>MLE</b> ) z/c 200ml	46	Risotto z mięsem drobiowym i warzywami ( <b>GLU PSZE, MLE, SEL</b> ) 200/100g	362	Pieczywo pszemno-żytnie ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) 100g	254	Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 10g	75			
	Pieczywo pszemno-żytnie ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) 100g	254	Salata zielona z pomidorem i sosem vinegrette 75g	79	Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 10g	75	Szynka konserwowa 60g	52			
	Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 10g	75	Kompot z owoców mieszanych z/c 200ml	43	Jabłko 150g	95	Salata liście 10g	2			
	Jajko na miękko ( <b>JAJ</b> ) 50g	78									
Kielbasa kanapkowa schabowa ( <b>GOR</b> ) 30g	31										
Pomidor 30g	6										
Salata liście 10g	2										
	<b>718</b>			<b>769</b>		<b>498</b>		<b>90</b>			
<b>3. DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TLUSZCZU</b>	Zacierka jajeczna ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) na mleku 2% tł ( <b>MLE</b> ) 300ml	226	Zupa selerowa ( <b>GLU PSZ, SEL, MLE</b> ) z ziemniakami 400ml	285	Herbata czarna z/c 200ml	20	Kefir ( <b>MLE</b> ) sokódski 180ml	90	<b>EN:</b> <b>B:</b> <b>T:</b> <b>W:</b> <b>Błonnik:</b> <b>Sól:</b>	<b>2003</b> <b>88,6793</b> <b>48,5822</b> <b>22,2681</b> <b>316,198</b> <b>26,02</b> <b>5,91</b>	<b>kcal</b> <b>g</b> <b>g</b> <b>g</b> <b>g</b> <b>g</b> <b>g</b>
	Kawa inka ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) z mlekiem 2% ( <b>MLE</b> ) z/c 200ml	46	Risotto z mięsem drobiowym i warzywami ( <b>GLU PSZE, MLE, SEL</b> ) 200/100g	362	Pieczywo pszemno-żytnie ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) 100g	254	Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 5g	37			
	Pieczywo pszemno-żytnie ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) 100g	254	Salata zielona z pomidorem i sosem vinegrette 75g	79	Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 5g	37	Szynka konserwowa 60g	52			
	Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 5g	37	Kompot z owoców mieszanych z/c 200ml	43	Jabłko 150g	95	Salata liście 10g	2			
	Kielbasa kanapkowa schabowa ( <b>GOR</b> ) 60g	61									
Serek tartare ( <b>MLE, RYB</b> ) 20g	52										
Pomidor 30g	6										
Salata liście 10g	2										
	<b>684</b>			<b>769</b>		<b>460</b>		<b>90</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	Zupa selerowa ( <b>GLU PSZ, SEL, MLE</b> ) z ziemniakami 400ml	285	Herbata czarna b/c 200ml	0	Bulka graham ( <b>GLU PSZE</b> ) z masłem ( <b>MLE</b> ), wędliną i warzywami	186	<b>EN:</b> <b>B:</b> <b>T:</b> <b>W:</b> <b>Błonnik:</b> <b>Sól:</b>	<b>2144</b> <b>101,265</b> <b>61,8042</b> <b>28,3781</b> <b>313,833</b> <b>36,78</b> <b>6,37</b>	<b>kcal</b> <b>g</b> <b>g</b> <b>g</b> <b>g</b> <b>g</b> <b>g</b>
	Kawa inka ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) b/c 200ml	1	Risotto z mięsem drobiowym i warzywami ( <b>GLU PSZE, MLE, SEL</b> ) 200/100g	362	Pieczywo razowe ( <b>GLU PSZE, GLU ŻYT</b> ) 100g	231	Kefir ( <b>MLE</b> ) sokódski 180ml	90			
	Pieczywo razowe ( <b>GLU PSZE, GLU ŻYT</b> ) 100g	231	Salata zielona z pomidorem i sosem vinegrette 75g	79	Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 10g	75					
	Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 10g	75	Kompot z owoców mieszanych b/c 200ml	19	Szynka konserwowa 60g	52					
	Jajko na miękko ( <b>JAJ</b> ) 50g	78									
Kielbasa kanapkowa schabowa ( <b>GOR</b> ) 30g	31										
Pomidor 30g	6										
Salata liście 10g	2										
Papryka 50g	18										
	<b>668</b>			<b>745</b>		<b>455</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 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, orzechy, 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,