

	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 koperkowa ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) z ziemniakami 400ml	267	Herbata czarna mieszana z miętą z/c 200ml	20	Kisiel z truskawkami z/c 150g	86	<b>EN:</b>	<b>2574 kcal</b>
	Kawa inka ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) z mlekiem 2% ( <b>MLE</b> ) z/c 200ml	46	Ryba ( <b>RYB</b> ) smażona panierowana ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) 100g	332	Pieczywo pszenno-żytnie ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) 100g	254			<b>B:</b>	<b>106,718 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>90,7026 g</b>
	Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 10g	75	Surówka wielowarzywna ( <b>SEL, GOR</b> ) z olejem rzepakowym 120g	102	Salatka jarzynowa ( <b>JAJ, SEL</b> ) z majonezem ( <b>JAJ, GOR</b> ) 100g	172			<b>W:</b>	<b>31,0796 g</b>
Twarożek ze śmietaną ( <b>MLE</b> ) i rzodkiewką 150g	221	Kompot z owoców mieszanych z/c 200ml	43	Ser ( <b>MLE</b> ) żółty edamski 30g	105			<b>W:</b>	<b>348,812 g</b>	
Gruszka 130g	70			Liść sałaty 10g	2			<b>Blonnik:</b>	<b>28,3872 g</b>	
Pomidor 30g	6							<b>Sól:</b>	<b>4,94 g</b>	
Salata liście 10g	2									
	<b>900</b>			<b>960</b>		<b>628</b>		<b>86</b>		
<b>2. DIETA ŁATWOSTRAWNA</b>	Zacierka jajeczna ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) na mleku 2% tł ( <b>MLE</b> ) 300ml	226	Zupa koperkowa ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) z ziemniakami 400ml	267	Herbata czarna mieszana z miętą z/c 200ml	20	Kisiel z truskawkami z/c 150g	86	<b>EN:</b>	<b>2340 kcal</b>
	Kawa inka ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) z mlekiem 2% ( <b>MLE</b> ) z/c 200ml	46	Ryba z wody ( <b>RYB</b> ) z sosem pomidorowym ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) 100/100g	184	Pieczywo pszenno-żytnie ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) 100g	254			<b>B:</b>	<b>100,933 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>68,1326 g</b>
	Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 10g	75	Szpinak oprósany ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) 120g	91	Salatka jarzynowa ( <b>JAJ, SEL</b> ) z olejem 100g	126			<b>W:</b>	<b>32,6063 g</b>
Twarożek ze śmietaną ( <b>MLE</b> ) 150g	220	Kompot z owoców mieszanych z/c 200ml	43	Serek tartare ( <b>MLE, RYB</b> ) 20g	52			<b>W:</b>	<b>345,008 g</b>	
Jabłko 150g	95			Liść sałaty 10g	2			<b>Blonnik:</b>	<b>28,5798 g</b>	
Pomidor 30g	6							<b>Sól:</b>	<b>3,67 g</b>	
Salata liście 10g	2									
	<b>924</b>			<b>801</b>		<b>529</b>		<b>86</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 koperkowa ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) z ziemniakami 400ml	267	Herbata czarna mieszana z miętą z/c 200ml	20	Kisiel z truskawkami z/c 150g	86	<b>EN:</b>	<b>2264 kcal</b>
	Kawa inka ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) z mlekiem 2% ( <b>MLE</b> ) z/c 200ml	46	Ryba z wody ( <b>RYB</b> ) z sosem pomidorowym ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) 100/100g	184	Pieczywo pszenno-żytnie ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) 100g	254			<b>B:</b>	<b>100,863 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>59,8826 g</b>
	Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 5g	37	Szpinak oprósany ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) 120g	91	Salatka jarzynowa ( <b>JAJ, SEL</b> ) z olejem 100g	126			<b>W:</b>	<b>27,1343 g</b>
Twarożek ze śmietaną ( <b>MLE</b> ) 150g	220	Kompot z owoców mieszanych z/c 200ml	43	Serek tartare ( <b>MLE, RYB</b> ) 20g	52			<b>W:</b>	<b>344,938 g</b>	
Jabłko 150g	95			Liść sałaty 10g	2			<b>Blonnik:</b>	<b>28,5798 g</b>	
Pomidor 30g	6							<b>Sól:</b>	<b>3,66 g</b>	
Salata liście 10g	2									
	<b>886</b>			<b>801</b>		<b>491</b>		<b>86</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 koperkowa ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) z ziemniakami 400ml	267	Herbata czarna mieszana z miętą b/c 200ml	0	Bulka graham ( <b>GLU PSZE</b> ) z masłem ( <b>MLE</b> ), wędliną i warzywami	186	<b>EN:</b>	<b>2391 kcal</b>
	Kawa inka ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) b/c 200ml	1	Ryba z wody ( <b>RYB</b> ) z sosem pomidorowym ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) 100/100g	184	Pieczywo razowe ( <b>GLU PSZE, GLU ŻYT</b> ) 100g	231			<b>B:</b>	<b>111,426 g</b>
	Pieczywo razowe ( <b>GLU PSZE, GLU ŻYT</b> ) 100g	231	Ziemniaki z wody 200g	216	Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 10g	75			<b>T:</b>	<b>74,3315 g</b>
	Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 10g	75	Surówka wielowarzywna ( <b>SEL, GOR</b> ) z olejem rzepakowym 120g	102	Salatka jarzynowa ( <b>JAJ, SEL</b> ) z olejem 100g	126			<b>W:</b>	<b>31,464 g</b>
Twarożek ze śmietaną ( <b>MLE</b> ) 150g	220	Kompot z owoców mieszanych b/c 200ml	19	Serek tartare ( <b>MLE, RYB</b> ) 20g	52			<b>W:</b>	<b>338,462 g</b>	
Jabłko 150g	95			Liść sałaty 10g	2			<b>Blonnik:</b>	<b>39,215 g</b>	
Pomidor 30g	6							<b>Sól:</b>	<b>5,07 g</b>	
Salata liście 10g	2									
Ogórek świeży 50g	9									
	<b>865</b>			<b>788</b>		<b>486</b>		<b>252</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, nerkowce, pistacie, 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** - Jaja i pochodne,  
**RYB** - Ryby i pochodne,