

	ŚNIADANIE	Kcal	OBIAD	Kcal	KOLACJA	Kcal	KOLACJA 2	Kcal			
1. DIETA PODSTAWOWA	Płatki owsiane (GLU OW) na mleku 2% (MLE) 300ml	215	Żurek zabieleny (GLU ŻYT, MLE, SEL) z ziemniakami 400ml	317	Herbata czarna z/c 200ml	20	Kefir (MLE) sokódski 180ml	90	EN: B: T: w tym nasycone W: Błonnik: Sól:	2250 111,471 74,4812 27,8127 296,865 26,1711 4,34	kcal g g g g g g
	Kawa inka (GLU PSZ, GLU ŻYT) z mlekiem 2% (MLE) z/c 200ml	46	Gulasz wołowy (GLU PSZ) 70/100g	282	Pieczywo pszenno-żytnie (GLU PSZ, GLU ŻYT) 100g	254					
	Pieczywo pszenno-żytnie (GLU PSZ, GLU ŻYT) 100g	254	Kasza gryczana na sypko 150g	233	Masło extra 82% tł. porc. (MLE) 10g	75					
	Masło extra 82% tł. porc. (MLE) 10g	75	Salatka z buraczków z olejem rzepakowym 120g	98	Galaretką z kurczaka (SEL) 150g	161					
	Szynka konserwowa 60g	52	Kompot z czarnej porzeczki z/c 200ml	39	Salata 15g	3					
	Pomidor 100g	17			Pomidor 30g	6					
Papryka 30g	11										
Liść salaty 10g	2										
	672			969		519		90			
2. DIETA ŁATWOSTRAWNA	Płatki owsiane (GLU OW) na mleku 2% (MLE) 300ml	215	Zupa jarzynowa (GLU PSZ, MLE, SEL) 400ml	242	Herbata czarna z/c 200ml	20	Kefir (MLE) sokódski 180ml	90	EN: B: T: w tym nasycone W: Błonnik: Sól:	2193 107,994 73,5672 27,4885 288,523 27,5461 4,44	kcal g g g g g g
	Kawa inka (GLU PSZ, GLU ŻYT) z mlekiem 2% (MLE) z/c 200ml	46	Gulasz wołowy (GLU PSZ) 70/100g	282	Pieczywo pszenno-żytnie (GLU PSZ, GLU ŻYT) 100g	254					
	Pieczywo pszenno-żytnie (GLU PSZ, GLU ŻYT) 100g	254	Kasza jęczmienna na sypko (GLU JĘCZ) 200g	262	Masło extra 82% tł. porc. (MLE) 10g	75					
	Masło extra 82% tł. porc. (MLE) 10g	75	Salatka z buraczków z olejem rzepakowym 120g	98	Galaretką z kurczaka (SEL) 150g	161					
	Szynka konserwowa 60g	52	Kompot z czarnej porzeczki z/c 200ml	39	Salata 15g	3					
	Pomidor 100g	17			Pomidor 30g	6					
Salata liście 10g	2										
	661			923		519		90			
3. DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	Płatki owsiane (GLU OW) na mleku 2% (MLE) 300ml	215	Zupa jarzynowa (GLU PSZ, MLE, SEL) 400ml	242	Herbata czarna z/c 200ml	20	Kefir (MLE) sokódski 180ml	90	EN: B: T: w tym nasycone W: Błonnik: Sól:	2117 107,924 65,3172 22,0165 288,453 27,5461 4,44	kcal g g g g g g
	Kawa inka (GLU PSZ, GLU ŻYT) z mlekiem 2% (MLE) z/c 200ml	46	Gulasz wołowy (GLU PSZ) 70/100g	282	Pieczywo pszenno-żytnie (GLU PSZ, GLU ŻYT) 100g	254					
	Pieczywo pszenno-żytnie (GLU PSZ, GLU ŻYT) 100g	254	Kasza jęczmienna na sypko (GLU JĘCZ) 200g	262	Masło extra 82% tł. porc. (MLE) 5g	37					
	Masło extra 82% tł. porc. (MLE) 5g	37	Salatka z buraczków z olejem rzepakowym 120g	98	Galaretką z kurczaka (SEL) 150g	161					
	Szynka konserwowa 60g	52	Kompot z czarnej porzeczki z/c 200ml	39	Salata 15g	3					
	Pomidor 100g	17			Pomidor 30g	6					
Salata liście 10g	2										
	623			923		481		90			
6. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	Płatki owsiane (GLU OW) na mleku 2% (MLE) 300ml	215	Zupa jarzynowa (GLU PSZ, MLE, SEL) 400ml	242	Herbata czarna b/c 200ml	0	Bulka graham (GLU PSZ) z masłem (MLE), serkiem tartare (MLE) i warzywami	209	EN: B: T: w tym nasycone W: Błonnik: Sól:	2256 118,28 83,3872 33,2045 276,772 37,5061 5,13	kcal g g g g g g
	Kawa inka (GLU PSZ, GLU ŻYT) b/c 200ml	1	Gulasz wołowy (GLU PSZ) 70/100g	282	Pieczywo razowe (GLU PSZE, GLU ŻYT) 100g	231					
	Pieczywo razowe (GLU PSZE, GLU ŻYT) 100g	231	Kasza gryczana na sypko 150g	233	Masło extra 82% tł. porc. (MLE) 10g	75					
	Masło extra 82% tł. porc. (MLE) 10g	75	Salatka z buraczków z olejem rzepakowym 120g	98	Galaretką z kurczaka (SEL) 150g	161					
	Szynka konserwowa 60g	52	Kompot z czarnej porzeczki b/c 200ml	15	Salata 15g	3					
	Pomidor 100g	17			Pomidor 30g	6					
Papryka 50g	18										
Salata liście 10g	2										
	611			870		476		299			

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 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 - Jaja i pochodne,
RYB - Ryby i pochodne,