

|   | ŚNIADANIE   | Kcal | OBIAD   | Kcal       | KOLACJA   | Kcal       | KOLACJA 2   | Kcal       |          |          |      |                |
|---|---|------|---|------------|---|------------|---|------------|----------|----------|------|----------------|
| <b>1. DIETA<br/>PODSTAWOWA</b>  | Kasza jaglana na mleku 2% tł (MLE) 300ml                  | 209  | Zupa ogórkowa (GLU PSZ, SEL, MLE, GOR) 400ml  | 255        | Herbata czarna z/c 200ml                        | 20         | Jogurt (MLE) owocowy 150g                         | 92         | EN:      | 2328     | kcal |                |
|   | Kawa inka (GLU PSZ, GLU ŻYT) z mlekiem 2% (MLE) z/c 200ml | 46   | Pulpet drobiowy (GLU PSZ, JAJ) w sosie potrawkowym z rodzynkami (GLU PSZ, MLE) 100/100g | 227        | Pieczywo pszenno-żytnie (GLU PSZ, GLU ŻYT) 100g | 254        |   |            | B:       | 115,571  | g    |                |
|   | Pieczywo pszenno-żytnie (GLU PSZ, GLU ŻYT) 100g           | 254  | Ziemniaki z wody 200g   | 216        | Masło extra 82% tł. porc. (MLE) 10g             | 75         |   |            | T:       | 63,93    | g    |                |
|   | Masło extra 82% tł. porc. (MLE) 10g                       | 75   | Surówka wielowarzynna (SEL, GOR) z olejem rzepakowym 120g                               | 102        | Szab pieczony z Bobrownik 60g                   | 91         |   |            | W:       | 30,73425 | g    | w tym nasycone |
|   | Twarożek ze śmietaną (MLE) i szczypiorkiem 150g           | 221  | Kompot z owoców leśnych z/c 200ml   | 43         | Pomidor 100g                                    | 17         |   |            | W:       | 336,1075 | g    |                |
|   | Banan 120g  | 116  |   |            | Salata liście 10g                               | 2          |   |            | Błonnik: | 25,823   | g    |                |
|   | Papryka 30g   | 11   |   |            |   |            |   |            | Sól:     | 5,58     | g    |                |
| Salata liście 10g   | 2   |      |   |            |   |            |   |            |          |          |      |                |
|   | <b>934</b>  |      |   | <b>843</b> |   | <b>459</b> |   | <b>92</b>  |          |          |      |                |
| <b>2. DIETA<br/>ŁATWOSTRAWNA</b>  | Kasza jaglana na mleku 2% tł (MLE) 300ml                  | 209  | Zupa kalafiorowa z ziemniakami (GLU PSZ, MLE, SEL) 400ml                                | 245        | Herbata czarna z/c 200ml                        | 20         | Jogurt (MLE) owocowy 150g                         | 92         | EN:      | 2254     | kcal |                |
|   | Kawa inka (GLU PSZ, GLU ŻYT) z mlekiem 2% (MLE) z/c 200ml | 46   | Pulpet drobiowy (GLU PSZ, JAJ) w sosie potrawkowym z rodzynkami (GLU PSZ, MLE) 100/100g | 227        | Pieczywo pszenno-żytnie (GLU PSZ, GLU ŻYT) 100g | 254        |   |            | B:       | 117,312  | g    |                |
|   | Pieczywo pszenno-żytnie (GLU PSZ, GLU ŻYT) 100g           | 254  | Ziemniaki z wody 200g   | 216        | Masło extra 82% tł. porc. (MLE) 10g             | 75         |   |            | T:       | 55,883   | g    |                |
|   | Masło extra 82% tł. porc. (MLE) 10g                       | 75   | Fasolka szparagowa z wody 120g  | 44         | Szab pieczony z Bobrownik 60g                   | 91         |   |            | W:       | 30,20685 | g    | w tym nasycone |
|   | Twarożek ze śmietaną (MLE) 150g                           | 220  | Kompot z owoców leśnych z/c 200ml   | 43         | Pomidor 100g                                    | 17         |   |            | W:       | 334,2295 | g    |                |
|   | Banan 120g  | 116  |   |            | Salata liście 10g                               | 2          |   |            | Błonnik: | 26,698   | g    |                |
|   | Pomidor 30g   | 6    |   |            |   |            |   |            | Sól:     | 4,66     | g    |                |
| Salata liście 10g   | 2   |      |   |            |   |            |   |            |          |          |      |                |
|   | <b>928</b>  |      |   | <b>775</b> |   | <b>459</b> |   | <b>92</b>  |          |          |      |                |
| <b>3. DIETA<br/>ŁATWOSTRAWNA<br/>Z OGRANICZENIEM<br/>TŁUSZCZU</b>                 | Kasza jaglana na mleku 2% tł (MLE) 300ml                  | 209  | Zupa kalafiorowa z ziemniakami (GLU PSZ, MLE, SEL) 400ml                                | 245        | Herbata czarna z/c 200ml                        | 20         | Jogurt (MLE) owocowy 150g                         | 92         | EN:      | 2178     | kcal |                |
|   | Kawa inka (GLU PSZ, GLU ŻYT) z mlekiem 2% (MLE) z/c 200ml | 46   | Pulpet drobiowy (GLU PSZ, JAJ) w sosie potrawkowym z rodzynkami (GLU PSZ, MLE) 100/100g | 227        | Pieczywo pszenno-żytnie (GLU PSZ, GLU ŻYT) 100g | 254        |   |            | B:       | 117,242  | g    |                |
|   | Pieczywo pszenno-żytnie (GLU PSZ, GLU ŻYT) 100g           | 254  | Ziemniaki z wody 200g   | 216        | Masło extra 82% tł. porc. (MLE) 5g              | 37         |   |            | T:       | 47,633   | g    |                |
|   | Masło extra 82% tł. porc. (MLE) 5g                        | 37   | Fasolka szparagowa z wody 120g  | 44         | Szab pieczony z Bobrownik 60g                   | 91         |   |            | W:       | 24,73485 | g    | w tym nasycone |
|   | Twarożek ze śmietaną (MLE) 150g                           | 220  | Kompot z owoców leśnych z/c 200ml   | 43         | Pomidor 100g                                    | 17         |   |            | W:       | 334,2295 | g    |                |
|   | Banan 120g  | 116  |   |            | Salata liście 10g                               | 2          |   |            | Błonnik: | 26,698   | g    |                |
|   | Pomidor 30g   | 6    |   |            |   |            |   |            | Sól:     | 4,66     | g    |                |
| Salata liście 10g   | 2   |      |   |            |   |            |   |            |          |          |      |                |
|   | <b>890</b>  |      |   | <b>775</b> |   | <b>421</b> |   | <b>92</b>  |          |          |      |                |
| <b>6. DIETA<br/>Z OGRANICZENIEM<br/>ŁATWO<br/>PRZYSWAJALNYCH<br/>WĘGLOWODANÓW</b> | Kasza jaglana na mleku 2% tł (MLE) 300ml                  | 209  | Zupa kalafiorowa z ziemniakami (GLU PSZ, MLE, SEL) 400ml                                | 245        | Herbata czarna b/c 200ml                        | 0          | Bulka graham (GLU PSZ) z masłem (MLE) i warzywami | 157        | EN:      | 2350     | kcal |                |
|   | Kawa inka (GLU PSZ, GLU ŻYT) b/c 200ml                    | 1    | Pulpet drobiowy (GLU PSZ, JAJ) w sosie potrawkowym z rodzynkami (GLU PSZ, MLE) 100/100g | 227        | Pieczywo razowe (GLU PSZ, GLU ŻYT) 100g         | 231        | Jogurt (MLE) naturalny 150g                       | 90         | B:       | 122,86   | g    |                |
|   | Pieczywo razowe (GLU PSZE, GLU ŻYT) 100g                  | 231  | Ziemniaki z wody 200g   | 216        | Masło extra 82% tł. porc. (MLE) 10g             | 75         |   |            | T:       | 69,315   | g    |                |
|   | Masło extra 82% tł. porc. (MLE) 10g                       | 75   | Surówka wielowarzynna (SEL, GOR) z olejem rzepakowym 120g                               | 102        | Szab pieczony z Bobrownik 60g                   | 91         |   |            | W:       | 33,61775 | g    | w tym nasycone |
|   | Twarożek ze śmietaną (MLE) 150g                           | 220  | Kompot z owoców mieszanych b/c 200ml  | 19         | Pomidor 100g                                    | 17         |   |            | W:       | 327,6475 | g    |                |
|   | Banan 120g  | 116  |   |            | Salata liście 10g                               | 2          |   |            | Błonnik: | 36,688   | g    |                |
|   | Pomidor 30g   | 6    |   |            |   |            |   |            | Sól:     | 5,47     | mg   |                |
| Salata liście 10g   | 2   |      |   |            |   |            |   |            |          |          |      |                |
| Papryka 50g   | 18  |      |   |            |   |            |   |            |          |          |      |                |
|   | <b>878</b>  |      |   | <b>809</b> |   | <b>416</b> |   | <b>247</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 w receptur kulinarnych dostępny jest w biurze Kuchni.  
 Szczegółowy wykaz diet przygotowywanych w Szpitalu dostępne są w biurze Kuchni

**Legenda:**

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszennym,  
 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: tłuszcz

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 tłuszczce 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 - Jaja i pochodne,  
 RYB - Ryby i pochodne.