

	ŚNIADANIE	Kcal	OBIAD	Kcal	KOLACJA	Kcal	KOLACJA 2	Kcal		
1. DIETA PODSTAWOWA	Zacierka jajeczna (GLU PSZ, JAJ) na mleku 2% tł (MLE) 300ml	226	Zupa z soczewicy z ziemniakami (GLU PSZ, SEL) 400ml	289	Herbata czarna z/c 200ml	20	Kisiel z truskawkami z/c 150g	86	EN:	2537 kcal
	Kawa inka (GLU PSZ, GLU ŻYT) z mlekiem 2% (MLE) z/c 200ml	46	Ryba (RYB) smażona panierowana (GLU PSZ, JAJ) 100g	332	Pieczywo pszenno-żytnie (GLU PSZ, GLU ŻYT) 100g	254			B:	92,2339 g
	Pieczywo pszenno-żytnie (GLU PSZ, GLU ŻYT) 100g	254	Ziemniaki z wody 200g	216	Masło extra 82% tł. porc. (MLE) 10g	75			T:	93,533 g
	Masło extra 82% tł. porc. (MLE) 10g	75	Surówka z kapusty pekińskiej i papryki z olejem rzepakowym 120g	78	Salatka jarzynowa (JAJ, SEL) z majonezem (JAJ, GOR) 100g	172			W:	31,766 g
	Pasta z jaj (JAJ, MLE) 75g	186	Kompot z owoców mieszanych z/c 200ml	43	Serek tartare (MLE, RYB) 20g	52			W:	347,125 g
	Pierś z indyka gotowana 30g (SOJ, MLE)	29			Liść sałaty 10g	2			Błonnik:	31,4544 g
Jabłko 150g	95							Sól:	4,84 g	
Ogórek świeży 30g	5									
Salata liście 10g	2									
	918			958		575		86		
2. DIETA ŁATWOSTRAWNA	Zacierka jajeczna (GLU PSZ, JAJ) na mleku 2% tł (MLE) 300ml	226	Zupa z soczewicy z ziemniakami (GLU PSZ, SEL) 400ml	289	Herbata czarna z/c 200ml	20	Kisiel z truskawkami z/c 150g	86	EN:	2249 kcal
	Kawa inka (GLU PSZ, GLU ŻYT) z mlekiem 2% (MLE) z/c 200ml	46	Ryba z wody (RYB) z sosem pomidorowym (GLU PSZ, MLE) 100/100g	184	Pieczywo pszenno-żytnie (GLU PSZ, GLU ŻYT) 100g	254			B:	92,2083 g
	Pieczywo pszenno-żytnie (GLU PSZ, GLU ŻYT) 100g	254	Ziemniaki z wody 200g	216	Masło extra 82% tł. porc. (MLE) 10g	75			T:	64,3476 g
	Masło extra 82% tł. porc. (MLE) 10g	75	Szpinak oprószony (GLU PSZ, MLE) 120g	91	Salatka jarzynowa (JAJ, SEL) z olejem 100g	126			W:	28,0811 g
	Jajko na miękko (JAJ) 50g	78	Kompot z owoców mieszanych z/c 200ml	43	Serek tartare (MLE, RYB) 20g	52			W:	340,295 g
	Pierś z indyka gotowana 30g (SOJ, MLE)	29			Liść sałaty 10g	2			Błonnik:	31,4078 g
Jabłko 150g	95							Sól:	4,30 g	
Pomidor 30g	6									
Salata liście 10g	2									
	811			823		529		86		
3. DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TLUSZCZU	Zacierka jajeczna (GLU PSZ, JAJ) na mleku 2% tł (MLE) 300ml	226	Zupa z soczewicy z ziemniakami (GLU PSZ, SEL) 400ml	289	Herbata czarna z/c 200ml	20	Kisiel z truskawkami z/c 150g	86	EN:	2152 kcal
	Kawa inka (GLU PSZ, GLU ŻYT) z mlekiem 2% (MLE) z/c 200ml	46	Ryba z wody (RYB) z sosem pomidorowym (GLU PSZ, MLE) 100/100g	184	Pieczywo pszenno-żytnie (GLU PSZ, GLU ŻYT) 100g	254			B:	95,0383 g
	Pieczywo pszenno-żytnie (GLU PSZ, GLU ŻYT) 100g	254	Ziemniaki z wody 200g	216	Masło extra 82% tł. porc. (MLE) 5g	37			T:	52,3756 g
	Masło extra 82% tł. porc. (MLE) 5g	37	Szpinak oprószony (GLU PSZ, MLE) 120g	91	Salatka jarzynowa (JAJ, SEL) z olejem 100g	126			W:	21,5591 g
	Pierś z indyka gotowana 60g (SOJ, MLE)	57	Kompot z owoców mieszanych z/c 200ml	43	Polegdownica z pasliki 30g	29			W:	340,519 g
	Serek tartare (MLE, RYB) 20g	52			Liść sałaty 10g	2			Błonnik:	31,4078 g
Jabłko 150g	95							Sól:	5,33 g	
Pomidor 30g	6									
Salata liście 10g	2									
	775			823		468		86		
6. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	Zacierka jajeczna (GLU PSZ, JAJ) na mleku 2% tł (MLE) 300ml	226	Zupa z soczewicy z ziemniakami (GLU PSZ, SEL) 400ml	289	Herbata czarna b/c 200ml	0	Bulka graham (GLU PSZE) z masłem (MLE), wędliną i warzywami	186	EN:	2267 kcal
	Kawa inka (GLU PSZ, GLU ŻYT) b/c 200ml	1	Ryba z wody (RYB) z sosem pomidorowym (GLU PSZ, MLE) 100/100g	184	Pieczywo razowe (GLU PSZE, GLU ŻYT) 100g	231			B:	102,236 g
	Pieczywo razowe (GLU PSZE, GLU ŻYT) 100g	231	Ziemniaki z wody 200g	216	Masło extra 82% tł. porc. (MLE) 10g	75			T:	68,5886 g
	Masło extra 82% tł. porc. (MLE) 10g	75	Surówka z kapusty pekińskiej i papryki z olejem rzepakowym 120g	78	Salatka jarzynowa (JAJ, SEL) z olejem 100g	126			W:	26,8244 g
	Jajko na miękko (JAJ) 50g	78	Kompot z owoców mieszanych b/c 200ml	19	Serek tartare (MLE, RYB) 20g	52			W:	329,829 g
	Pierś z indyka gotowana 30g (SOJ, MLE)	29			Liść sałaty 10g	2			Błonnik:	41,1622 g
Jabłko 150g	95							Sól:	5,44 g	
Pomidor 30g	6									
Salata liście 10g	2									
	743			786		486		252		

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 - Lubiń 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,