

	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	Żurek zabieliany ( <b>GLU ŻYT, MLE, SEL</b> ) z ziemniakami 400ml	317	Herbata czarna z/c 200ml	20	Mus owocowo-warzywny z mango w tubce 100g	70	<b>EN:</b>	<b>2439 kcal</b>
	Kawa inka ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) z mlekiem 2% ( <b>MLE</b> ) z/c 200ml	46	Zraziki mielone smażone ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) z sosem chrzanowym ( <b>GLU PSZ, MLE, SOZ</b> ) 100/100g	396	Pieczywo pszenno-żytnie ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) 100g	254			<b>B:</b>	<b>95,0488 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>8393765 g</b>
	Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 10g	75	Surówka z kapusty pekińskiej, pomidora, pora ze śmietaną ( <b>MLE</b> ) 120g	44	Szynka konserwowa 60g	52			<b>W:</b>	<b>339,832 g</b>
	Jajko gotowane ( <b>JAJ</b> ) z sosem tatarskim ( <b>MLE, JAJ, GOR</b> ) 50/30g	212	Kompot z czarnej porzeczki z/c 200ml	39	Salata 15g	3			<b>Błonnik:</b>	<b>27,686 g</b>
	Kielbasa kanapkowa zawsze bez dodatku E 30g	57			Pomidor 30g	6			<b>Sól:</b>	<b>5,18 g</b>
	Gruszka 130g	70								
Ogórek świeży 30g	5									
Salata liście 10g	2									
	<b>947</b>			<b>1012</b>		<b>410</b>		<b>70</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	Mus owocowo-warzywny z mango w tubce 100g	70	<b>EN:</b>	<b>2128 kcal</b>
	Kawa inka ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) z mlekiem 2% ( <b>MLE</b> ) z/c 200ml	46	Hasze z wołowiny z sosem ( <b>GLU PSZ, SEL, MLE</b> ) 100/100g	237	Pieczywo pszenno-żytnie ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) 100g	254			<b>B:</b>	<b>98,5903 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>61,5026 g</b>
	Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 10g	75	Szpinak oprósany ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) 120g	91	Szynka konserwowa 60g	52			<b>W:</b>	<b>31,5675 g</b>
	Jajko na miękko ( <b>JAJ</b> ) 50g	78	Kompot z czarnej porzeczki z/c 200ml	39	Salata 15g	3			<b>Błonnik:</b>	<b>308,956 g</b>
	Kielbasa kanapkowa zawsze bez dodatku E 30g	57			Pomidor 30g	6			<b>Sól:</b>	<b>5,11 g</b>
	Mandarynka 80g	36								
Pomidor 30g	6									
Salata liście 10g	2									
	<b>780</b>			<b>868</b>		<b>410</b>		<b>70</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	Mus owocowo-warzywny z mango w tubce 100g	70	<b>EN:</b>	<b>2082 kcal</b>
	Kawa inka ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) z mlekiem 2% ( <b>MLE</b> ) z/c 200ml	46	Hasze z wołowiny z sosem ( <b>GLU PSZ, SEL, MLE</b> ) 100/100g	237	Pieczywo pszenno-żytnie ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) 100g	254			<b>B:</b>	<b>99,9203 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>55,6206 g</b>
	Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 5g	37	Szpinak oprósany ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) 120g	91	Szynka konserwowa 60g	52			<b>W:</b>	<b>28,8155 g</b>
	Kielbasa kanapkowa zawsze bez dodatku E 60g	113	Kompot z czarnej porzeczki z/c 200ml	39	Salata 15g	3			<b>Błonnik:</b>	<b>309,61 g</b>
	Serek tartare ( <b>MLE, RYB</b> ) 20g	52			Pomidor 30g	6			<b>Sól:</b>	<b>5,79 g</b>
	Mandarynka 80g	36								
Pomidor 30g	6									
Salata liście 10g	2									
	<b>772</b>			<b>868</b>		<b>372</b>		<b>70</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> ), twarogiem ( <b>MLE</b> ) i warzywami	160	<b>EN:</b>	<b>2106 kcal</b>
	Kawa inka ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) b/c 200ml	1	Hasze z wołowiny z sosem ( <b>GLU PSZ, SEL, MLE</b> ) 100/100g	237	Pieczywo razowe ( <b>GLU PSZE, GLU ŻYT</b> ) 100g	231			<b>B:</b>	<b>108,28 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>58,7422 g</b>
	Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 10g	75	Surówka z kapusty pekińskiej, pomidora, pora ze śmietaną ( <b>MLE</b> ) 120g	44	Szynka konserwowa 60g	52			<b>W:</b>	<b>29,1975 g</b>
	Jajko na miękko ( <b>JAJ</b> ) 50g	78	Kompot z czarnej porzeczki b/c 200ml	15	Salata 15g	3			<b>Błonnik:</b>	<b>304,306 g</b>
	Kielbasa kanapkowa zawsze bez dodatku E 30g	57			Pomidor 30g	6			<b>Sól:</b>	<b>5,61 g</b>
	Mandarynka 80g	36								
Pomidor 30g	6									
Salata liście 10g	2									
	<b>712</b>			<b>797</b>		<b>367</b>		<b>230</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, 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,