

	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 szpinakowa z ziemniakami ( <b>GLU PSZ, SEL, MLE</b> ) 400ml	270	Barszcz czerwony czysty 200ml	34	Mus owocowo-warzywny z mango w tubce 100g	70	<b>EN:</b>	<b>2619</b>	<b>kcal</b>
	Kawa inka ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) z mlekiem 2% ( <b>MLE</b> ) z/c 200ml	46	Jajo w sosie chrzanowym 50/100g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2</b> )	177	Pieczycwo pszenno-żytnie ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) 100g	254			<b>B:</b>	<b>107,942</b>	<b>g</b>
	Pieczycwo 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>75,5809</b>	<b>g</b>
	Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 10g	75	Surówka z marchwi z olejem rzepakowym 120g	96	Pierogi z kapustą i grzybami 150g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> )	331			<b>W:</b>	<b>30,61068</b>	<b>g</b>
	Twarożek ze śmietaną ( <b>MLE</b> ) i rzodkiewką 150g	221	Kompot z czarnej porzeczki z/c 200ml	39	Ryba po grecku 50/50g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL</b> )	111			<b>Błonnik:</b>	<b>37,334</b>	<b>g</b>
	Banan 120g	116			Salata liście 10g	2			<b>Sól:</b>	<b>4,58</b>	<b>g</b>
	Pomidor 30g	6									
Liść salaty 10g	2										
	<b>944</b>			<b>798</b>		<b>807</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 szpinakowa z ziemniakami ( <b>GLU PSZ, SEL, MLE</b> ) 400ml	270	Barszcz czerwony czysty 200ml	34	Mus owocowo-warzywny z mango w tubce 100g	70	<b>EN:</b>	<b>2867</b>	<b>kcal</b>
	Kawa inka ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) z mlekiem 2% ( <b>MLE</b> ) z/c 200ml	46	Kollet jarski z ryżu i warzyw z sosem koperkowym ( <b>GLU PSZ, MLE</b> )	377	Pieczycwo pszenno-żytnie ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) 100g	254			<b>B:</b>	<b>110,6081</b>	<b>g</b>
	Pieczycwo 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>85,06361</b>	<b>g</b>
	Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 10g	75	Surówka z pomidorów z olejem rzepakowym 120g	65	Pierogi ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) ruskie ( <b>MLE</b> ) bez cebulki 150g	412			<b>W:</b>	<b>28,42341</b>	<b>g</b>
	Twarożek ze śmietaną ( <b>MLE</b> ) 150g	220	Kompot z czarnej porzeczki z/c 200ml	39	Ryba po grecku 50/50g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL</b> ) bez cebuli	108			<b>W:</b>	<b>432,5198</b>	<b>g</b>
	Banan 120g	116			Salata liście 10g	2			<b>Błonnik:</b>	<b>36,7492</b>	<b>g</b>
	Pomidor 30g	6							<b>Sól:</b>	<b>3,75</b>	<b>g</b>
Liść salaty 10g	2										
	<b>945</b>			<b>967</b>		<b>885</b>		<b>70</b>			
<b>3. DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU</b>	Zacierka jajeczna ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) na mleku 2% tł ( <b>MLE</b> ) 300ml	226	Zupa szpinakowa z ziemniakami ( <b>GLU PSZ, SEL, MLE</b> ) 400ml	270	Barszcz czerwony czysty 200ml	34	Mus owocowo-warzywny z mango w tubce 100g	70	<b>EN:</b>	<b>2791</b>	<b>kcal</b>
	Kawa inka ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) z mlekiem 2% ( <b>MLE</b> ) z/c 200ml	46	Kollet jarski z ryżu i warzyw z sosem koperkowym ( <b>GLU PSZ, MLE</b> )	377	Pieczycwo pszenno-żytnie ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) 100g	254			<b>B:</b>	<b>110,5381</b>	<b>g</b>
	Pieczycwo pszenno-żytnie ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) 100g	254	Ziemniaki z wody 200g	216	Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 10g	37			<b>T:</b>	<b>76,81361</b>	<b>g</b>
	Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 10g	37	Surówka z pomidorów z olejem rzepakowym 120g	65	Pierogi ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) ruskie ( <b>MLE</b> ) bez cebulki 150g	412			<b>W:</b>	<b>22,95141</b>	<b>g</b>
	Twarożek ze śmietaną ( <b>MLE</b> ) 150g	220	Kompot z czarnej porzeczki z/c 200ml	39	Ryba po grecku 50/50g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL</b> ) bez cebuli	108			<b>W:</b>	<b>432,4498</b>	<b>g</b>
	Banan 120g	116			Salata liście 10g	2			<b>Błonnik:</b>	<b>36,7492</b>	<b>g</b>
	Pomidor 30g	6							<b>Sól:</b>	<b>3,75</b>	<b>g</b>
Liść salaty 10g	2										
	<b>907</b>			<b>967</b>		<b>847</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 szpinakowa z ziemniakami ( <b>GLU PSZ, SEL, MLE</b> ) 400ml	270	Barszcz czerwony czysty 200ml	34	Mus owocowo-warzywny z mango w tubce 100g	70	<b>EN:</b>	<b>2783</b>	<b>kcal</b>
	Kawa inka ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) b/c 200ml	1	Kollet jarski z ryżu i warzyw z sosem koperkowym ( <b>GLU PSZ, MLE</b> )	377	Pieczycwo razowe ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) 100g	231			<b>B:</b>	<b>111,5881</b>	<b>g</b>
	Pieczycwo razowe ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) 100g	231	Ziemniaki z wody 200g	216	Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 10g	75			<b>T:</b>	<b>85,85561</b>	<b>g</b>
	Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 10g	75	Surówka z marchwi z olejem rzepakowym 120g	96	Pierogi ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) ruskie ( <b>MLE</b> ) bez cebulki 150g	412			<b>W:</b>	<b>27,96819</b>	<b>g</b>
	Twarożek ze śmietaną ( <b>MLE</b> ) 150g	220	Kompot z czarnej porzeczki b/c 200ml	15	Ryba po grecku 50/50g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL</b> ) bez cebuli	108			<b>W:</b>	<b>412,6638</b>	<b>g</b>
	Banan 120g	116			Salata liście 10g	2			<b>Błonnik:</b>	<b>45,6852</b>	<b>g</b>
	Pomidor 30g	6							<b>Sól:</b>	<b>3,91</b>	<b>mg</b>
Liść salaty 10g	2										
	<b>877</b>			<b>974</b>		<b>862</b>		<b>70</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 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 pszenny,  
**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,  
**SO2** - 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.