

	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 koperkowa (GLU PSZ, MLE, SEL) z ziemniakami 400ml	267	Herbata czarna z/c 200ml	20	Jogurt (MLE) owocowy 150g	92	EN:	2475 kcal
	Kawa inka (GLU PSZ, GLU ŻYT) z mlekiem 2% (MLE) z/c 200ml	46	Bigos popularny (GLU PSZ, SOJ) 200g	275	Pieczywo pszenno-żytnie (GLU PSZ, GLU ŻYT) 100g	254			B:	120,049 g
	Pieczywo pszenno-żytnie (GLU PSZ, GLU ŻYT) 100g	254	Ziemniaki z wody 200g	216	Masło extra 82% tł. porc. (MLE) 10g	75			T:	91,5368 g
	Masło extra 82% tł. porc. (MLE) 10g	75	Kompot z owoców leśnych z/c 200ml	43	Śledź (RYB) w oleju 100/20g	315			W:	35,2589 g
	Twarożek ze śmietaną (MLE) 150g	220			Ser (MLE) topiony trójkącik 17g	52			W:	304,915 g
	Mandarynka 80g	36			Salata liście 10g	2			Błonnik:	24,606 g
	Ogórek świeży 30g	5							Sól:	6,13 g
	Salata liście 10g	2								
		864		801		718		92		
2. DIETA ŁATWOSTRAWNA	Zacierka jajeczna (GLU PSZ, JAJ) na mleku 2% tł (MLE) 300ml	226	Zupa koperkowa (GLU PSZ, MLE, SEL) z ziemniakami 400ml	267	Herbata czarna z/c 200ml	20	Jogurt (MLE) owocowy 150g	92	EN:	2241 kcal
	Kawa inka (GLU PSZ, GLU ŻYT) z mlekiem 2% (MLE) z/c 200ml	46	Risotto z mięsem drobiowym i warzywami (GLU PSZE, MLE, SEL) 200/100g	362	Pieczywo pszenno-żytnie (GLU PSZ, GLU ŻYT) 100g	254			B:	119,959 g
	Pieczywo pszenno-żytnie (GLU PSZ, GLU ŻYT) 100g	254	Bukiet jarzyn z wody 120g	48	Masło extra 82% tł. porc. (MLE) 10g	75			T:	58,6062 g
	Masło extra 82% tł. porc. (MLE) 10g	75	Kompot z owoców leśnych z/c 200ml	43	Ryba z wody (RYB) w sosie pomidorowym (GLU PSZ, MLE) 100/100g	184			W:	29,2648 g
	Twarożek ze śmietaną (MLE) 150g	220			Poędwica z pasieki 30g	29			W:	320,623 g
	Mandarynka 80g	36			Liść sałaty 10g	2			Błonnik:	24,786 g
	Pomidor 30g	6							Sól:	4,21 g
	Salata liście 10g	2								
		865		720		564		92		
3. DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TLUSZCZU	Zacierka jajeczna (GLU PSZ, JAJ) na mleku 2% tł (MLE) 300ml	226	Zupa koperkowa (GLU PSZ, MLE, SEL) z ziemniakami 400ml	267	Herbata czarna z/c 200ml	20	Jogurt (MLE) owocowy 150g	92	EN:	2165 kcal
	Kawa inka (GLU PSZ, GLU ŻYT) z mlekiem 2% (MLE) z/c 200ml	46	Risotto z mięsem drobiowym i warzywami (GLU PSZE, MLE, SEL) 200/100g	362	Pieczywo pszenno-żytnie (GLU PSZ, GLU ŻYT) 100g	254			B:	119,889 g
	Pieczywo pszenno-żytnie (GLU PSZ, GLU ŻYT) 100g	254	Bukiet jarzyn z wody 120g	48	Masło extra 82% tł. porc. (MLE) 5g	37			T:	50,3562 g
	Masło extra 82% tł. porc. (MLE) 5g	37	Kompot z owoców leśnych z/c 200ml	43	Ryba z wody (RYB) w sosie pomidorowym (GLU PSZ, MLE) 100/100g	184			W:	23,7928 g
	Twarożek ze śmietaną (MLE) 150g	220			Poędwica z pasieki 30g	29			W:	320,553 g
	Mandarynka 80g	36			Liść sałaty 10g	2			Błonnik:	24,786 g
	Pomidor 30g	6							Sól:	4,21 g
	Salata liście 10g	2								
		827		720		526		92		
6. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	Zacierka jajeczna (GLU PSZ, JAJ) na mleku 2% tł (MLE) 300ml	226	Zupa koperkowa (GLU PSZ, MLE, SEL) z ziemniakami 400ml	267	Herbata czarna b/c 200ml	0	Bulka graham (GLU PSZE) z masłem (MLE), wędliną i warzywami	186	EN:	2290 kcal
	Kawa inka (GLU PSZ, GLU ŻYT) b/c 200ml	1	Risotto z mięsem drobiowym i warzywami (GLU PSZE, MLE, SEL) 200/100g	362	Pieczywo razowe (GLU PSZE, GLU ŻYT) 100g	231			B:	132,534 g
	Pieczywo razowe (GLU PSZE, GLU ŻYT) 100g	231	Bukiet jarzyn z wody 120g	48	Masło extra 82% tł. porc. (MLE) 10g	75	Jogurt (MLE) naturalny 150g	90	T:	64,1312 g
	Masło extra 82% tł. porc. (MLE) 10g	75	Kompot z owoców leśnych z/c 200ml	19	Ryba z wody (RYB) w sosie pomidorowym (GLU PSZ, MLE) 100/100g	184			W:	32,1908 g
	Twarożek ze śmietaną (MLE) 150g	220			Poędwica z pasieki 30g	29			W:	312,39 g
	Mandarynka 80g	36			Liść sałaty 10g	2			Błonnik:	33,956 g
	Pomidor 30g	6							Sól:	5,47 g
	Salata liście 10g	2								
		797		696		521		276		

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, pistacie, migdały,
 SEL - Seler i pochodne,
 MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,
 B: białko [g]
 W: 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,