

	ŚNIADANIE	Kcal	OBIAD	Kcal	KOLACJA	Kcal	KOLACJA 2	Kcal		
1. DIETA PODSTAWOWA	Płatki owsiane (GLU OW) na mleku 2% (MLE) 300ml	215	Zupa ziemniaczana z fasolą (GLU PSZ, SEL) 400ml	297	Herbata czarna z/c 200ml	20	Jogurt (MLE) naturalny 150g	90	EN:	2592 kcal
	Kawa inka (GLU PSZ, GLU ŻYT) z mlekiem 2% (MLE) z/c 200ml	46	Makaron spaghetti (GLU PSZ) z sosem bolońskim (GLU PSZ) i żółtym serem (MLE) 200/150g	678	Pieczywo pszemno-żytnie (GLU PSZ, GLU ŻYT) 100g	254			B:	107,963 g
	Pieczywo pszemno-żytnie (GLU PSZ, GLU ŻYT) 100g	254	Salata zielona z sosem vinegrette 75g	52	Masło extra 82% tł. porc. (MLE) 10g	75			T:	97,88 g
	Masło extra 82% tł. porc. (MLE) 10g	75	Kompot z owoców mieszanych z/c 200ml	43	Salceson extra (GLU PSZ, SOJ) 60g	129			W:	33,6772 g
	Jajko gotowane (JAJ) z sosem tatarskim (MLE, JAJ, GOR) 50/30g	212			Ogórek świeży 50g	9			W:	330,261 g
	Piersz z indyka gotowana 40g (SOJ, MLE)	38			Salata liście 10g	2			Błonnik:	23,697 g
Jabłko 150g	95							Sól:	5,95 g	
Pomidor 30g	6									
Salata liście 10g	2									
	943			1070		489		90		
2. DIETA ŁATWOSTRAWNA	Płatki owsiane (GLU OW) na mleku 2% (MLE) 300ml	215	Zupa ziemniaczana (GLU PSZ, MLE, SEL) 400ml	286	Herbata czarna z/c 200ml	20	Jogurt (MLE) naturalny 150g	90	EN:	2314 kcal
	Kawa inka (GLU PSZ, GLU ŻYT) z mlekiem 2% (MLE) z/c 200ml	46	Makaron spaghetti (GLU PSZ) z sosem bolońskim (GLU PSZ) 200/130g	606	Pieczywo pszemno-żytnie (GLU PSZ, GLU ŻYT) 100g	254			B:	102,485 g
	Pieczywo pszemno-żytnie (GLU PSZ, GLU ŻYT) 100g	254	Salata zielona z sosem vinegrette 75g	52	Masło extra 82% tł. porc. (MLE) 10g	75			T:	70,284 g
	Masło extra 82% tł. porc. (MLE) 10g	75	Kompot z owoców mieszanych z/c 200ml	43	Szynka z pasieki 60g	60			W:	28,1643 g
	Jajko na miękko (JAJ) 50g	78			Pomidor 100g	17			W:	329,588 g
	Piersz z indyka gotowana 40g (SOJ, MLE)	38			Salata liście 10g	2			Błonnik:	23,143 g
Jabłko 150g	95							Sól:	5,59 g	
Pomidor 30g	6									
Salata liście 10g	2									
	809			987		428		90		
3. DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TLUSZCZU	Płatki owsiane (GLU OW) na mleku 2% (MLE) 300ml	215	Zupa ziemniaczana (GLU PSZ, MLE, SEL) 400ml	286	Herbata czarna z/c 200ml	20	Jogurt (MLE) naturalny 150g	90	EN:	2231 kcal
	Kawa inka (GLU PSZ, GLU ŻYT) z mlekiem 2% (MLE) z/c 200ml	46	Makaron spaghetti (GLU PSZ) z sosem bolońskim (GLU PSZ) 200/130g	606	Pieczywo pszemno-żytnie (GLU PSZ, GLU ŻYT) 100g	254			B:	99,7145 g
	Pieczywo pszemno-żytnie (GLU PSZ, GLU ŻYT) 100g	254	Salata zielona z sosem vinegrette 75g	52	Masło extra 82% tł. porc. (MLE) 5g	37			T:	62,062 g
	Masło extra 82% tł. porc. (MLE) 5g	37	Kompot z owoców mieszanych z/c 200ml	43	Szynka z pasieki 60g	60			W:	24,4723 g
	Piersz z indyka gotowana 60g (SOJ, MLE)	57			Pomidor 100g	17			W:	330,302 g
	Serek tartare (MLE, RYB) 20g	52			Salata liście 10g	2			Błonnik:	23,143 g
Jabłko 150g	95							Sól:	5,97 g	
Pomidor 30g	6									
Salata liście 10g	2									
	764			987		390		90		
6. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	Płatki owsiane (GLU OW) na mleku 2% (MLE) 300ml	215	Zupa ziemniaczana (GLU PSZ, MLE, SEL) 400ml	286	Herbata czarna b/c 200ml	0	Bulka graham (GLU PSZ) z masłem (MLE), serkiem tartare (MLE) i warzywami	209	EN:	2388 kcal
	Kawa inka (GLU PSZ, GLU ŻYT) b/c 200ml	1	Makaron spaghetti (GLU PSZ) z sosem bolońskim (GLU PSZ) 200/130g	606	Pieczywo razowe (GLU PSZE, GLU ŻYT) 100g	231			B:	109,3 g
	Pieczywo razowe (GLU PSZE, GLU ŻYT) 100g	231	Salata zielona z sosem vinegrette 75g	52	Masło extra 82% tł. porc. (MLE) 10g	75	Jogurt (MLE) naturalny 150g	90	T:	79,499 g
	Masło extra 82% tł. porc. (MLE) 10g	75	Kompot z owoców mieszanych b/c 200ml	19	Szynka z pasieki 60g	60			W:	33,7413 g
	Jajko na miękko (JAJ) 50g	78			Pomidor 100g	17			W:	324,995 g
	Piersz z indyka gotowana 40g (SOJ, MLE)	38			Salata liście 10g	2			Błonnik:	32,763 g
Jabłko 150g	95							Sól:	6,27 g	
Pomidor 30g	6									
Salata liście 10g	2									
	741			963		385		299		

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 jęczmienney
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, orzechy, 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 - Skorupki i pochodne
JAJ - Jajka i pochodne,
RYB - Ryby i pochodne,