

	ŚNIADANIE	Kcal	OBIAD	Kcal	KOLACJA	Kcal	KOLACJA 2	Kcal		
1. DIETA PODSTAWOWA	Płatki owsiane (GLU OW) na mleku 2% (MLE) 300ml	215	Barszcz czerwony zabieleny (GLU PSZ, MLE, SEL) 400ml	283	Herbata czarna z/c 200ml	20	Pudding (MLE) z tapioki z mussem mango 150g	140	EN:	2216 kcal
	Kawa inka (GLU PSZ, GLU ŻYT) z mlekiem 2% (MLE) z/c 200ml	46	Łazanki z kapustą kiszoną i kiełbasą (GLU PSZ, SOJ) 300g	408	Pieczywo pszemno-żytnie (GLU PSZ, GLU ŻYT) 100g	254			B:	85,0275 g
	Pieczywo pszemno-żytnie (GLU PSZ, GLU ŻYT) 100g	254	Kompot z owoców mieszanych z/c 200ml	43	Masło extra 82% tł. porc. (MLE) 10g	75			T:	79,06 g
	Masło extra 82% tł. porc. (MLE) 10g	75			Tatrzńska drobiowa z zapiecka 60g	143			w tym nasycone	33,8858 g
	Pasta z jaj (JAJ, MLE) 75g	186			Surówka z selera (SEL, MLE) 50g	26			W:	301,969 g
Pierś z indyka gotowana 40g (SOJ, MLE)	38			Salata liście 10g	2			Błonnik:	23,2735 g	
Pomidor 30g	6							Sól:	6,17 g	
Salata liście 10g	2									
	822			734		520		140		
2. DIETA ŁATWOSTRAWNA	Płatki owsiane (GLU OW) na mleku 2% (MLE) 300ml	215	Barszcz czerwony zabieleny (GLU PSZ, MLE, SEL) 400ml	283	Herbata czarna z/c 200ml	20	Pudding (MLE) z tapioki z mussem mango 150g	140	EN:	2349 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:	98,3835 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:	79,193 g
	Masło extra 82% tł. porc. (MLE) 10g	75	Kompot z owoców mieszanych z/c 200ml	43	Tatrzńska drobiowa z zapiecka 60g	143			w tym nasycone	30,8369 g
	Jajko na miękko (JAJ) 50g	78			Pomidor 100g	17			W:	321,346 g
Pierś z indyka gotowana 40g (SOJ, MLE)	38			Salata liście 10g	2			Błonnik:	21,353 g	
Pomidor 30g	6							Sól:	5,08 g	
Salata liście 10g	2									
	714			984		511		140		
3. DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	Płatki owsiane (GLU OW) na mleku 2% (MLE) 300ml	215	Barszcz czerwony zabieleny (GLU PSZ, MLE, SEL) 400ml	283	Herbata czarna z/c 200ml	20	Pudding (MLE) z tapioki z mussem mango 150g	140	EN:	2294 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:	94,1885 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:	66,171 g
	Masło extra 82% tł. porc. (MLE) 5g	37	Kompot z owoców mieszanych z/c 200ml	43	Tatrzńska drobiowa z zapiecka 60g	143			w tym nasycone	23,9449 g
	Pierś z indyka gotowana 60g (SOJ, MLE)	57			Pomidor 100g	17			W:	341,235 g
Miód 20g	80			Salata liście 10g	2			Błonnik:	21,353 g	
Pomidor 30g	6							Sól:	5,29 g	
Salata liście 10g	2									
	697			984		473		140		
6. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	Płatki owsiane (GLU OW) na mleku 2% (MLE) 300ml	215	Barszcz czerwony zabieleny (GLU PSZ, MLE, SEL) 400ml	283	Herbata czarna b/c 200ml	0	Bulka graham (GLU PSZE) z masłem (MLE), wędliną i warzywami	186	EN:	2400 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:	110,056 g
	Pieczywo razowe (GLU PSZE, GLU ŻYT) 100g	231	Salata zielona z sosem vinegrette 75g	52	Masło extra 82% tł. porc. (MLE) 10g	75			T:	83,968 g
	Masło extra 82% tł. porc. (MLE) 10g	75	Kompot z owoców mieszanych b/c 200ml	19	Tatrzńska drobiowa z zapiecka 60g	143			w tym nasycone	33,2979 g
	Jajko na miękko (JAJ) 50g	78			Pomidor 100g	17			W:	316,109 g
Pierś z indyka gotowana 40g (SOJ, MLE)	38			Salata liście 10g	2			Błonnik:	30,973 g	
Pomidor 30g	6							Sól:	6,28 g	
Salata liście 10g	2									
	646			960		468		326		

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 - 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,