

	ŚNIADANIE	Kcal	OBIAD	Kcal	KOLACJA	Kcal	KOLACJA 2	Kcal			
1. DIETA PODSTAWOWA	Makaron (GLU PSZ, JAJ) na mleku 2% (MLE) 300ml	232	Barszcz czerwony zabieleny (GLU PSZ, MLE, SEL) 400ml	283	Herbata czarna z/c 200ml	20	Jogurt (MLE) owocowy 150g	92	EN:	2217	kcal
	Kawa inka (GLU PSZ, GLU ŻYT) z mlekiem 2% (MLE) z/c 200ml	46	Pieczony filet z indyka z sosem pieczarkowym (GLU PSZ, MLE) 70/100g	157	Pieczywo pszenno-żytnie (GLU PSZ, GLU ŻYT) 100g	254			B:	93,6575	g
	Pieczywo pszenno-żytnie (GLU PSZ, GLU ŻYT) 100g	254	Ziemniaki z wody 200g	216	Masło extra 82% tł. porc. (MLE) 10g	75			T:	64,221	g
	Masło extra 82% tł. porc. (MLE) 10g	75	Surówka z kapusty pekińskiej, kukurydzy, tymianku z majonezem (JAJ, GOR) 120g	85	Paprykarz własny 150g (RYB, SEL)	233			W:	329,137	g
Polędwica sopocka (GLU PSZ, SOJ) 60g	58	Kompot z czarnej porzeczki z/c 200ml	39	Ser (MLE) topiony trójkącik 17g	52			Blonnik:	27,0575	g	
Mandarynka 80g	36			Liść sałaty 10g	2			Sól:	5,65	g	
Pomidor 30g	6										
Salata liście 10g	2										
	709			780		636		92			
2. DIETA ŁATWOSTRAWNA	Makaron (GLU PSZ, JAJ) na mleku 2% (MLE) 300ml	232	Barszcz czerwony zabieleny (GLU PSZ, MLE, SEL) 400ml	283	Herbata czarna z/c 200ml	20	Jogurt (MLE) owocowy 150g	92	EN:	2174	kcal
	Kawa inka (GLU PSZ, GLU ŻYT) z mlekiem 2% (MLE) z/c 200ml	46	Pieczony filet z indyka z sosem śmietankowo-potrawkowym z roztzynkami (GLU PSZ, MLE) 70/100g	163	Pieczywo pszenno-żytnie (GLU PSZ, GLU ŻYT) 100g	254			B:	94,107	g
	Pieczywo pszenno-żytnie (GLU PSZ, GLU ŻYT) 100g	254	Ziemniaki z wody 200g	216	Masło extra 82% tł. porc. (MLE) 10g	75			T:	57,694	g
	Masło extra 82% tł. porc. (MLE) 10g	75	Brokuly z wody 120g	36	Paprykarz własny 150g (RYB, SEL)	233			W:	27,348	g
Polędwica sopocka (GLU PSZ, SOJ) 60g	58	Kompot z czarnej porzeczki z/c 200ml	39	Serek tartare (MLE, RYB) 20g	52			Blonnik:	332,715	g	
Mandarynka 80g	36			Liść sałaty 10g	2			Sól:	5,43	g	
Pomidor 30g	6										
Salata liście 10g	2										
	709			737		636		92			
3. DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	Makaron (GLU PSZ, JAJ) na mleku 2% (MLE) 300ml	232	Barszcz czerwony zabieleny (GLU PSZ, MLE, SEL) 400ml	283	Herbata czarna z/c 200ml	20	Jogurt (MLE) owocowy 150g	92	EN:	2098	kcal
	Kawa inka (GLU PSZ, GLU ŻYT) z mlekiem 2% (MLE) z/c 200ml	46	Pieczony filet z indyka z sosem śmietankowo-potrawkowym z roztzynkami (GLU PSZ, MLE) 70/100g	163	Pieczywo pszenno-żytnie (GLU PSZ, GLU ŻYT) 100g	254			B:	94,037	g
	Pieczywo pszenno-żytnie (GLU PSZ, GLU ŻYT) 100g	254	Ziemniaki z wody 200g	216	Masło extra 82% tł. porc. (MLE) 5g	37			T:	49,444	g
	Masło extra 82% tł. porc. (MLE) 5g	37	Brokuly z wody 120g	36	Paprykarz własny 150g (RYB, SEL)	233			W:	21,876	g
Polędwica sopocka (GLU PSZ, SOJ) 60g	58	Kompot z czarnej porzeczki z/c 200ml	39	Serek tartare (MLE, RYB) 20g	52			Blonnik:	332,645	g	
Mandarynka 80g	36			Liść sałaty 10g	2			Sól:	27,774	g	
Pomidor 30g	6										
Salata liście 10g	2										
	671			737		598		92			
6. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	Makaron (GLU PSZ, JAJ) na mleku 2% (MLE) 300ml	232	Barszcz czerwony zabieleny (GLU PSZ, MLE, SEL) 400ml	283	Herbata czarna b/c 200ml	0	Bulka graham (GLU PSZ) z masłem (MLE) i warzywami	157	EN:	2252	kcal
	Kawa inka (GLU PSZ, GLU ŻYT) b/c 200ml	1	Pieczony filet z indyka z sosem śmietankowo-potrawkowym z roztzynkami (GLU PSZ, MLE) 70/100g	163	Pieczywo razowe (GLU PSZE, GLU ŻYT) 100g	231			B:	99,3555	g
	Pieczywo razowe (GLU PSZE, GLU ŻYT) 100g	231	Ziemniaki z wody 200g	216	Masło extra 82% tł. porc. (MLE) 10g	75	Jogurt (MLE) naturalny 150g	90	T:	68,752	g
	Masło extra 82% tł. porc. (MLE) 10g	75	Surówka z kapusty pekińskiej, kukurydzy, tymianku z majonezem (JAJ, GOR) 120g	85	Paprykarz własny 150g (RYB, SEL)	233			W:	30,6391	g
Polędwica sopocka (GLU PSZ, SOJ) 60g	58	Kompot z czarnej porzeczki b/c 200ml	15	Serek tartare (MLE, RYB) 20g	52			Blonnik:	326,989	g	
Mandarynka 80g	36			Liść sałaty 10g	2			Sól:	36,9475	g	
Pomidor 30g	6										
Salata liście 10g	2										
Ogórek świeży 50g	9										
	650			762		593		247			

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, pistacie, 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 - Jaja i pochodne,
RYB - Ryby i pochodne,