

	ŚNIADANIE	Kcal	OBIAD	Kcal	KOLACJA	Kcal	KOLACJA 2	Kcal		
<b>1. DIETA PODSTAWOWA</b>	Płatki owsiane ( <b>GLU OW</b> ) na mleku 2% ( <b>MLE</b> ) 300ml	215	Zupa pomidorowa ( <b>GLU PSZ, SEL, MLE</b> ) z makaronem ( <b>GLU PSZ</b> ) 400ml	250	Herbata czarna z/c 200ml	20	Pudding ( <b>MLE</b> ) chia z musem z malin b/c 150g	139	<b>EN:</b>	<b>2522</b> kcal
	Kawa inka ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) z mlekiem 2% ( <b>MLE</b> ) z/c 200ml	46	Ryba ( <b>RYB</b> ) smażona panierowana ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) 100g	332	Pieczywo pszenno-żytnie ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) 100g	254			<b>B:</b>	<b>97,9711</b> g
	Pieczywo 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>99,7654</b> g
	Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 10g	75	Surówka wielowarzywna ( <b>SEL, GOR</b> ) z olejem rzepakowym 120g	102	Salatka jarzynowa ( <b>JAJ, SEL</b> ) z majonezem ( <b>JAJ, GOR</b> ) 100g	172			w tym nasycone	<b>32,3128</b> g
	Pasta z jaj ( <b>JAJ, MLE</b> ) 75g	186	Kompot z wiśni z/c 200ml	48	Szynka mozaikowa 30g	38			<b>W:</b>	<b>319,599</b> g
	Pierś z indyka gotowana 40g ( <b>SOJ, MLE</b> )	38			Liść sałaty 10g	2			<b>Błonnik:</b>	<b>32,5797</b> g
	Pomarańcza 100g	47							<b>Sól:</b>	<b>5,70</b> g
Papryka 30g	11									
Salata liście 10g	2									
	<b>874</b>			<b>948</b>		<b>561</b>		<b>139</b>		
<b>2. DIETA ŁATWOSTRAWNA</b>	Płatki owsiane ( <b>GLU OW</b> ) na mleku 2% ( <b>MLE</b> ) 300ml	215	Zupa pomidorowa ( <b>GLU PSZ, SEL, MLE</b> ) z makaronem ( <b>GLU PSZ</b> ) 400ml	250	Herbata czarna z/c 200ml	20	Pudding ( <b>MLE</b> ) chia z musem z malin b/c 150g	139	<b>EN:</b>	<b>2140</b> kcal
	Kawa inka ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) z mlekiem 2% ( <b>MLE</b> ) z/c 200ml	46	Ryba z wody ( <b>RYB</b> ) z sosem koperkowym ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) 100/100g	167	Pieczywo pszenno-żytnie ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) 100g	254			<b>B:</b>	<b>97,1169</b> g
	Pieczywo 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>60,803</b> g
	Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 10g	75	Fasolka szparagowa z wody 120g	44	Salatka jarzynowa ( <b>JAJ, SEL</b> ) z olejem 100g	126			w tym nasycone	<b>24,2871</b> g
	Jajko na miękko ( <b>JAJ</b> ) 50g	78	Kompot z wiśni z/c 200ml	48	Szynka mozaikowa 30g	38			<b>W:</b>	<b>312,113</b> g
	Pierś z indyka gotowana 40g ( <b>SOJ, MLE</b> )	38			Liść sałaty 10g	2			<b>Błonnik:</b>	<b>32,405</b> g
	Pomarańcza 100g	47							<b>Sól:</b>	<b>4,86</b> g
Pomidor 30g	6									
Salata liście 10g	2									
	<b>761</b>			<b>725</b>		<b>515</b>		<b>139</b>		
<b>3. DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU</b>	Płatki owsiane ( <b>GLU OW</b> ) na mleku 2% ( <b>MLE</b> ) 300ml	215	Zupa pomidorowa ( <b>GLU PSZ, SEL, MLE</b> ) z makaronem ( <b>GLU PSZ</b> ) 400ml	250	Herbata czarna z/c 200ml	20	Pudding ( <b>MLE</b> ) chia z musem z malin b/c 150g	139	<b>EN:</b>	<b>2057</b> kcal
	Kawa inka ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) z mlekiem 2% ( <b>MLE</b> ) z/c 200ml	46	Ryba z wody ( <b>RYB</b> ) z sosem koperkowym ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) 100/100g	167	Pieczywo pszenno-żytnie ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) 100g	254			<b>B:</b>	<b>94,3469</b> g
	Pieczywo pszenno-żytnie ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) 100g	254	Ziemniaki z wody 200g	216	Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 5g	37			<b>T:</b>	<b>52,581</b> g
	Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 5g	37	Fasolka szparagowa z wody 120g	44	Salatka jarzynowa ( <b>JAJ, SEL</b> ) z olejem 100g	126			w tym nasycone	<b>20,5951</b> g
	Pierś z indyka gotowana 60g ( <b>SOJ, MLE</b> )	57	Kompot z wiśni z/c 200ml	48	Szynka mozaikowa 30g	38			<b>W:</b>	<b>312,827</b> g
	Serek tartare ( <b>MLE, RYB</b> ) 20g	52			Liść sałaty 10g	2			<b>Błonnik:</b>	<b>32,4005</b> g
	Pomarańcza 100g	47							<b>Sól:</b>	<b>5,25</b> g
Pomidor 30g	6									
Salata liście 10g	2									
	<b>716</b>			<b>725</b>		<b>477</b>		<b>139</b>		
<b>6. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>	Płatki owsiane ( <b>GLU OW</b> ) na mleku 2% ( <b>MLE</b> ) 300ml	215	Zupa pomidorowa ( <b>GLU PSZ, SEL, MLE</b> ) z makaronem ( <b>GLU PSZ</b> ) 400ml	250	Herbata czarna b/c 200ml	0	Bulka graham ( <b>GLU PSZ</b> ) z masłem ( <b>MLE</b> ) i warzywami	157	<b>EN:</b>	<b>2221</b> kcal
	Kawa inka ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) b/c 200ml	1	Ryba z wody ( <b>RYB</b> ) z sosem koperkowym ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) 100/100g	167	Pieczywo razowe ( <b>GLU PSZE, GLU ŻYT</b> ) 100g	231			<b>B:</b>	<b>101,024</b> g
	Pieczywo razowe ( <b>GLU PSZE, GLU ŻYT</b> ) 100g	231	Ziemniaki z wody 200g	216	Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 10g	75			<b>T:</b>	<b>73,2</b> g
	Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 10g	75	Surówka wielowarzywna ( <b>SEL, GOR</b> ) z olejem rzepakowym 120g	102	Salatka jarzynowa ( <b>JAJ, SEL</b> ) z olejem 100g	126			w tym nasycone	<b>27,176</b> g
	Jajko na miękko ( <b>JAJ</b> ) 50g	78	Kompot z wiśni b/c 200ml	25	Szynka mozaikowa 30g	38			<b>W:</b>	<b>304,699</b> g
	Pierś z indyka gotowana 40g ( <b>SOJ, MLE</b> )	38			Liść sałaty 10g	2			<b>Błonnik:</b>	<b>41,7005</b> g
	Pomarańcza 100g	47							<b>Sól:</b>	<b>5,60</b> g
Pomidor 30g	6									
Salata liście 10g	2									
	<b>693</b>			<b>760</b>		<b>472</b>		<b>296</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 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,