

	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 jarzynowa z ziemniakami ( <b>GLU PSZ, SEL, MLE</b> ) 400ml	242	Herbata czarna z/c 200ml	20	Budyń ( <b>MLE</b> ) waniliowy z musem truskawkowym z/c 150g	173	<b>EN:</b>	<b>2362</b>	<b>kcal</b>
	Kawa inka ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) z mlekiem 2% ( <b>MLE</b> ) z/c 200ml	46	Pieczony filet z indyka z sosem pieczarkowym ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) 70/100g	170	Pieczywo pszenno-żytnie ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) 100g	254			<b>B:</b>	<b>103,526</b>	<b>g</b>
	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>76,576</b>	<b>g</b>
	Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 10g	75	Mizeria ze śmietaną ( <b>MLE</b> ) 120g	33	Śledź ( <b>RYB</b> ) w oleju 100/20g	315			<b>W:</b>	<b>328,538</b>	<b>g</b>
Szynka konserwowa 60g	52	Kompot z czarnej porzeczki z/c 200ml	39	Ser ( <b>MLE</b> ) topiony trójkącik 17g	2			<b>Blonnik:</b>	<b>27,3045</b>	<b>g</b>	
Banan 120g	116			Liść sałaty 10g	2			<b>Sól:</b>	<b>6,40</b>	<b>g</b>	
Papryka 30g	11										
Salata liście 10g	2										
	<b>771</b>			<b>700</b>		<b>718</b>		<b>173</b>			
<b>2. DIETA ŁATWOSTRAWNA</b>	Płatki owsiane ( <b>GLU OW</b> ) na mleku 2% ( <b>MLE</b> ) 300ml	215	Zupa jarzynowa z ziemniakami ( <b>GLU PSZ, SEL, MLE</b> ) 400ml	242	Herbata czarna z/c 200ml	20	Budyń ( <b>MLE</b> ) waniliowy z musem truskawkowym z/c 150g	173	<b>EN:</b>	<b>2177</b>	<b>kcal</b>
	Kawa inka ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) z mlekiem 2% ( <b>MLE</b> ) z/c 200ml	46	Pieczony filet z indyka z duszonymi jarzynami ( <b>SEL, MLE</b> ) 70/100g	139	Pieczywo pszenno-żytnie ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) 100g	254			<b>B:</b>	<b>108,34</b>	<b>g</b>
	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>50,997</b>	<b>g</b>
	Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 10g	75	Brokuly z wody 120g	36	Ryba z wody ( <b>RYB</b> ) w sosie pomidorowym ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) 100/100g	184			<b>W:</b>	<b>336,926</b>	<b>g</b>
Szynka konserwowa 60g	52	Kompot z czarnej porzeczki z/c 200ml	39	Filet delikatniejszy z kurcząt 30g	31			<b>Blonnik:</b>	<b>31,8105</b>	<b>g</b>	
Banan 120g	116			Liść sałaty 10g	2			<b>Sól:</b>	<b>5,29</b>	<b>g</b>	
Pomidor 30g	6										
Salata liście 10g	2										
	<b>766</b>			<b>672</b>		<b>566</b>		<b>173</b>			
<b>3. DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU</b>	Płatki owsiane ( <b>GLU OW</b> ) na mleku 2% ( <b>MLE</b> ) 300ml	215	Zupa jarzynowa z ziemniakami ( <b>GLU PSZ, SEL, MLE</b> ) 400ml	242	Herbata czarna z/c 200ml	20	Budyń ( <b>MLE</b> ) waniliowy z musem truskawkowym z/c 150g	173	<b>EN:</b>	<b>2101</b>	<b>kcal</b>
	Kawa inka ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) z mlekiem 2% ( <b>MLE</b> ) z/c 200ml	46	Pieczony filet z indyka z duszonymi jarzynami ( <b>SEL, MLE</b> ) 70/100g	139	Pieczywo pszenno-żytnie ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) 100g	254			<b>B:</b>	<b>108,27</b>	<b>g</b>
	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>42,747</b>	<b>g</b>
	Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 5g	37	Brokuly z wody 120g	36	Ryba z wody ( <b>RYB</b> ) w sosie pomidorowym ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) 100/100g	184			<b>W:</b>	<b>336,856</b>	<b>g</b>
Szynka konserwowa 60g	52	Kompot z czarnej porzeczki z/c 200ml	39	Filet delikatniejszy z kurcząt 30g	31			<b>Blonnik:</b>	<b>31,8105</b>	<b>g</b>	
Banan 120g	116			Liść sałaty 10g	2			<b>Sól:</b>	<b>5,29</b>	<b>g</b>	
Pomidor 30g	6										
Salata liście 10g	2										
	<b>728</b>			<b>672</b>		<b>528</b>		<b>173</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 jarzynowa z ziemniakami ( <b>GLU PSZ, SEL, MLE</b> ) 400ml	242	Herbata czarna b/c 200ml	0	Bulka graham ( <b>GLU PSZ</b> ) z masłem ( <b>MLE</b> ) i warzywami	157	<b>EN:</b>	<b>2194</b>	<b>kcal</b>
	Kawa inka ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) b/c 200ml	1	Pieczony filet z indyka z duszonymi jarzynami ( <b>SEL, MLE</b> ) 70/100g	139	Pieczywo razowe ( <b>GLU PSZE, GLU ŻYT</b> ) 100g	231			<b>B:</b>	<b>112,191</b>	<b>g</b>
	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>57,107</b>	<b>g</b>
	Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 10g	75	Mizeria ze śmietaną ( <b>MLE</b> ) 120g	33	Ryba z wody ( <b>RYB</b> ) w sosie pomidorowym ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) 100/100g	184			<b>W:</b>	<b>327,96</b>	<b>g</b>
Szynka konserwowa 60g	52	Kompot z czarnej porzeczki b/c 200ml	15	Filet delikatniejszy z kurcząt 30g	31			<b>Blonnik:</b>	<b>40,2605</b>	<b>g</b>	
Banan 120g	116			Liść sałaty 10g	2			<b>Sól:</b>	<b>5,81</b>	<b>g</b>	
Pomidor 30g	6										
Salata liście 10g	2										
Papryka 50g	18										
	<b>716</b>			<b>645</b>		<b>523</b>		<b>310</b>			

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, 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** - Lubiń 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,