

	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 ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) 400ml	242	Herbata czarna z/c 200ml	20	Kisiel z wiśniami z/c 150g	90	<b>EN:</b>	<b>2457</b>	<b>kcal</b>	
	Kawa inka ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) z mlekiem 2% ( <b>MLE</b> ) z/c 200ml	46	Gulasz wołowy ( <b>GLU PSZ</b> ) 70/100g	282	Pieczywo pszenno-żytnie ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) 100g	254			<b>B:</b>	<b>123,2997</b>	<b>g</b>	
	Pieczywo pszenno-żytnie ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) 100g	254	Kasza gryczana na sypko 150g	233	Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 10g	75			<b>T:</b>	<b>79,4082</b>	<b>g</b>	
	Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 10g	75	Salatka z buraczków z olejem rzepakowym 120g	98	Galaretką z kurczaka ( <b>SEL</b> ) 150g	161			<b>W:</b>	<b>30,93558</b>	<b>g</b>	w tym nasycone
	Twarożek ze śmietaną ( <b>MLE</b> ) i szczypiorkiem 150g	221	Kompot z owoców mieszanych z/c 200ml	43	Pomidor 100g	17			<b>Błonnik:</b>	<b>327,0582</b>	<b>g</b>	
	Banan 120g	116			Liść sałaty 10g	2			<b>Sól:</b>	<b>3,52</b>	<b>g</b>	
	Papryka 30g	11										
	Liść sałaty 10g	2										
		<b>940</b>		<b>898</b>		<b>529</b>		<b>90</b>				
<b>2. DIETA ŁATWOSTRAWNA</b>	Płatki owsiane ( <b>GLU OW</b> ) na mleku 2% ( <b>MLE</b> ) 300ml	215	Zupa jarzynowa ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) 400ml	242	Herbata czarna z/c 200ml	20	Kisiel z wiśniami z/c 150g	90	<b>EN:</b>	<b>2480</b>	<b>kcal</b>	
	Kawa inka ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) z mlekiem 2% ( <b>MLE</b> ) z/c 200ml	46	Gulasz wołowy ( <b>GLU PSZ</b> ) 70/100g	282	Pieczywo pszenno-żytnie ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) 100g	254			<b>B:</b>	<b>120,2377</b>	<b>g</b>	
	Pieczywo pszenno-żytnie ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) 100g	254	Kasza jęczmienna na sypko ( <b>GLU JEJCZ</b> ) 200g	262	Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 10g	75			<b>T:</b>	<b>78,9482</b>	<b>g</b>	
	Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 10g	75	Salatka z buraczków z olejem rzepakowym 120g	98	Galaretką z kurczaka ( <b>SEL</b> ) 150g	161			<b>W:</b>	<b>30,83158</b>	<b>g</b>	w tym nasycone
	Twarożek ze śmietaną ( <b>MLE</b> ) 150g	220	Kompot z owoców mieszanych z/c 200ml	43	Pomidor 100g	17			<b>Błonnik:</b>	<b>336,7842</b>	<b>g</b>	
	Banan 120g	116			Liść sałaty 10g	2			<b>Sól:</b>	<b>3,52</b>	<b>g</b>	
	Pomidor 30g	6										
	Liść sałaty 10g	2										
		<b>934</b>		<b>927</b>		<b>529</b>		<b>90</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 ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) 400ml	242	Herbata czarna z/c 200ml	20	Kisiel z wiśniami z/c 150g	90	<b>EN:</b>	<b>2404</b>	<b>kcal</b>	
	Kawa inka ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) z mlekiem 2% ( <b>MLE</b> ) z/c 200ml	46	Gulasz wołowy ( <b>GLU PSZ</b> ) 70/100g	282	Pieczywo pszenno-żytnie ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) 100g	254			<b>B:</b>	<b>120,1677</b>	<b>g</b>	
	Pieczywo pszenno-żytnie ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) 100g	254	Kasza jęczmienna na sypko ( <b>GLU JEJCZ</b> ) 200g	262	Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 5g	37			<b>T:</b>	<b>70,6982</b>	<b>g</b>	
	Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 5g	37	Salatka z buraczków z olejem rzepakowym 120g	98	Galaretką z kurczaka ( <b>SEL</b> ) 150g	161			<b>W:</b>	<b>25,35958</b>	<b>g</b>	w tym nasycone
	Twarożek ze śmietaną ( <b>MLE</b> ) 150g	220	Kompot z owoców mieszanych z/c 200ml	43	Pomidor 100g	17			<b>Błonnik:</b>	<b>29,0511</b>	<b>g</b>	
	Banan 120g	116			Liść sałaty 10g	2			<b>Sól:</b>	<b>3,52</b>	<b>g</b>	
	Pomidor 30g	6										
	Liść sałaty 10g	2										
		<b>896</b>		<b>927</b>		<b>491</b>		<b>90</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 ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</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>2453</b>	<b>kcal</b>	
	Kawa inka ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) b/c 200ml	1	Gulasz wołowy ( <b>GLU PSZ</b> ) 70/100g	282	Pieczywo razowe ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) 100g	231			<b>B:</b>	<b>128,2827</b>	<b>g</b>	
	Pieczywo razowe ( <b>GLU PSZE, GLU ŻYT</b> ) 100g	231	Kasza gryczana na sypko 150g	233	Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 10g	75	Kisiel z wiśniami b/c 150g	70	<b>T:</b>	<b>83,6832</b>	<b>g</b>	
	Masło extra 82% tł. porc. ( <b>MLE</b> ) 10g	75	Salatka z buraczków z olejem rzepakowym 120g	98	Galaretką z kurczaka ( <b>SEL</b> ) 150g	161			<b>W:</b>	<b>33,29058</b>	<b>g</b>	w tym nasycone
	Twarożek ze śmietaną ( <b>MLE</b> ) 150g	220	Kompot z owoców mieszanych b/c 200ml	19	Pomidor 100g	17			<b>Błonnik:</b>	<b>315,5812</b>	<b>g</b>	
	Banan 120g	116			Liść sałaty 10g	2			<b>Sól:</b>	<b>36,9745</b>	<b>g</b>	
	Pomidor 30g	6										
	Liść sałaty 10g	2										
		<b>866</b>		<b>874</b>		<b>486</b>		<b>227</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 pszenny,  
**GLU ŻYT** - Zboża zawierające gluten żytni,  
**GLU OW** - Zboża zawierające gluten owsiany,  
**GLU JEJCZ** - Zboża zawierające gluten jęczmienny  
**GOR** - Gorczyca i produkty pochodne,  
**EN:** energia [kcal]  
**T:** tłuszcz

**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,  
**S02** - Dwutlenek siarki / siarczyny,  
**LUB** - Lubin i produkty pochodne,  
**MCK** - Mieczaiki i pochodne,  
**OZI** - Orzeszki ziemne i pochodne,  
**W:** węglowodany

**SKO** - Skorupiaki i pochodne  
**JAJ** - Jaja i pochodne,  
**RYB** - Ryby i pochodne.