

|                                                                        | ŚNIADANIE                                                     | Kcal | OBIAD                                                 | Kcal | KOLACJA                                                      | Kcal | KOLACJA 2                                                   | Kcal |                |          |      |
|------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|------|-------------------------------------------------------|------|--------------------------------------------------------------|------|-------------------------------------------------------------|------|----------------|----------|------|
| 1. DIETA<br>PODSTAWOWA                                                 | Kasza jaglana na mleku 2% tł (MLE) 300ml                      | 209  | Zupa z soczewicy z ziemniakami (GLU PSZ SEL) 400ml    | 289  | Herbata czarna z/c 200ml                                     | 20   | Mus owocowo-warzywny z mango w tubce 100g                   | 70   | EN:            | 2563     | kcal |
|                                                                        | Kawa inka (GLU PSZ, GLU ŻYT) z mlekiem 2% (MLE) z/c 200ml     | 46   | Pierogi (GLU PSZ, JAJ) ruskie (MLE) z cebulką 220/10g | 615  | Pieczywo pszenno-żytnie (GLU PSZ, GLU ŻYT) 100g              | 254  |                                                             |      | B:             | 108,221  | g    |
|                                                                        | Pieczywo pszenno-żytnie (GLU PSZ, GLU ŻYT) 100g               | 254  | Salata zielona z sosem vinegrette 75g                 | 52   | Masło extra 82% tł. porc. (MLE) 10g                          | 75   |                                                             |      | T:             | 84,627   | g    |
|                                                                        | Masło extra 82% tł. porc. (MLE) 10g                           | 75   | Kompot z owoców mieszanych z/c 200ml                  | 43   | Ryba (RYB) w sosie greckim (GLU PSZ SEL) 100/100g            | 216  |                                                             |      | w tym nasycone | 29,50015 | g    |
|                                                                        | Pasta z jaj (JAJ, MLE) 75g                                    | 186  |                                                       |      | Salata 15g                                                   | 3    |                                                             |      | W:             | 355,664  | g    |
|                                                                        | Sucha z fileta 40g                                            | 53   |                                                       |      |                                                              |      |                                                             |      | Blonnik:       | 30,4605  | g    |
|                                                                        | Jabłko 150g                                                   | 95   |                                                       |      |                                                              |      |                                                             |      | Sól            | 4,16     | g    |
|                                                                        | Pomidor 30g                                                   | 6    |                                                       |      |                                                              |      |                                                             |      |                |          |      |
|                                                                        | Salata liście 10g                                             | 2    |                                                       |      |                                                              |      |                                                             |      |                |          |      |
|                                                                        |                                                               | 926  |                                                       | 999  |                                                              | 568  |                                                             | 70   |                |          |      |
| 2. DIETA<br>ŁATWOSTRAWNA                                               | Kasza jaglana na mleku 2% tł (MLE) 300ml                      | 209  | Zupa z soczewicy z ziemniakami (GLU PSZ SEL) 400ml    | 289  | Herbata czarna z/c 200ml                                     | 20   | Mus owocowo-warzywny z mango w tubce 100g                   | 70   | EN:            | 2439     | kcal |
|                                                                        | Kawa inka (GLU PSZ, GLU ŻYT) z mlekiem 2% tł. (MLE) z/c 200ml | 46   | Pierogi (GLU PSZ, JAJ) ruskie (MLE) bez cebulki 220g  | 605  | Pieczywo pszenno-żytnie (GLU PSZ, GLU ŻYT) 100g              | 254  |                                                             |      | B:             | 105,459  | g    |
|                                                                        | Pieczywo pszenno-żytnie (GLU PSZ, GLU ŻYT) 100g               | 254  | Salata zielona z sosem vinegrette 75g                 | 52   | Masło extra 82% tł. porc. (MLE) 10g                          | 75   |                                                             |      | T:             | 73,627   | g    |
|                                                                        | Masło extra 82% tł. porc. (MLE) 10g                           | 75   | Kompot z owoców mieszanych z/c 200ml                  | 43   | Ryba (RYB) w sosie greckim (GLU PSZ SEL) bez cebuli 100/100g | 210  |                                                             |      | w tym nasycone | 22,83835 | g    |
|                                                                        | Jajko na miękko (JAJ) 50g                                     | 78   |                                                       |      | Salata 15g                                                   | 3    |                                                             |      | W:             | 351,808  | g    |
|                                                                        | Sucha z fileta 40g                                            | 53   |                                                       |      |                                                              |      |                                                             |      | Blonnik:       | 29,6445  | g    |
|                                                                        | Jabłko 150g                                                   | 95   |                                                       |      |                                                              |      |                                                             |      | Sól            | 4,10     | g    |
|                                                                        | Pomidor 30g                                                   | 6    |                                                       |      |                                                              |      |                                                             |      |                |          |      |
|                                                                        | Salata liście 10g                                             | 2    |                                                       |      |                                                              |      |                                                             |      |                |          |      |
|                                                                        |                                                               | 818  |                                                       | 989  |                                                              | 562  |                                                             | 70   |                |          |      |
| 3. DIETA<br>ŁATWOSTRAWNA<br><br>Z OGRANICZENIEM<br>TŁUSZCZU            | Kasza jaglana na mleku 2% tł (MLE) 300ml                      | 209  | Zupa z soczewicy z ziemniakami (GLU PSZ SEL) 400ml    | 289  | Herbata czarna z/c 200ml                                     | 20   | Mus owocowo-warzywny z mango w tubce 100g                   | 70   | EN:            | 2364     | kcal |
|                                                                        | Kawa inka (GLU PSZ, GLU ŻYT) z mlekiem 2% tł. (MLE) z/c 200ml | 46   | Pierogi (GLU PSZ, JAJ) ruskie (MLE) bez cebulki 220g  | 605  | Pieczywo pszenno-żytnie (GLU PSZ, GLU ŻYT) 100g              | 254  |                                                             |      | B:             | 104,489  | g    |
|                                                                        | Pieczywo pszenno-żytnie (GLU PSZ, GLU ŻYT) 100g               | 254  | Salata zielona z sosem vinegrette 75g                 | 52   | Masło extra 82% tł. porc. (MLE) 5g                           | 37   |                                                             |      | T:             | 65,625   | g    |
|                                                                        | Masło extra 82% tł. porc. (MLE) 5g                            | 37   | Kompot z owoców mieszanych z/c 200ml                  | 43   | Ryba (RYB) w sosie greckim (GLU PSZ SEL) bez cebuli 100/100g | 210  |                                                             |      | w tym nasycone | 19,20635 | g    |
|                                                                        | Sucha z fileta 60g                                            | 80   |                                                       |      | Salata 15g                                                   | 3    |                                                             |      | W:             | 352,102  | g    |
|                                                                        | Serek tartare (MLE, RYB) 20g                                  | 52   |                                                       |      |                                                              |      |                                                             |      | Blonnik:       | 29,6445  | g    |
|                                                                        | Jabłko 150g                                                   | 95   |                                                       |      |                                                              |      |                                                             |      | Sól            | 4,40     | g    |
|                                                                        | Pomidor 30g                                                   | 6    |                                                       |      |                                                              |      |                                                             |      |                |          |      |
|                                                                        | Salata liście 10g                                             | 2    |                                                       |      |                                                              |      |                                                             |      |                |          |      |
|                                                                        |                                                               | 781  |                                                       | 989  |                                                              | 524  |                                                             | 70   |                |          |      |
| 6. DIETA<br>Z OGRANICZENIEM<br>ŁATWO<br>PRZYSWAJALNYCH<br>WĘGLOWODANÓW | Kasza jaglana na mleku 2% tł (MLE) 300ml                      | 209  | Zupa z soczewicy z ziemniakami (GLU PSZ SEL) 400ml    | 289  | Herbata czarna b/c 200ml                                     | 0    | Bulka graham (GLU PSZE) z masłem (MLE), wędliną i warzywami | 186  | EN:            | 2490     | kcal |
|                                                                        | Kawa inka (GLU PSZ, GLU ŻYT) b/c 200ml                        | 1    | Pierogi (GLU PSZ, JAJ) ruskie (MLE) bez cebulki 220g  | 605  | Pieczywo razowe (GLU PSZE, GLU ŻYT) 100g                     | 231  |                                                             |      | B:             | 117,134  | g    |
|                                                                        | Pieczywo razowe (GLU PSZ, GLU ŻYT) 100g                       | 231  | Salata zielona z sosem vinegrette 75g                 | 52   | Masło extra 82% tł. porc. (MLE) 10g                          | 75   | Mus owocowo-warzywny z mango w tubce 100g                   | 70   | T:             | 78,402   | g    |
|                                                                        | Masło extra 82% tł. porc. (MLE) 10g                           | 75   | Kompot z owoców mieszanych b/c 200ml                  | 19   | Ryba (RYB) w sosie greckim (GLU PSZ SEL) bez cebuli 100/100g | 210  |                                                             |      | w tym nasycone | 25,29935 | g    |
|                                                                        | Jajko na miękko (JAJ) 50g                                     | 78   |                                                       |      | Salata 15g                                                   | 3    |                                                             |      | W:             | 346,575  | g    |
|                                                                        | Sucha z fileta 40g                                            | 53   |                                                       |      |                                                              |      |                                                             |      | Blonnik:       | 39,2645  | g    |
|                                                                        | Jabłko 150g                                                   | 95   |                                                       |      |                                                              |      |                                                             |      | Sól            | 5,29     | g    |
|                                                                        | Pomidor 30g                                                   | 6    |                                                       |      |                                                              |      |                                                             |      |                |          |      |
|                                                                        | Salata liście 10g                                             | 2    |                                                       |      |                                                              |      |                                                             |      |                |          |      |
|                                                                        |                                                               | 750  |                                                       | 965  |                                                              | 519  |                                                             | 256  |                |          |      |

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 JEĆZ - 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,nerkowie,pistacie,międały,  
SEL - Sól 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 - Łubin 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,