

	ŚNIADANIE	Kcal	OBIAD	Kcal	KOLACJA	Kcal	KOLACJA 2	Kcal		
1. DIETA PODSTAWOWA	Kasza jaglana na mleku 2% tł. (MLE) 300ml	209	Barszcz z botwiny (GLU PSZ, SEL, MLE) 400ml	255	Herbata czarna z/c 200ml	20	Jogurt (MLE) naturalny 150g	90	EN:	2471 kcal
	Kawa inka (GLU PSZ, GLU ŻYT) z mlekiem 2% tł. (MLE) z/c 200ml	46	Ryba (RYB) smażona panierowana (GLU PSZ, JAJ) 100g	332	Pieczywo pszenno-żytnie (GLU PSZ, GLU ŻYT) 100g	254			B:	99,2107 g
	Pieczywo pszenno-żytnie (GLU PSZ, GLU ŻYT) 100g	254	Ziemniaki z wody 200g	216	Masło extra 82% tł. porc. (MLE) 10g	75			T:	99,5429 g
	Masło extra 82% tł. porc. (MLE) 10g	75	Surówka z kapusty kiszonej i marchwi z olejem rzepakowym 120g	80	Salatka jarzynowa (JAJ, SEL) z majonezem (JAJ, GOR) 100g	172			W tym nasycone	35,82698 g
	Pasta z jaj (JAJ, MLE) 75g	186	Kompot z owoców mieszanych z/c 200ml	43	Ser (MLE) żółty gouda30g	105			W:	308,9029 g
	Piers z indyka gotowana 40g (SOJ, MLE)	38			Liść sałaty 10g	2			Blonnik:	27,9392 g
	Pomidor 100g	17							Sól	6,43 g
	Salata liście 10g	2								
		827		926		628		90		
2. DIETA ŁATWOSTRAWNA	Kasza jaglana na mleku 2% tł. (MLE) 300ml	209	Barszcz czerwony zabieleny (GLU PSZ, MLE, SEL) 400ml	283	Herbata czarna z/c 200ml	20	Jogurt (MLE) naturalny 150g	90	EN:	2089 kcal
	Kawa inka (GLU PSZ, GLU ŻYT) z mlekiem 2% tł. (MLE) z/c 200ml	46	Ryba z wody (RYB) z sosem tymiankowym (GLU PSZ, MLE) 100/100g	165	Pieczywo pszenno-żytnie (GLU PSZ, GLU ŻYT) 100g	254			B:	90,9705 g
	Pieczywo pszenno-żytnie (GLU PSZ, GLU ŻYT) 100g	254	Ziemniaki z wody 200g	216	Masło extra 82% tł. porc. (MLE) 10g	75			T:	59,6815 g
	Masło extra 82% tł. porc. (MLE) 10g	75	Fasolka szparagowa zielona z wody 120g	44	Salatka jarzynowa (JAJ, SEL) z olejem 100g	126			W tym nasycone	26,59975 g
	Jajko na miękko (JAJ) 50g	78	Kompot z owoców mieszanych z/c 200ml	43	Serek tartare (MLE, RYB) 20g	52			W:	310,5755 g
	Piers z indyka gotowana 40g (SOJ, MLE)	38			Liść sałaty 10g	2			Blonnik:	27,032 g
	Pomidor 100g	17							Sól	4,73 g
	Salata liście 10g	2								
		719		751		529		90		
3. DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	Kasza jaglana na mleku 2% tł. (MLE) 300ml	209	Barszcz czerwony zabieleny (GLU PSZ, MLE, SEL) 400ml	283	Herbata czarna z/c 200ml	20	Jogurt (MLE) naturalny 150g	90	EN:	2034 kcal
	Kawa inka (GLU PSZ, GLU ŻYT) z mlekiem 2% tł. (MLE) z/c 200ml	46	Ryba z wody (RYB) z sosem tymiankowym (GLU PSZ, MLE) 100/100g	165	Pieczywo pszenno-żytnie (GLU PSZ, GLU ŻYT) 100g	254			B:	86,7755 g
	Pieczywo pszenno-żytnie (GLU PSZ, GLU ŻYT) 100g	254	Ziemniaki z wody 200g	216	Masło extra 82% tł. porc. (MLE) 5g	37			T:	46,6595 g
	Masło extra 82% tł. porc. (MLE) 5g	37	Fasolka szparagowa zielona z wody 120g	44	Salatka jarzynowa (JAJ, SEL) z olejem 100g	126			W tym nasycone	19,70775 g
	Piers z indyka gotowana 60g (SOJ, MLE)	57	Kompot z owoców mieszanych z/c 200ml	43	Serek tartare (MLE, RYB) 20g	52			W:	330,4645 g
	Miód 20g	80			Liść sałaty 10g	2			Blonnik:	27,032 g
	Pomidor 100g	17							Sól	4,94 g
	Salata liście 10g	2								
		702		751		491		90		
6. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	Kasza jaglana na mleku 2% tł. (MLE) 300ml	209	Barszcz czerwony zabieleny (GLU PSZ, MLE, SEL) 400ml	283	Herbata czarna b/c 200ml	0	Bułka graham (GLU PSZE) z masłem (MLE), wędliną i warzywami	186	EN:	2176 kcal
	Kawa inka (GLU PSZ, GLU ŻYT) b/c 200ml	1	Ryba z wody (RYB) z sosem tymiankowym (GLU PSZ, MLE) 100/100g	165	Pieczywo razowe (GLU PSZE, GLU ŻYT) 100g	231			B:	101,0855 g
	Pieczywo razowe (GLU PSZ, GLU ŻYT) 100g	231	Ziemniaki z wody 200g	216	Masło extra 82% tł. porc. (MLE) 10g	75	Jogurt (MLE) naturalny 150g	90	T:	70,4765 g
	Masło extra 82% tł. porc. (MLE) 10g	75	Surówka z kapusty kiszonej i marchwi z olejem rzepakowym 120g	80	Salatka jarzynowa (JAJ, SEL) z olejem 100g	126			W tym nasycone	29,45595 g
	Jajko na miękko (JAJ) 50g	78	Kompot z owoców mieszanych b/c 200ml	19	Serek tartare (MLE, RYB) 20g	52			W:	302,2425 g
	Piers z indyka gotowana 40g (SOJ, MLE)	38			Liść sałaty 10g	2			Blonnik:	36,462 g
	Pomidor 100g	17							Sól	6,49 g
	Salata liście 10g	2								
		651		763		486		276		

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 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, łaskowe, 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,
ŁUB - 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,