

	ŚNIADANIE	Kcal	OBIAD	Kcal	KOLACJA	Kcal	KOLACJA 2	Kcal			
1. DIETA PODSTAWOWA	Zacierka jajeczna (GLU PSZ, JAJ) na mleku 2% tł. (MLE) 300ml	226	Barszcz z botwiny (GLU PSZ, SEL, MLE) 400ml	255	Herbata czarna z/c 200ml	20	Kefir (MLE) sokolski 180g	90	EN:	2366	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:	91,73445	g
	Pieczywo pszenno-żytnie (GLU PSZ, GLU ŻYT) 100g	254	Ziemniaki z wody 200g	216	Masło extra 82% tł. porc. (MLE) 10g	75			T:	90,98655	g
	Masło extra 82% tł. porc. (MLE) 10g	75	Mizeria ze śmietaną (MLE) 120g	33	Salatka jarzynowa (JAJ, SEL) z majonezem (JAJ, GOR) 100g	172			W:	32,96808	g
	Jajecznicza (JAJ) na maśle (MLE) 100g	195	Kompot z czarnej porzeczki z/c 200ml	39	Serek tartare (MLE, RYB) 20g	52			W:	309,6346	g
	Pomidor 100g	17			Liść sałaty 10g	2			Blonnik:	26,0102	g
	Papryka 30g	11							Sól	4,62	g
Salata liście 10g	2										
	826			875		575		90			
2. DIETA ŁATWOSTRAWNA	Zacierka jajeczna (GLU PSZ, JAJ) na mleku 2% tł. (MLE) 300ml	226	Barszcz czerwony zabielały (GLU PSZ, MLE, SEL) 400ml	283	Herbata czarna z/c 200ml	20	Kefir (MLE) sokolski 180g	90	EN:	2181	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:	93,13425	g
	Pieczywo pszenno-żytnie (GLU PSZ, GLU ŻYT) 100g	254	Ziemniaki z wody 200g	216	Masło extra 82% tł. porc. (MLE) 10g	75			T:	68,89015	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:	30,98625	g
	Jajecznicza (JAJ) na maśle (MLE) 100g	195	Kompot z czarnej porzeczki z/c 200ml	39	Serek tartare (MLE, RYB) 20g	52			W:	311,7652	g
	Pomidor 100g	17			Liść sałaty 10g	2			Blonnik:	26,903	g
	Salata liście 10g	2							Sól	4,09	g
	815			747		529		90			
3. DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	Zacierka jajeczna (GLU PSZ, JAJ) na mleku 2% tł. (MLE) 300ml	226	Barszcz czerwony zabielały (GLU PSZ, MLE, SEL) 400ml	283	Herbata czarna z/c 200ml	20	Kefir (MLE) sokolski 180g	90	EN:	2058	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:	93,37925	g
	Pieczywo pszenno-żytnie (GLU PSZ, GLU ŻYT) 100g	254	Ziemniaki z wody 200g	216	Masło extra 82% tł. porc. (MLE) 5g	37			T:	47,58415	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:	19,99075	g
	Kiełbasa rawska (SOJ, SO2) 60g	85	Kompot z czarnej porzeczki z/c 200ml	39	Serek tartare (MLE, RYB) 20g	52			W:	328,8372	g
	Dżem 20g	63			Liść sałaty 10g	2			Blonnik:	27,128	g
	Pomidor 100g	17							Sól	4,77	g
Salata liście 10g	2										
	730			747		491		90			
6. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	Zacierka jajeczna (GLU PSZ, JAJ) na mleku 2% tł. (MLE) 300ml	226	Barszcz czerwony zabielały (GLU PSZ, MLE, SEL) 400ml	283	Herbata czarna b/c 200ml	0	Bułka graham (GLU PSZE) z masłem (MLE), wędliną i warzywami	186	EN:	2264	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:	110,5243	g
	Pieczywo razowe (GLU PSZ, GLU ŻYT) 100g	231	Ziemniaki z wody 200g	216	Masło extra 82% tł. porc. (MLE) 10g	75	Kefir (MLE) sokolski 180g	90	T:	0,35465	g
	Masło extra 82% tł. porc. (MLE) 10g	75	Mizeria ze śmietaną (MLE) 120g	33	Salatka jarzynowa (JAJ, SEL) z olejem 100g	126			W:	34,80475	g
	Jajecznicza (JAJ) na maśle (MLE) 100g	195	Kompot z czarnej porzeczki b/c 200ml	15	Serek tartare (MLE, RYB) 20g	52			W:	301,8042	g
	Kiełbasa rawska (SOJ, SO2) 30g	43			Liść sałaty 10g	2			Blonnik:	33,853	g
	Pomidor 100g	17							Sól	5,87	g
Salata liście 10g	2										
	790			712		486		276			

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 ośmienn.
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, 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 / siarczynn.
ŁUB - Łubin i produkty pochodne.
MCK - Miecza i pochodne,
OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,
W: węglowodany

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