

	ŚNIADANIE	Kcal	OBIAD	Kcal	KOLACJA	Kcal	KOLACJA 2	Kcal			
1. DIETA PODSTAWOWA	Zacierka jajeczna (GLU PSZ, JAJ) na mleku 2% tł (MLE) 300ml	226	Zupa jarzynowa (GLU PSZ, MLE, SEL) z ziemniakami 400ml	242	Herbata czarna mieszana z miętą z/c 200ml	20	Owslanka (GLU OW, MLE) z malinami i przetartymi daktylami w tubce 100g	76	EN:	2070	kcal
	Kawa inka (GLU PSZ, GLU ŻYT) z mlekiem 2% (MLE) z/c 200ml	46	Pieczony filet z indyka z z sosem tymiarkowym (GLU PSZ, MLE) 70/100g	155	Pieczony pszenno-żytnie (GLU PSZ, GLU ŻYT) 100g	178			B:	101,6	g
	Pieczony pszenno-żytnie (GLU PSZ, GLU ŻYT) 100g	254	Ziemniaki z wody 200g	216	Pieczony razowe (GLU PSZE, GLU ŻYT) 35g	81			T:	50,3722	g
Masło extra 82% tł. porc. (MLE) 10g	75	Brokuly z wody 120g	36	Masło extra 82% tł. porc. (MLE) 10g	75			W:	23,7966	g	
Serek wiejski (MLE) Cottage Cheese naturalny 150g	152	Kompot z wiśniami z/c 200ml	48	Kiełbasa rawska (SOJ, SO2) 60g	85			W:	316,114	g	
Jabłko 150g	95			Salata 15g	3			Błonnik:	27,165	g	
Ogórek świeży 30g	5			Pomidor 30g	6			Sól:	5,60	g	
Salata liście 10g	2										
	856			697		442		76			
2. DIETA ŁATWOSTRAWNA	Zacierka jajeczna (GLU PSZ, JAJ) na mleku 2% tł (MLE) 300ml	226	Zupa jarzynowa (GLU PSZ, MLE, SEL) z ziemniakami 400ml	242	Herbata czarna mieszana z miętą z/c 200ml	20	Owslanka (GLU OW, MLE) z malinami i przetartymi daktylami w tubce 100g	76	EN:	2072	kcal
	Kawa inka (GLU PSZ, GLU ŻYT) z mlekiem 2% (MLE) z/c 200ml	46	Pieczony filet z indyka z z sosem tymiarkowym (GLU PSZ, MLE) 70/100g	155	Pieczony pszenno-żytnie (GLU PSZ, GLU ŻYT) 100g	254			B:	100,865	g
	Pieczony pszenno-żytnie (GLU PSZ, GLU ŻYT) 100g	254	Ziemniaki z wody 200g	216	Masło extra 82% tł. porc. (MLE) 10g	75			T:	50,2622	g
Masło extra 82% tł. porc. (MLE) 10g	75	Brokuly z wody 120g	36	Kiełbasa rawska (SOJ, SO2) 60g	85			W:	23,7781	g	
Serek wiejski (MLE) Cottage Cheese naturalny 150g	152	Kompot z wiśniami z/c 200ml	48	Salata 15g	3			W:	315,754	g	
Jabłko 150g	95			Pomidor 30g	6			Błonnik:	26,16	g	
Pomidor 30g	6			Salata liście 10g	2			Sól:	5,55	g	
Salata liście 10g	2										
	856			697		443		76			
3. DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	Zacierka jajeczna (GLU PSZ, JAJ) na mleku 2% tł (MLE) 300ml	226	Zupa jarzynowa (GLU PSZ, MLE, SEL) z ziemniakami 400ml	242	Herbata czarna mieszana z miętą z/c 200ml	20	Owslanka (GLU OW, MLE) z malinami i przetartymi daktylami w tubce 100g	76	EN:	1997	kcal
	Kawa inka (GLU PSZ, GLU ŻYT) z mlekiem 2% (MLE) z/c 200ml	46	Pieczony filet z indyka z z sosem tymiarkowym (GLU PSZ, MLE) 70/100g	155	Pieczony pszenno-żytnie (GLU PSZ, GLU ŻYT) 100g	254			B:	100,795	g
	Pieczony pszenno-żytnie (GLU PSZ, GLU ŻYT) 100g	254	Ziemniaki z wody 200g	216	Masło extra 82% tł. porc. (MLE) 5g	37			T:	42,0122	g
Masło extra 82% tł. porc. (MLE) 5g	37	Brokuly z wody 120g	36	Kiełbasa rawska (SOJ, SO2) 60g	85			W:	18,3061	g	
Serek wiejski (MLE) Cottage Cheese naturalny 150g	152	Kompot z wiśniami z/c 200ml	48	Salata 15g	3			W:	315,684	g	
Jabłko 150g	95			Pomidor 30g	6			Błonnik:	26,16	g	
Pomidor 30g	7			Salata liście 10g	2			Sól:	5,54	g	
Salata liście 10g	2										
	819			697		405		76			
6. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	Zacierka jajeczna (GLU PSZ, JAJ) na mleku 2% tł (MLE) 300ml	226	Zupa jarzynowa (GLU PSZ, MLE, SEL) z ziemniakami 400ml	242	Herbata czarna mieszana z miętą b/c 200ml	0	Bulka graham (GLU PSZ) z masłem (MLE) i warzywami	157	EN:	2103	kcal
	Kawa inka (GLU PSZ, GLU ŻYT) b/c 200ml	1	Pieczony filet z indyka z z sosem tymiarkowym (GLU PSZ, MLE) 70/100g	155	Pieczony razowe (GLU PSZE, GLU ŻYT) 100g	231			B:	106,628	g
	Pieczony razowe (GLU PSZE, GLU ŻYT) 100g	231	Ziemniaki z wody 200g	216	Masło extra 82% tł. porc. (MLE) 10g	75	Owslanka (GLU OW, MLE) z malinami i przetartymi daktylami w tubce 100g	76	T:	54,7412	g
Masło extra 82% tł. porc. (MLE) 10g	75	Brokuly z wody 120g	36	Kiełbasa rawska (SOJ, SO2) 60g	85			W:	26,1743	g	
Serek wiejski (MLE) Cottage Cheese naturalny 150g	152	Kompot z wiśniami b/c 200ml	24	Salata 15g	3			W:	312,317	g	
Jabłko 150g	95			Pomidor 30g	6			Błonnik:	36,1	g	
Pomidor 30g	6			Salata liście 10g	2			Sól:	6,06	g	
Salata liście 10g	2			Ogórek świeży 50g	9						
Ogórek świeży 50g	9										
	797			673		400		233			

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 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 - 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 i siarczyny,
LUB - Łubin i produkty pochodne,
MCK - Mleczaki i pochodne,
OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,
W: węglowodany

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