

	ŚNIADANIE	Kcal	OBIAD	Kcal	KOLACJA	Kcal	KOLACJA 2	Kcal		
1. DIETA PODSTAWOWA	Kasza jaglana na mleku 2% tł (MLE) 300ml	209	Zupa brokułowa z ziemniakami (GLU JECZ, SEL, MLE) 400ml	244	Barszcz czerwony czysty 200ml (SEL)	34	Kefir (MLE) sokółski 180g	90	EN:	2609 kcal
	Kawa inka (GLU PSZ, GLU ŻYT) z mlekiem 2% (MLE) z/c 200ml	46	Jajo w sosie chrzanowym 50/100g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2)	177	Pieczywo pszenno-żytnie (GLU PSZ, GLU ŻYT) 100g	178			B:	112,215 g
	Pieczywo pszenno-żytnie (GLU PSZ, GLU ŻYT) 100g	254	Ziemniaki z wody 200g	216	Pieczywo razowe (GLU PSZE, GLU ŻYT) 35g	81			T:	78,5483 g
	Masło extra 82% tł. porc. (MLE) 10g	75	Surówka z marchwi z olejem rzepakowym 120g	96	Masło extra 82% tł. porc. (MLE) 10g	75			w tym nasycone	32,6024 g
	Twarożek ze śmietaną (MLE) rzodkiewką 150g	221	Kompot z wiśni z/c 200ml	48	Pierogi z kapustą i grzybami 150g (GLU PSZ, JAJ)	331			W:	381,708 g
	Banan 120g	116			Ryba po grecku 50/50g (GLU PSZ, JAJ, SEL)	111			Blonnik:	34,731 g
	Ogórek świeży 30g	5			Salata liście 10g	2			Sól:	4,76 g
	Salata liście 10g	2								
		928		781		810		90		
2. DIETA ŁATWOSTRAWNA	Kasza jaglana na mleku 2% tł (MLE) 300ml	209	Zupa brokułowa z ziemniakami (GLU JECZ, SEL, MLE) 400ml	244	Barszcz czerwony czysty 200ml (SEL)	34	Kefir (MLE) sokółski 180g	90	EN:	2861 kcal
	Kawa inka (GLU PSZ, GLU ŻYT) z mlekiem 2% (MLE) z/c 200ml	46	Kotlet jarski z ryżu i warzyw z sosem koperkowym (GLU PSZ, MLE)	377	Pieczywo pszenno-żytnie (GLU PSZ, GLU ŻYT) 100g	254			B:	114,092 g
	Pieczywo pszenno-żytnie (GLU PSZ, GLU ŻYT) 100g	254	Ziemniaki z wody 200g	216	Masło extra 82% tł. porc. (MLE) 10g	75			T:	88,909 g
	Masło extra 82% tł. porc. (MLE) 10g	75	Surówka z pomidorów z olejem rzepakowym 120g	73	Pierogi (GLU PSZ, JAJ) ruskie (MLE) bez cebulki 150g	412			w tym nasycone	30,4603 g
	Twarożek ze śmietaną (MLE) 150g	220	Kompot z wiśni z/c 200ml	48	Ryba po grecku 50/50g (GLU PSZ, JAJ, SEL) bez cebuli	108			W:	418,604 g
	Banan 120g	116			Salata liście 10g	2			Blonnik:	33,0692 g
	Pomidor 30g	6							Sól:	3,87 g
	Salata liście 10g	2								
		928		958		885		90		
3. DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	Kasza jaglana na mleku 2% tł (MLE) 300ml	209	Zupa brokułowa z ziemniakami (GLU JECZ, SEL, MLE) 400ml	244	Barszcz czerwony czysty 200ml (SEL)	34	Kefir (MLE) sokółski 180g	90	EN:	2785 kcal
	Kawa inka (GLU PSZ, GLU ŻYT) z mlekiem 2% (MLE) z/c 200ml	46	Kotlet jarski z ryżu i warzyw z sosem koperkowym (GLU PSZ, MLE)	377	Pieczywo pszenno-żytnie (GLU PSZ, GLU ŻYT) 100g	254			B:	114,022 g
	Pieczywo pszenno-żytnie (GLU PSZ, GLU ŻYT) 100g	254	Ziemniaki z wody 200g	216	Masło extra 82% tł. porc. (MLE) 5g	37			T:	80,659 g
	Masło extra 82% tł. porc. (MLE) 5g	37	Surówka z pomidorów z olejem rzepakowym 120g	73	Pierogi (GLU PSZ, JAJ) ruskie (MLE) bez cebulki 150g	412			w tym nasycone	24,9883 g
	Twarożek ze śmietaną (MLE) 150g	220	Kompot z wiśni z/c 200ml	48	Ryba po grecku 50/50g (GLU PSZ, JAJ, SEL) bez cebuli	108			W:	418,534 g
	Banan 120g	116			Salata liście 10g	2			Blonnik:	33,0692 g
	Pomidor 30g	6							Sól:	3,86 g
	Salata liście 10g	2								
		890		958		847		90		
6. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	Kasza jaglana na mleku 2% tł (MLE) 300ml	209	Zupa brokułowa z ziemniakami (GLU JECZ, SEL, MLE) 400ml	244	Barszcz czerwony czysty 200ml (SEL)	34	Kefir (MLE) sokółski 180g	90	EN:	2778 kcal
	Kawa inka (GLU PSZ, GLU ŻYT) b/c 200ml	1	Kotlet jarski z ryżu i warzyw z sosem koperkowym (GLU PSZ, MLE)	377	Pieczywo razowe (GLU PSZE, GLU ŻYT) 100g	231			B:	115,574 g
	Pieczywo razowe (GLU PSZE, GLU ŻYT) 100g	231	Ziemniaki z wody 200g	216	Masło extra 82% tł. porc. (MLE) 10g	75			T:	88,777 g
	Masło extra 82% tł. porc. (MLE) 10g	75	Surówka z marchwi z olejem rzepakowym 120g	96	Pieroci (GLU PSZ, JAJ) ruskie (MLE) bez cebulki 150g	412			w tym nasycone	29,9606 g
	Twarożek ze śmietaną (MLE) 150g	220	Kompot z wiśni b/c 200ml	24	Ryba po grecku 50/50g (GLU PSZ, JAJ, SEL) bez cebuli	108			W:	400,82 g
	Banan 120g	116			Salata liście 10g	2			Blonnik:	42,3972 g
	Pomidor 30g	6							Sód	4,05 g
	Salata liście 10g	2								
	Ogórek świeży 50g	9								
		869		957		862		90		

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,laskowe,pekan,nerkowe,pistacie,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 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,