SZPITALE ZACHODNIOPOMORSKIE SPZOZ
71-730 SZCZECIN, UL. STRZAŁOWSKA 22

12.11.2026 CZWARTEK

	ŚNIADANIE	Kcal	OBIAD	Kcal	KOLACJA	Kcal	KOLACJA 2	Kcal			
D01. DIETA PODSTAWOWA	Ryż biały na mleku 2% tł (**MLE**) 300ml	209	Zupa szpinakowa (**GLU PSZ, SEL, MLE**) z ziemniakami 400ml	270	Herbata czarna b/c 200ml	0	Sok Dawtona z marchwi z cukinią i selerem naciowym 300ml	117	**EN:**	**2205**	**kcal**
	Kawa inka (**GLU PSZ, GLU ŻYT**) z mlekiem 2% (**MLE**) z/c 200ml	26	Gulasz węgierski z szynki wieprzowej z papryką i pieczarkami (**GLU PSZ**) 70/100g	284	Pieczywo pszenno-żytnie (**GLU PSZ, GLU ŻYT**) 100g	256			**B:**	**111,742**	**g**
	Pieczywo pszenno-żytnie (**GLU PSZ, GLU ŻYT**) 100g	256	Ziemniaki z wody 200g	216	Masło extra 82% tł. porc. (**MLE**) 10g	75			**T:**	**60,2077**	**g**
	Masło extra 82% tł. porc. (**MLE**) 10g	75	Surówka z kapusty białej z marchewką i olejem rzepakowym 120g	94	Galaretka z udźca indyka (**SEL**) 150g	127			w tym nasycone	**22,8779**	**g**
	Sucha z fileta 60g	80	Kompot z czarnej porzeczki z/c 200ml	31	Ogórek świeży 50g	9			**W:**	**319,121**	**g**
	Gruszka 130g	70			Sałata liście 10g	2			w tym cukry:	**39,24**	**g**
	Pomidor 30g	6							**Błonnik:**	**30,5792**	**g**
	Sałata liście 10g	2							**Sód:**	**3136,97**	**mg**
		724		**895**		**469**		**117**			
D02. DIETA ŁATWOSTRAWNA	Ryż biały na mleku 2% tł (**MLE**) 300ml	209	Zupa szpinakowa (**GLU PSZ, SEL, MLE**) z ziemniakami 400ml	270	Herbata czarna b/c 200ml	0	Sok Dawtona z marchwi z cukinią i selerem naciowym 300ml	117	**EN:**	**2094**	**kcal**
	Kawa inka (**GLU PSZ, GLU ŻYT**) z mlekiem 2% (**MLE**) z/c 200ml	26	Gulasz węgierski z szynki wieprzowej z dynią i cukinią (**GLU PSZ**) 70/100g	275	Pieczywo pszenno-żytnie (**GLU PSZ, GLU ŻYT**) 100g	256			**B:**	**111,386**	**g**
	Pieczywo pszenno-żytnie (**GLU PSZ, GLU ŻYT**) 100g	256	Ziemniaki z wody 200g	216	Masło extra 82% tł. porc. (**MLE**) 10g	75			**T:**	**53,8395**	**g**
	Masło extra 82% tł. porc. (**MLE**) 10g	75	Kalafior z wody 120g	28	Galaretka z udźca indyka (**SEL**) 150g	127			w tym nasycone	**22,4069**	**g**
	Sucha z fileta 60g	80	Kompot z czarnej porzeczki z/c 200ml	31	Sałata 15g	3			**W:**	**303,159**	**g**
	Mandarynka 80g	36			Pomidor 30g	6			w tym cukry:	**42,292**	**g**
	Pomidor 30g	6							**Błonnik:**	**29,334**	**g**
	Sałata liście 10g	2							**Sód:**	**3199,34**	**mg**
		690		**820**		**467**		**117**			
D03. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	Ryż biały na mleku 2% tł (**MLE**) 300ml	209	Zupa szpinakowa (**GLU PSZ, SEL, MLE**) z ziemniakami 400ml	270	Herbata czarna b/c 200ml	0	Bułka graham (**GLU PSZ**) z masłem (**MLE),** serkiem (**MLE, RYB**) tartare i warzywami	207	**EN:**	**2284**	**kcal**
	Kawa inka (**GLU PSZ, GLU ŻYT**) b/c 200ml	1	Gulasz węgierski z szynki wieprzowej z dynią i cukinią (**GLU PSZ**) 70/100g	275	Pieczywo razowe (**GLU PSZE, GLU ŻYT**) 100g	226			**B:**	**114,497**	**g**
	Pieczywo razowe (**GLU PSZ, GLU ŻYT**) 100g	226	Ziemniaki z wody 200g	216	Masło extra 82% tł. porc. (**MLE**) 10g	75	Sok Dawtona z marchwi z cukinią i selerem naciowym 300ml	117	**T:**	**69,1467**	**g**
	Masło extra 82% tł. porc. (**MLE**) 10g	75	Surówka z kapusty białej z marchewką i olejem rzepakowym 120g	94	Galaretka z udźca indyka (**SEL**) 150g	127			w tym nasycone	**28,1702**	**g**
	Sucha z fileta 60g	80	Kompot z czarnej porzeczki z/c 200ml	15	Sałata 15g	3			**W:**	**321,272**	**g**
	Mandarynka 80g	36			Pomidor 30g	6			w tym cukry:	**38,123**	**g**
	Pomidor 30g	6							**Błonnik:**	**37,9572**	**g**
	Sałata liście 10g	2							**Sód:**	**2941,85**	**mg**
	Papryka 50g	18									
		653		**870**		**437**		**324**			
D05. DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	Ryż biały na mleku 2% tł (**MLE**) 300ml	209	Zupa szpinakowa (**GLU PSZ, SEL, MLE**) z ziemniakami 400ml	270	Herbata czarna b/c 200ml	0	Sok Dawtona z marchwi z cukinią i selerem naciowym 300ml	117	**EN:**	**2018**	**kcal**
	Kawa inka (**GLU PSZ, GLU ŻYT**) z mlekiem 2% (**MLE**) z/c 200ml	26	Gulasz węgierski z szynki wieprzowej z dynią i cukinią (**GLU PSZ**) 70/100g	275	Pieczywo pszenno-żytnie (**GLU PSZ, GLU ŻYT**) 100g	256			**B:**	**111,316**	**g**
	Pieczywo pszenno-żytnie (**GLU PSZ, GLU ŻYT**) 100g	256	Ziemniaki z wody 200g	216	Masło extra 82% tł. porc. (**MLE**) 5g	37			**T:**	**45,5895**	**g**
	Masło extra 82% tł. porc. (**MLE**) 5g	37	Kalafior z wody 120g	28	Galaretka z udźca indyka (**SEL**) 150g	127			w tym nasycone	**16,9349**	**g**
	Sucha z fileta 60g	80	Kompot z czarnej porzeczki z/c 200ml	31	Sałata 15g	3			**W:**	**303,089**	**g**
	Mandarynka 80g	36			Pomidor 30g	6			w tym cukry:	**42,292**	**g**
	Pomidor 30g	6							**Błonnik:**	**29,334**	**g**
	Sałata liście 10g	2							**Sód:**	**3198,44**	**mg**
		652		**820**		**429**		**117**			

Nie można całkowicie wykluczyć indywidualnej reakcji na produkty zawarte w żywności

Lista składników alegrennych z oznaczeniami - załącznik II do rozporządzenia 1169/2011

Szczegółowy wykaz diet przygotowywanych w Szpitalu dostępne są w biurze Kuchni

Legenda:

GLU PSZ - Zboża zawieraiace gluten pszennv.
GLU ŻYT - Zboża zawierajace 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 - Soia i pochodne.
MLE - Mleko i pochodne wraz z laktoza,
ORZ - Orzechv: włoskie.laskowe.pekan.nerkowce.pistacie.miodalv.
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 produktv pochodne.
MCK - Mieczaki i pochodne,
OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,
W: węglowodany

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