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

17.11.2026 WTOREK

	ŚNIADANIE	Kcal	OBIAD	Kcal	KOLACJA	Kcal	KOLACJA 2	Kcal			
D01. DIETA PODSTAWOWA	Kasza jaglana na mleku 2% tł (**MLE**) 300ml	209	Zupa ziemniaczana z fasolą (**GLU PSZ, SEL**) 400ml	297	Herbata czarna b/c 200ml	0	Mus owocowo-warzywny z burakiem w tubce 100g	50	**EN:**	**2274**	**kcal**
	Kawa inka (**GLU PSZ, GLU ŻYT**) z mlekiem 2% (**MLE**) b/c 200ml	26	Pieczony filet z indyka z sosem pieczarkowym (**GLU PSZ, MLE**) 70/100g	195	Pieczywo pszenno-żytnie (**GLU PSZ, GLU ŻYT**) 100g	179			**B:**	**110,879**	**g**
	Pieczywo pszenno-żytnie (**GLU PSZ, GLU ŻYT**) 100g	256	Ziemniaki z wody 200g	216	Pieczywo razowe (**GLU PSZE, GLU ŻYT**) 35g	79			**T:**	**83,8745**	**g**
	Masło extra 82% tł. porc. (**MLE**) 10g	75	Surówka z kapusty pekińskiej, pomidora, kukurydzy, pora z olejem rzepakowym 120g	100	Masło extra 82% tł. porc. (**MLE**) 10g	75			w tym nasycone	**27,141**	**g**
	Schab pieczony z Bobrownik 60g	91	Kompot z czarnej porzeczki z/c 200ml	31	Śledź (**RYB**) w oleju 100/20g	315			**W:**	**281,215**	**g**
	Papryka 50g	18			Serek tartare (**MLE, RYB**) 20g	52			w tym cukry:	**9,9575**	**g**
	Pomidor 30g	6			Liść sałaty 10g	2			**Błonnik:**	**27,36**	**g**
	Liść sałaty 10g	2							**Sód:**	**3897,91**	**mg**
		683		**839**		**702**		**50**			
D02. DIETA ŁATWOSTRAWNA	Kasza jaglana na mleku 2% tł (**MLE**) 300ml	209	Zupa ziemniaczana (**GLU PSZ, MLE, SEL**) 400ml	286	Herbata czarna b/c 200ml	0	Mus owocowo-warzywny z burakiem w tubce 100g	50	**EN:**	**2088**	**kcal**
	Kawa inka (**GLU PSZ, GLU ŻYT**) z mlekiem 2% (**MLE**) b/c 200ml	26	Pieczony filet z indyka z duszonymi jarzynami (**SEL, MLE**) 70/100g	164	Pieczywo pszenno-żytnie (**GLU PSZ, GLU ŻYT**) 100g	256			**B:**	**108,356**	**g**
	Pieczywo pszenno-żytnie (**GLU PSZ, GLU ŻYT**) 100g	256	Ziemniaki z wody 200g	216	Masło extra 82% tł. porc. (**MLE**) 10g	75			**T:**	**54,3405**	**g**
	Masło extra 82% tł. porc. (**MLE**) 10g	75	Faolka szparagowa zielona z wody 120g	44	Ryba z wody (**RYB**) w sosie pomidorowym (**GLU PSZ,MLE**) 100/100g	184			w tym nasycone	**26,5995**	**g**
	Schab pieczony z Bobrownik 60g	91	Kompot z czarnej porzeczki z/c 200ml	31	Serek tartare (**MLE, RYB**) 20g	52			**W:**	**302,988**	**g**
	Dżem owocowy niskosłodzony 25g	63			Liść sałaty 10g	2			w tym cukry:	**18,1445**	**g**
	Pomidor 30g	6							**Błonnik:**	**27,859**	**g**
	Liść sałaty 10g	2							**Sód:**	**3500,37**	**mg**
		728		**741**		**569**		**50**			
D03. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	Kasza jaglana na mleku 2% tł (**MLE**) 300ml	209	Zupa ziemniaczana (**GLU PSZ, MLE, SEL**) 400ml	286	Herbata czarna b/c 200ml	0	Bułka graham (**GLU PSZE**) z masłem (**MLE**), wędliną i warzywami	184	**EN:**	**2182**	**kcal**
	Kawa inka (**GLU PSZ, GLU ŻYT**) b/c 200ml	1	Pieczony filet z indyka z duszonymi jarzynami (**SEL, MLE**) 70/100g	164	Pieczywo razowe (**GLU PSZE, GLU ŻYT**) 100g	226			**B:**	**115,653**	**g**
	Pieczywo razowe (**GLU PSZE, GLU ŻYT**) 100g	226	Ziemniaki z wody 200g	216	Masło extra 82% tł. porc. (**MLE**) 10g	75	Mus owocowo-warzywny z burakiem w tubce 100g	50	**T:**	**67,2615**	**g**
	Masło extra 82% tł. porc. (**MLE**) 10g	75	Surówka z kapusty pekińskiej, pomidora, kukurydzy, pora z olejem rzepakowym 120g	100	Ryba z wody (**RYB**) w sosie pomidorowym (**GLU PSZ,MLE**) 100/100g	184			w tym nasycone	**29,3816**	**g**
	Schab pieczony z Bobrownik 60g	91	Kompot z czarnej porzeczki b/c 200ml	15	Serek tartare (**MLE, RYB**) 20g	52			**W:**	**297,859**	**g**
	Papryka 50g	18			Liść sałaty 10g	2			w tym cukry:	**7,3975**	**g**
	Pomidor 30g	6							**Błonnik:**	**34,851**	**g**
	Liść sałaty 10g	2							**Sód:**	**3444,96**	**mg**
		628		**781**		**539**		**234**			
D05. DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	Kasza jaglana na mleku 2% tł (**MLE**) 300ml	209	Zupa ziemniaczana (**GLU PSZ, MLE, SEL**) 400ml	286	Herbata czarna b/c 200ml	0	Mus owocowo-warzywny z burakiem w tubce 100g	50	**EN:**	**2012**	**kcal**
	Kawa inka (**GLU PSZ, GLU ŻYT**) z mlekiem 2% (**MLE**) b/c 200ml	26	Pieczony filet z indyka z duszonymi jarzynami (**SEL, MLE**) 70/100g	164	Pieczywo pszenno-żytnie (**GLU PSZ, GLU ŻYT**) 100g	256			**B:**	**108,286**	**g**
	Pieczywo pszenno-żytnie (**GLU PSZ, GLU ŻYT**) 100g	256	Ziemniaki z wody 200g	216	Masło extra 82% tł. porc. (**MLE**) 5g	37			**T:**	**46,0905**	**g**
	Masło extra 82% tł. porc. (**MLE**) 5g	37	Faolka szparagowa zielona z wody 120g	44	Ryba z wody (**RYB**) w sosie pomidorowym (**GLU PSZ,MLE**) 100/100g	184			w tym nasycone	**21,1275**	**g**
	Schab pieczony z Bobrownik 60g	91	Kompot z czarnej porzeczki z/c 200ml	31	Serek tartare (**MLE, RYB**) 20g	52			**W:**	**302,918**	**g**
	Dżem owocowy niskosłodzony 25g	63			Liść sałaty 10g	2			w tym cukry:	**18,1445**	**g**
	Pomidor 30g	6							**Błonnik:**	**27,859**	**g**
	Liść sałaty 10g	2							**Sód:**	**3499,47**	**mg**
		690		**741**		**531**		**50**			

Nie można całkowicie wykluczyć indywidualnej reakcji na produkty zawarte w żywności

Lista składników alegrennych 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,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 - Mieczaki i pochodne,
OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,
W: węglowodany

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