

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2023-11-06 Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa		
Płatki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW, _</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, _</u>), Baton szynkowy z kurcząt 80 g, Pomidor 50 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Grochowa z ziemniakami (*) 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL, _</u>), Pierogi z serem 250 g (<u>GLU PSZ, MLE, _</u>), Mus z jabłek prażonych 100 g, Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE, _</u>), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>), Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ, _</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, _</u>), Pasta z twarogu i cebuli 80 g (<u>MLE, _</u>), Pomidor 40 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,
II Śniadanie: Śliwka szt 3 szt,	Podwieczorek: Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml,	Posiłek nocny: Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ, _</u>),

Wartości odżywcze: E: 2499.96 kcal; B: 99.44 g; T: 55.76 g; Kw. tł. nasy.: 21.19 g; W: 415.83 g; W tym cukry: 131.21 g; Bł.: 26.37 g; Sól: 6.09 g; WW: 38.89 Por; Ener. z B: 15.91 %; Ener. z W: 62.32 %; Ener. z T: 20.08 %; Ener. z Bł.: 2.11 %; K: 2488.68 mg;

poniedziałek 2023-11-06 Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna		
Płatki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW, _</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ, _</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, _</u>), Baton szynkowy z kurcząt 80 g, Pomidor 50 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Solferino * () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u>), Pierogi z serem 250 g (<u>GLU PSZ, MLE, _</u>), Mus z jabłek prażonych 100 g, Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE, _</u>), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ, _</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, _</u>), Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE, _</u>), Pomidor 40 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,
II Śniadanie: Banan 1szt. 1 szt,	Podwieczorek: Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml,	Posiłek nocny: Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ, _</u>),

Wartości odżywcze: E: 2554.11 kcal; B: 99.34 g; T: 53.37 g; Kw. tł. nasy.: 21.32 g; W: 432.69 g; W tym cukry: 156.83 g; Bł.: 20.58 g; Sól: 5.14 g; WW: 41.22 Por; Ener. z B: 15.56 %; Ener. z W: 64.54 %; Ener. z T: 18.81 %; Ener. z Bł.: 1.61 %; K: 3003.31 mg;

poniedziałek 2023-11-06 Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa		
Płatki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW, _</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, _</u>), Baton szynkowy z kurcząt 40 g, Ser żółty 30 g (<u>MLE, _</u>), Pomidor 90 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Solferino * () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u>), Ryż na sypko (brązowy) 180 g, Pulpet drobiowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, _</u>), Surówka z marchwi i selera z olejem b/c () 100 g (<u>SEL, _</u>), Brokuł gotowany* 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Makaron pełnoziarnisty na mleku 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, _</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, _</u>), Pasta z twarogu z koperkiem 40 g (<u>MLE, _</u>), Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ, _</u>), Pomidor 90 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,
II Śniadanie: Śliwka szt 3 szt, Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (<u>SOJ, GOR, _</u>), Pomidor 15 g, Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, _</u>),	Podwieczorek: Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE, _</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, _</u>), Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ, _</u>), Salata zielona 5 g,	Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt,

Wartości odżywcze: E: 2737.68 kcal; B: 124.09 g; T: 83.48 g; Kw. tł. nasy.: 34.91 g; W: 388.12 g; W tym cukry: 73.57 g; Bł.: 39.4 g; Sól: 11.21 g; WW: 34.93 Por; Ener. z B: 18.13 %; Ener. z W: 50.95 %; Ener. z T: 27.44 %; Ener. z Bł.: 2.88 %; K: 4499.66 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2023-11-06		Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa	
Płatki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW, _</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, _</u>), Baton szynkowy z kurcząt 80 g , Pomidor 90 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	Solferino * () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u>), Ryż na sypko (brązowy) 180 g , Mus z jabłek prażonych 100 g , Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE, _</u>), Surówka z marchwi i selera z olejem b/c () 100 g (<u>SEL, _</u>), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml ,	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, _</u>), Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE, _</u>), Pomidor 90 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	
II Śniadanie: Śliwka szt 3 szt ,	Podwieczorek: Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>), Sałata zielona 5 g , Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ, _</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, _</u>),	Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt ,	

Wartości odżywcze: E: 2145.06 kcal; B: 81.01 g; T: 55.4 g; Kw. tł. nasy.: 21.75 g; W: 347.43 g; W tym cukry: 94.16 g; Bł.: 35.26 g; Sól: 8.08 g; WW: 31.25 Por; Ener. z B: 15.11 %; Ener. z W: 58.21 %; Ener. z T: 23.24 %; Ener. z Bł.: 3.29 %; K: 3803.47 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2023-11-07 Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa		
Makaron na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, _</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, _</u>), Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 80 g , Papryka świeża 40 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Kapuśniak z kapusty kiszonej (*) 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR, _</u>), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JEĆZ, _</u>), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, _</u>), Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, _</u>), Surówka z pora, jabłka i marchewki () 100 g (<u>MLE, _</u>), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml ,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>), Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ, _</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, _</u>), Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 70 g (<u>RYB, SEL, _</u>), Pomidor 40 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana z/c 150 ml , Kawa z mlekiem instant 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ, _</u>),
II Śniadanie: Bułka maślana 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, _</u>),	Podwieczorek: Koktajl truskawkowy* 200 ml (<u>MLE, _</u>),	Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt ,

Wartości odżywcze: E: 2414.72 kcal; B: 105.43 g; T: 61.4 g; Kw. tł. nasy.: 24.74 g; W: 372.25 g; W tym cukry: 90.55 g; Bł.: 27.65 g; Sól: 7.67 g; WW: 34.53 Por; Ener. z B: 17.47 %; Ener. z W: 57.08 %; Ener. z T: 22.89 %; Ener. z Bł.: 2.29 %; K: 3329.44 mg;

wtorek 2023-11-07 Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna		
Makaron na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, _</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ, _</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, _</u>), Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 80 g , Pomidor 40 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Jarzynowa z ziemniakami (*) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u>), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JEĆZ, _</u>), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, _</u>), Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, _</u>), Marchew oprószana z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ, _</u>), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml ,	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ, _</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, _</u>), Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 70 g (<u>RYB, SEL, _</u>), Pomidor 40 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana z/c 150 ml , Kawa z mlekiem instant 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ, _</u>),
II Śniadanie: Bułka maślana 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, _</u>),	Podwieczorek: Koktajl truskawkowy* 200 ml (<u>MLE, _</u>),	Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt ,

Wartości odżywcze: E: 2364.67 kcal; B: 106.32 g; T: 57.22 g; Kw. tł. nasy.: 22.7 g; W: 366.44 g; W tym cukry: 90.5 g; Bł.: 23 g; Sól: 6.23 g; WW: 34.46 Por; Ener. z B: 17.98 %; Ener. z W: 58.1 %; Ener. z T: 21.78 %; Ener. z Bł.: 1.95 %; K: 3184.32 mg;

wtorek 2023-11-07 Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa		
Makaron pełnoziarnisty na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, _</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, _</u>), Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 40 g , Ser żółty 30 g (<u>MLE, _</u>), Papryka świeża 90 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	Jarzynowa z ziemniakami (*) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u>), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JEĆZ, _</u>), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, _</u>), Surówka z pora, jabłka i marchewki () 100 g (<u>MLE, _</u>), Cukinia pieczona z olejem * 100 g , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml ,	Płatki pszenne na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, _</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, _</u>), Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g , Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 30 g (<u>RYB, SEL, _</u>), Pomidor 90 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,
II Śniadanie: Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>), Jabłko 1 szt 1 szt , Twaróg półtłusty 25 g (<u>MLE, _</u>), Pomidor 15 g , Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, _</u>),	Podwieczorek: Mus z truskawek* b/c 100 g , Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>), Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g , Sałata zielona 5 g , Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, _</u>),	Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt ,

Wartości odżywcze: E: 2668.25 kcal; B: 117.82 g; T: 75.74 g; Kw. tł. nasy.: 36.08 g; W: 397.17 g; W tym cukry: 79.34 g; Bł.: 38.52 g; Sól: 11.19 g; WW: 35.98 Por; Ener. z B: 17.66 %; Ener. z W: 53.77 %; Ener. z T: 25.55 %; Ener. z Bł.: 2.89 %; K: 4113.29 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2023-11-07		Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa
Makaron na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, _</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, _</u>), Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 80 g , Pomidor 90 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	Jarzynowa z ziemniakami *() 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u>), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ, _</u>), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, _</u>), Cukinia pieczona z olejem * 100 g , Surówka z pora, jabłka i marchewki () 100 g (<u>MLE, _</u>), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml ,	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, _</u>), Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 70 g (<u>RYB, SEL, _</u>), Pomidor 90 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana b/c 150 ml , Kawa z mlekiem instant b/c 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _</u>),
II Śniadanie: Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>), Twaróg półtłusty 25 g (<u>MLE, _</u>), Pomidor 15 g , Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, _</u>),	Podwieczorek: Koktajl truskawkowy* b/c 200 ml (<u>MLE, _</u>),	Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt ,

Wartości odżywcze: E: 2275.98 kcal; B: 111.28 g; T: 62.98 g; Kw. tł. nasy.: 27.34 g; W: 330.55 g; W tym cukry: 61.26 g; Bł.: 31.19 g; Sól: 8.44 g; WW: 30.01 Por; Ener. z B: 19.56 %; Ener. z W: 52.61 %; Ener. z T: 24.91 %; Ener. z Bł.: 2.74 %; K: 4067.64 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2023-11-08		
Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa		
Ryż na mleku 250 ml (<u>MLE,</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE,</u>), Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Grycikowa z ziemniakami* 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Ziemniaki () 200 g, Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g, Fasolka szparagowa z wody* 100 g, Dynia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 80 g, Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant b/c 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>),
II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 szt,	Podwieczorek: Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g, Pomidor 15 g, Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>),	Posiłek nocny: Podpłomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>),

Wartości odżywcze: E: 2142.52 kcal; B: 103.77 g; T: 49.22 g; Kw. tł. nasy.: 21.9 g; W: 332.17 g; W tym cukry: 48.08 g; Bł.: 27.9 g; Sól: 9.61 g; WW: 30.54 Por; Ener. z B: 19.37 %; Ener. z W: 56.81 %; Ener. z T: 20.67 %; Ener. z Bł.: 2.6 %; K: 4526.68 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2023-11-09 Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa		
Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (<u>MLE</u> ,), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> ,), Baton szynkowy z kurcząt 80 g , Pomidor 40 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ,), Łazanki z kapustą i mięs wp z łopatki 350 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR</u> ,), Kalafior gotowany* 100 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml ,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,), Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> ,), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> ,), Pasztet z fasoli* 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u> ,), Pomidor 50 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,
II Śniadanie: Andruty 1 szt (<u>GLU PSZ</u> ,),	Podwieczorek: Sok jabłkowy 200 ml ,	Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt ,
Wartości odżywcze: E: 2405.8 kcal; B: 80.02 g; T: 78.13 g; Kw. tł. nasy.: 22.75 g; W: 360.05 g; W tym cukry: 91.55 g; Bł.: 29.22 g; Sól: 7.18 g; WW: 33.08 Por; Ener. z B: 13.3 %; Ener. z W: 55.01 %; Ener. z T: 29.23 %; Ener. z Bł.: 2.43 %; K: 3419.48 mg;		
czwartek 2023-11-09 Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna		
Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (<u>MLE</u> ,), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,), Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> ,), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> ,), Baton szynkowy z kurcząt 80 g , Pomidor 40 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ,), Makaron 180 g (<u>GLU PSZ</u> ,), Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u> ,), Kalafior gotowany* 100 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml ,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,), Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> ,), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> ,), Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80 g (<u>SOJ</u> ,), Pomidor 50 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,
II Śniadanie: Andruty 1 szt (<u>GLU PSZ</u> ,),	Podwieczorek: Sok jabłkowy 200 ml ,	Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt ,
Wartości odżywcze: E: 2188.15 kcal; B: 86.82 g; T: 59.76 g; Kw. tł. nasy.: 18.06 g; W: 337.16 g; W tym cukry: 86.42 g; Bł.: 21.03 g; Sól: 7.92 g; WW: 31.63 Por; Ener. z B: 15.87 %; Ener. z W: 57.79 %; Ener. z T: 24.58 %; Ener. z Bł.: 1.92 %; K: 2873.21 mg;		
czwartek 2023-11-09 Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa		
Kasza jęczmienna na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ</u> ,), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> ,), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u> ,), Baton szynkowy z kurcząt 40 g , Pomidor 90 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ,), Makaron pełnoziarnisty 180 g (<u>GLU PSZ</u> ,), Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u> ,), Kalafior gotowany* 100 g , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml ,	Płatki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW</u> ,), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> ,), Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ</u> ,), Pasztet z fasoli* 40 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u> ,), Pomidor 90 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,
II Śniadanie: Andruty 1 szt (<u>GLU PSZ</u> ,), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,), Pomidor 15 g , Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u> ,), Baton szynkowy z kurcząt 25 g ,	Podwieczorek: Sok pomidorowy 200 ml , Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u> ,), Twarożek 25 g (<u>MLE</u> ,), Sałata zielona 5 g ,	Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt ,
Wartości odżywcze: E: 2715.51 kcal; B: 111.89 g; T: 85.9 g; Kw. tł. nasy.: 29.75 g; W: 388.04 g; W tym cukry: 66.08 g; Bł.: 38.19 g; Sól: 10.4 g; WW: 35.1 Por; Ener. z B: 16.48 %; Ener. z W: 51.53 %; Ener. z T: 28.47 %; Ener. z Bł.: 2.81 %; K: 4516.03 mg;		
czwartek 2023-11-09 Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa		

Jadłospisy dla oddziałów

Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (<u>MLE,</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Baton szynkowy z kurcząt 80 g , Pomidor 90 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Makaron pełnoziarnisty 180 g (<u>GLU PSZ,</u>), Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kalafior gotowany* 100 g , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml ,	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Szyńka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80 g (<u>SOJ,</u>), Pomidor 90 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,
II Śniadanie: Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Pomidor 15 g , Baton szynkowy z kurcząt 25 g , Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: Sok pomidorowy 200 ml ,	Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt ,

Wartości odżywcze: E: 2157.37 kcal; B: 95.67 g; T: 65.79 g; Kw. tł. nasy.: 20.96 g; W: 307.03 g; W tym cukry: 52.58 g; Bł.: 31.25 g; Sól: 11.01 g; WW: 27.73 Por; Ener. z B: 17.74 %; Ener. z W: 51.13 %; Ener. z T: 27.44 %; Ener. z Bł.: 2.9 %; K: 3824.32 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Zacierka na mleku 250 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,), Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Twarożek 40 g (MLE,), Dżem 25 g, Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Kalafiorowa z ryżem * 300 ml (MLE, SEL,), Ziemniaki () 200 g, Pulpet rybny (Morszczuk) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,), Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c () 100 g, Warzywa po grecku * (bez cukru) 100 g (GLU PSZ, SEL,), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Pasta z jaj z koperkiem 100 g (JAJ, MLE,), Ogórek kiszony 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,
II Śniadanie: Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 5 g (MLE,), Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 25 g, Pomidor 15 g,	Podwieczorek: Jabłko 1 szt 1 szt,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 30 g,

Wartości odżywcze: E: 2267 kcal; B: 99.41 g; T: 61.16 g; Kw. tł. nasy.: 24.16 g; W: 342.62 g; W tym cukry: 52.83 g; Bł.: 28.67 g; Sól: 9.59 g; WW: 31.31 Por; Ener. z B: 17.54 %; Ener. z W: 55.39 %; Ener. z T: 24.28 %; Ener. z Bł.: 2.53 %; K: 4101.41 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Płatki pszenne na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, _</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, _</u>), Szykowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 80 g , Pomidor 90 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	Wielowarzywna z ziemniakami * () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u>), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ, _</u>), Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g (<u>GLU PSZ, SEL, _</u>), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g , Surówka Colesław b/c () 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR, _</u>), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml ,	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, _</u>), Sałatka z ryżu (brązowego), brokułów i wędliny drob - dieta 200 g (<u>MLE, SEL, _</u>), Pomidor 90 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana b/c 150 ml , Kawa z mlekiem instant b/c 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _</u>),
II Śniadanie: Mus z truskawek* b/c 100 g ,	Podwieczorek: Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>), Pomidor 15 g , Twarożek 25 g (<u>MLE, _</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, _</u>),	Posiłek nocny: Chrupki kukurydziane 20 g ,

Wartości odżywcze: E: 2289.9 kcal; B: 97.12 g; T: 59.99 g; Kw. tł. nasy.: 23.39 g; W: 357.41 g; W tym cukry: 54.02 g; Bł.: 38.78 g; Sól: 10.12 g; WW: 31.87 Por; Ener. z B: 16.97 %; Ener. z W: 55.66 %; Ener. z T: 23.58 %; Ener. z Bł.: 3.39 %; K: 4187.85 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2023-11-12		Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa
Kasza manna na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, _</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, _</u>), Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 80 g , Pomidor 90 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	Pomidorowa z makaronem * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u>), Ziemniaki () 200 g , Schab gotowany 100 g , Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL, _</u>), Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g , Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml ,	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, _</u>), Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE, _</u>), Sałata zielona 10 g , Pomidor 90 g , Herbata czarna granulowana b/c 150 ml , Kawa z mlekiem instant b/c 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _</u>),
II Śniadanie: Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>), Sok wielowarzywny pasteryzowany 200 ml , Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g , Ogórek kiszony 15 g , Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, _</u>),	Podwieczorek: Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE, _</u>),	Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt ,

Wartości odżywcze: E: 2214.48 kcal; B: 122.41 g; T: 54.12 g; Kw. tł. nasy.: 27.03 g; W: 319.63 g; W tym cukry: 51.87 g; Bł.: 25.75 g; Sól: 12.1 g; WW: 29.54 Por; Ener. z B: 22.11 %; Ener. z W: 53.08 %; Ener. z T: 22 %; Ener. z Bł.: 2.33 %; K: 4358.33 mg;