

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2023-12-25 Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa		
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>), Szyunka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 80 g , Ogórek kiszony 40 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Rosół z makaronem * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL, _</u>), Ziemniaki () 200 g , Ćwiartka z kurczaka pieczona 150 g , Surówka Colesław () 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR, _</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>), Szyunka dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 80 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Sałatka jarzynowa (*) 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR, _</u>),
II Śniadanie: Babka piaskowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, _</u>),		Posiłek nocny: Herbatniki Be Be 14g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE, _</u>),
Wartości odżywcze: E: 2578.33 kcal; B: 131.6 g; T: 94.64 g; Kw. tł. nasy.: 32.61 g; W: 309.62 g; W tym cukry: 74.04 g; Bł.: 22.27 g; Sól: 11.09 g; WW: 28.8 Por; Ener. z B: 20.42 %; Ener. z W: 44.58 %; Ener. z T: 33.04 %; Ener. z Bł.: 1.73 %; K: 3841.32 mg;		
poniedziałek 2023-12-25 Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna		
Płatki pszenne 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>), Szyunka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 80 g , Pomidor 40 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Rosół z makaronem * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL, _</u>), Ziemniaki () 200 g , Ćwiartka z kurczaka gotowana 150 g , Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL, _</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>), Szyunka dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 80 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Sałatka jarzynowa - dieta (*) 100 g (<u>MLE, SEL, _</u>),
II Śniadanie: Babka piaskowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, _</u>),		Posiłek nocny: Herbatniki Be Be 14g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE, _</u>),
Wartości odżywcze: E: 2524.49 kcal; B: 134.74 g; T: 85.9 g; Kw. tł. nasy.: 31.57 g; W: 312.51 g; W tym cukry: 72.69 g; Bł.: 20.96 g; Sól: 9.15 g; WW: 29.19 Por; Ener. z B: 21.35 %; Ener. z W: 46.2 %; Ener. z T: 30.62 %; Ener. z Bł.: 1.66 %; K: 4111.73 mg;		
poniedziałek 2023-12-25 Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa		
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>), Szyunka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 40 g , Hummus 40 g (<u>SEZ, _</u>), Ogórek kiszony 90 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana b/c 150 ml ,	Rosół z makaronem * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL, _</u>), Ziemniaki () 200 g , Ćwiartka z kurczaka pieczona 150 g , Surówka Colesław b/c () 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR, _</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL, _</u>), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml ,	Kasza jaglana 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>), Ser żółty 30 g (<u>MLE, _</u>), Szyunka dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g , Sałatka jarzynowa (*) 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR, _</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,
II Śniadanie: Sok pomidorowy 200 ml , Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>), Sałata zielona 5 g , Twarożek 25 g (<u>MLE, _</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, _</u>),	Podwieczorek: Jabłko 1 szt 1 szt , Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>), Sałata zielona 5 g , Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, _</u>), Szyunka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 25 g ,	Posiłek nocny: Twaróg półtłusty 20 g (<u>MLE, _</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, _</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>), Pomidor 15 g ,
Wartości odżywcze: E: 3253.81 kcal; B: 160.3 g; T: 126.53 g; Kw. tł. nasy.: 47.42 g; W: 385.07 g; W tym cukry: 61.72 g; Bł.: 36.37 g; Sól: 15.4 g; WW: 34.95 Por; Ener. z B: 19.71 %; Ener. z W: 42.87 %; Ener. z T: 35 %; Ener. z Bł.: 2.24 %; K: 5480.05 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2023-12-25		Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa
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>), Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 80 g , Ogórek kiszony 90 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	Rosół z makaronem * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL, _</u>), Ziemniaki () 200 g , Ćwiartka z kurczaka gotowana 150 g , Surówka Colesław b/c () 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR, _</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 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>), Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 80 g , Sałatka jarzynowa ()* 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR, _</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE, _</u>),		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 30 g ,

Wartości odżywcze: E: 2434.27 kcal; B: 138.67 g; T: 87.19 g; Kw. tł. nasy.: 30.43 g; W: 284.99 g; W tym cukry: 29.49 g; Bł.: 26.89 g; Sól: 12.67 g; WW: 25.81 Por; Ener. z B: 22.79 %; Ener. z W: 42.41 %; Ener. z T: 32.24 %; Ener. z Bł.: 2.21 %; K: 4257.94 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2023-12-26 Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa		
Zacierka na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, 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 tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 20 g , Pomidor 40 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ, </u>),	Pomidorowa z ryżem * 300 ml (<u>MLE, SEL, </u>), Ziemniaki () 200 g , Kotle schabowy 150 g (<u>GLU PSZ, JAJ, </u>), Surówka wielowarzywna z olejem () 100 g (<u>SEL, </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>), Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE, </u>), Sałata zielona 10 g , Pomidor 40 g , Herbata czarna granulowana z/c 150 ml , Kawa z mlekiem instant 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ, </u>),
II Śniadanie: Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02, </u>),		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt ,

Wartości odżywcze: E: 2524.32 kcal; B: 106.69 g; T: 77.94 g; Kw. tł. nasy.: 25.04 g; W: 357.4 g; W tym cukry: 75.41 g; Bł.: 24.77 g; Sól: 6.56 g; WW: 33.34 Por; Ener. z B: 16.91 %; Ener. z W: 52.71 %; Ener. z T: 27.79 %; Ener. z Bł.: 1.96 %; K: 3889.26 mg;

wtorek 2023-12-26 Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna		
Zacierka na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, </u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ, </u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, </u>), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 20 g , Pomidor 40 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ, </u>),	Pomidorowa z ryżem * 300 ml (<u>MLE, SEL, </u>), Ziemniaki () 200 g , Schab gotowany 100 g , Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL, </u>), Szpinak gotowany 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>), Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE, </u>), Sałata zielona 10 g , Pomidor 40 g , Herbata czarna granulowana z/c 150 ml , Kawa z mlekiem instant 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ, </u>),
II Śniadanie: Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02, </u>),		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt ,

Wartości odżywcze: E: 2211.19 kcal; B: 107.73 g; T: 53.91 g; Kw. tł. nasy.: 23.24 g; W: 331.58 g; W tym cukry: 71.11 g; Bł.: 19.27 g; Sól: 4.97 g; WW: 31.35 Por; Ener. z B: 19.49 %; Ener. z W: 56.5 %; Ener. z T: 21.94 %; Ener. z Bł.: 1.74 %; K: 3862.72 mg;

wtorek 2023-12-26 Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa		
Zacierka na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, 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 tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ, </u>), Pomidor 90 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	Pomidorowa z ryżem * 300 ml (<u>MLE, SEL, </u>), Ziemniaki () 200 g , Schab gotowany 100 g , Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (<u>SEL, </u>), Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ, </u>), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml ,	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>), Twarożek 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 , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana b/c 150 ml , Kawa z mlekiem instant b/c 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ, </u>),
II Śniadanie: Andruły 1 szt (<u>GLU PSZ, </u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Baton szynkowy z kurczą 25 g , Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, </u>), Ogórek kiszony 15 g ,	Podwieczorek: Maślanka 200 ml (<u>MLE, </u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Baton szynkowy z kurczą 25 g , Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, </u>), Pomidor 15 g ,	Posiłek nocny: Ogórek kiszony 15 g , Chleb razowy pszenno-żytni 30 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 20 g (<u>SOJ, </u>),

Wartości odżywcze: E: 2571.44 kcal; B: 135.28 g; T: 73.56 g; Kw. tł. nasy.: 30.66 g; W: 355.33 g; W tym cukry: 46.83 g; Bł.: 26.86 g; Sól: 12.34 g; WW: 33.02 Por; Ener. z B: 21.04 %; Ener. z W: 51.09 %; Ener. z T: 25.75 %; Ener. z Bł.: 2.09 %; K: 4641.7 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2023-12-26		Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa
Zacierka na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, </u>), Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, </u>), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 20 g , Pomidor 90 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ, </u>),	Pomidorowa z ryżem * 300 ml (<u>MLE, SEL, </u>), Ziemniaki () 200 g , Schab gotowany 100 g , Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (<u>SEL, </u>), Szpinak gotowany 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>), Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE, </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>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, </u>), Baton szynkowy z kurcząt 25 g , Ogórek kiszony 15 g ,		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt ,

Wartości odżywcze: E: 2119.31 kcal; B: 110.02 g; T: 57.6 g; Kw. tł. nasy.: 25.13 g; W: 303.12 g; W tym cukry: 51.34 g; Bł.: 26.98 g; Sól: 7.97 g; WW: 27.71 Por; Ener. z B: 20.77 %; Ener. z W: 52.12 %; Ener. z T: 24.46 %; Ener. z Bł.: 2.55 %; K: 4557.19 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2023-12-27 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 50 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Fasolowa z ziemniakami (*) 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Makaron 180 g (<u>GLU PSZ</u>), Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE</u>), Sos jogurtowo-truskawkowy* 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>), Paprykarz szczeciński 70 g (<u>RYB, SOJ</u>), Ogórek kiszony 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa zbożowa z makiem z/c 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>),
II Śniadanie: Sok pomarańczowy 200 ml,		Posiłek nocny: Mandarynka 2 szt,

Wartości odżywcze: E: 2143.71 kcal; B: 84.35 g; T: 53.38 g; Kw. tł. nasy.: 19.45 g; W: 341.42 g; W tym cukry: 89.92 g; Bł.: 22.37 g; Sól: 7.39 g; WW: 31.97 Por; Ener. z B: 15.74 %; Ener. z W: 59.53 %; Ener. z T: 22.41 %; Ener. z Bł.: 2.09 %; K: 3110.23 mg;

środa 2023-12-27 Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna		
Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (<u>MLE</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,	Dyniowa z ziemniakami(*) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Makaron 180 g (<u>GLU PSZ</u>), Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE</u>), Sos jogurtowo-truskawkowy* 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>), Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny* 70 g (<u>RYB, SEL</u>), Sałata zielona 10 g, Pomidor 40 g, Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa zbożowa z makiem z/c 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>),
II Śniadanie: Sok pomarańczowy 200 ml,		Posiłek nocny: Banan 1szt. 1 szt,

Wartości odżywcze: E: 2189.37 kcal; B: 84.16 g; T: 47.13 g; Kw. tł. nasy.: 19.35 g; W: 364.46 g; W tym cukry: 115.37 g; Bł.: 17.41 g; Sól: 4.84 g; WW: 34.87 Por; Ener. z B: 15.38 %; Ener. z W: 63.41 %; Ener. z T: 19.37 %; Ener. z Bł.: 1.59 %; K: 3557.75 mg;

środa 2023-12-27 Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa		
Kasza jaglana 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 40 g, Twarożek 40 g (<u>MLE</u>), Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Dyniowa z ziemniakami(*) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g, Bukiet warzyw gotowanych królewski* 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>), Paprykarz szczeciński 30 g (<u>RYB, SOJ</u>), Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g, Ogórek kiszony 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,
II Śniadanie: Sok pomidorowy 200 ml, Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Sałata zielona 5 g, Baton szynkowy z kurcząt 25 g,	Podwieczorek: Mandarynka 2 szt, Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g, Pomidor 15 g,	Posiłek nocny: Ser żółty 20 g (<u>MLE</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Sałata zielona 5 g,

Wartości odżywcze: E: 2730.42 kcal; B: 120.56 g; T: 78.76 g; Kw. tł. nasy.: 34.48 g; W: 400.91 g; W tym cukry: 65.25 g; Bł.: 36.39 g; Sól: 15.12 g; WW: 36.55 Por; Ener. z B: 17.66 %; Ener. z W: 53.4 %; Ener. z T: 25.96 %; Ener. z Bł.: 2.67 %; K: 5580.59 mg;

środa 2023-12-27 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,	Dyniowa z ziemniakami*() 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Surówka z marchwi 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>), Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny* 70 g (<u>RYB, SEL</u>), Ogórek kiszony 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 150 ml, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>),
II Śniadanie: Sok pomidorowy 200 ml,		Posiłek nocny: Mandarynka 2 szt,

Wartości odżywcze: E: 2066.01 kcal; B: 91.34 g; T: 51.99 g; Kw. tł. nasy.: 18.5 g; W: 321.57 g; W tym cukry: 58.11 g; Bł.: 31.28 g; Sól: 10.16 g; WW: 29.12 Por; Ener. z B: 17.68 %; Ener. z W: 56.2 %; Ener. z T: 22.65 %; Ener. z Bł.: 3.03 %; K: 5351.01 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

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>), Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE, _</u>), Papryka konserwowa 50 g , Pomidor 50 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	Ziemniaczana * () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 250 g (<u>SEL, GLU JĘCZ, _</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ, _</u>), Surówka z kapusty białej z olejem () 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>), Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 80 g , Sałatka jarzynowa (*) 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR, _</u>), Herbata czarna granulowana b/c 150 ml , Kawa z mlekiem instant b/c 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _</u>),
II Śniadanie: Koktajl wieloowocowy* b/c 200 ml (<u>MLE, _</u>),		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt ,

Wartości odżywcze: E: 2044.7 kcal; B: 92.06 g; T: 61.05 g; Kw. tł. nasy.: 22.29 g; W: 297.1 g; W tym cukry: 61 g; Bł.: 31.6 g; Sól: 7.53 g; WW: 26.54 Por; Ener. z B: 18.01 %; Ener. z W: 51.94 %; Ener. z T: 26.87 %; Ener. z Bł.: 3.09 %; K: 3820.85 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

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>), Twaróg półtłusty 40 g (<u>MLE, _</u>), Dżem 25 g , Pomidor 90 g , Salata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	Szpinakowa z zacierką * 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, _</u>), Ziemniaki () 200 g , Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (<u>RYB, _</u>), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g , Bukiet jarzyn oprószany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ, 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 jaj z natką pietruszki 100 g (<u>JAJ, MLE, _</u>), Pomidor 40 g , Salata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,
II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 szt ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 30 g ,

Wartości odżywcze: E: 2055.84 kcal; B: 101.87 g; T: 56.54 g; Kw. tł. nasy.: 20.93 g; W: 296.92 g; W tym cukry: 54.75 g; Bł.: 26.77 g; Sól: 6 g; WW: 26.99 Por; Ener. z B: 19.82 %; Ener. z W: 52.56 %; Ener. z T: 24.75 %; Ener. z Bł.: 2.6 %; K: 4231.8 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
---------------------------	-----------------------	--------------------------

sobota 2023-12-30

Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa

Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU JĘCZ.</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Parówki drobiowe z cielęciną homogenizowane, wędzone, parzone 70 g, Ketchup 20 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Sałata zielona 10 g,	Koperkowa z ryżem * 300 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Gulasz wieprzowy-dieta 200 g (<u>GLU PSZ</u>), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u>), Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Pasztet z soczewicy () 70 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u>), Ogórek kiszony 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JĘCZ.</u>),
--	---	---

II Śniadanie: Sok pomarańczowy 200 ml,

Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt,

Wartości odżywcze: E: 2479.56 kcal; B: 96.23 g; T: 75.78 g; Kw. tł. nasy.: 23.22 g; W: 347.15 g; W tym cukry: 86.83 g; Bł.: 26.78 g; Sól: 7.79 g; WW: 32.15 Por; Ener. z B: 15.52 %; Ener. z W: 51.68 %; Ener. z T: 27.51 %; Ener. z Bł.: 2.16 %; K: 4243.06 mg;

sobota 2023-12-30

Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna

Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU JĘCZ.</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Szyńka wędzona-pr.dr.wędzony, parzony 80 g, Sałata zielona 10 g, Pomidor 40 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Koperkowa z ryżem * 300 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Gulasz wieprzowy-dieta 200 g (<u>GLU PSZ</u>), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g, 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>), Szyńka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80 g (<u>SOJ</u>), Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JĘCZ.</u>),
---	---	--

II Śniadanie: Sok pomarańczowy 200 ml,

Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt,

Wartości odżywcze: E: 2212.7 kcal; B: 109.67 g; T: 58.79 g; Kw. tł. nasy.: 22.55 g; W: 322 g; W tym cukry: 86.5 g; Bł.: 20.35 g; Sól: 8.01 g; WW: 30.32 Por; Ener. z B: 19.83 %; Ener. z W: 54.53 %; Ener. z T: 23.91 %; Ener. z Bł.: 1.84 %; K: 4090.55 mg;

sobota 2023-12-30

Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa

Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU JĘCZ.</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Twarożek 40 g (<u>MLE</u>), Szyńka wędzona-pr.dr.wędzony, parzony 40 g, Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Koperkowa z ryżem * 300 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Gulasz wieprzowy-dieta 200 g (<u>GLU PSZ</u>), Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 100 g, Fasolka szparagowa z wody* 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Makaron pełnoziarnisty na mleku 200 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Pasztet z soczewicy () 40 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u>), Szyńka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ</u>), 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.), Sok pomidorowy 200 ml, Jajko gotowane kl M 0.50 szt (JAJ), Sałata zielona 5 g, Masło extra 82% 5 g (MLE),

Podwieczorek: Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (MLE), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Szyńka wędzona-pr.dr.wędzony, parzony 25 g, Pomidor 15 g, Masło extra 82% 5 g (MLE),

Posiłek nocny: Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło extra 82% 5 g (MLE), Ser żółty 20 g (MLE), Pomidor 15 g,

Wartości odżywcze: E: 2827.87 kcal; B: 139.18 g; T: 90.04 g; Kw. tł. nasy.: 40.49 g; W: 381.99 g; W tym cukry: 44.51 g; Bł.: 34.56 g; Sól: 13.8 g; WW: 35.01 Por; Ener. z B: 19.69 %; Ener. z W: 49.14 %; Ener. z T: 28.66 %; Ener. z Bł.: 2.44 %; K: 5025.12 mg;

sobota 2023-12-30

Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa

Jadłospisy dla oddziałów

Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</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 ,	Koperkowa z ryżem * 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g , Gulasz wieprzowy- dieta 200 g (<u>GLU PSZ.</u>), Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 100 g , Fasolka szparagowa z wody* 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>), Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80 g (<u>SOJ.</u>), Ogórek kiszony 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: Sok pomidorowy 200 ml ,		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt ,

Wartości odżywcze: E: 2030.12 kcal; B: 110.57 g; T: 56.03 g; Kw. tł. nasy.: 22.56 g; W: 286.77 g; W tym cukry: 51.67 g; Bł.: 30.13 g; Sól: 12.16 g; WW: 25.88 Por; Ener. z B: 21.79 %; Ener. z W: 50.57 %; Ener. z T: 24.84 %; Ener. z Bł.: 2.97 %; K: 4625.32 mg;

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>), Twarożek 80 g (<u>MLE</u>), Sałata zielona 10 g, Pomidor 90 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Rosół z makaronem * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Czwartka z kurczaka pieczona 150 g, Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g, Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 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>), Szynekowa 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 JĘCZ</u>),
II Śniadanie: Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Szynek tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g, Pomidor 15 g, Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: Chrupki kukurydziane 20 g,

Wartości odżywcze: E: 2478.72 kcal; B: 138.09 g; T: 87.72 g; Kw. tł. nasy.: 32.63 g; W: 296.15 g; W tym cukry: 36 g; Bł.: 26.81 g; Sól: 9.76 g; WW: 26.98 Por; Ener. z B: 22.28 %; Ener. z W: 43.46 %; Ener. z T: 31.85 %; Ener. z Bł.: 2.16 %; K: 4642.5 mg;