

### Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2024-01-01</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa</b>		
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,	Kapuśniak z kapusty kiszzonej (*) 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL, GOR, _</u> ), Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JĘCZ, _</u> ), Bitka z szynki wieprzowej 100 g ( <u>GLU PSZ, _</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 twarogu i cebuli 80 g ( <u>MLE, _</u> ), Pomidor 40 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,
II Śniadanie: Mandarynka 2 szt,		Posiłek nocny: Biszkopty 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ, _</u> ),

**Wartości odżywcze:** E: 2216.95 kcal; B: 97.4 g; T: 68.2 g; Kw. tł. nasy.: 22.94 g; W: 323.13 g; W tym cukry: 78.35 g; Bł.: 25.78 g; Sól: 7.54 g; WW: 29.77 Por; Ener. z B: 17.57 %; Ener. z W: 53.65 %; Ener. z T: 27.69 %; Ener. z Bł.: 2.33 %; K: 3109.78 mg;

<b>poniedziałek 2024-01-01</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna</b>		
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,	Jarzynowa z ziemniakami (*) 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u> ), Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JĘCZ, _</u> ), Bitka z szynki wieprzowej 100 g ( <u>GLU PSZ, _</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 twarogu z koperkiem 80 g ( <u>MLE, _</u> ), Pomidor 40 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,
II Śniadanie: Mandarynka 2 szt,		Posiłek nocny: Biszkopty 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ, _</u> ),

**Wartości odżywcze:** E: 2177.67 kcal; B: 99.51 g; T: 64.43 g; Kw. tł. nasy.: 21.09 g; W: 317.92 g; W tym cukry: 78.79 g; Bł.: 21.31 g; Sól: 6.09 g; WW: 29.75 Por; Ener. z B: 18.28 %; Ener. z W: 54.48 %; Ener. z T: 26.63 %; Ener. z Bł.: 1.96 %; K: 2947.91 mg;

<b>poniedziałek 2024-01-01</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa</b>		
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,	Jarzynowa z ziemniakami (*) 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u> ), Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JĘCZ, _</u> ), Bitka z szynki wieprzowej 100 g ( <u>GLU PSZ, _</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,	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: Mandarynka 2 szt, Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u> ), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g, 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: Chleb razowy pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE, _</u> ), Jajko gotowane kl M 0.50 szt ( <u>JAJ, _</u> ), Ogórek kiszony 15 g,

**Wartości odżywcze:** E: 2796.28 kcal; B: 134 g; T: 94 g; Kw. tł. nasy.: 40.09 g; W: 369.74 g; W tym cukry: 58.13 g; Bł.: 32.66 g; Sól: 12.11 g; WW: 33.78 Por; Ener. z B: 19.17 %; Ener. z W: 48.22 %; Ener. z T: 30.25 %; Ener. z Bł.: 2.34 %; K: 4039.37 mg;

### Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-01-01		Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa
Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU OW, _</b> ), Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE, _</b> ), Baton szynkowy z kurcząt 80 g , Pomidor 90 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	Jarzynowa z ziemniakami *() 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, _</b> ), Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <b>GLU JĘCZ, _</b> ), Bitka z szynki wieprzowej 100 g ( <b>GLU PSZ, _</b> ), Cukinia pieczona z olejem * 100 g , Surówka z pora, jabłka i marchewki () 100 g ( <b>MLE, _</b> ), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml ,	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE, _</b> ), Pasta z twarogu z koperkiem 80 g ( <b>MLE, _</b> ), Pomidor 90 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,
II Śniadanie: Mandarynka 2 szt ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 30 g ,

**Wartości odżywcze:** E: 2117.4 kcal; B: 99.91 g; T: 65.76 g; Kw. tł. nasy.: 21.91 g; W: 294.69 g; W tym cukry: 50.47 g; Bł.: 28.71 g; Sól: 7.33 g; WW: 26.61 Por; Ener. z B: 18.87 %; Ener. z W: 50.25 %; Ener. z T: 27.95 %; Ener. z Bł.: 2.71 %; K: 3660.2 mg;



## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-01-02		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> ), Szyńka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 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 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 JECZ, _</u> ),
<b>II Śniadanie:</b> 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> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Jabłko 1 szt 1 szt ,

**Wartości odżywcze:** E: 2070.83 kcal; B: 85.43 g; T: 50.55 g; Kw. tł. nasy.: 22.41 g; W: 333.9 g; W tym cukry: 82.47 g; Bł.: 33.11 g; Sól: 7.63 g; WW: 30.12 Por; Ener. z B: 16.5 %; Ener. z W: 58.1 %; Ener. z T: 21.97 %; Ener. z Bł.: 3.2 %; K: 3749.61 mg;

### Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2024-01-03      Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa</b>		
Ryż 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> ), Serek homo z owocami 80 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Grycikowa z ziemniakami* 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Ziemniaki () 200 g , Pieczeń rzymska drobiowa 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ), Fasolka szparagowa z wody* 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> ), Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE</u> ), Pomidor 50 g , Herbata czarna granulowana z/c 150 ml , Kawa z mlekiem instant 150 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> ),
II Śniadanie: Banan 1szt. 1 szt ,		Posiłek nocny: Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02</u> ),

**Wartości odżywcze:** E: 2394.91 kcal; B: 94.63 g; T: 53.97 g; Kw. tł. nasy.: 22.05 g; W: 392.32 g; W tym cukry: 92.36 g; Bł.: 23.71 g; Sól: 6.91 g; WW: 37.06 Por; Ener. z B: 15.8 %; Ener. z W: 61.57 %; Ener. z T: 20.28 %; Ener. z Bł.: 1.98 %; K: 4243.76 mg;

<b>środa 2024-01-03      Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna</b>		
Ryż 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> ), Serek homo z owocami 80 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Grycikowa z ziemniakami* 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Ziemniaki () 200 g , Pieczeń rzymska drobiowa 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ), Sos pietruszkowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ), Dynia duszona z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ</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> ), Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 80 g , Pomidor 50 g , Herbata czarna granulowana z/c 150 ml , Kawa z mlekiem instant 150 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> ),
II Śniadanie: Banan 1szt. 1 szt ,		Posiłek nocny: Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02</u> ),

**Wartości odżywcze:** E: 2413.06 kcal; B: 96.68 g; T: 50.69 g; Kw. tł. nasy.: 20.32 g; W: 400.05 g; W tym cukry: 94.86 g; Bł.: 22.93 g; Sól: 7.86 g; WW: 37.79 Por; Ener. z B: 16.03 %; Ener. z W: 62.51 %; Ener. z T: 18.9 %; Ener. z Bł.: 1.9 %; K: 4191.29 mg;

<b>środa 2024-01-03      Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa</b>		
Ryż 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> ), Szynekowa tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 40 g , Serek homo. naturalny 40 g ( <u>MLE</u> ), Sałata zielona 10 g , Pomidor 90 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	Grycikowa z ziemniakami* 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Ziemniaki () 200 g , Pieczeń rzymska drobiowa 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ), 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 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 , Twarożek z ziołami 40 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: Jabłko 1 szt 1 szt , Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ), Ser żółty 25 g ( <u>MLE</u> ), Ogórek kiszony 15 g ,	Podwieczorek: Pomidor 15 g , Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g , Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Maślanka 200 ml ( <u>MLE</u> ),	Posiłek nocny: Chleb razowy pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ), Jajko gotowane kl M 0.50 szt ( <u>JAJ</u> ), Pomidor 15 g ,

**Wartości odżywcze:** E: 2687.81 kcal; B: 125.89 g; T: 70.99 g; Kw. tł. nasy.: 34.8 g; W: 398.52 g; W tym cukry: 59.41 g; Bł.: 31.89 g; Sól: 11.87 g; WW: 36.84 Por; Ener. z B: 18.73 %; Ener. z W: 54.56 %; Ener. z T: 23.77 %; Ener. z Bł.: 2.37 %; K: 4935.13 mg;

### Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-01-03		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, Pieczeń rzymska drobiowa 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ), 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 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 150 ml, Kawa z mlekiem instant b/c 150 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ),
II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 szt,		Posiłek nocny: Podpłomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ),

**Wartości odżywcze:** E: 2059.75 kcal; B: 97.57 g; T: 44.25 g; Kw. tł. nasy.: 18.95 g; W: 328.11 g; W tym cukry: 47.32 g; Bł.: 27.13 g; Sól: 8.18 g; WW: 30.2 Por; Ener. z B: 18.95 %; Ener. z W: 58.45 %; Ener. z T: 19.33 %; Ener. z Bł.: 2.63 %; K: 4403.56 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> ), 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 ,
<b>II Śniadanie:</b> 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> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Jabłko 1 szt 1 szt ,

**Wartości odżywcze:** E: 2121.37 kcal; B: 94.07 g; T: 65.39 g; Kw. tł. nasy.: 20.86 g; W: 299.43 g; W tym cukry: 47.38 g; Bł.: 29.05 g; Sól: 10.04 g; WW: 27.13 Por; Ener. z B: 17.74 %; Ener. z W: 50.98 %; Ener. z T: 27.74 %; Ener. z Bł.: 2.74 %; K: 3304.32 mg;



### Jadłospisy dla oddziałów

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

**Wartości odżywcze:** E: 2232.05 kcal; B: 106.55 g; T: 61.55 g; Kw. tł. nasy.: 24.34 g; W: 324.47 g; W tym cukry: 38.28 g; Bł.: 25.67 g; Sól: 9.68 g; WW: 29.81 Por; Ener. z B: 19.1 %; Ener. z W: 53.55 %; Ener. z T: 24.82 %; Ener. z Bł.: 2.3 %; K: 4021.91 mg;

### Jadłospisy dla oddziałów

## Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY

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

### sobota 2024-01-06 Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa

<p>Platki 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 80 g , Pomidor 40 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,</p>	<p>Ogórkowa z ziemniakami * () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u>), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JEĆZ, _</u>), Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g (<u>GLU PSZ, SEL, _</u>), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml ,</p>	<p>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>), Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob - dieta 200 g (<u>MLE, SEL, może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR, _</u>), Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana z/c 150 ml , Kawa z mlekiem instant 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ, _</u>),</p>
---	--	--

II Śniadanie: Koktajl wieloowocowy* 200 ml ( <u>MLE, _</u> ),		Posiłek nocny: Chrupki kukurydziane 20 g ,
---	--	--

**Wartości odżywcze:** E: 2202.09 kcal; B: 89.27 g; T: 52.25 g; Kw. tł. nasy.: 21.02 g; W: 357.13 g; W tym cukry: 81.09 g; Bł.: 29.24 g; Sól: 9.26 g; WW: 32.72 Por; Ener. z B: 16.22 %; Ener. z W: 59.56 %; Ener. z T: 21.36 %; Ener. z Bł.: 2.66 %; K: 3318.46 mg;

### sobota 2024-01-06 Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna

<p>Platki pszenne na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, 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>), Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 80 g , Pomidor 40 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,</p>	<p>Wielowarzywna z ziemniakami * () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u>), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JEĆZ, _</u>), Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g (<u>GLU PSZ, SEL, _</u>), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml ,</p>	<p>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>), Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob - dieta 200 g (<u>MLE, SEL, może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR, _</u>), Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana z/c 150 ml , Kawa z mlekiem instant 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ, _</u>),</p>
---	---	--

II Śniadanie: Koktajl wieloowocowy* 200 ml ( <u>MLE, _</u> ),		Posiłek nocny: Chrupki kukurydziane 20 g ,
---	--	--

**Wartości odżywcze:** E: 2223.89 kcal; B: 90.33 g; T: 52.41 g; Kw. tł. nasy.: 21.01 g; W: 361.13 g; W tym cukry: 81.61 g; Bł.: 28.99 g; Sól: 8.54 g; WW: 33.15 Por; Ener. z B: 16.25 %; Ener. z W: 59.74 %; Ener. z T: 21.21 %; Ener. z Bł.: 2.61 %; K: 3388.11 mg;

### sobota 2024-01-06 Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa

<p>Platki 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>), Hummus 40 g (<u>SEZ, _</u>), Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g , Pomidor 90 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,</p>	<p>Ogórkowa z ziemniakami * () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u>), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JEĆZ, _</u>), Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g (<u>GLU PSZ, SEL, _</u>), Fasolka szparagowa z wody* 100 g , Surówka Colesław b/c () 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR, _</u>), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml ,</p>	<p>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>), Serek homo. naturalny 40 g (<u>MLE, _</u>), Sałatka z ryżu (brązowego), brokułów i wędliny drob - dieta 100 g (<u>MLE, SEL, może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR, _</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>),</p>
--	---	---

II Śniadanie: Mus z truskawek* b/c 100 g , Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE, _</u> ), Jajko gotowane kl M 0.50 szt ( <u>JAJ, _</u> ), Sałata zielona 5 g ,	Podwieczorek: Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE, _</u> ), Pomidor 15 g , Mandarynka 2 szt , Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u> ), Twarożek 25 g ( <u>MLE, _</u> ),	Posiłek nocny: Chleb razowy pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE, _</u> ), Twaróg półtłusty 20 g ( <u>MLE, _</u> ), Pomidor 15 g ,
--	---	---

**Wartości odżywcze:** E: 2590.47 kcal; B: 105.61 g; T: 75.36 g; Kw. tł. nasy.: 30.27 g; W: 389.88 g; W tym cukry: 66.19 g; Bł.: 40.5 g; Sól: 10.75 g; WW: 35.03 Por; Ener. z B: 16.31 %; Ener. z W: 53.95 %; Ener. z T: 26.18 %; Ener. z Bł.: 3.13 %; K: 4202.75 mg;

### sobota 2024-01-06 Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa

### 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 JEĆZ, _</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, może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR, _</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: Mus z truskawek* b/c 100 g ,		Posiłek nocny: Chrupki kukurydziane 20 g ,

**Wartości odżywcze:** E: 2090.87 kcal; B: 88.94 g; T: 54.14 g; Kw. tł. nasy.: 19.84 g; W: 328.14 g; W tym cukry: 52.18 g; Bł.: 36.93 g; Sól: 9.31 g; WW: 29.11 Por; Ener. z B: 17.01 %; Ener. z W: 55.71 %; Ener. z T: 23.3 %; Ener. z Bł.: 3.53 %; K: 4043.55 mg;

### Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny

niedziela 2024-01-07 Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa		
Kasza manna 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> ), Kielbasa Krakowska wieprzowa parzona grubo rozdrobniona wędzona w osłonce niejadalnej. 80 g ( <u>GOR, _</u> ), Pomidor 50 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Pomidorowa z makaronem * 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u> ), Ziemniaki () 200 g, Kotlet schabowy 150 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, _</u> ), Surówka z kapusty białej z olejem () 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> ), Ser żółty 60 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 JĘCZ, _</u> ),
II Śniadanie: Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02, _</u> ),		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt,

**Wartości odżywcze:** E: 2660.51 kcal; B: 111.52 g; T: 91.47 g; Kw. tł. nasy.: 35.5 g; W: 358.35 g; W tym cukry: 73.69 g; Bł.: 24.68 g; Sól: 8.82 g; WW: 33.47 Por; Ener. z B: 16.77 %; Ener. z W: 50.17 %; Ener. z T: 30.94 %; Ener. z Bł.: 1.86 %; K: 3735.05 mg;

niedziela 2024-01-07 Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna		
Kasza manna 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> ), Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 80 g, Pomidor 50 g, Herbata czarna granulowana z/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> ), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 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> ), 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 JĘCZ, _</u> ),
II Śniadanie: Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02, _</u> ),		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt,

**Wartości odżywcze:** E: 2185.35 kcal; B: 111.31 g; T: 48.52 g; Kw. tł. nasy.: 22.56 g; W: 331.3 g; W tym cukry: 70.64 g; Bł.: 17.5 g; Sól: 6.98 g; WW: 31.51 Por; Ener. z B: 20.37 %; Ener. z W: 57.44 %; Ener. z T: 19.98 %; Ener. z Bł.: 1.6 %; K: 3642.68 mg;

niedziela 2024-01-07 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> ), Serek wiejski ziarnisty 40 g ( <u>MLE, _</u> ), Kielbasa Krakowska wieprzowa parzona grubo rozdrobniona wędzona w osłonce niejadalnej. 40 g ( <u>GOR, _</u> ), 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, 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 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> ), Szynek wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 40 g, 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> ), Andruty 1 szt ( <u>GLU PSZ, _</u> ), Ogórek kiszony 15 g, Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE, _</u> ), Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g,	Podwieczorek: Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE, _</u> ), Szynek wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 25 g, Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt ( <u>MLE, _</u> ), Sałata zielona 5 g, Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u> ),	Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt,

**Wartości odżywcze:** E: 2512.39 kcal; B: 131.73 g; T: 70.86 g; Kw. tł. nasy.: 35.75 g; W: 349.53 g; W tym cukry: 51.53 g; Bł.: 27.34 g; Sól: 11.59 g; WW: 32.36 Por; Ener. z B: 20.97 %; Ener. z W: 51.3 %; Ener. z T: 25.38 %; Ener. z Bł.: 2.18 %; K: 4244.34 mg;

### Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-01-07		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> ), 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 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> ),
<b>II Śniadanie:</b> Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u> ), Sok wielowarzywny pasteryzowany 200 ml , Szynkowa dębowa kiel.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> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Jabłko 1 szt 1 szt ,

**Wartości odżywcze:** E: 2142.48 kcal; B: 116.71 g; T: 51.12 g; Kw. tł. nasy.: 24.93 g; W: 314.83 g; W tym cukry: 51.87 g; Bł.: 25.75 g; Sól: 11.89 g; WW: 29.04 Por; Ener. z B: 21.79 %; Ener. z W: 53.97 %; Ener. z T: 21.48 %; Ener. z Bł.: 2.4 %; K: 4358.33 mg;