

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2024-01-08 Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa		
Platki jęczmienne na mleku 250 ml (MLE, GLU JĘCZ.), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło extra 82% 10 g (MLE), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 80 g (może zawierać: MLE, GOR.), Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Brokułowa z ryżem* 300 ml (MLE, SEL.), Makaron 180 g (GLU PSZ.), Twaróg półtłusty 80 g (MLE), Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (MLE), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.), Masło extra 82% 10 g (MLE), Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 70 g (RYB, SEL.), Sałata zielona 10 g, Pomidor 40 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,
II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 szt,		Posiłek nocny: Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.),

Wartości odżywcze: E: 1896.41 kcal; B: 81.87 g; T: 47.51 g; Kw. tł. nasy.: 19.14 g; W: 299.21 g; W tym cukry: 77.31 g; Bł.: 18.41 g; Sól: 6.23 g; WW: 28.11 Por; Ener. z B: 17.27 %; Ener. z W: 59.23 %; Ener. z T: 22.55 %; Ener. z Bł.: 1.94 %; K: 1838.25 mg;

poniedziałek 2024-01-08 Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna		
Platki jęczmienne na mleku 250 ml (MLE, GLU JĘCZ.), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.), Masło extra 82% 10 g (MLE), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 80 g (może zawierać: MLE, GOR.), Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Brokułowa z ryżem* 300 ml (MLE, SEL.), Makaron 180 g (GLU PSZ.), Twaróg półtłusty 80 g (MLE), Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (MLE), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.), Masło extra 82% 10 g (MLE), Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 70 g (RYB, SEL.), Sałata zielona 10 g, Pomidor 40 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,
II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 szt,		Posiłek nocny: Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.),

Wartości odżywcze: E: 1905.91 kcal; B: 82.42 g; T: 47.61 g; Kw. tł. nasy.: 19.13 g; W: 300.46 g; W tym cukry: 77.41 g; Bł.: 17.66 g; Sól: 5.91 g; WW: 28.31 Por; Ener. z B: 17.3 %; Ener. z W: 59.35 %; Ener. z T: 22.48 %; Ener. z Bł.: 1.85 %; K: 1826.25 mg;

poniedziałek 2024-01-08 Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa		
Platki jęczmienne na mleku 250 ml (MLE, GLU JĘCZ.), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło extra 82% 10 g (MLE), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR.), Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Brokułowa z ryżem* 300 ml (MLE, SEL.), Makaron pełnoziarnisty 180 g (GLU PSZ.), Twaróg półtłusty 80 g (MLE), Sos jogurtowo truskawkowy*b/c 100 g (MLE), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Makaron na mleku 200 ml (GLU PSZ, MLE.), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło extra 82% 10 g (MLE), Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 30 g (RYB, SEL.), Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ.), Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,
II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 szt, Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Pomidor 15 g, Masło extra 82% 5 g (MLE), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (może zawierać: MLE, GOR.),	Podwieczorek: Sałata zielona 5 g, Masło extra 82% 5 g (MLE), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Kefir 2 % tł 200g 1 szt (MLE), Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.),	Posiłek nocny: Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (SOJ.), Masło extra 82% 5 g (MLE), Pomidor 15 g, Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.),

Wartości odżywcze: E: 2433.86 kcal; B: 118.09 g; T: 67.4 g; Kw. tł. nasy.: 31.75 g; W: 345.63 g; W tym cukry: 64.08 g; Bł.: 28.2 g; Sól: 10.85 g; WW: 31.85 Por; Ener. z B: 19.41 %; Ener. z W: 52.17 %; Ener. z T: 24.92 %; Ener. z Bł.: 2.32 %; K: 2872.49 mg;

poniedziałek 2024-01-08 Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa		
Platki jęczmienne na mleku 250 ml (MLE, GLU JĘCZ.), Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło extra 82% 10 g (MLE), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 80 g (może zawierać: MLE, GOR.), Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Brokułowa z ryżem* 300 ml (MLE, SEL.), Makaron pełnoziarnisty 180 g (GLU PSZ.), Twaróg półtłusty 80 g (MLE), Sos jogurtowo truskawkowy*b/c 100 g (MLE), 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 ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 70 g (RYB, SEL.), Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (MLE),		Posiłek nocny: Podpłomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE),

Wartości odżywcze: E: 1777.44 kcal; B: 89.59 g; T: 49.5 g; Kw. tł. nasy.: 21.08 g; W: 245.67 g; W tym cukry: 32.07 g; Bł.: 20.78 g; Sól: 6.74 g; WW: 22.61 Por; Ener. z B: 20.16 %; Ener. z W: 50.61 %; Ener. z T: 25.06 %; Ener. z Bł.: 2.34 %; K: 2173.67 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2024-01-09 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% 10g (<u>MLE</u>), Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczoney 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE</u>), Ogórek kiszony 50 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Pieczarkowa z ziemniakami * () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ</u>), Bitka z szynki wieprzowej 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Surówka z kapusty pekińskiej 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>), Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 80 g, Pomidor 40 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),
II Śniadanie: Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>),		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt,

Wartości odżywcze: E: 2235.86 kcal; B: 98.77 g; T: 64.56 g; Kw. tł. nasy.: 23.32 g; W: 322.99 g; W tym cukry: 64.82 g; Bł.: 22.46 g; Sól: 9.89 g; WW: 30.07 Por; Ener. z B: 17.67 %; Ener. z W: 53.76 %; Ener. z T: 25.99 %; Ener. z Bł.: 2.01 %; K: 2868.4 mg;

wtorek 2024-01-09 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 (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>), Pomidor 40 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Solferino * () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ</u>), Bitka z szynki wieprzowej 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</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>), Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 80 g, Pomidor 40 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),
II Śniadanie: Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>),		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt,

Wartości odżywcze: E: 2276.06 kcal; B: 99.72 g; T: 64.11 g; Kw. tł. nasy.: 20.52 g; W: 331.86 g; W tym cukry: 70.83 g; Bł.: 21.6 g; Sól: 9.09 g; WW: 31.06 Por; Ener. z B: 17.52 %; Ener. z W: 54.53 %; Ener. z T: 25.35 %; Ener. z Bł.: 1.9 %; K: 3047.18 mg;

wtorek 2024-01-09 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% 10g (<u>MLE</u>), Baton szynkowy z kurcząt 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>), Serek wiejski ziarnisty 40 g (<u>MLE</u>), Ogórek kiszony 100 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Solferino * () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ</u>), Bitka z szynki wieprzowej 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 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>), Twaróg półtłusty 40 g (<u>MLE</u>), Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g, Pomidor 90 g, Salata 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: Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Sok pomidorowy 200 ml, Salata zielona 5 g, Jajko gotowane kl M 0.50 szt (<u>JAJ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Pomidor 15 g, Szynkowa 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>), Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Posiłek nocny: Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Twaróg półtłusty 20 g (<u>MLE</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Pomidor 15 g,

Wartości odżywcze: E: 2617.1 kcal; B: 126.14 g; T: 84.46 g; Kw. tł. nasy.: 35.03 g; W: 349.51 g; W tym cukry: 42.25 g; Bł.: 30.18 g; Sól: 13.81 g; WW: 32 Por; Ener. z B: 19.28 %; Ener. z W: 48.81 %; Ener. z T: 29.05 %; Ener. z Bł.: 2.31 %; K: 4128.99 mg;

wtorek 2024-01-09 Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa		
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 (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>), Ogórek kiszony 100 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Solferino * () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ</u>), Bitka z szynki wieprzowej 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 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, Salata 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: Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Jajko gotowane kl M 0.50 szt (<u>JAJ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Salata zielona 5 g,		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt,

Wartości odżywcze: E: 2280.7 kcal; B: 107.13 g; T: 71.45 g; Kw. tł. nasy.: 24.51 g; W: 312.95 g; W tym cukry: 47.48 g; Bł.: 28.03 g; Sól: 12.32 g; WW: 28.45 Por; Ener. z B: 18.79 %; Ener. z W: 49.97 %; Ener. z T: 28.2 %; Ener. z Bł.: 2.46 %; K: 3630.21 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2024-01-10 Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa		
Platki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 82% 10 g (MLE), Ser żółty 60 g (MLE), Sałata zielona 10 g, Pomidor 40 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*() 300 ml (MLE, SEL, GLU JECZ), Ziemniaki () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 120 g (GLU PSZ, JAJ), Sos jarzynowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL), Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 10 g (MLE), Szyunka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80 g (SOJ), Sałatka jarzynowa ()* 50 g (JAJ, MLE, SEL, GOR), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,
II Śniadanie: Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE),		Posiłek nocny: Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE),

Wartości odżywcze: E: 2305.35 kcal; B: 100.88 g; T: 68.43 g; Kw. tł. nasy.: 31.83 g; W: 333.42 g; W tym cukry: 71.25 g; Bł.: 19.66 g; Sól: 10.14 g; WW: 31.45 Por; Ener. z B: 17.5 %; Ener. z W: 54.44 %; Ener. z T: 26.72 %; Ener. z Bł.: 1.71 %; K: 3661.17 mg;

środa 2024-01-10 Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna		
Platki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 10 g (MLE), Serek homo. naturalny 80 g (MLE), Sałata zielona 10 g, Pomidor 40 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*() 300 ml (MLE, SEL, GLU JECZ), Ziemniaki () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 120 g (GLU PSZ, JAJ), Sos jarzynowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL), Buraczki oprószone () 100 g (GLU PSZ), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 10 g (MLE), Szyunka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80 g (SOJ), Sałatka jarzynowa - dieta ()* 50 g (MLE, SEL), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,
II Śniadanie: Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE),		Posiłek nocny: Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE),

Wartości odżywcze: E: 2146.58 kcal; B: 98.3 g; T: 44.89 g; Kw. tł. nasy.: 19.24 g; W: 348.12 g; W tym cukry: 78.43 g; Bł.: 20.48 g; Sól: 7.26 g; WW: 32.83 Por; Ener. z B: 18.32 %; Ener. z W: 61.05 %; Ener. z T: 18.82 %; Ener. z Bł.: 1.91 %; K: 3964.94 mg;

środa 2024-01-10 Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa		
Platki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 82% 10 g (MLE), Ser żółty 30 g (MLE), Szyunka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR), Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*() 300 ml (MLE, SEL, GLU JECZ), Ziemniaki () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 120 g (GLU PSZ, JAJ), Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g, Brokuł gotowany* 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Ryż na mleku 250 ml (MLE), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 82% 10 g (MLE), Twaróg półtłusty 40 g (MLE), Szyunka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ), Sałatka jarzynowa ()* 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,
II Śniadanie: Maślanka 200 ml (MLE), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Pomidor 15 g, Masło extra 82% 5 g (MLE), Szyunka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (może zawierać: MLE, GOR),	Podwieczorek: Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Pomarańcza 250g 1 szt, Sałata zielona 5 g, Szyunka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ), Masło extra 82% 5 g (MLE),	Posiłek nocny: Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 82% 5 g (MLE), Jajko gotowane kl M 0.50 szt (JAJ), Sałata zielona 5 g,

Wartości odżywcze: E: 2869.33 kcal; B: 133.94 g; T: 86.78 g; Kw. tł. nasy.: 37.84 g; W: 404.79 g; W tym cukry: 69.83 g; Bł.: 34.26 g; Sól: 13.75 g; WW: 37.08 Por; Ener. z B: 18.67 %; Ener. z W: 51.65 %; Ener. z T: 27.22 %; Ener. z Bł.: 2.39 %; K: 5406.84 mg;

środa 2024-01-10 Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa		
Platki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW), Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 82% 10 g (MLE), Serek homo. naturalny 80 g (MLE), Sałata zielona 10 g, Pomidor 90 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*() 300 ml (MLE, SEL, GLU JECZ), Ziemniaki () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 120 g (GLU PSZ, JAJ), Sos jarzynowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL), Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g, Buraczki oprószone () 100 g (GLU PSZ), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 82% 10 g (MLE), Szyunka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80 g (SOJ), Sałatka jarzynowa ()* 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,
II Śniadanie: Maślanka 200 ml (MLE),		Posiłek nocny: Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE),

Wartości odżywcze: E: 2059.79 kcal; B: 101.42 g; T: 53.83 g; Kw. tł. nasy.: 18.87 g; W: 305.58 g; W tym cukry: 42.61 g; Bł.: 25.05 g; Sól: 9.82 g; WW: 28.15 Por; Ener. z B: 19.69 %; Ener. z W: 54.48 %; Ener. z T: 23.52 %; Ener. z Bł.: 2.43 %; K: 4544.17 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2024-01-11 Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa		
Zacierka na mleku 250 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 82% 10 g (MLE), Pasta z twarogu i cebuli 80 g (MLE), Pomidor 40 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Barszcz biały z ziemniakami (*) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT), Ziemniaki () 200 g, Gołąbki z ryżem i wieprzowiną 200 g (JAJ), Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ), Surówka z pora, jabłka i marchewki () 100 g (MLE), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 10 g (MLE), Pasztet z soczewicy () 70 g (GLU PSZ, JAJ), Pomidor 50 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,
II Śniadanie: Koktajl wieloowocowy* 200 ml (MLE),		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt,

Wartości odżywcze: E: 2428.75 kcal; B: 88.62 g; T: 61.7 g; Kw. tł. nasy.: 23.89 g; W: 396.29 g; W tym cukry: 94.36 g; Bł.: 35.89 g; Sól: 5.66 g; WW: 36.15 Por; Ener. z B: 14.59 %; Ener. z W: 59.35 %; Ener. z T: 22.86 %; Ener. z Bł.: 2.96 %; K: 5183.83 mg;

czwartek 2024-01-11 Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna		
Zacierka na mleku 250 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 10 g (MLE), Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE), Pomidor 40 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Ziemniaczana * () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 250 g (SEL), Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ), Cukinia pieczona z olejem * 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 10 g (MLE), Szyńka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 80 g, Pomidor 40 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,
II Śniadanie: Koktajl wieloowocowy* 200 ml (MLE),		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt,

Wartości odżywcze: E: 2060.37 kcal; B: 90.72 g; T: 52.62 g; Kw. tł. nasy.: 21.95 g; W: 316.13 g; W tym cukry: 86.49 g; Bł.: 21.7 g; Sól: 5.64 g; WW: 29.47 Por; Ener. z B: 17.61 %; Ener. z W: 57.16 %; Ener. z T: 22.99 %; Ener. z Bł.: 2.11 %; K: 3361.26 mg;

czwartek 2024-01-11 Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa		
Kawa z mlekem instant b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 82% 10 g (MLE), Pasta z twarogu i cebuli 40 g (MLE), Szyńkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g, Pomidor 90 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Barszcz biały z ziemniakami (*) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT), Risotto (ryż brązowy) z mięsem wieprz i warzywami* 250 g (SEL), Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ), Surówka z pora, jabłka i marchewki () 100 g (MLE), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Ryż na mleku 250 ml (MLE), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 82% 10 g (MLE), Pasztet z soczewicy () 40 g (GLU PSZ, JAJ), Szyńka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 40 g, Pomidor 100 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (MLE), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Pomidor 15 g, Masło extra 82% 5 g (MLE), Szyńkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g,	Podwieczorek: Masło extra 82% 5 g (MLE), Salata zielona 5 g, Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Jajko gotowane kl M 0.50 szt (JAJ), Mus z truskawek* b/c 100 g,	Posiłek nocny: Salata zielona 5 g, Szyńka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 20 g, Masło extra 82% 5 g (MLE), Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT),

Wartości odżywcze: E: 2515.78 kcal; B: 111.79 g; T: 74.91 g; Kw. tł. nasy.: 34.71 g; W: 363.98 g; W tym cukry: 47.28 g; Bł.: 35.2 g; Sól: 10.68 g; WW: 33 Por; Ener. z B: 17.77 %; Ener. z W: 52.27 %; Ener. z T: 26.8 %; Ener. z Bł.: 2.8 %; K: 3877.25 mg;

czwartek 2024-01-11 Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa		
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), Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE), Pomidor 90 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Ziemniaczana * () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 250 g (SEL), Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ), Surówka z pora, jabłka i marchewki () 100 g (MLE), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 82% 10 g (MLE), Szyńka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 80 g, Pomidor 100 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,
II Śniadanie: Koktajl wieloowocowy* b/c 200 ml (MLE),		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt,

Wartości odżywcze: E: 1915.02 kcal; B: 91.44 g; T: 48.82 g; Kw. tł. nasy.: 22.53 g; W: 290.98 g; W tym cukry: 57.56 g; Bł.: 27.75 g; Sól: 6.57 g; WW: 26.37 Por; Ener. z B: 19.1 %; Ener. z W: 54.98 %; Ener. z T: 22.94 %; Ener. z Bł.: 2.9 %; K: 3735.69 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2024-01-12 Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa		
Płatki pszenne na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE,), Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Twaróg półtłusty 40 g (MLE,), Dżem 25 g, Jabłko 1 szt 1 szt, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Dyniowa z makaronem* 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Ziemniaki () 200 g, Ryba smażona (Morszczuk) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,), Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Pasta z jaj z natką pietruszki 100 g (JAJ, MLE,), Pomidor 40 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,
II Śniadanie: Bułka maślana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE,),		Posiłek nocny: Chrupki kukurydziane 20 g,

Wartości odżywcze: E: 2308.98 kcal; B: 100.24 g; T: 68.26 g; Kw. tł. nasy.: 21.84 g; W: 332.79 g; W tym cukry: 77.82 g; Bł.: 24.28 g; Sól: 5.08 g; WW: 30.79 Por; Ener. z B: 17.36 %; Ener. z W: 53.44 %; Ener. z T: 26.61 %; Ener. z Bł.: 2.1 %; K: 3749.25 mg;

piątek 2024-01-12 Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna		
Płatki pszenne na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE,), Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Twaróg półtłusty 40 g (MLE,), Dżem 25 g, Jabłko 1 szt 1 szt, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Dyniowa z makaronem* 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Ziemniaki () 200 g, Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB,), Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ,), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Pasta z jaj z natką pietruszki 100 g (JAJ, MLE,), Pomidor 40 g, Salata zielona 20 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,
II Śniadanie: Bułka maślana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE,),		Posiłek nocny: Chrupki kukurydziane 20 g,

Wartości odżywcze: E: 2064.3 kcal; B: 95.18 g; T: 53.09 g; Kw. tł. nasy.: 20.44 g; W: 310.18 g; W tym cukry: 71.92 g; Bł.: 20.92 g; Sól: 4.58 g; WW: 28.91 Por; Ener. z B: 18.44 %; Ener. z W: 56.05 %; Ener. z T: 23.15 %; Ener. z Bł.: 2.03 %; K: 3520.95 mg;

piątek 2024-01-12 Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa		
Płatki pszenne na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE,), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Baton szynkowy z kurcząt 40 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,), Twaróg półtłusty 40 g (MLE,), Salata zielona 10 g, Pomidor 90 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Dyniowa z makaronem* 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Ziemniaki () 200 g, Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB,), Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ,), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Kasza jaglana na mleku 200 ml (MLE,), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Pasta z jaj z natką pietruszki 50 g (JAJ, MLE,), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR,), Pomidor 90 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,
II Śniadanie: Kefir 2% tł 200 ml (MLE,), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Pomidor 15 g, Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,), Masło extra 82% 5 g (MLE,),	Podwieczorek: Salata zielona 5 g, Masło extra 82% 5 g (MLE,), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Jabłko 1 szt 1 szt, Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (może zawierać: MLE, GOR,),	Posiłek nocny: Ogórek kiszony 15 g, Baton szynkowy z kurcząt 20 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,), Masło extra 82% 5 g (MLE,), Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,),

Wartości odżywcze: E: 2738.09 kcal; B: 136.23 g; T: 83.27 g; Kw. tł. nasy.: 32.31 g; W: 374.5 g; W tym cukry: 63.96 g; Bł.: 32.44 g; Sól: 11.82 g; WW: 34.33 Por; Ener. z B: 19.9 %; Ener. z W: 49.97 %; Ener. z T: 27.37 %; Ener. z Bł.: 2.37 %; K: 4901.31 mg;

piątek 2024-01-12 Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa		
Płatki pszenne na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE,), Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Twaróg półtłusty 80 g (MLE,), Salata zielona 10 g, Pomidor 40 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Dyniowa z makaronem* 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Ziemniaki () 200 g, Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB,), Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ,), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g, 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 natką pietruszki 100 g (JAJ, MLE,), Pomidor 40 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,
II Śniadanie: Kefir 2% tł 200 ml (MLE,),		Posiłek nocny: Chrupki kukurydziane 20 g,

Wartości odżywcze: E: 2018.84 kcal; B: 110.46 g; T: 58.21 g; Kw. tł. nasy.: 24.3 g; W: 274.47 g; W tym cukry: 38.92 g; Bł.: 24.56 g; Sól: 6.34 g; WW: 25.07 Por; Ener. z B: 21.89 %; Ener. z W: 49.52 %; Ener. z T: 25.95 %; Ener. z Bł.: 2.43 %; K: 4190.76 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2024-01-13 Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa		
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 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,	Grochowa z ziemniakami (*) 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ</u>), 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, GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Parówki drobiowe z cielęciną homogenizowane, wędzone, parzone 70 g, Ketchup 20 g (<u>SEL</u>), Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>),
II Śniadanie: Andruty 1 szt (<u>GLU PSZ</u>),		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt,

Wartości odżywcze: E: 2441.16 kcal; B: 105.12 g; T: 72.49 g; Kw. tł. nasy.: 23.35 g; W: 336.58 g; W tym cukry: 74.02 g; Bł.: 26.51 g; Sól: 9.07 g; WW: 31.05 Por; Ener. z B: 17.22 %; Ener. z W: 50.81 %; Ener. z T: 26.72 %; Ener. z Bł.: 2.17 %; K: 3082.02 mg;

sobota 2024-01-13 Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna		
Ryż 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>), 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,	Selerowa z ziemniakami (*) 300 ml (<u>MLE, SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ</u>), 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>), Szynekowa wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 80 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>),
II Śniadanie: Andruty 1 szt (<u>GLU PSZ</u>),		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt,

Wartości odżywcze: E: 2255.98 kcal; B: 108.83 g; T: 62.7 g; Kw. tł. nasy.: 23.73 g; W: 324.74 g; W tym cukry: 73.88 g; Bł.: 22.19 g; Sól: 7.9 g; WW: 30.32 Por; Ener. z B: 19.3 %; Ener. z W: 53.64 %; Ener. z T: 25.02 %; Ener. z Bł.: 1.97 %; K: 3117.23 mg;

sobota 2024-01-13 Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa		
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>), Ser żółty 30 g (<u>MLE</u>), Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g, Pomidor 100 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Grochowa z ziemniakami (*) 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ</u>), 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,	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>), Twaróg półtłusty 40 g (<u>MLE</u>), Szynekowa wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 40 g, 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>), Sałata zielona 5 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: Pomidor 15 g, Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Twarożek 25 g (<u>MLE</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Posiłek nocny: Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Pomidor 15 g, Twaróg półtłusty 20 g (<u>MLE</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: E: 2973.01 kcal; B: 147.83 g; T: 94.49 g; Kw. tł. nasy.: 44.01 g; W: 400.18 g; W tym cukry: 45.87 g; Bł.: 35.58 g; Sól: 11.44 g; WW: 36.68 Por; Ener. z B: 19.89 %; Ener. z W: 49.05 %; Ener. z T: 28.6 %; Ener. z Bł.: 2.39 %; K: 4069.63 mg;

sobota 2024-01-13 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>), Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 80 g, Pomidor 100 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Selerowa z ziemniakami (*) 300 ml (<u>MLE, SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ</u>), Gulasz wieprzowy- dieta 200 g (<u>GLU PSZ</u>), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 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>), Szynekowa wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 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: Sok pomidorowy 200 ml,		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt,

Wartości odżywcze: E: 2121.82 kcal; B: 109.57 g; T: 61 g; Kw. tł. nasy.: 23.81 g; W: 298.8 g; W tym cukry: 56.62 g; Bł.: 31.75 g; Sól: 10.43 g; WW: 26.92 Por; Ener. z B: 20.66 %; Ener. z W: 50.34 %; Ener. z T: 25.88 %; Ener. z Bł.: 2.99 %; K: 4348.73 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2024-01-14 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>), Szyunka 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,	Rosół z makaronem * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g, Ćwiartka z kurczaka pieczona 150 g, Surówka Coleslaw () 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>), Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (<u>MLE.</u>), Papryka konserwowa 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>),
II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 szt,		Posiłek nocny: Herbatniki Be Be 14g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>),

Wartości odżywcze: E: 2395.92 kcal; B: 130.01 g; T: 80.99 g; Kw. tł. nasy.: 29.92 g; W: 299.73 g; W tym cukry: 76.99 g; Bł.: 22.51 g; Sól: 7.98 g; WW: 27.89 Por; Ener. z B: 21.7 %; Ener. z W: 46.28 %; Ener. z T: 30.42 %; Ener. z Bł.: 1.88 %; K: 4028.12 mg;

niedziela 2024-01-14 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>), Szyunka 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 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>), Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 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: Jabłko 1 szt 1 szt,		Posiłek nocny: Herbatniki Be Be 14g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>),

Wartości odżywcze: E: 2389.51 kcal; B: 133.02 g; T: 79.27 g; Kw. tł. nasy.: 29.59 g; W: 298.52 g; W tym cukry: 75.4 g; Bł.: 20.87 g; Sól: 6.72 g; WW: 27.9 Por; Ener. z B: 22.27 %; Ener. z W: 46.48 %; Ener. z T: 29.86 %; Ener. z Bł.: 1.75 %; K: 4216.44 mg;

niedziela 2024-01-14 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>), Szyunka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ.</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>), Pomidor 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 pieczona 150 g, Surówka Coleslaw 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,	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>), Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 40 g (<u>MLE.</u>), Szyunkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g, Papryka konserwowa 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,
II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 szt, Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Szyunka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ.</u>), Pomidor 15 g, Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>),	Podwieczorek: Sałata zielona 5 g, Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Kefir 2 % tł 200g 1 szt (<u>MLE.</u>), Szyunkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g,	Posiłek nocny: Sałata zielona 5 g, 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>),

Wartości odżywcze: E: 3125.71 kcal; B: 165.51 g; T: 115.61 g; Kw. tł. nasy.: 46.95 g; W: 372.67 g; W tym cukry: 64.02 g; Bł.: 33.22 g; Sól: 13.53 g; WW: 33.97 Por; Ener. z B: 21.18 %; Ener. z W: 43.44 %; Ener. z T: 33.29 %; Ener. z Bł.: 2.13 %; K: 5173.53 mg;

niedziela 2024-01-14 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>), Szyunka 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,	Rosół z makaronem * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g, Ćwiartka z kurczaka gotowana 150 g, Surówka Coleslaw 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>), Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (<u>MLE.</u>), Papryka konserwowa 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>), Pomidor 15 g, Szyunka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ.</u>),		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 30 g,

Wartości odżywcze: E: 2514.13 kcal; B: 143.36 g; T: 87.21 g; Kw. tł. nasy.: 32.23 g; W: 304.63 g; W tym cukry: 37.42 g; Bł.: 28.23 g; Sól: 10.38 g; WW: 27.76 Por; Ener. z B: 22.81 %; Ener. z W: 43.98 %; Ener. z T: 31.22 %; Ener. z Bł.: 2.25 %; K: 4534.94 mg;