

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2024-01-15</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa</b>		
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> ), Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wiewprzowych pieczony 70 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE</u> ), Sałata zielona 10 g, Pomidor 40 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Racuchy z cukrem pudrem 200 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ), Mus z jablek prażonych 100 g, Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <u>MLE</u> ), Kompot owocowy z jablekami* 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 mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 80 g ( <u>SEL</u> ), Ogórek kiszony 50 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z jablekiem z/c 200 ml,		Posiłek nocny: Biszkopty 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JEĆZ</u> ),

**Wartości odżywcze:** E: 2224.77 kcal; B: 70.93 g; T: 63.85 g; Kw. tł. nasy.: 22.09 g; W: 359.23 g; W tym cukry: 128.87 g; Bł.: 18.03 g; Sól: 6.89 g; WW: 34.13 Por; Ener. z B: 12.75 %; Ener. z W: 61.34 %; Ener. z T: 25.83 %; Ener. z Bł.: 1.62 %; K: 2439.75 mg;

<b>poniedziałek 2024-01-15</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna</b>		
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> ), Sałata zielona 10 g, Pomidor 40 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Ryż na sypko 180 g, Mus z jablek prażonych 100 g, Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <u>MLE</u> ), Kompot owocowy z jablekami* 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 mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 80 g ( <u>SEL</u> ), Pomidor 50 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z jablekiem z/c 200 ml,		Posiłek nocny: Biszkopty 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JEĆZ</u> ),

**Wartości odżywcze:** E: 2077.87 kcal; B: 65.57 g; T: 48.21 g; Kw. tł. nasy.: 17.19 g; W: 363.67 g; W tym cukry: 113.82 g; Bł.: 17.03 g; Sól: 6.09 g; WW: 34.73 Por; Ener. z B: 12.62 %; Ener. z W: 66.73 %; Ener. z T: 20.88 %; Ener. z Bł.: 1.64 %; K: 2431.23 mg;

<b>poniedziałek 2024-01-15</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa</b>		
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> ), Twaróg półtłusty 40 g ( <u>MLE</u> ), Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Ryż na sypko (brązowy) 180 g, Pulpet wiewprzowy 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ), Surówka z marchwi i jableka z olejem b/c () 100 g, Brokuł gotowany* 100 g, Kompot owocowy z jablekami* b/c 250 ml,	Makaron 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> ), Ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 40 g ( <u>SEL</u> ), Ogórek kiszony 50 g, Pomidor 50 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,
II Śniadanie: Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ), Twarożek 25 g ( <u>MLE</u> ), Pomidor 15 g, Andruty 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> ),	Podwieczorek: Maślanka 200 ml ( <u>MLE</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ), Sałata 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> ), Twaróg półtłusty 20 g ( <u>MLE</u> ), Pomidor 15 g,

**Wartości odżywcze:** E: 2883.67 kcal; B: 135.27 g; T: 92.71 g; Kw. tł. nasy.: 40.63 g; W: 390.24 g; W tym cukry: 57.52 g; Bł.: 34.86 g; Sól: 11.05 g; WW: 35.59 Por; Ener. z B: 18.76 %; Ener. z W: 49.3 %; Ener. z T: 28.93 %; Ener. z Bł.: 2.42 %; K: 4301.16 mg;

<b>poniedziałek 2024-01-15</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa</b>		
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> ), 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> ), Ryż na sypko 180 g, Mus z jablek prażonych 100 g, Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <u>MLE</u> ), Surówka z marchwi i jableka z olejem b/c () 100 g, Kompot owocowy z jablekami* 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 mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 80 g ( <u>SEL</u> ), Ogórek kiszony 50 g, Pomidor 50 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,
II Śniadanie: Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ), Twarożek 25 g ( <u>MLE</u> ), Pomidor 15 g,		Posiłek nocny: Chrupki kukurydziane 20 g,

**Wartości odżywcze:** E: 2079.65 kcal; B: 75.72 g; T: 54.95 g; Kw. tł. nasy.: 20.75 g; W: 336.56 g; W tym cukry: 63.29 g; Bł.: 26.43 g; Sól: 8.55 g; WW: 31.06 Por; Ener. z B: 14.56 %; Ener. z W: 59.65 %; Ener. z T: 23.78 %; Ener. z Bł.: 2.54 %; K: 3287.54 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>wtorek 2024-01-16</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa</b>		
Platki jęczmieńne na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> , <u>GLU JE CZ.</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> ), Szynekowa dębowa kieł.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,	Jarzynowa z zacierką*-dieta 300 ml ( <u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL.</u> ), Ziemniaki ( ) 200 g, Kotlet pożarski-drobiowy pieczony 150 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> ), Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>GOR.</u> ), 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> ), Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</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 JE CZ.</u> ),
II Śniadanie: Podpłomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: Jablko 1 szt 1 szt,

**Wartości odżywcze:** E: 2492.02 kcal; B: 97.76 g; T: 84.99 g; Kw. tł. nasy.: 23.34 g; W: 343.49 g; W tym cukry: 70.38 g; Bł.: 25.41 g; Sól: 8.66 g; WW: 31.81 Por; Ener. z B: 15.69 %; Ener. z W: 51.06 %; Ener. z T: 30.69 %; Ener. z Bł.: 2.04 %; K: 3703.42 mg;

<b>wtorek 2024-01-16</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna</b>		
Platki jęczmieńne na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> , <u>GLU JE CZ.</u> ), 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> ), Szynekowa dębowa kieł.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,	Jarzynowa z zacierką*-dieta 300 ml ( <u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL.</u> ), Ziemniaki ( ) 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 120 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> ), Sos pietruszkowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> ), Marchew oprószana 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</u> , <u>GLU ŻYT.</u> ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</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 JE CZ.</u> ),
II Śniadanie: Podpłomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: Jablko 1 szt 1 szt,

**Wartości odżywcze:** E: 2030.57 kcal; B: 86.4 g; T: 49.77 g; Kw. tł. nasy.: 20.41 g; W: 319.37 g; W tym cukry: 68.84 g; Bł.: 22.3 g; Sól: 7.95 g; WW: 29.76 Por; Ener. z B: 17.02 %; Ener. z W: 58.52 %; Ener. z T: 22.06 %; Ener. z Bł.: 2.2 %; K: 3436.21 mg;

<b>wtorek 2024-01-16</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa</b>		
Platki jęczmieńne na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> , <u>GLU JE CZ.</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> ), Szynekowa dębowa kieł.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,	Jarzynowa z zacierką*-dieta 300 ml ( <u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL.</u> ), Ziemniaki ( ) 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 120 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> ), Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>GOR.</u> ), 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</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> ), Szynekowa wędzona-pr.dr.wędzony.parzony 40 g, Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</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</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JE CZ.</u> ),
II Śniadanie: Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u> ), Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ), Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g, Pomidor 15 g, Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: Pomarańcza 250g 1 szt, Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u> ), Szynekowa wędzona-pr.dr.wędzony.parzony 25 g, Pomidor 15 g, Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ),	Posiłek nocny: Chleb razowy pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ), Ser żółty 20 g ( <u>MLE</u> ), Sałata zielona 5 g,

**Wartości odżywcze:** E: 2684.02 kcal; B: 127.33 g; T: 81.77 g; Kw. tł. nasy.: 37.24 g; W: 373.5 g; W tym cukry: 60.47 g; Bł.: 33.76 g; Sól: 12.22 g; WW: 33.93 Por; Ener. z B: 18.98 %; Ener. z W: 50.63 %; Ener. z T: 27.42 %; Ener. z Bł.: 2.52 %; K: 4699.59 mg;

<b>wtorek 2024-01-16</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa</b>		
Platki jęczmieńne na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> , <u>GLU JE CZ.</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 80 g, Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Jarzynowa z zacierką*-dieta 300 ml ( <u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL.</u> ), Ziemniaki ( ) 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 120 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> ), Sos pietruszkowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> ), Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>GOR.</u> ), 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</u> , <u>GLU ŻYT.</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</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</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JE CZ.</u> ),
II Śniadanie: Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ), Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g, Pomidor 15 g,		Posiłek nocny: Jablko 1 szt 1 szt,

**Wartości odżywcze:** E: 2164.02 kcal; B: 96.52 g; T: 62.41 g; Kw. tł. nasy.: 24.32 g; W: 316.15 g; W tym cukry: 51.86 g; Bł.: 29.33 g; Sól: 10.31 g; WW: 28.67 Por; Ener. z B: 17.84 %; Ener. z W: 53.02 %; Ener. z T: 25.96 %; Ener. z Bł.: 2.71 %; K: 4382.81 mg;

### Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>środa 2024-01-17</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> ), Ser żółty 60 g ( <u>MLE,</u> ), Jabłko 1 szt 1 szt, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Salata zielona 10 g,	Kapuśniak z kapusty kiszzonej (*) 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL, GOR,</u> ), Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JE CZ,</u> ), Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ), Sos jarzynowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ), Surówka z marchwi i chrzanu () 100 g ( <u>MLE, SO2,</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> ), 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 JE CZ,</u> ),
II Śniadanie: Sok pomarańczowy 200 ml,		Posiłek nocny: Chrupki kukurydziane 20 g,

**Wartości odżywcze:** E: 2472.54 kcal; B: 96.92 g; T: 77.83 g; Kw. tł. nasy.: 35.13 g; W: 360.09 g; W tym cukry: 85.56 g; Bł.: 27.91 g; Sól: 8.02 g; WW: 33.29 Por; Ener. z B: 15.68 %; Ener. z W: 53.74 %; Ener. z T: 28.33 %; Ener. z Bł.: 2.26 %; K: 3422.93 mg;

<b>środa 2024-01-17</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna</b>		
Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <u>MLE, GLU OW,</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. naturalny 80 g ( <u>MLE,</u> ), Jabłko 1 szt 1 szt, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Salata zielona 10 g,	Koperkowa z ziemniakami (*) 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JE CZ,</u> ), Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ), Sos jarzynowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ), Cukinia pieczona 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> ), Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny* 70 g ( <u>RYB, SEL,</u> ), 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 JE CZ,</u> ),
II Śniadanie: Sok pomarańczowy 200 ml,		Posiłek nocny: Chrupki kukurydziane 20 g,

**Wartości odżywcze:** E: 2260.59 kcal; B: 92.86 g; T: 52.39 g; Kw. tł. nasy.: 21.18 g; W: 365.45 g; W tym cukry: 82.16 g; Bł.: 25.07 g; Sól: 4.94 g; WW: 34.11 Por; Ener. z B: 16.43 %; Ener. z W: 60.23 %; Ener. z T: 20.86 %; Ener. z Bł.: 2.22 %; K: 3483.02 mg;

<b>środa 2024-01-17</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> ), Serek homo. naturalny 40 g ( <u>MLE,</u> ), Szyunka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g ( <u>SOJ,</u> ), Jabłko 1 szt 1 szt, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Koperkowa z ziemniakami (*) 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JE CZ,</u> ), Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ), Surówka z marchwi i chrzanu b/c () 100 g ( <u>MLE, SO2,</u> ), Cukinia pieczona z olejem * 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> ), Paprykarz szczeciński 30 g ( <u>RYB, SOJ,</u> ), Szyunka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 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 JE CZ,</u> ),
II Śniadanie: Sok pomidorowy 200 ml, Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Ogórek kiszony 15 g, Ser żółty 25 g ( <u>MLE,</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ),	Podwieczorek: Maślanka 200 ml ( <u>MLE,</u> ), 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> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ), Pomidor 15 g,	Posiłek nocny: Chleb razowy pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ), Pomidor 15 g, Szyunka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 20 g,

**Wartości odżywcze:** E: 2728.31 kcal; B: 130.33 g; T: 80.65 g; Kw. tł. nasy.: 36.6 g; W: 387.31 g; W tym cukry: 63.31 g; Bł.: 34.43 g; Sól: 13.31 g; WW: 35.5 Por; Ener. z B: 19.11 %; Ener. z W: 51.74 %; Ener. z T: 26.6 %; Ener. z Bł.: 2.52 %; K: 4487.58 mg;

<b>środa 2024-01-17</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa</b>		
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. naturalny 80 g ( <u>MLE,</u> ), Jabłko 1 szt 1 szt, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Koperkowa z ziemniakami (*) 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JE CZ,</u> ), Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ), Surówka z marchwi i chrzanu () 100 g ( <u>MLE, SO2,</u> ), Cukinia pieczona 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> ), Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny* 70 g ( <u>RYB, SEL,</u> ), 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 JE CZ,</u> ),
II Śniadanie: Sok pomidorowy 200 ml,		Posiłek nocny: Chrupki kukurydziane 20 g,

**Wartości odżywcze:** E: 2134.3 kcal; B: 95.19 g; T: 53.85 g; Kw. tł. nasy.: 21.91 g; W: 332.37 g; W tym cukry: 56.13 g; Bł.: 32.48 g; Sól: 6.78 g; WW: 30.09 Por; Ener. z B: 17.84 %; Ener. z W: 56.2 %; Ener. z T: 22.71 %; Ener. z Bł.: 3.04 %; K: 4241.72 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>czwartek 2024-01-18</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa</b>		
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> ), Twarożek 80 g ( <u>MLE,</u> ), Pomidor 50 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Szpinakowa z ziemniakami * () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Makaron 180 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Sos boloński z mięsa wieprz lop* 150 g ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Surówka z selera i marchwi 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> ), Pasztet z fasoli () 70 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ), Ogórek kiszony 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,
II Śniadanie: Koktajl wieloowocowy* 200 ml ( <u>MLE,</u> ),		Posiłek nocny: Banan 1szt. 1 szt,

**Wartości odżywcze:** E: 2386.72 kcal; B: 86.5 g; T: 65.78 g; Kw. tł. nasy.: 24.67 g; W: 377.9 g; W tym cukry: 113.99 g; Bł.: 32.21 g; Sól: 5.54 g; WW: 34.64 Por; Ener. z B: 14.5 %; Ener. z W: 57.94 %; Ener. z T: 24.81 %; Ener. z Bł.: 2.7 %; K: 4132.96 mg;

<b>czwartek 2024-01-18</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna</b>		
Kasza manna 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> ), Twarożek 80 g ( <u>MLE,</u> ), Pomidor 50 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Szpinakowa z ziemniakami * () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Makaron 180 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Sos boloński * -dieta 150 g ( <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> ), Baton szynkowy z kurcząt 80 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u> ), Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,
II Śniadanie: Koktajl wieloowocowy* 200 ml ( <u>MLE,</u> ),		Posiłek nocny: Banan 1szt. 1 szt,

**Wartości odżywcze:** E: 2237.93 kcal; B: 91.06 g; T: 57.57 g; Kw. tł. nasy.: 21.66 g; W: 346.69 g; W tym cukry: 106.17 g; Bł.: 19.22 g; Sól: 5.4 g; WW: 32.87 Por; Ener. z B: 16.28 %; Ener. z W: 58.53 %; Ener. z T: 23.15 %; Ener. z Bł.: 1.72 %; K: 3353.63 mg;

<b>czwartek 2024-01-18</b> <b>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> ), Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g, Twarożek 40 g ( <u>MLE,</u> ), Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Szpinakowa z ziemniakami * () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Makaron pełnoziarnisty 180 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Sos boloński * -dieta 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g, Surówka z selera i marchwi z olejem () b/c 100 g ( <u>SEL,</u> ), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Kasza jęczmienna na mleku 250 ml ( <u>MLE, GLU JEĆZ,</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> ), Pasztet z fasoli () 40 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ), Baton szynkowy z kurcząt 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u> ), Ogórek kiszony 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Pomidor 15 g, Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ), Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g,	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> ), Jajko gotowane kl M 0.50 szt ( <u>JAJ,</u> ),	Posiłek nocny: Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Baton szynkowy z kurcząt 20 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u> ), Sałata zielona 5 g,

**Wartości odżywcze:** E: 2795.69 kcal; B: 118.38 g; T: 89.09 g; Kw. tł. nasy.: 34.69 g; W: 390.75 g; W tym cukry: 56.63 g; Bł.: 38.23 g; Sól: 12.66 g; WW: 35.4 Por; Ener. z B: 16.94 %; Ener. z W: 58.44 %; Ener. z T: 28.68 %; Ener. z Bł.: 2.73 %; K: 3821.44 mg;

<b>czwartek 2024-01-18</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa</b>		
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> ), Twarożek 80 g ( <u>MLE,</u> ), Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Szpinakowa z ziemniakami * () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Makaron pełnoziarnisty 180 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Sos boloński * -dieta 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g, Surówka z selera i marchwi 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> ), Baton szynkowy z kurcząt 80 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u> ), Ogórek kiszony 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,
II Śniadanie: Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Pomidor 15 g, Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ), Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g,		Posiłek nocny: Podpłomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ),

**Wartości odżywcze:** E: 2138.14 kcal; B: 96.18 g; T: 65.92 g; Kw. tł. nasy.: 23.35 g; W: 296.77 g; W tym cukry: 31.62 g; Bł.: 27.97 g; Sól: 9.85 g; WW: 27.01 Por; Ener. z B: 17.99 %; Ener. z W: 50.29 %; Ener. z T: 27.75 %; Ener. z Bł.: 2.62 %; K: 3030.43 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>piątek 2024-01-19</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa</b>		
Zacierka na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE<sub>i</sub></u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>i</sub></u> ), Bułka maślana 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE<sub>i</sub></u> ), Masło extra 82% 10g ( <u>MLE<sub>i</sub></u> ), Twaróg półtłusty 40 g ( <u>MLE<sub>i</sub></u> ), Dżem 25 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Jabłko 1 szt 1 szt,	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*() 300 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JĘCZ<sub>i</sub></u> ), Ziemniaki () 200 g, Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g ( <u>RYB<sub>i</sub></u> ), Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>i</sub></u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>i</sub></u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE<sub>i</sub></u> ), Pasta z jaj z koperkiem 100 g ( <u>JAJ, MLE<sub>i</sub></u> ), Papryka konserwowa 40 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,
II Śniadanie: Andruty 1 szt ( <u>GLU PSZ<sub>i</sub></u> ),		Posiłek nocny: Herbatniki Be Be 14g 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE<sub>i</sub></u> ),

**Wartości odżywcze:** E: 2216.59 kcal; B: 99.96 g; T: 62.02 g; Kw. tł. nasy.: 22.12 g; W: 324.12 g; W tym cukry: 74.01 g; Bł.: 20.69 g; Sól: 5.84 g; WW: 30.31 Por; Ener. z B: 18.04 %; Ener. z W: 54.75 %; Ener. z T: 25.18 %; Ener. z Bł.: 1.87 %; K: 3737.7 mg;

<b>piątek 2024-01-19</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna</b>		
Zacierka na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE<sub>i</sub></u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>i</sub></u> ), Bułka maślana 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE<sub>i</sub></u> ), Masło extra 82% 10g ( <u>MLE<sub>i</sub></u> ), Twaróg półtłusty 40 g ( <u>MLE<sub>i</sub></u> ), Dżem 25 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Jabłko 1 szt 1 szt,	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*() 300 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JĘCZ<sub>i</sub></u> ), Ziemniaki () 200 g, Pulpet rybny (Morszczuk) 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB<sub>i</sub></u> ), Warzywa po grecku* 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL<sub>i</sub></u> ), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>i</sub></u> ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ<sub>i</sub></u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE<sub>i</sub></u> ), Pasta z jaj z koperkiem 100 g ( <u>JAJ, MLE<sub>i</sub></u> ), Pomidor 40 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,
II Śniadanie: Andruty 1 szt ( <u>GLU PSZ<sub>i</sub></u> ),		Posiłek nocny: Herbatniki Be Be 14g 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE<sub>i</sub></u> ),

**Wartości odżywcze:** E: 2260.24 kcal; B: 96.65 g; T: 57.76 g; Kw. tł. nasy.: 21.9 g; W: 348.3 g; W tym cukry: 78.02 g; Bł.: 21.13 g; Sól: 5.04 g; WW: 32.68 Por; Ener. z B: 17.1 %; Ener. z W: 57.9 %; Ener. z T: 23 %; Ener. z Bł.: 1.87 %; K: 3800.93 mg;

<b>piątek 2024-01-19</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa</b>		
Zacierka na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE<sub>i</sub></u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>i</sub></u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>i</sub></u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE<sub>i</sub></u> ), Twaróg półtłusty 40 g ( <u>MLE<sub>i</sub></u> ), Szyzka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 40 g, Salata zielona 10 g, Pomidor 90 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*() 300 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JĘCZ<sub>i</sub></u> ), Ziemniaki () 200 g, Pulpet rybny (Morszczuk) 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB<sub>i</sub></u> ), Warzywa po grecku* (bez cukru) 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL<sub>i</sub></u> ), Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Kasza jaglana na mleku 200 ml ( <u>MLE<sub>i</sub></u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>i</sub></u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>i</sub></u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE<sub>i</sub></u> ), Pasta z jaj z koperkiem 50 g ( <u>JAJ, MLE<sub>i</sub></u> ), Szyzka wędzona kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g, Papryka konserwowa 90 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt ( <u>MLE<sub>i</sub></u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>i</sub></u> ), Pomidor 15 g, Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE<sub>i</sub></u> ), Szyzka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 25 g,	Podwieczorek: Jabłko 1 szt 1 szt, Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>i</sub></u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE<sub>i</sub></u> ), Salata zielona 5 g, Twarożek 25 g ( <u>MLE<sub>i</sub></u> ),	Posiłek nocny: Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE<sub>i</sub></u> ), Twaróg półtłusty 20 g ( <u>MLE<sub>i</sub></u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>i</sub></u> ), Salata zielona 5 g,

**Wartości odżywcze:** E: 2784.89 kcal; B: 139.69 g; T: 78.23 g; Kw. tł. nasy.: 34.85 g; W: 395.26 g; W tym cukry: 52.27 g; Bł.: 33.07 g; Sól: 12.35 g; WW: 36.25 Por; Ener. z B: 20.06 %; Ener. z W: 52.02 %; Ener. z T: 25.28 %; Ener. z Bł.: 2.38 %; K: 4789.06 mg;

<b>piątek 2024-01-19</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa</b>		
Zacierka na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE<sub>i</sub></u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>i</sub></u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE<sub>i</sub></u> ), Twaróg półtłusty 40 g ( <u>MLE<sub>i</sub></u> ), Dżem 25 g, Pomidor 90 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*() 300 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JĘCZ<sub>i</sub></u> ), Ziemniaki () 200 g, Pulpet rybny (Morszczuk) 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB<sub>i</sub></u> ), Warzywa po grecku* 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL<sub>i</sub></u> ), Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>i</sub></u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE<sub>i</sub></u> ), Pasta z jaj z koperkiem 100 g ( <u>JAJ, MLE<sub>i</sub></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: 2163.65 kcal; B: 98.69 g; T: 56.96 g; Kw. tł. nasy.: 21.4 g; W: 326.77 g; W tym cukry: 54.11 g; Bł.: 28.02 g; Sól: 6.78 g; WW: 29.83 Por; Ener. z B: 18.24 %; Ener. z W: 55.23 %; Ener. z T: 23.69 %; Ener. z Bł.: 2.59 %; K: 4517.26 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>sobota 2024-01-20</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa</b>		
Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU OW</b> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ), Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80 g ( <b>SOJ</b> ), Ogórek kiszony 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Wielowarzywna z ziemniakami * () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ), Ryż na sypko 180 g, Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 200 g ( <b>SEL</b> ), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ), Parówki drobiowe z cielęciną homogenizowane, wędzone, parzone 70 g, Ketchup 20 g ( <b>SEL</b> ), Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ</b> ),
II Śniadanie: Koktajl truskawkowy* 200 ml ( <b>MLE</b> ),		Posiłek nocny: Chrupki kukurydziane 20 g,

**Wartości odżywcze:** E: 2183.39 kcal; B: 83.21 g; T: 57.78 g; Kw. tł. nasy.: 19.01 g; W: 325.66 g; W tym cukry: 79.81 g; Bł.: 22.7 g; Sól: 9.38 g; WW: 30.39 Por; Ener. z B: 15.24 %; Ener. z W: 55.5 %; Ener. z T: 23.82 %; Ener. z Bł.: 2.08 %; K: 2683.63 mg;

<b>sobota 2024-01-20</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna</b>		
Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU OW</b> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ), Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80 g ( <b>SOJ</b> ), Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Wielowarzywna z ziemniakami * () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ), Ryż na sypko 180 g, Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ), Buraczki oprószane () 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ), Sałatka z makaronu z wędliną drobiową- dieta* 200 g ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, może zawierać: MLE, GOR</b> ), Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ</b> ),
II Śniadanie: Koktajl truskawkowy* 200 ml ( <b>MLE</b> ),		Posiłek nocny: Chrupki kukurydziane 20 g,

**Wartości odżywcze:** E: 2254.89 kcal; B: 98.98 g; T: 48.33 g; Kw. tł. nasy.: 19.61 g; W: 367.88 g; W tym cukry: 83.57 g; Bł.: 24.6 g; Sól: 7.7 g; WW: 34.36 Por; Ener. z B: 17.56 %; Ener. z W: 60.89 %; Ener. z T: 19.29 %; Ener. z Bł.: 2.18 %; K: 3273.02 mg;

<b>sobota 2024-01-20</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa</b>		
Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU OW</b> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ), Ser żółty 30 g ( <b>MLE</b> ), Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g ( <b>SOJ</b> ), Ogórek kiszony 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Wielowarzywna z ziemniakami * () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ), Ryż na sypko (brązowy) 180 g, Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <b>SEL</b> ), Surówka Coleslaw b/c () 100 g ( <b>JAJ, MLE, GOR</b> ), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Kasza jaglana na mleku 250 ml ( <b>MLE</b> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR</b> ), Twaróg półtłusty 40 g ( <b>MLE</b> ), Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,
II Śniadanie: Mus z truskawek b/c* 100 g, Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Sałata zielona 5 g, Jajko gotowane kl M 0.50 szt ( <b>JAJ</b> ), Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ),	Podwieczorek: Mandarynka 2 szt., Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g ( <b>SOJ</b> ), Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ), Sałata zielona 5 g,	Posiłek nocny: Chleb razowy pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ), Ser żółty 20 g ( <b>MLE</b> ), Pomidor 15 g,

**Wartości odżywcze:** E: 2782.03 kcal; B: 123.47 g; T: 89.27 g; Kw. tł. nasy.: 40.47 g; W: 388.48 g; W tym cukry: 68.9 g; Bł.: 40.58 g; Sól: 12.61 g; WW: 34.75 Por; Ener. z B: 17.75 %; Ener. z W: 50.02 %; Ener. z T: 28.88 %; Ener. z Bł.: 2.92 %; K: 4111.31 mg;

<b>sobota 2024-01-20</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa</b>		
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> ), Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80 g ( <b>SOJ</b> ), Ogórek kiszony 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Wielowarzywna z ziemniakami * () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ), Ryż na sypko (brązowy) 180 g, Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ), Buraczki oprószane () 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ), Surówka Coleslaw b/c () 100 g ( <b>JAJ, MLE, GOR</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> ), Sałatka z makaronu z wędliną drobiową- dieta* 200 g ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, może zawierać: MLE, GOR</b> ), Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant b/c 150 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ</b> ),
II Śniadanie: Koktajl truskawkowy* b/c 200 ml ( <b>MLE</b> ),		Posiłek nocny: Chrupki kukurydziane 20 g,

**Wartości odżywcze:** E: 2182.04 kcal; B: 103.08 g; T: 53.36 g; Kw. tł. nasy.: 20.4 g; W: 335.36 g; W tym cukry: 53.7 g; Bł.: 34.22 g; Sól: 10.21 g; WW: 30.07 Por; Ener. z B: 18.9 %; Ener. z W: 55.2 %; Ener. z T: 22.01 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 3944.2 mg;

