

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2024-01-22 Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa		
Platki 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), Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 80 g, Ogórek kiszony 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Fasolowa z ziemniakami (*) 300 ml (GLU PSZ, 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), Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ), Pomidor 40 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Sałata zielona 10 g,
II Śniadanie: Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE),		Posiłek nocny: Herbatniki Be Be 14g 1 szt (GLU PSZ, MLE),

Wartości odżywcze: E: 2071.9 kcal; B: 91.46 g; T: 47.33 g; Kw. tł. nasy.: 23.42 g; W: 329.05 g; W tym cukry: 80.39 g; Bł.: 19.65 g; Sól: 6.97 g; WW: 31.02 Por; Ener. z B: 17.66 %; Ener. z W: 59.73 %; Ener. z T: 20.56 %; Ener. z Bł.: 1.9 %; K: 2424.7 mg;

poniedziałek 2024-01-22 Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna		
Platki pszenne na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 10 g (MLE), Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 80 g, Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Dyniowa z ziemniakami(*) 300 ml (GLU PSZ, 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,	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 10 g (MLE), Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ), Pomidor 40 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Sałata zielona 10 g,
II Śniadanie: Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE),		Posiłek nocny: Herbatniki Be Be 14g 1 szt (GLU PSZ, MLE),

Wartości odżywcze: E: 2043.39 kcal; B: 89.55 g; T: 48.14 g; Kw. tł. nasy.: 23.47 g; W: 318.95 g; W tym cukry: 84.07 g; Bł.: 14.01 g; Sól: 5.32 g; WW: 30.58 Por; Ener. z B: 17.53 %; Ener. z W: 59.69 %; Ener. z T: 21.2 %; Ener. z Bł.: 1.37 %; K: 2421.23 mg;

poniedziałek 2024-01-22 Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa		
Platki 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), Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 40 g, Hummus 40 g (SEZ), Ogórek kiszony 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 150 ml,	Dyniowa z ziemniakami(*) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Ziemniaki () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 120 g (GLU PSZ, JAJ), Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g, Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Kasza jaglana 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), Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ), Szynkowa 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,
II Śniadanie: Sok pomidorowy 200 ml, Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Sałata zielona 5 g, Twarożek 25 g (MLE), Masło extra 82% 5 g (MLE),	Podwieczorek: Jabłko 1 szt 1 szt, Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Sałata zielona 5 g, Masło extra 82% 5 g (MLE), Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 25 g,	Posiłek nocny: Pomidor 15 g, Masło extra 82% 5 g (MLE), Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g, Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT),

Wartości odżywcze: E: 2726.83 kcal; B: 122.69 g; T: 78.68 g; Kw. tł. nasy.: 32.94 g; W: 395.42 g; W tym cukry: 60.73 g; Bł.: 35.38 g; Sól: 14.9 g; WW: 36.12 Por; Ener. z B: 18 %; Ener. z W: 52.81 %; Ener. z T: 25.97 %; Ener. z Bł.: 2.6 %; K: 5354.46 mg;

poniedziałek 2024-01-22 Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa		
Platki pszenne na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE), Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 82% 10 g (MLE), Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 80 g, Ogórek kiszony 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Dyniowa z ziemniakami(*) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Ziemniaki () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 120 g (GLU PSZ, JAJ), Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE), Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g, Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 82% 10 g (MLE), Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ), 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: Wafle ryżowe 30 g,

Wartości odżywcze: E: 2000.18 kcal; B: 97.59 g; T: 50.26 g; Kw. tł. nasy.: 21.59 g; W: 298.8 g; W tym cukry: 29.48 g; Bł.: 26.15 g; Sól: 9.63 g; WW: 27.33 Por; Ener. z B: 19.52 %; Ener. z W: 54.52 %; Ener. z T: 22.61 %; Ener. z Bł.: 2.61 %; K: 4171.53 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2024-01-23 Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa		
Zacierka na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Szyzka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 80 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>), Pomidor 40 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Brokułowa z ziemniakami (*) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ</u>), Szyzka wieprzowa pieczona 120 g, Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Salatką 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>), Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE</u>), Salata 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: Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ</u>),		Posiłek nocny: Jablko 1 szt 1 szt,

Wartości odżywcze: E: 2159.69 kcal; B: 108.44 g; T: 54 g; Kw. tł. nasy.: 22.18 g; W: 325.96 g; W tym cukry: 82.57 g; Bł.: 22.7 g; Sól: 6.68 g; WW: 30.38 Por; Ener. z B: 20.08 %; Ener. z W: 56.17 %; Ener. z T: 22.5 %; Ener. z Bł.: 2.1 %; K: 3197.56 mg;

wtorek 2024-01-23 Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna		
Zacierka na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Szyzka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 80 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>), Pomidor 40 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Brokułowa z ziemniakami (*) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ</u>), Szyzka wieprzowa gotowana 120 g, Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Buraczki gotowane () 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>), Salata 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: Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ</u>),		Posiłek nocny: Jablko 1 szt 1 szt,

Wartości odżywcze: E: 2145.89 kcal; B: 112.3 g; T: 49.21 g; Kw. tł. nasy.: 21.69 g; W: 328.81 g; W tym cukry: 86.79 g; Bł.: 20.62 g; Sól: 5.73 g; WW: 30.87 Por; Ener. z B: 20.93 %; Ener. z W: 57.45 %; Ener. z T: 20.64 %; Ener. z Bł.: 1.92 %; K: 3419.37 mg;

wtorek 2024-01-23 Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa		
Zacierka na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Szyzka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>), Ser żółty 30 g (<u>MLE</u>), Pomidor 90 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Brokułowa z ziemniakami (*) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ</u>), Szyzka wieprzowa gotowana 120 g, Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (<u>SEL</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL</u>), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Twarożek z koperkiem 40 g (<u>MLE</u>), Szyzka 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 150 ml, Kawa z mlekiem instant b/c 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>),
II Śniadanie: Andruty 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Ogórek kiszony 15 g,	Podwieczorek: Maślanka 200 ml (<u>MLE</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</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>), Ogórek kiszony 15 g, Szyzka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (<u>SOJ</u>),

Wartości odżywcze: E: 2693.19 kcal; B: 139.33 g; T: 84.38 g; Kw. tł. nasy.: 36.5 g; W: 359.47 g; W tym cukry: 48.27 g; Bł.: 30.14 g; Sól: 12.82 g; WW: 33.06 Por; Ener. z B: 20.69 %; Ener. z W: 48.91 %; Ener. z T: 28.2 %; Ener. z Bł.: 2.24 %; K: 4007.81 mg;

wtorek 2024-01-23 Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa		
Zacierka na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Szyzka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 80 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>), Pomidor 90 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Brokułowa z ziemniakami (*) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ</u>), Szyzka wieprzowa gotowana 120 g, Surówka wielowarzywna z olejem () 100 g (<u>SEL</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>), Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE</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 JĘCZ</u>),
II Śniadanie: Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>), Ogórek kiszony 15 g,		Posiłek nocny: Jablko 1 szt 1 szt,

Wartości odżywcze: E: 2217.3 kcal; B: 116.76 g; T: 63.25 g; Kw. tł. nasy.: 25.03 g; W: 308.27 g; W tym cukry: 54.78 g; Bł.: 30.26 g; Sól: 9.07 g; WW: 27.86 Por; Ener. z B: 21.06 %; Ener. z W: 50.15 %; Ener. z T: 25.67 %; Ener. z Bł.: 2.73 %; K: 3923.33 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2024-01-24 Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa		
Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (<u>MLE</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Baton szynkowy z kurcząt 80 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>), Pomidor 50 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Pieczarkowa z makaronem* 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Pulpet drobiowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Surówka z marchwi i pora 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 szczeciński 70 g (<u>RYB, SOJ</u>), Ogórek kiszony 40 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>),
II Śniadanie: Sok pomarańczowy 200 ml,		Posiłek nocny: Mandarynka 2 szt,

Wartości odżywcze: E: 2218.28 kcal; B: 85.25 g; T: 64.89 g; Kw. tł. nasy.: 18.97 g; W: 334.73 g; W tym cukry: 90.21 g; Bł.: 24.46 g; Sól: 8.41 g; WW: 31.1 Por; Ener. z B: 15.37 %; Ener. z W: 55.95 %; Ener. z T: 26.33 %; Ener. z Bł.: 2.21 %; K: 4213.58 mg;

środa 2024-01-24 Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna		
Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (<u>MLE</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Baton szynkowy z kurcząt 80 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>), Pomidor 50 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Selerowa z makaronem*() 300 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Pulpet drobiowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos pietruszkowy* 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>), Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny* 70 g (<u>RYB, SEL</u>), Salata zielona 10 g, Pomidor 40 g, Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>),
II Śniadanie: Sok pomarańczowy 200 ml,		Posiłek nocny: Banan 1szt. 1 szt,

Wartości odżywcze: E: 2307.68 kcal; B: 89.82 g; T: 56.14 g; Kw. tł. nasy.: 18.65 g; W: 372.72 g; W tym cukry: 110.74 g; Bł.: 23.95 g; Sól: 6.2 g; WW: 35.12 Por; Ener. z B: 15.57 %; Ener. z W: 60.45 %; Ener. z T: 21.9 %; Ener. z Bł.: 2.08 %; K: 4791.64 mg;

środa 2024-01-24 Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa		
Kasza jaglana na mleku 250 ml (<u>MLE</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Baton szynkowy z kurcząt 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>), Twarożek 40 g (<u>MLE</u>), Pomidor 90 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Selerowa z makaronem*() 300 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Pulpet drobiowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Surówka z marchwi i pora z olejem b/c () 100 g, Fasolka szparagowa z wody* 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Płatki pszenne na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Paprykarz szczeciński 30 g (<u>RYB, SOJ</u>), Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g, Ogórek kiszony 90 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,
II Śniadanie: Sok pomidorowy 200 ml, Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Salata zielona 5 g, Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>),	Podwieczorek: Mandarynka 2 szt, Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g, Pomidor 15 g,	Posiłek nocny: Ser żółty 20 g (<u>MLE</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Salata zielona 5 g,

Wartości odżywcze: E: 2739.7 kcal; B: 120.21 g; T: 84.91 g; Kw. tł. nasy.: 34.78 g; W: 393.52 g; W tym cukry: 66.74 g; Bł.: 39.49 g; Sól: 15.29 g; WW: 35.55 Por; Ener. z B: 17.55 %; Ener. z W: 51.69 %; Ener. z T: 27.89 %; Ener. z Bł.: 2.88 %; K: 5343.87 mg;

środa 2024-01-24 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>), Pomidor 90 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Selerowa z makaronem*() 300 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Pulpet drobiowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Surówka z marchwi i pora 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>), Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny* 70 g (<u>RYB, SEL</u>), Ogórek kiszony 90 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 150 ml, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>),
II Śniadanie: Sok pomidorowy 200 ml,		Posiłek nocny: Mandarynka 2 szt,

Wartości odżywcze: E: 2052.78 kcal; B: 90.03 g; T: 57.07 g; Kw. tł. nasy.: 18.79 g; W: 311.76 g; W tym cukry: 62.12 g; Bł.: 33.99 g; Sól: 10.21 g; WW: 27.93 Por; Ener. z B: 17.54 %; Ener. z W: 54.12 %; Ener. z T: 25.02 %; Ener. z Bł.: 3.31 %; K: 5085.36 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2024-01-25 Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa		
Platki 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 topiony 70 g (<u>MLE.</u>), Papryka konserwowa 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Barszcz biały z ziemniakami (*) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 250 g (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>), Surówka z kapusty białej z olejem () 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Szyunka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 80 g, Sałatka jarzynowa (*) 50 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>), Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>),
II Śniadanie: Koktajl wieloowocowy* 200 ml (<u>MLE.</u>),		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt,

Wartości odżywcze: E: 2245.18 kcal; B: 87.4 g; T: 73.77 g; Kw. tł. nasy.: 33.53 g; W: 321.23 g; W tym cukry: 93.56 g; Bł.: 29.09 g; Sól: 8.33 g; WW: 29.21 Por; Ener. z B: 15.57 %; Ener. z W: 52.05 %; Ener. z T: 29.57 %; Ener. z Bł.: 2.59 %; K: 3384.59 mg;

czwartek 2024-01-25 Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna		
Platki 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>), Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>), Sałata zielona 10 g, Pomidor 40 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Ziemniaczana * () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 250 g (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>), Cukinia pieczona 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>), Szyunka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 80 g, Sałatka jarzynowa - dieta (*) 50 g (<u>MLE, SEL.</u>), Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>),
II Śniadanie: Koktajl wieloowocowy* 200 ml (<u>MLE.</u>),		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt,

Wartości odżywcze: E: 2104.25 kcal; B: 92.67 g; T: 54.73 g; Kw. tł. nasy.: 21.2 g; W: 321.86 g; W tym cukry: 90.82 g; Bł.: 24.37 g; Sól: 5.59 g; WW: 29.73 Por; Ener. z B: 17.62 %; Ener. z W: 56.55 %; Ener. z T: 23.41 %; Ener. z Bł.: 2.32 %; K: 3631.59 mg;

czwartek 2024-01-25 Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa		
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 dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g, Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 40 g (<u>MLE.</u>), Papryka konserwowa 50 g, Pomidor 50 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Platki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>),	Barszcz biały z ziemniakami (*) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 250 g (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>), Surówka z kapusty białej z olejem () 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	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>), Szyunka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 40 g, Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>), Sałatka jarzynowa (*) 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Pomidor 15 g, Szyunka dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g,	Podwieczorek: Andruty 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Sałata zielona 5 g, Szyunka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 25 g, Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>),	Posiłek nocny: Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Sałata zielona 5 g, Szyunka dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g,

Wartości odżywcze: E: 2697.65 kcal; B: 118.5 g; T: 85.19 g; Kw. tł. nasy.: 35.67 g; W: 378.4 g; W tym cukry: 44.51 g; Bł.: 31.71 g; Sól: 12.38 g; WW: 34.72 Por; Ener. z B: 17.57 %; Ener. z W: 51.41 %; Ener. z T: 28.42 %; Ener. z Bł.: 2.35 %; K: 3603.3 mg;

czwartek 2024-01-25 Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa		
Platki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>), Papryka konserwowa 50 g, Pomidor 50 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Ziemniaczana * () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 250 g (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>), Surówka z kapusty białej z olejem () 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Szyunka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 80 g, Sałatka jarzynowa (*) 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>), Herbata czarna granulowana b/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant b/c 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>),
II Śniadanie: Koktajl wieloowocowy* b/c 200 ml (<u>MLE.</u>),		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt,

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2024-01-26 Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa		
Kasza manna na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Rogal maślany 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Masło extra 82% 10g (<u>MLE</u>), Twaróg półtłusty 40g (<u>MLE</u>), Dżem 25g, Jabłko 1 szt 1 szt, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Szpinakowa z zacierką * 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200g, Kotlet z ryby (Morszczuk) 120g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>), Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10g (<u>MLE</u>), Pasta z jaj z natką pietruszki 100g (<u>JAJ, MLE</u>), Pomidor 40g, Salata zielona 10g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml,		Posiłek nocny: Herbatniki Be Be 14g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE</u>),

Wartości odżywcze: E: 2215.84 kcal; B: 71.53 g; T: 67.16 g; Kw. tł. nasy.: 21.59 g; W: 339.19 g; W tym cukry: 108.09 g; Bł.: 20.52 g; Sól: 4.26 g; WW: 31.89 Por; Ener. z B: 12.91 %; Ener. z W: 57.53 %; Ener. z T: 27.28 %; Ener. z Bł.: 1.85 %; K: 3183.72 mg;

piątek 2024-01-26 Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna		
Kasza manna na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Rogal maślany 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Masło extra 82% 10g (<u>MLE</u>), Twaróg półtłusty 40g (<u>MLE</u>), Dżem 25g, Jabłko 1 szt 1 szt, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Szpinakowa z zacierką * 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200g, Ryba pieczona (Morszczuk) 120g (<u>RYB</u>), Bukiet jarzyn oprószony z olejem* 100g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna długa krojona 50g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 10g (<u>MLE</u>), Pasta z jaj z natką pietruszki 100g (<u>JAJ, MLE</u>), Pomidor 40g, Salata zielona 10g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml,		Posiłek nocny: Herbatniki Be Be 14g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE</u>),

Wartości odżywcze: E: 2092.84 kcal; B: 93.24 g; T: 57.4 g; Kw. tł. nasy.: 21.21 g; W: 308.52 g; W tym cukry: 104.06 g; Bł.: 17.44 g; Sól: 4.04 g; WW: 29.11 Por; Ener. z B: 17.82 %; Ener. z W: 55.63 %; Ener. z T: 24.68 %; Ener. z Bł.: 1.67 %; K: 3422.71 mg;

piątek 2024-01-26 Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa		
Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10g (<u>MLE</u>), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>), Twaróg półtłusty 40g (<u>MLE</u>), Pomidor 90g, Salata zielona 10g, Herbata czarna granulowana b/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant b/c 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEŹC</u>),	Szpinakowa z zacierką * 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200g, Ryba pieczona (Morszczuk) 120g (<u>RYB</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100g (<u>SEL</u>), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Kasza jaglana na mleku 200 ml (<u>MLE</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10g (<u>MLE</u>), Pasta z jaj z natką pietruszki 50g (<u>JAJ, MLE</u>), Baton szynkowy z kurcząt 40g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>), Pomidor 90g, Salata zielona 10g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,
II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 szt, Chleb razowy pszenno-żytni 50g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Pomidor 15g, Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>), Masło extra 82% 5g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Kefir 2% tł 200 ml (<u>MLE</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5g (<u>MLE</u>), Baton szynkowy z kurcząt 25g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>), Salata zielona 5g,	Posiłek nocny: Chleb razowy pszenno-żytni 30g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5g (<u>MLE</u>), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 20g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>), Pomidor 15g,

Wartości odżywcze: E: 2633.49 kcal; B: 135.3 g; T: 83.56 g; Kw. tł. nasy.: 31 g; W: 348.62 g; W tym cukry: 59.24 g; Bł.: 31.95 g; Sól: 11.31 g; WW: 31.75 Por; Ener. z B: 20.55 %; Ener. z W: 48.1 %; Ener. z T: 28.56 %; Ener. z Bł.: 2.43 %; K: 4818.47 mg;

piątek 2024-01-26 Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa		
Kasza manna na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 100g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10g (<u>MLE</u>), Twaróg półtłusty 40g (<u>MLE</u>), Dżem 25g, Pomidor 90g, Salata zielona 10g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Szpinakowa z zacierką * 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200g, Ryba pieczona (Morszczuk) 120g (<u>RYB</u>), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100g, Bukiet jarzyn oprószony z olejem* 100g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Chleb razowy pszenno-żytni 100g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10g (<u>MLE</u>), Pasta z jaj z natką pietruszki 100g (<u>JAJ, MLE</u>), Pomidor 40g, Salata zielona 10g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,
II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 szt,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 30g,

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2024-01-27 Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa		
Platki jęczmienne na mleku 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU JĘCZ.</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Parówki drobiowe z cielęciną homogenizowane, wędzone, parzone 70 g, Ketchup 20 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Salata zielona 10 g,	Koperkowa z ryżem * 300 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Gulasz wieprzowy- dieta 200 g (<u>GLU PSZ</u>), Salatką z buraczków i jabłka z olejem () 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u>), Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Paszтет z soczewicy () 70 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ.</u>), Ogórek kiszony 40 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JĘCZ.</u>),
II Śniadanie: Sok pomarańczowy 200 ml,		Posiłek nocny: Jablko 1 szt 1 szt,

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

sobota 2024-01-27 Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna		
Platki jęczmienne na mleku 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU JĘCZ.</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Szyunka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 80 g, Salata zielona 10 g, Pomidor 40 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Koperkowa z ryżem * 300 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Gulasz wieprzowy- dieta 200 g (<u>GLU PSZ</u>), Salatką 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>), Szyunka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80 g (<u>SOJ</u>), Pomidor 40 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JĘCZ.</u>),
II Śniadanie: Sok pomarańczowy 200 ml,		Posiłek nocny: Jablko 1 szt 1 szt,

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

sobota 2024-01-27 Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa		
Platki jęczmienne na mleku 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU JĘCZ.</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Twarożek 40 g (<u>MLE</u>), Szyunka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 40 g, Pomidor 90 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Koperkowa z ryżem * 300 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Gulasz wieprzowy- dieta 200 g (<u>GLU PSZ</u>), Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 100 g, Fasolka szparagowa z wody* 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Makaron pełnoziarnisty na mleku 200 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Paszтет z soczewicy () 40 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ.</u>), Szyunka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ</u>), Ogórek kiszony 90 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,
II Śniadanie: Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u>), Sok pomidorowy 200 ml, Jajko gotowane kl M 0.50 szt (<u>JAJ.</u>), Salata zielona 5 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</u> , <u>GLU ŻYT.</u>), Szyunka 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>), Pomidor 15 g,

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

sobota 2024-01-27 Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa		
Platki jęczmienne na mleku 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU JĘCZ.</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Szyunka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 80 g, Pomidor 90 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Koperkowa z ryżem * 300 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Gulasz wieprzowy- dieta 200 g (<u>GLU PSZ</u>), Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 100 g, Fasolka szparagowa z wody* 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>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>), Ogórek kiszony 90 g, Salata 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 JĘCZ.</u>),
II Śniadanie: Sok pomidorowy 200 ml,		Posiłek nocny: Jablko 1 szt 1 szt,

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2024-01-28 Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa		
Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (<u>MLE</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Ser żółty 60 g (<u>MLE</u>), Pomidor 40 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Rosół z makaronem * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Ćwiartka z kurczaka pieczona 150 g, Surówka 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>), 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: Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02</u>),		Posiłek nocny: Chrupki kukurydziane 20 g,

Wartości odżywcze: E: 2641.06 kcal; B: 134.08 g; T: 97.38 g; Kw. tł. nasy.: 40.46 g; W: 316.38 g; W tym cukry: 51.37 g; Bł.: 20.25 g; Sól: 9.49 g; WW: 29.67 Por; Ener. z B: 20.31 %; Ener. z W: 44.85 %; Ener. z T: 33.19 %; Ener. z Bł.: 1.53 %; K: 3713.75 mg;

niedziela 2024-01-28 Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna		
Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (<u>MLE</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Pasta z twarogu z dżemem brzoskwińowym 80 g (<u>MLE</u>), 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>), Szynekowa 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 JĘCZ</u>),
II Śniadanie: Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02</u>),		Posiłek nocny: Chrupki kukurydziane 20 g,

Wartości odżywcze: E: 2530.7 kcal; B: 129.05 g; T: 81 g; Kw. tł. nasy.: 29.68 g; W: 328.58 g; W tym cukry: 55.14 g; Bł.: 18.36 g; Sól: 7.42 g; WW: 31.08 Por; Ener. z B: 20.4 %; Ener. z W: 49.03 %; Ener. z T: 28.81 %; Ener. z Bł.: 1.45 %; K: 3803.44 mg;

niedziela 2024-01-28 Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa		
Kasza jęczmienna na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Szynek tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>), Twarożek 40 g (<u>MLE</u>), Pomidor 50 g, Salata 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 z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g, Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL</u>), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	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 40 g, Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Pomidor 90 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,
II Śniadanie: Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Maślanka 200 ml (<u>MLE</u>), Szynek tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>), Pomidor 15 g, Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Jabłko 1 szt 1 szt, Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g, Salata zielona 5 g, Masło extra 82% 5 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>), Salata zielona 5 g,

Wartości odżywcze: E: 3043.84 kcal; B: 161.12 g; T: 106.99 g; Kw. tł. nasy.: 41.43 g; W: 372.36 g; W tym cukry: 64.34 g; Bł.: 31.65 g; Sól: 11.99 g; WW: 34.17 Por; Ener. z B: 21.17 %; Ener. z W: 44.77 %; Ener. z T: 31.64 %; Ener. z Bł.: 2.08 %; K: 5245.87 mg;

niedziela 2024-01-28 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>), Twarożek 80 g (<u>MLE</u>), Salata zielona 10 g, Pomidor 90 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Rosół z makaronem * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Ćwiartka z kurczaka pieczona 150 g, Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g, Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL</u>), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 80 g, Pomidor 90 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant b/c 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>),
II Śniadanie: Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Szynek tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>), Pomidor 15 g, Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: Chrupki kukurydziane 20 g,

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