

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2024-02-26</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa</b>		
Plátky owsiane na mleku 250 ml ( <u>MLE, GLU OW,</u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Baton szynkowy z kurcząt 80 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u> ), Ogórek kiszony 50 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Grochowa z ziemniakami (*) 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ), Pierogi z serem 250 g ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ), Mus z jabłek prażonych 100 g, Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <u>MLE,</u> ), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Pasta z twarogu i cebuli 80 g ( <u>MLE,</u> ), Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,
II Śniadanie: Mandarynka 2 szt,		Posiłek nocny: Biszkopty 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ,</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2345.31 kcal; Białko ogółem: 99.52 g; Tłuszcz: 55.57 g; Kw. tł. nasy.: 21.16 g; Węglowodany ogółem: 377.87 g; W tym cukry: 101.95 g; Błonnik pok.: 26.87 g; Sól: 6.91 g; WW: 34.96 Por; : 16.97 %; : 59.86 %; Ener. z T: 21.32 %; Ener. z Bł.: 2.29 %; K: 2386.83 mg;

<b>poniedziałek 2024-02-26</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna</b>		
Plátky owsiane na mleku 250 ml ( <u>MLE, GLU OW,</u> ), Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Baton szynkowy z kurcząt 80 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u> ), Pomidor 50 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Solferino * () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Pierogi z serem 250 g ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ), Mus z jabłek prażonych 100 g, Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <u>MLE,</u> ), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Pasta z twarogu z koperkiem 80 g ( <u>MLE,</u> ), Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,
II Śniadanie: Mandarynka 2 szt,		Posiłek nocny: Biszkopty 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ,</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2297.98 kcal; Białko ogółem: 98.48 g; Tłuszcz: 53.17 g; Kw. tł. nasy.: 21.12 g; Węglowodany ogółem: 370.06 g; W tym cukry: 106.53 g; Błonnik pok.: 20.95 g; Sól: 5.07 g; WW: 34.81 Por; : 17.14 %; : 60.77 %; Ener. z T: 20.82 %; Ener. z Bł.: 1.82 %; K: 2589.44 mg;

<b>poniedziałek 2024-02-26</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa</b>		
Plátky owsiane na mleku 250 ml ( <u>MLE, GLU OW,</u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Baton szynkowy z kurcząt 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u> ), Ser żółty 30 g ( <u>MLE,</u> ), Ogórek kiszony 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Solferino * () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Ryż na sypko (brązowy) 180 g, Pulpet drobiowy 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ), Surówka z marchwi i selera z olejem b/c () 100 g ( <u>SEL,</u> ), Brokuł gotowany* 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Makaron pełnoziarnisty na mleku 200 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Pasta z twarogu z koperkiem 40 g ( <u>MLE,</u> ), Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g ( <u>SOJ,</u> ), Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,
II Śniadanie: Mandarynka 2 szt, Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR,</u> ), Pomidor 15 g, Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ),	Podwieczorek: Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ), Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g ( <u>SOJ,</u> ), 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> ), Jajko gotowane kl M 0.50 szt ( <u>JAJ,</u> ), Ogórek kiszony 15 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2808.01 kcal; Białko ogółem: 129.29 g; Tłuszcz: 89.59 g; Kw. tł. nasy.: 38.39 g; Węglowodany ogółem: 386.04 g; W tym cukry: 59.17 g; Błonnik pok.: 37.66 g; Sól: 13.59 g; WW: 34.81 Por; : 18.42 %; : 49.62 %; Ener. z T: 28.71 %; Ener. z Bł.: 2.68 %; K: 4205.96 mg;

<b>poniedziałek 2024-02-26</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa</b>		
Plátky 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> ), 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,	Solferino * () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Ryż na sypko (brązowy) 180 g, Mus z jabłek prażonych 100 g, Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <u>MLE,</u> ), Surówka z marchwi i selera z olejem b/c () 100 g ( <u>SEL,</u> ), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Pasta z twarogu z koperkiem 80 g ( <u>MLE,</u> ), Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,
II Śniadanie: Mandarynka 2 szt,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 30 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1986.36 kcal; Białko ogółem: 74.26 g; Tłuszcz: 49.8 g; Kw. tł. nasy.: 18.9 g; Węglowodany ogółem: 324.18 g; W tym cukry: 79.13 g; Błonnik pok.: 31.71 g; Sól: 8.16 g; WW: 29.18 Por; : 14.95 %; : 58.9 %; Ener. z T: 22.56 %; Ener. z Bł.: 3.19 %; K: 3341.32 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>wtorek 2024-02-27</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa</b>		
Makaron 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% 10g ( <u>MLE</u> ), Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 80 g, Papryka konserwowa 40 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Kapuśniak z kapusty kiszzonej (*) 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL, GOR</u> ), Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JECZ</u> ), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ), Sos koperkowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ), Surówka z pora, jabłka i marchewki () 100 g ( <u>MLE</u> ), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 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 JECZ</u> ),
II Śniadanie: Bułka maślana 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ),		Posiłek nocny: Jablko 1 szt 1 szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2276.54 kcal; Białko ogółem: 99.5 g; Tłuszcz: 58.82 g; Kw. tł. nasy.: 23.19 g; Węglowodany ogółem: 348.86 g; W tym cukry: 68.93 g; Błonnik pok.: 26.34 g; Sól: 7.77 g; WW: 32.29 Por; : 17.48 %; : 56.67 %; Ener. z T: 23.26 %; Ener. z Bł.: 2.31 %; K: 2919.2 mg;

<b>wtorek 2024-02-27</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna</b>		
Makaron na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ), Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 80 g, Pomidor 40 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Wielowarzywna z ziemniakami * () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JECZ</u> ), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ), Sos koperkowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ), Marchew oprószana z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 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 JECZ</u> ),
II Śniadanie: Bułka maślana 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ),		Posiłek nocny: Jablko 1 szt 1 szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2253.83 kcal; Białko ogółem: 101.22 g; Tłuszcz: 54.31 g; Kw. tł. nasy.: 21.09 g; Węglowodany ogółem: 350.16 g; W tym cukry: 71.02 g; Błonnik pok.: 22.32 g; Sól: 6.04 g; WW: 32.9 Por; : 17.96 %; : 58.18 %; Ener. z T: 21.69 %; Ener. z Bł.: 1.98 %; K: 3005.25 mg;

<b>wtorek 2024-02-27</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa</b>		
Makaron pełnoziarnisty 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> ), Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 40 g, Ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), Papryka konserwowa 50 g, Pomidor 50 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Wielowarzywna z ziemniakami * () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JECZ</u> ), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ), Surówka z pora, jabłka i marchewki () 100 g ( <u>MLE</u> ), Cukinia pieczona z olejem * 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	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> ), Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g, Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 30 g ( <u>RYB, SEL</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> ), Andruty 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> ), Twaróg półtłusty 25 g ( <u>MLE</u> ), Pomidor 15 g, Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: Mus z truskawek* b/c 100 g, Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Szynkowa 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> ), Ser żółty 20 g ( <u>MLE</u> ), Pomidor 15 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2815.75 kcal; Białko ogółem: 126.71 g; Tłuszcz: 87.57 g; Kw. tł. nasy.: 43.05 g; Węglowodany ogółem: 397.19 g; W tym cukry: 48.93 g; Błonnik pok.: 33.34 g; Sól: 12.45 g; WW: 36.47 Por; : 18 %; : 51.69 %; Ener. z T: 27.99 %; Ener. z Bł.: 2.37 %; K: 3842.57 mg;

<b>wtorek 2024-02-27</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa</b>		
Makaron na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 80 g, Pomidor 90 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Wielowarzywna z ziemniakami * () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JECZ</u> ), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ), Cukinia pieczona z olejem * 100 g, Surówka z pora, jabłka i marchewki () 100 g ( <u>MLE</u> ), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 70 g ( <u>RYB, SEL</u> ), Pomidor 90 g, 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> ), Twaróg półtłusty 25 g ( <u>MLE</u> ), Pomidor 15 g, Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: Jablko 1 szt 1 szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2199.57 kcal; Białko ogółem: 105.82 g; Tłuszcz: 59.86 g; Kw. tł. nasy.: 25.6 g; Węglowodany ogółem: 323.72 g; W tym cukry: 51.25 g; Błonnik pok.: 30.52 g; Sól: 8.25 g; WW: 29.39 Por; : 19.24 %; : 53.32 %; Ener. z T: 24.49 %; Ener. z Bł.: 2.77 %; K: 3873.47 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>środa 2024-02-28</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa</b>		
Ryż na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Serek homo z owocami 80 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Grycikowa z ziemniakami* 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Ziemniaki () 200 g , Eskalopka z kurczaka 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ), Fasolka szparagowa z wody* 100 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml ,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców więprzowych pieczony 70 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE</u> ), Pomidor 50 g, Herbata czarna granulowana z/c 150 ml , Kawa z mlekiem instant 150 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> ),
II Śniadanie: Banan 1szt. 1 szt ,		Posiłek nocny: Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2407.46 kcal; Białko ogółem: 86.22 g; Tłuszcz: 66.61 g; Kw. tł. nasy.: 22.57 g; Węglowodany ogółem: 375.43 g; W tym cukry: 92.89 g; Błonnik pok.: 22.86 g; Sól: 6.61 g; WW: 35.46 Por; : 14.33 %; : 58.58 %; Ener. z T: 24.9 %; Ener. z Bł.: 1.9 %; K: 4120.61 mg;

<b>środa 2024-02-28</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna</b>		
Ryż na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Serek homo z owocami 80 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Grycikowa z ziemniakami* 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Ziemniaki () 200 g , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g , Sos pietruszkowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ), Dynia duszona z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml ,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 80 g , Pomidor 50 g , Herbata czarna granulowana z/c 150 ml , Kawa z mlekiem instant 150 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> ),
II Śniadanie: Banan 1szt. 1 szt ,		Posiłek nocny: Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2300.33 kcal; Białko ogółem: 94.83 g; Tłuszcz: 50.11 g; Kw. tł. nasy.: 20.11 g; Węglowodany ogółem: 374.96 g; W tym cukry: 94.63 g; Błonnik pok.: 21.85 g; Sól: 7.65 g; WW: 35.39 Por; : 16.49 %; : 61.4 %; Ener. z T: 19.6 %; Ener. z Bł.: 1.9 %; K: 4199.24 mg;

<b>środa 2024-02-28</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> ), Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR</u> ), Serek homo. naturalny 40 g ( <u>MLE</u> ), Sałata zielona 10 g , Pomidor 90 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	Grycikowa z ziemniakami* 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Ziemniaki () 200 g , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g , Fasolka szparagowa z wody* 100 g , Dynia duszona z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml ,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g , Twarożek z ziołami 40 g ( <u>MLE</u> ), Pomidor 90 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana b/c 150 ml , Kawa z mlekiem instant b/c 150 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> ),
II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 szt , Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ), Ser żółty 25 g ( <u>MLE</u> ), Ogórek kiszony 15 g ,	Podwieczorek: Pomidor 15 g , 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> ), Maślanka 200 ml ( <u>MLE</u> ),	Posiłek nocny: Chleb razowy pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ), Jajko gotowane kl M 0.50 szt ( <u>JAJ</u> ), Pomidor 15 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2575.08 kcal; Białko ogółem: 124.03 g; Tłuszcz: 70.41 g; Kw. tł. nasy.: 34.59 g; Węglowodany ogółem: 373.43 g; W tym cukry: 59.19 g; Błonnik pok.: 30.81 g; Sól: 11.66 g; WW: 34.44 Por; : 19.27 %; : 53.22 %; Ener. z T: 24.61 %; Ener. z Bł.: 2.39 %; K: 4943.07 mg;

<b>środa 2024-02-28</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa</b>		
Ryż na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Serek homo. naturalny 80 g ( <u>MLE</u> ), Pomidor 90 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	Grycikowa z ziemniakami* 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Ziemniaki () 200 g , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g , Fasolka szparagowa z wody* 100 g , Dynia duszona z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml ,	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 80 g , Pomidor 90 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana b/c 150 ml , Kawa z mlekiem instant b/c 150 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> ),
II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 szt ,		Posiłek nocny: Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1947.03 kcal; Białko ogółem: 95.71 g; Tłuszcz: 43.67 g; Kw. tł. nasy.: 18.74 g; Węglowodany ogółem: 303.02 g; W tym cukry: 47.09 g; Błonnik pok.: 26.05 g; Sól: 7.98 g; WW: 27.8 Por; : 19.66 %; : 56.9 %; Ener. z T: 20.19 %; Ener. z Bł.: 2.68 %; K: 4411.51 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>czwartek 2024-02-29</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> ), Baton szynkowy z kurcząt 80 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u> ), Ogórek kiszony 40 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Makaron 180 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Brokuł gotowany* 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> ), Pasztet z fasoli* 70 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ), Pomidor 50 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,
II Śniadanie: Andruły 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> ),		Posiłek nocny: Jablko 1 szt 1 szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2250.69 kcal; Białko ogółem: 80.74 g; Tłuszcz: 69.59 g; Kw. tł. nasy.: 19.25 g; Węglowodany ogółem: 338.18 g; W tym cukry: 68.05 g; Błonnik pok.: 27.09 g; Sól: 7.14 g; WW: 31.06 Por; : 14.35 %; : 55.29 %; Ener. z T: 27.83 %; Ener. z Bł.: 2.41 %; K: 3162.95 mg;

<b>czwartek 2024-02-29</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> ), Pomidor 40 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Makaron 180 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Brokuł gotowany* 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> ), Szynka 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,
II Śniadanie: Andruły 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> ),		Posiłek nocny: Jablko 1 szt 1 szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2111.38 kcal; Białko ogółem: 87.14 g; Tłuszcz: 59.78 g; Kw. tł. nasy.: 18.05 g; Węglowodany ogółem: 317.35 g; W tym cukry: 68.01 g; Błonnik pok.: 21.13 g; Sól: 8.11 g; WW: 29.63 Por; : 16.51 %; : 56.12 %; Ener. z T: 25.48 %; Ener. z Bł.: 2 %; K: 2801.07 mg;

<b>czwartek 2024-02-29</b>		
<b>Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa</b>		
Kasza jęczmienna na mleku 250 ml ( <u>MLE, GLU JE CZ</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> ), Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ), Baton szynkowy z kurcząt 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u> ), Ogórek kiszony 90 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Makaron pełnoziarnisty 180 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Brokuł gotowany* 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> ), Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g ( <u>SOJ</u> ), Pasztet z fasoli* 40 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ), Pomidor 90 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,
II Śniadanie: Andruły 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Pomidor 15 g, Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ), Baton szynkowy z kurcząt 25 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u> ),	Podwieczorek: Salata zielona 5 g, Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ), Sok pomidorowy 200 ml, Twarożek 25 g ( <u>MLE</u> ),	Posiłek nocny: Chleb razowy pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ), Ser żółty 20 g ( <u>MLE</u> ), Ogórek kiszony 15 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2829.51 kcal; Białko ogółem: 119.64 g; Tłuszcz: 95.89 g; Kw. tł. nasy.: 36.47 g; Węglowodany ogółem: 385.32 g; W tym cukry: 49.11 g; Błonnik pok.: 35.63 g; Sól: 13.31 g; WW: 35.03 Por; : 16.91 %; : 49.44 %; Ener. z T: 30.5 %; Ener. z Bł.: 2.52 %; K: 4333.34 mg;

<b>czwartek 2024-02-29</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> ), Ogórek kiszony 90 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Makaron pełnoziarnisty 180 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Brokuł gotowany* 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80 g ( <u>SOJ</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> ), Pomidor 15 g, Baton szynkowy z kurcząt 25 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: Jablko 1 szt 1 szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2118.84 kcal; Białko ogółem: 94.62 g; Tłuszcz: 65.5 g; Kw. tł. nasy.: 20.85 g; Węglowodany ogółem: 297.32 g; W tym cukry: 44.63 g; Błonnik pok.: 28.42 g; Sól: 11.8 g; WW: 26.92 Por; : 17.86 %; : 50.76 %; Ener. z T: 27.82 %; Ener. z Bł.: 2.68 %; K: 3265.73 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>piątek 2024-03-01</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa</b>		
Zacierka na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE<sub>1</sub></u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Twarożek 40 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Dżem 25 g, Jabłko 1 szt, 1 szt, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Kalaforowa z ryżem * 300 ml ( <u>MLE, SEL<sub>1</sub></u> ), Ziemniaki ( ) 200 g, Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g ( <u>RYB<sub>1</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>1</sub></u> ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ<sub>1</sub></u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Pasta z jaj z koperkiem 100 g ( <u>JAJ, MLE<sub>1</sub></u> ), Ogórek kiszony 40 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,
<b>II Śniadanie:</b> Bułka maślana 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE<sub>1</sub></u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Herbatniki Be Be 14g 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE<sub>1</sub></u> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2206.08 kcal; Białko ogółem: 100.55 g; Tłuszcz: 59.69 g; Kw. tł. nasy.: 21.83 g; Węglowodany ogółem: 325.35 g; W tym cukry: 73.47 g; Błonnik pok.: 19.95 g; Sól: 6.73 g; WW: 30.5 Por; : 18.23 %; : 55.37 %; Ener. z T: 24.35 %; Ener. z Bł.: 1.81 %; K: 3425.97 mg;		
<b>piątek 2024-03-01</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna</b>		
Zacierka na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE<sub>1</sub></u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></u> ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ<sub>1</sub></u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Twarożek 40 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Dżem 25 g, Jabłko 1 szt 1 szt, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Kalaforowa z ryżem * 300 ml ( <u>MLE, SEL<sub>1</sub></u> ), Ziemniaki ( ) 200 g, Pulpet rybny (Morszczuk) 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB<sub>1</sub></u> ), Warzywa po grecku* 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL<sub>1</sub></u> ), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></u> ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ<sub>1</sub></u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Pasta z jaj z koperkiem 100 g ( <u>JAJ, MLE<sub>1</sub></u> ), Pomidor 40 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,
<b>II Śniadanie:</b> Bułka maślana 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE<sub>1</sub></u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Herbatniki Be Be 14g 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE<sub>1</sub></u> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2258.12 kcal; Białko ogółem: 97.16 g; Tłuszcz: 55.99 g; Kw. tł. nasy.: 21.71 g; Węglowodany ogółem: 350.77 g; W tym cukry: 77.52 g; Błonnik pok.: 20.91 g; Sól: 5.52 g; WW: 32.95 Por; : 17.21 %; : 58.43 %; Ener. z T: 22.32 %; Ener. z Bł.: 1.85 %; K: 3480.79 mg;		
<b>piątek 2024-03-01</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa</b>		
Zacierka na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE<sub>1</sub></u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Twarożek 40 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 40 g, Pomidor 90 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Kalaforowa z ryżem * 300 ml ( <u>MLE, SEL<sub>1</sub></u> ), Ziemniaki ( ) 200 g, Pulpet rybny (Morszczuk) 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB<sub>1</sub></u> ), Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c ( ) 100 g, Warzywa po grecku * (bez cukru) 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL<sub>1</sub></u> ), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Platki jęczmienne na mleku 250 ml ( <u>MLE, GLU JECZ<sub>1</sub></u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Pasta z jaj z koperkiem 50 g ( <u>JAJ, MLE<sub>1</sub></u> ), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR<sub>1</sub></u> ), Ogórek kiszony 90 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,
<b>II Śniadanie:</b> Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></u> ), Maślanka 200 ml ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Pomidor 15 g, Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 25 g,	<b>Podwieczorek:</b> Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Kielbasa Krakowska wieprzowa parzona grubo rozdrobniona wędzona w osłonce niejadalnej. 25 g ( <u>GOR<sub>1</sub></u> ), Salata zielona 5 g, Jabłko 1 szt 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Chleb razowy pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 20 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR<sub>1</sub></u> ), Salata zielona 5 g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2770.62 kcal; Białko ogółem: 141.05 g; Tłuszcz: 77.97 g; Kw. tł. nasy.: 32.66 g; Węglowodany ogółem: 389.85 g; W tym cukry: 62.43 g; Błonnik pok.: 32.14 g; Sól: 14.31 g; WW: 35.82 Por; : 20.36 %; : 51.64 %; Ener. z T: 25.33 %; Ener. z Bł.: 2.32 %; K: 4775.52 mg;		
<b>piątek 2024-03-01</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa</b>		
Zacierka na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE<sub>1</sub></u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Twarożek 40 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Dżem 25 g, Pomidor 90 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Kalaforowa z ryżem * 300 ml ( <u>MLE, SEL<sub>1</sub></u> ), Ziemniaki ( ) 200 g, Pulpet rybny (Morszczuk) 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB<sub>1</sub></u> ), Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c ( ) 100 g, Warzywa po grecku * (bez cukru) 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL<sub>1</sub></u> ), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Pasta z jaj z koperkiem 100 g ( <u>JAJ, MLE<sub>1</sub></u> ), Ogórek kiszony 90 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,
<b>II Śniadanie:</b> Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 25 g, Pomidor 15 g,		<b>Posiłek nocny:</b> Wafle ryżowe 30 g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2232.05 kcal; Białko ogółem: 106.55 g; Tłuszcz: 61.55 g; Kw. tł. nasy.: 24.34 g; Węglowodany ogółem: 324.47 g; W tym cukry: 38.28 g; Błonnik pok.: 25.67 g; Sól: 9.68 g; WW: 29.81 Por; : 19.1 %; : 53.55 %; Ener. z T: 24.82 %; Ener. z Bł.: 2.3 %; K: 4021.91 mg;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>sobota 2024-03-02</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa</b>		
Plátky pszenne na mleku 250 ml ( <b>GLU PSZ, 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> ), Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 80 g, Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Ogórkowa z ziemniakami * () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ), Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <b>GLU JĘCZ,</b> ), Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g ( <b>GLU PSZ, 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> ), Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob - dieta 200 g ( <b>MLE, SEL, może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</b> ), Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> ),
<b>II Śniadanie:</b> Koktajl wieloowocowy* 200 ml ( <b>MLE,</b> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Chrupki kukurydziane 20 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2202.09 kcal; Białko ogółem: 89.27 g; Tłuszcz: 52.25 g; Kw. tł. nasy.: 21.02 g; Węglowodany ogółem: 357.13 g; W tym cukry: 81.09 g; Błonnik pok.: 29.24 g; Sól: 9.26 g; WW: 32.72 Por; : 16.22 %; : 59.56 %; Ener. z T: 21.36 %; Ener. z Bł.: 2.66 %; K: 3318.46 mg;

<b>sobota 2024-03-02</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna</b>		
Plátky pszenne na mleku 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</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> ), Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 80 g, Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Ziemniaczana * () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ), Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <b>GLU JĘCZ,</b> ), Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g ( <b>GLU PSZ, 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> ), Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob - dieta 200 g ( <b>MLE, SEL, może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</b> ), Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> ),
<b>II Śniadanie:</b> Koktajl wieloowocowy* 200 ml ( <b>MLE,</b> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Chrupki kukurydziane 20 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2254.56 kcal; Białko ogółem: 90.59 g; Tłuszcz: 52.38 g; Kw. tł. nasy.: 21 g; Węglowodany ogółem: 368.72 g; W tym cukry: 81.35 g; Błonnik pok.: 29.22 g; Sól: 8.54 g; WW: 33.9 Por; : 16.07 %; : 60.23 %; Ener. z T: 20.91 %; Ener. z Bł.: 2.59 %; K: 3541.96 mg;

<b>sobota 2024-03-02</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa</b>		
Plátky pszenne na mleku 250 ml ( <b>GLU PSZ, 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> ), Hummus 40 g ( <b>SEZ,</b> ), Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g, Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Ogórkowa z ziemniakami * () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ), Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <b>GLU JĘCZ,</b> ), Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ), Fasolka szparagowa z wody* 100 g, Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	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> ), Serek homo. naturalny 40 g ( <b>MLE,</b> ), Sałatka z ryżu (brązowego), brokułów i wędliny drob - dieta 100 g ( <b>MLE, SEL, może zawierać: GLU PSZ, 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 JĘCZ,</b> ),
<b>II Śniadanie:</b> Mus z truskawek* b/c 100 g, Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ), Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE,</b> ), Jajko gotowane ki M 0.50 szt ( <b>JAJ,</b> ), Sałata zielona 5 g,	<b>Podwieczorek:</b> Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE,</b> ), Pomidor 15 g, Mandarynka 2 szt, Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ), Twarożek 25 g ( <b>MLE,</b> ),	<b>Posiłek nocny:</b> Chleb razowy pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ), Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE,</b> ), Twaróg półtłusty 20 g ( <b>MLE,</b> ), Pomidor 15 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2578.38 kcal; Białko ogółem: 105.91 g; Tłuszcz: 73.82 g; Kw. tł. nasy.: 30.15 g; Węglowodany ogółem: 390.11 g; W tym cukry: 65.75 g; Błonnik pok.: 40.67 g; Sól: 10.59 g; WW: 35 Por; : 16.43 %; : 54.21 %; Ener. z T: 25.77 %; Ener. z Bł.: 3.15 %; K: 4248.52 mg;

<b>sobota 2024-03-02</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa</b>		
Plátky pszenne na mleku 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ), Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE,</b> ), Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 80 g, Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Ziemniaczana * () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ), Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <b>GLU JĘCZ,</b> ), Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g, Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g, 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 ryżu (brązowego), brokułów i wędliny drob - dieta 200 g ( <b>MLE, SEL, może zawierać: GLU PSZ, 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 JĘCZ,</b> ),
<b>II Śniadanie:</b> Mus z truskawek* b/c 100 g,		<b>Posiłek nocny:</b> Chrupki kukurydziane 20 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2109.45 kcal; Białko ogółem: 89.5 g; Tłuszcz: 52.58 g; Kw. tł. nasy.: 19.72 g; Węglowodany ogółem: 335.96 g; W tym cukry: 51.48 g; Błonnik pok.: 37.33 g; Sól: 9.15 g; WW: 29.83 Por; : 16.97 %; : 56.63 %; Ener. z T: 22.43 %; Ener. z Bł.: 3.54 %; K: 4243.16 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>niedziela 2024-03-03</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> ), Kielbasa Krakowska wieprzowa parzona grubo rozdrobniona wędzona w osłonce niejadalnej. 80 g ( <u>GOR,</u> ), Pomidor 50 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Pomidorowa z makaronem * 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Ziemniaki () 200 g, Kotlet schabowy 150 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ), Surówka z kapusty białej z olejem () 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Ser żółty 60 g ( <u>MLE,</u> ), Sałata zielona 10 g, Ogórek kiszony 40 g, Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ,</u> ),
<b>II Śniadanie:</b> Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Jabłko 1 szt 1 szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2657.06 kcal; Białko ogółem: 111.53 g; Tłuszcz: 91.43 g; Kw. tł. nasy.: 35.49 g; Węglowodany ogółem: 357.32 g; W tym cukry: 72.47 g; Błonnik pok.: 24.36 g; Sól: 9.51 g; WW: 33.38 Por; : 16.79 %; : 50.13 %; Ener. z T: 30.97 %; Ener. z Bł.: 1.83 %; K: 3652.18 mg;

<b>niedziela 2024-03-03</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna</b>		
Kasza manna na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ), Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejadł 80 g, Pomidor 50 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Pomidorowa z makaronem * 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Ziemniaki () 200 g, Schab gotowany 100 g, Sos własny () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Twarożek z koperkiem 80 g ( <u>MLE,</u> ), Sałata zielona 10 g, Pomidor 40 g, Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ,</u> ),
<b>II Śniadanie:</b> Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Jabłko 1 szt 1 szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2185.35 kcal; Białko ogółem: 111.31 g; Tłuszcz: 48.52 g; Kw. tł. nasy.: 22.56 g; Węglowodany ogółem: 331.3 g; W tym cukry: 70.64 g; Błonnik pok.: 17.5 g; Sól: 6.98 g; WW: 31.51 Por; : 20.37 %; : 57.44 %; Ener. z T: 19.98 %; Ener. z Bł.: 1.6 %; K: 3642.68 mg;

<b>niedziela 2024-03-03</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% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Serek wiejski ziemisty 40 g ( <u>MLE,</u> ), Kielbasa Krakowska wieprzowa parzona grubo rozdrobniona wędzona w osłonce niejadalnej. 40 g ( <u>GOR,</u> ), Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Pomidorowa z makaronem * 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Ziemniaki () 200 g, Schab gotowany 100 g, Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g, Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Ser żółty 30 g ( <u>MLE,</u> ), Szynekowa wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 40 g, Sałata zielona 10 g, Pomidor 90 g, Herbata czarna granulowana b/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant b/c 150 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ,</u> ),
<b>II Śniadanie:</b> Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Andruty 1 szt ( <u>GLU PSZ,</u> ), Ogórek kiszony 15 g, Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ), Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejadł 25 g,	<b>Podwieczorek:</b> Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ), Szynekowa wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 25 g, Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ), Sałata zielona 5 g, Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ),	<b>Posiłek nocny:</b> Chleb razowy pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Ogórek kiszony 15 g, Jajko gotowane ki M 0.50 szt ( <u>JAJ,</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2588.69 kcal; Białko ogółem: 136.78 g; Tłuszcz: 77.21 g; Kw. tł. nasy.: 39.27 g; Węglowodany ogółem: 348.41 g; W tym cukry: 37.31 g; Błonnik pok.: 25.4 g; Sól: 12.42 g; WW: 32.44 Por; : 21.14 %; : 49.91 %; Ener. z T: 26.84 %; Ener. z Bł.: 1.96 %; K: 4133.49 mg;

<b>niedziela 2024-03-03</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> ), Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejadł 80 g, Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Pomidorowa z makaronem * 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Ziemniaki () 200 g, Schab gotowany 100 g, Sos własny () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ), Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g, Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Twarożek z koperkiem 80 g ( <u>MLE,</u> ), Sałata zielona 10 g, Pomidor 90 g, Herbata czarna granulowana b/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant b/c 150 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ,</u> ),
<b>II Śniadanie:</b> Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Sok wielowarzywny pasteryzowany 200 ml, Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejadł 25 g, Ogórek kiszony 15 g, Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Jabłko 1 szt 1 szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2142.48 kcal; Białko ogółem: 116.71 g; Tłuszcz: 51.12 g; Kw. tł. nasy.: 24.93 g; Węglowodany ogółem: 314.83 g; W tym cukry: 51.87 g; Błonnik pok.: 25.75 g; Sól: 11.89 g; WW: 29.04 Por; : 21.79 %; : 53.97 %; Ener. z T: 21.48 %; Ener. z Bł.: 2.4 %; K: 4358.33 mg;