

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY | | |
|--|---|--|
| Śniadanie - II Śniadanie | Obiad - Podwieczorek | Kolacja - Posiłek nocny |
| wtorek 2024-06-11 | | |
| 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>), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 80 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>), Pomidor 40 g, Sałata 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 JEĆZ,</u>), Szynka wieprzowa pieczona 120 g, Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml, | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>), Sałatka wiosenna 50 g, Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ,</u>), |
| II Śniadanie: Biskopki 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JEĆZ,</u>), | | Posiłek nocny: Arbuz 100 g, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2163.82 kcal; Białko ogółem: 109.04 g; Tłuszcz: 54.43 g; Kw. tł. nasy.: 22.17 g; Węglowodany ogółem: 324.55 g; W tym cukry: 83.08 g; Błonnik pok.: 20.29 g; Sól: 6.73 g; WW: 30.47 Por; : 20.16 %; : 779.49 %; Ener. z T: 22.64 %; Ener. z Bt.: 1.87 %; K: 3240.46 mg;

| wtorek 2024-06-11 | | |
|---|---|---|
| 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>), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 80 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>), Pomidor 40 g, Sałata 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 JEĆZ,</u>), Szynka 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>), Sałatka wiosenna - diety 50 g, Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ,</u>), |
| II Śniadanie: Biskopki 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JEĆZ,</u>), | | Posiłek nocny: Arbuz 100 g, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2185.63 kcal; Białko ogółem: 112.86 g; Tłuszcz: 52.97 g; Kw. tł. nasy.: 21.9 g; Węglowodany ogółem: 328.8 g; W tym cukry: 88.85 g; Błonnik pok.: 18.14 g; Sól: 5.78 g; WW: 31.12 Por; : 20.65 %; : 882.71 %; Ener. z T: 21.81 %; Ener. z Bt.: 1.66 %; K: 3454.17 mg;

| wtorek 2024-06-11 | | |
|--|--|---|
| 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>), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>), Ser żółty 30 g (<u>MLE,</u>), Pomidor 90 g, Sałata 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 JEĆZ,</u>), Szynka wieprzowa gotowana 120 g, Surówka z selera i jabłka z olejem () b/c 100 g (<u>SEL,</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, 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>), Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ,</u>), Sałatka wiosenna 100 g, Herbata czarna granulowana b/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant b/c 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ,</u>), |
| II Śniadanie: 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 świeży 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>), Sałata zielona 5 g, Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (<u>SOJ,</u>), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2717.64 kcal; Białko ogółem: 140.4 g; Tłuszcz: 83.43 g; Kw. tł. nasy.: 36.6 g; Węglowodany ogółem: 365.97 g; W tym cukry: 47.42 g; Błonnik pok.: 32.75 g; Sól: 12.05 g; WW: 33.49 Por; : 20.66 %; : 888.44 %; Ener. z T: 27.63 %; Ener. z Bt.: 2.41 %; K: 4144.99 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| wtorek 2024-06-11 | 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>), Szyńka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 80 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>), Pomidor 90 g, Sałata 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 JEĆZ.</u>), Szyńka wieprzowa gotowana 120 g, Surówka z selera i jabłka z olejem () b/c 100 g (<u>SEL.</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, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>), Sałatka wiosenna 100 g, Herbata czarna granulowana b/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant b/c 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.</u>), |
| II Śniadanie: 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 świeży 15 g, | | Posiłek nocny: Arbuz 100 g, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2231.48 kcal; Białko ogółem: 118.48 g; Tłuszcz: 61.9 g; Kw. tł. nasy.: 25.08 g; Węglowodany ogółem: 311.52 g; W tym cukry: 52.51 g; Błonnik pok.: 30.46 g; Sól: 8.56 g; WW: 28.18 Por; : 21.24 %; : 974.93 %; Ener. z T: 24.97 %; Ener. z Bł.: 2.73 %; K: 4125.28 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY | | |
|---|--|---|
| Śniadanie - II Śniadanie | Obiad - Podwieczorek | Kolacja - Posiłek nocny |
| środa 2024-06-12 | | |
| 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 gotowane () 200 g, Pulpet drobiowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Surówka wykwinna z olejem b/c 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 świeży 40 g, Sałata 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: Banan 1szt. 1 szt, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2351.71 kcal; Białko ogółem: 86.49 g; Tłuszcz: 70.07 g; Kw. tł. nasy.: 19.51 g; Węglowodany ogółem: 354.85 g; W tym cukry: 106.44 g; Błonnik pok.: 22.27 g; Sól: 7.56 g; WW: 33.42 Por; : 14.71 %; : 1080.4 %; Ener. z T: 26.82 %; Ener. z Bt.: 1.89 %; K: 4552.35 mg;

| | | |
|---|---|---|
| środa 2024-06-12 | | |
| 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 gotowane () 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>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Sałata 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: Wartość energetyczna: 2281.51 kcal; Białko ogółem: 88.23 g; Tłuszcz: 59.93 g; Kw. tł. nasy.: 19.89 g; Węglowodany ogółem: 358.46 g; W tym cukry: 108.62 g; Błonnik pok.: 22.38 g; Sól: 6.24 g; WW: 33.82 Por; : 15.47 %; : 1152 %; Ener. z T: 23.64 %; Ener. z Bt.: 1.96 %; K: 4590.25 mg;

| | | |
|---|--|--|
| środa 2024-06-12 | | |
| 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, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, | Selerowa z makaronem *() 300 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki gotowane () 200 g, Pulpet drobiowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Surówka wykwinna 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>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Ogórek świeży 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 (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Sałata zielona 5 g, Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>), | Podwieczorek: Gruszka 1szt. 150 g, Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Szynkowa dębowa kieł.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>), Sałata zielona 5 g, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2808.25 kcal; Białko ogółem: 120.13 g; Tłuszcz: 93.46 g; Kw. tł. nasy.: 36.21 g; Węglowodany ogółem: 390.34 g; W tym cukry: 63.34 g; Błonnik pok.: 37.02 g; Sól: 12.45 g; WW: 35.46 Por; : 17.11 %; : 1271.72 %; Ener. z T: 29.95 %; Ener. z Bt.: 2.64 %; K: 5163.58 mg;

| | | |
|--|--|---|
| środa 2024-06-12 | | |
| 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, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, | Selerowa z makaronem *() 300 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki gotowane () 200 g, Pulpet drobiowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Surówka wykwinna 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, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Ogórek świeży 90 g, Sałata 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: Jabłko 1 szt 1 szt, |

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2045.05 kcal; Białko ogółem: 88.28 g; Tłuszcz: 66.05 g; Kw. tł. nasy.: 20.4 g; Węglowodany ogółem: 289.22 g; W tym cukry: 53.45 g; Błonnik pok.: 29.94 g; Sól: 8.55 g; WW: 26.07 Por; : 17.27 %; : 1154.53 %; Ener. z T: 29.07 %; Ener. z Bł.: 2.93 %; K: 4673.52 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY | | |
|--|---|--|
| Śniadanie - II Śniadanie | Obiad - Podwieczorek | Kolacja - Posiłek nocny |
| czwartek 2024-06-13 Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa | | |
| Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW,), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Ser topiony 70 g (MLE,), Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, | Barszcz biały z ziemniakami (*) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,), Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 250 g (SEL, GLU JĘCZ,), Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ,), Sałatka szwedzka () 100 g (GOR,), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml, | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Szyunka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 80 g, Sałatka jarzynowa z olejem* 50 g (SEL,), Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,), |
| II Śniadanie: Koktajl wieloowocowy* 200 ml (MLE,), | | Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2201.66 kcal; Białko ogółem: 86.53 g; Tłuszcz: 71.4 g; Kw. tł. nasy.: 33.07 g; Węglowodany ogółem: 315.45 g; W tym cukry: 90.64 g; Błonnik pok.: 27.28 g; Sól: 9.18 g; WW: 28.77 Por; : 15.72 %; : 865.74 %; Ener. z T: 29.19 %; Ener. z Bt.: 2.48 %; K: 3357.6 mg;

| czwartek 2024-06-13 Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna | | |
|--|--|--|
| Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW,), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (MLE,), Sałata zielona 10 g, Pomidor 40 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, | Ziemniaczana * () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 250 g (SEL, GLU JĘCZ,), Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ,), Cukinia pieczona z olejem * 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml, | Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Szyunka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 80 g, Sałatka jarzynowa z olejem* 50 g (SEL,), Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,), |
| II Śniadanie: Koktajl wieloowocowy* 200 ml (MLE,), | | Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2139.47 kcal; Białko ogółem: 92.22 g; Tłuszcz: 59.58 g; Kw. tł. nasy.: 21.45 g; Węglowodany ogółem: 320.16 g; W tym cukry: 90.48 g; Błonnik pok.: 24.3 g; Sól: 5.58 g; WW: 29.56 Por; : 17.24 %; : 949.19 %; Ener. z T: 25.06 %; Ener. z Bt.: 2.27 %; K: 3579.76 mg;

| czwartek 2024-06-13 Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa | | |
|--|---|---|
| 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,), Szyunkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g, Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 40 g (MLE,), Pomidor 50 g, Pomidor 50 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW,), | Barszcz biały z ziemniakami (*) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,), Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 250 g (SEL, GLU JĘCZ,), Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ,), Sałatka szwedzka b/c () 100 g (GOR,), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml, | Ryż na mleku 250 ml (MLE,), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Szyunka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 40 g, Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,), Sałatka jarzynowa z olejem* 100 g (SEL,), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, |
| II Śniadanie: Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (MLE,), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 5 g (MLE,), Pomidor 15 g, Szyunkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g, | Podwieczorek: Andruty 1 szt (GLU PSZ,), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Sałata zielona 5 g, Szyunka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 25 g, Masło extra 82% 5 g (MLE,), | Posiłek nocny: Masło extra 82% 5 g (MLE,), Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Sałata zielona 5 g, Szyunkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2656.25 kcal; Białko ogółem: 117.35 g; Tłuszcz: 83.76 g; Kw. tł. nasy.: 35.02 g; Węglowodany ogółem: 371.27 g; W tym cukry: 40.56 g; Błonnik pok.: 29.71 g; Sól: 13.05 g; WW: 34.16 Por; : 17.67 %; : 854.54 %; Ener. z T: 28.38 %; Ener. z Bt.: 2.24 %; K: 3586.27 mg;

| czwartek 2024-06-13 Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa | | |
|--|--|--|
| Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW,), Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (MLE,), Pomidor 50 g, Pomidor 50 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, | Ziemniaczana * () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 250 g (SEL, GLU JĘCZ,), Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ,), Sałatka szwedzka b/c () 100 g (GOR,), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml, | Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Szyunka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 80 g, Sałatka jarzynowa z olejem* 100 g (SEL,), Herbata czarna granulowana b/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant b/c 150 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,), |

Jadłospisy dla oddziałów

| | | |
|--|--|--|
| II Śniadanie: Koktajl wieloowocowy* b/c 200 ml (<i>MLE</i>), | | Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt , |
|--|--|--|

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2003.31 kcal; Białko ogółem: 90.91 g; Tłuszcz: 59.62 g; Kw. tł. nasy.: 21.64 g; Węglowodany ogółem: 289.97 g; W tym cukry: 57.05 g; Błonnik pok.: 29.6 g; Sól: 8.2 g; WW: 25.99 Por; : 18.15 %; : 968.51 %; Ener. z T: 26.78 %; Ener. z Bł.: 2.95 %; K: 3803.81 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY | | |
|--|---|---|
| Śniadanie - II Śniadanie | Obiad - Podwieczorek | Kolacja - Posiłek nocny |
| piątek 2024-06-14 | | |
| 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% 10 g (<u>MLE,</u>), Twaróg półtłusty 40 g (<u>MLE,</u>), Dżem 25 g , Arbuz 100 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , | Szpinakowa z zacierką* 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki gotowane () 200 g , Kotlet z ryby (Morszczuk) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>), Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/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>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>), Pomidor 40 g , Sałata zielona 10 g , 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: Wartość energetyczna: 2145.23 kcal; Białko ogółem: 66.38 g; Tłuszcz: 62.68 g; Kw. tł. nasy.: 20.12 g; Węglowodany ogółem: 335.92 g; W tym cukry: 107.67 g; Błonnik pok.: 18.06 g; Sól: 3.93 g; WW: 31.82 Por; : 12.38 %; : 860.24 %; Ener. z T: 26.3 %; Ener. z Bł.: 1.68 %; K: 3131.92 mg;

| piątek 2024-06-14 | | |
|--|--|---|
| 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% 10 g (<u>MLE,</u>), Twaróg półtłusty 40 g (<u>MLE,</u>), Dżem 25 g , Arbuz 100 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , | Szpinakowa z zacierką* 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki gotowane () 200 g , Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (<u>RYB,</u>), Bukiet jarzyn oprószany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ, 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>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>), Pomidor 40 g , Sałata zielona 10 g , 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: Wartość energetyczna: 2022.23 kcal; Białko ogółem: 88.09 g; Tłuszcz: 52.91 g; Kw. tł. nasy.: 19.73 g; Węglowodany ogółem: 305.25 g; W tym cukry: 103.65 g; Błonnik pok.: 14.98 g; Sól: 3.72 g; WW: 29.04 Por; : 17.42 %; : 798.53 %; Ener. z T: 23.55 %; Ener. z Bł.: 1.48 %; K: 3370.91 mg;

| piątek 2024-06-14 | | |
|---|---|--|
| 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>), Szynteł tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>), Ser żółty 30 g (<u>MLE,</u>), Ogórek świeży 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>), | Szpinakowa z zacierką* 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki gotowane () 200 g , Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (<u>RYB,</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL,</u>), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml , | Kasza jaglana na mleku 200 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>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>), Baton szynkowy z kurcząt 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u>), Pomidor 90 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , |
| II Śniadanie: Arbuz 100 g , Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Pomidor 15 g , Szynteł tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>), | Podwieczorek: Kefir 2% tł 200 ml (<u>MLE,</u>), 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>), 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>), Szynteł tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 20 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>), Pomidor 15 g , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2691.97 kcal; Białko ogółem: 136.77 g; Tłuszcz: 90.59 g; Kw. tł. nasy.: 35.8 g; Węglowodany ogółem: 345.69 g; W tym cukry: 57.27 g; Błonnik pok.: 28.99 g; Sól: 11.86 g; WW: 31.66 Por; : 20.32 %; : 1155.97 %; Ener. z T: 30.28 %; Ener. z Bł.: 2.15 %; K: 4695.28 mg;

| piątek 2024-06-14 | | |
|--|---|--|
| Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa | | |
| Kasza manna na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE,</u>), Pomidor 90 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , | Szpinakowa z zacierką* 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki gotowane () 200 g , Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (<u>RYB,</u>), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g , Bukiet jarzyn oprószany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ, 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>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>), Pomidor 40 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , |
| II Śniadanie: Arbuz 100 g , | | Posiłek nocny: Wafle ryżowe 30 g , |

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1998.97 kcal; Białko ogółem: 103.96 g; Tłuszcz: 53.8 g; Kw. tł. nasy.: 20.57 g; Węglowodany ogółem: 285.69 g; W tym cukry: 46.37 g; Błonnik pok.: 24.1 g; Sól: 5.69 g; WW: 26.16 Por; : 20.8 %; : 956.34 %; Ener. z T: 24.22 %; Ener. z Bł.: 2.41 %; K: 4209.45 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY | | |
|--|---|---|
| Śniadanie - II Śniadanie | Obiad - Podwieczorek | Kolacja - Posiłek nocny |
| sobota 2024-06-15 Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa | | |
| Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (<u>MLE</u> , <u>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>), Parówki drobiowe z cielęciną homogenizowane, wędzone, parzone 70 g, Ketchup 20 g (<u>SEL.</u>), Sałata zielona 10 g, Pomidor 40 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, | Koperkowa z ryżem * 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>), Ziemniaki gotowane () 200 g, Gulasz wieprzowy- dieta 200 g (<u>GLU PSZ.</u>), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml, | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Paszтет z soczewicy () 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Ogórek świeży 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>), |
| II Śniadanie: Sok pomarańczowy 200 ml, | | Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2491.01 kcal; Białko ogółem: 96.62 g; Tłuszcz: 75.89 g; Kw. tł. nasy.: 23.25 g; Węglowodany ogółem: 349.83 g; W tym cukry: 88.9 g; Błonnik pok.: 27.39 g; Sól: 7.11 g; WW: 32.35 Por; : 15.52 %; : 1067.22 %; Ener. z T: 27.42 %; Ener. z Bł.: 2.2 %; K: 4397.36 mg;

| sobota 2024-06-15 Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna | | |
|--|---|--|
| Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Szyńska wędzona-pr.dr.wędzony, parzony 80 g, Sałata zielona 10 g, Pomidor 40 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, | Koperkowa z ryżem * 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>), Ziemniaki gotowane () 200 g, Gulasz wieprzowy- dieta 200 g (<u>GLU PSZ.</u>), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml, | Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Szyńska Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80 g (<u>SOJ.</u>), Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>), |
| II Śniadanie: Sok pomarańczowy 200 ml, | | Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2212.7 kcal; Białko ogółem: 109.67 g; Tłuszcz: 58.79 g; Kw. tł. nasy.: 22.55 g; Węglowodany ogółem: 322 g; W tym cukry: 86.5 g; Błonnik pok.: 20.35 g; Sól: 8.01 g; WW: 30.32 Por; : 19.83 %; : 1073.75 %; Ener. z T: 23.91 %; Ener. z Bł.: 1.84 %; K: 4090.55 mg;

| sobota 2024-06-15 Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa | | |
|--|---|---|
| Płatki jęczmienne 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>), Twarożek 40 g (<u>MLE.</u>), Szyńska wędzona-pr.dr.wędzony, parzony 40 g, Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, | Koperkowa z ryżem * 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>), Ziemniaki gotowane () 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, 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>), Paszтет z soczewicy () 40 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ.</u>), Ogórek świeży 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>), Sok pomidorowy 200 ml, Jajko gotowane kl M 0.50 szt (<u>JAJ.</u>), Sałata 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, GLU ŻYT.</u>), Szyńska wędzona-pr.dr.wędzony, parzony 25 g, Pomidor 15 g, Masło extra 82% 5 g | 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: 2835.07 kcal; Białko ogółem: 139.18 g; Tłuszcz: 90.08 g; Kw. tł. nasy.: 40.5 g; Węglowodany ogółem: 384.01 g; W tym cukry: 46.44 g; Błonnik pok.: 34.75 g; Sól: 12.26 g; WW: 35.18 Por; : 19.64 %; : 1135.5 %; Ener. z T: 28.6 %; Ener. z Bł.: 2.45 %; K: 5096.73 mg;

| sobota 2024-06-15 Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa | | |
|--|---|---|
| Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Szyńska wędzona-pr.dr.wędzony, parzony 80 g, Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, | Koperkowa z ryżem * 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>), Ziemniaki gotowane () 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, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80 g (<u>SOJ.</u>), Ogórek świeży 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>), |

Jadłospisy dla oddziałów

| | | |
|--|--|--|
| II Śniadanie: Sok pomidorowy 200 ml , | | Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt , |
|--|--|--|

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2037.32 kcal; Białko ogółem: 110.57 g; Tłuszcz: 56.06 g; Kw. tł. nasy.: 22.57 g; Węglowodany ogółem: 288.79 g; W tym cukry: 53.6 g; Błonnik pok.: 30.33 g; Sól: 10.61 g; WW: 26.05 Por; : 21.71 %; : 1133.7 %; Ener. z T: 24.77 %; Ener. z Bt.: 2.98 %; K: 4696.94 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY | | |
|---|---|--|
| Śniadanie - II Śniadanie | Obiad - Podwieczorek | Kolacja - Posiłek nocny |
| niedziela 2024-06-16 | | |
| Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa | | |
| Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (<u>MLE₁</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₁</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₁</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE₁</u>), Ser żółty 60 g (<u>MLE₁</u>), Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, | Rosół z makaronem * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Ziemniaki gotowane () 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 ŻYT₁</u>), Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE₁</u>), Szynekowa dębowa kieł.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 JĘCZ₁</u>), |
| II Śniadanie: Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02₁</u>), | | Posiłek nocny: Chrupki kukurydziane 20 g, |
| Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2641.06 kcal; Białko ogółem: 134.08 g; Tłuszcz: 97.38 g; Kw. tł. nasy.: 40.46 g; Węglowodany ogółem: 316.38 g; W tym cukry: 51.37 g; Błonnik pok.: 20.25 g; Sól: 9.49 g; WW: 29.67 Por; : 20.31 %; : 663.41 %; Ener. z T: 33.19 %; Ener. z Bł.: 1.53 %; K: 3713.75 mg; | | |
| niedziela 2024-06-16 | | |
| Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna | | |
| Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (<u>MLE₁</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE₁</u>), Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiowym 80 g (<u>MLE₁</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Jabłko 1 szt 1 szt, | Rosół z makaronem * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Ziemniaki gotowane () 200 g, Ćwiartka z kurczaka gotowana 150 g, Brokuł gotowany* 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml, | Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE₁</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 150 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ₁</u>), |
| II Śniadanie: Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02₁</u>), | | Posiłek nocny: Chrupki kukurydziane 20 g, |
| Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2556.42 kcal; Białko ogółem: 131.04 g; Tłuszcz: 76.71 g; Kw. tł. nasy.: 29.42 g; Węglowodany ogółem: 343.31 g; W tym cukry: 67.66 g; Błonnik pok.: 20.07 g; Sól: 7.48 g; WW: 32.36 Por; : 20.5 %; : 837.24 %; Ener. z T: 27 %; Ener. z Bł.: 1.57 %; K: 4059.01 mg; | | |
| niedziela 2024-06-16 | | |
| Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa | | |
| Kasza jęczmienna na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ₁</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₁</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₁</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE₁</u>), Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g, Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ₁</u>), Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, | Rosół z makaronem * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Ziemniaki gotowane () 200 g, Ćwiartka z kurczaka pieczona 150 g, Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g, Brokuł gotowany* 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml, | Ryż na mleku 250 ml (<u>MLE₁</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₁</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₁</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE₁</u>), Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g, Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ₁</u>), Pomidor 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 ŻYT₁</u>), Maślanka 200 ml (<u>MLE₁</u>), Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g (<u>MLE₁</u>), Pomidor 15 g, Masło extra 82% 5 g (<u>MLE₁</u>), | Podwieczorek: Jabłko 1 szt 1 szt, Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₁</u>), Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g, Sałata zielona 5 g, Masło extra 82% 5 g (<u>MLE₁</u>), | Posiłek nocny: Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₁</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE₁</u>), Twaróg półtłusty 20 g (<u>MLE₁</u>), Sałata zielona 5 g, |
| Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 3002.81 kcal; Białko ogółem: 162.9 g; Tłuszcz: 102.19 g; Kw. tł. nasy.: 41.14 g; Węglowodany ogółem: 370.72 g; W tym cukry: 63.52 g; Błonnik pok.: 30.88 g; Sól: 12.05 g; WW: 34.08 Por; : 21.7 %; : 1142.64 %; Ener. z T: 30.63 %; Ener. z Bł.: 2.06 %; K: 5422.9 mg; | | |
| niedziela 2024-06-16 | | |
| Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa | | |
| Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (<u>MLE₁</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₁</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE₁</u>), Twarożek 80 g (<u>MLE₁</u>), Sałata zielona 10 g, Pomidor 90 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, | Rosół z makaronem * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Ziemniaki gotowane () 200 g, Ćwiartka z kurczaka pieczona 150 g, Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g, Brokuł gotowany* 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml, | Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₁</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE₁</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 150 ml, Kawa z mlekiem instant b/c 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ₁</u>), |

Jadłospisy dla oddziałów

| | | |
|---|--|---|
| II Śniadanie: Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Szyńka 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: Wartość energetyczna: 2429.44 kcal; Białko ogółem: 139.48 g; Tłuszcz: 82.83 g; Kw. tł. nasy.: 32.31 g; Węglowodany ogółem: 292.73 g; W tym cukry: 33.97 g; Błonnik pok.: 25.52 g; Sól: 9.81 g; WW: 26.76 Por; : 22.97 %; : 879.86 %; Ener. z T: 30.68 %; Ener. z Bł.: 2.1 %; K: 4697.07 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY | | |
|---|---|--|
| Śniadanie - II Śniadanie | Obiad - Podwieczorek | Kolacja - Posiłek nocny |
| poniedziałek 2024-06-17 Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa | | |
| Płatki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), 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 rzodkiewki 80 g (<u>MLE.</u>), Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, |
| II Śniadanie: Arbuzy 100 g, | | Posiłek nocny: Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.</u>), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2317.84 kcal; Białko ogółem: 98.32 g; Tłuszcz: 55.06 g; Kw. tł. nasy.: 20.93 g; Węglowodany ogółem: 371.99 g; W tym cukry: 98.22 g; Błonnik pok.: 23.95 g; Sól: 6.91 g; WW: 34.7 Por; : 16.97 %; : 801.61 %; Ener. z T: 21.38 %; Ener. z Bt.: 2.07 %; K: 2292.36 mg;

| poniedziałek 2024-06-17 Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna | | |
|---|--|--|
| Płatki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), 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: Arbuzy 100 g, | | Posiłek nocny: Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.</u>), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2279.98 kcal; Białko ogółem: 98.48 g; Tłuszcz: 52.97 g; Kw. tł. nasy.: 21.08 g; Węglowodany ogółem: 364.46 g; W tym cukry: 103.33 g; Błonnik pok.: 17.75 g; Sól: 5.08 g; WW: 34.61 Por; : 17.28 %; : 892.47 %; Ener. z T: 20.91 %; Ener. z Bt.: 1.56 %; K: 2471.44 mg;

| poniedziałek 2024-06-17 Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa | | |
|--|---|--|
| Płatki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), 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>), Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), 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: Arbuzy 100 g, 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: 2810.53 kcal; Białko ogółem: 128.82 g; Tłuszcz: 91.34 g; Kw. tł. nasy.: 38.48 g; Węglowodany ogółem: 381.3 g; W tym cukry: 54.38 g; Błonnik pok.: 33.66 g; Sól: 13.42 g; WW: 34.84 Por; : 18.33 %; : 952.8 %; Ener. z T: 29.25 %; Ener. z Bt.: 2.4 %; K: 3913.52 mg;

| poniedziałek 2024-06-17 Jadłospis dla diety: L- USD Bogatobiałkowa | | |
|---|--|--|
| 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>), 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, |

Jadłospisy dla oddziałów

| | | |
|-----------------------------|--|------------------------------------|
| II Śniadanie: Arbuz 100 g , | | Posiłek nocny: Wafle ryżowe 30 g , |
|-----------------------------|--|------------------------------------|

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1968.36 kcal; Białko ogółem: 74.26 g; Tłuszcz: 49.6 g; Kw. tł. nasy.: 18.86 g; Węglowodany ogółem: 318.58 g; W tym cukry: 75.93 g; Błonnik pok.: 28.51 g; Sól: 8.16 g; WW: 28.98 Por; : 15.09 %; : 934.37 %; Ener. z T: 22.68 %; Ener. z Bi.: 2.9 %; K: 3223.32 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY | | |
|--|---|--|
| Śniadanie - II Śniadanie | Obiad - Podwieczorek | Kolacja - Posiłek nocny |
| wtorek 2024-06-18 | | |
| Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa | | |
| 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% 10 g (<u>MLE,</u>), Szyunka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 80 g, Papryka świeża 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, | Kapuśniak z kapusty białej () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR,</u>), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ,</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>), Szprot w sosie pomidorowym 40 g (<u>RYB, SEL,</u>), Twaróg półtłusty 40 g (<u>MLE,</u>), Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>), |
| II Śniadanie: Bułka maślana 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>), | | Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2306.99 kcal; Białko ogółem: 101.94 g; Tłuszcz: 58.87 g; Kw. tł. nasy.: 25.2 g; Węglowodany ogółem: 353.92 g; W tym cukry: 73.73 g; Błonnik pok.: 26.21 g; Sól: 6.94 g; WW: 32.87 Por; : 17.67 %; : 743.74 %; Ener. z T: 22.97 %; Ener. z Bł.: 2.27 %; K: 2864.43 mg;

| | | |
|--|---|--|
| wtorek 2024-06-18 | | |
| Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna | | |
| 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>), Szyunka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 80 g, Pomidor 40 g, Sałata 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 JĘCZ,</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>), Szyunka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80 g (<u>SOJ,</u>), Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>), |
| II Śniadanie: Bułka maślana 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>), | | Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2235 kcal; Białko ogółem: 105.72 g; Tłuszcz: 51.53 g; Kw. tł. nasy.: 20.53 g; Węglowodany ogółem: 347.68 g; W tym cukry: 70.02 g; Błonnik pok.: 21 g; Sól: 7.91 g; WW: 32.82 Por; : 18.92 %; : 799.06 %; Ener. z T: 20.75 %; Ener. z Bł.: 1.88 %; K: 2740.19 mg;

| | | |
|--|--|--|
| wtorek 2024-06-18 | | |
| Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa | | |
| 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>), Szyunka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 40 g, Ser żółty 30 g (<u>MLE,</u>), Papryka świeża 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 JĘCZ,</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>), Twaróg półtłusty 40 g (<u>MLE,</u>), Szyunka 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: 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>), Szyunkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g, Sałata 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: 2825.27 kcal; Białko ogółem: 131.05 g; Tłuszcz: 86.69 g; Kw. tł. nasy.: 43.41 g; Węglowodany ogółem: 397.7 g; W tym cukry: 52.49 g; Błonnik pok.: 33.06 g; Sól: 11.75 g; WW: 36.62 Por; : 18.55 %; : 932.8 %; Ener. z T: 27.62 %; Ener. z Bł.: 2.34 %; K: 3886.35 mg;

| | | |
|--|--|--|
| wtorek 2024-06-18 | | |
| Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa | | |

Jadłospisy dla oddziałów

| | | |
|--|---|--|
| <p>Makaron na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE,), Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Szyńka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 80 g , Pomidor 90 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,</p> | <p>Wielowarzywna z ziemniakami * () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JEĆZ,), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ,), Cukinia pieczona z olejem * 100 g , Surówka z pora, jabłka i marchewki () 100 g (MLE,), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml ,</p> | <p>Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Szyńka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80 g (SOJ,), Pomidor 90 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana b/c 150 ml , Kawa z mlekiem instant b/c 150 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ,),</p> |
| <p>II Śniadanie: Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Twaróg półtłusty 25 g (MLE,), Pomidor 15 g , Masło extra 82% 5 g (MLE,),</p> | | <p>Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt ,</p> |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2180.74 kcal; Białko ogółem: 110.32 g; Tłuszcz: 57.07 g; Kw. tł. nasy.: 25.04 g; Węglowodany ogółem: 321.24 g; W tym cukry: 50.24 g; Błonnik pok.: 29.2 g; Sól: 10.11 g; WW: 29.31 Por; : 20.24 %; : 946.46 %; Ener. z T: 23.55 %; Ener. z Bt.: 2.68 %; K: 3608.4 mg;