

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2024-07-29</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> ), Salata zielona 10 g, Pomidor 40 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Kluski leniwe z serem* 200 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ), Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <u>MLE</u> ), Surówka z marchwi 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> ), Ser żółty 60 g ( <u>MLE</u> ), Ogórek świeży 40 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 200 ml,		Posiłek nocny: Biszkopty 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2249.12 kcal; Białko ogółem: 80.29 g; Tłuszcz: 69.05 g; Kw. tł. nasy.: 32.92 g; Węglowodany ogółem: 341.9 g; W tym cukry: 93.7 g; Błonnik pok.: 18.58 g; Sól: 7.56 g; WW: 32.36 Por; : 14.28 %; : 60.81 %; Ener. z T: 27.63 %; Ener. z Bł.: 1.65 %; K: 2100.09 mg;

<b>poniedziałek 2024-07-29</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> ), Salata zielona 10 g, Pomidor 40 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Kluski leniwe z serem* 200 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ), Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <u>MLE</u> ), Surówka z marchwi 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> ), Serek homo z natką pietruszki 80 g ( <u>MLE</u> ), Pomidor 40 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 200 ml,		Posiłek nocny: Biszkopty 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2123.27 kcal; Białko ogółem: 75.39 g; Tłuszcz: 53.27 g; Kw. tł. nasy.: 21.02 g; Węglowodany ogółem: 348.73 g; W tym cukry: 93.39 g; Błonnik pok.: 17.38 g; Sól: 6.01 g; WW: 33.19 Por; : 14.2 %; : 65.7 %; Ener. z T: 22.58 %; Ener. z Bł.: 1.64 %; K: 2284.52 mg;

<b>poniedziałek 2024-07-29</b>		
<b>Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa</b>		
Kasza jaglana na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 10g ( <u>MLE</u> ), Baton szynkowy z kurcząt 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u> ), Twaróg półtłusty 40 g ( <u>MLE</u> ), Pomidor 90 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Ryż na sypko (brązowy) 180 g, Pulpet wieprzowy 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</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 na mleku 200 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Ser żółty 40 g ( <u>MLE</u> ), Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g ( <u>SOJ</u> ), Ogórek świeży 40 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> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ), Twarożek 25 g ( <u>MLE</u> ), Pomidor 15 g, Andruty 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> ),	Podwieczorek: Maślanka 200 ml ( <u>MLE</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ), Salata zielona 5 g,	Posiłek nocny: Chleb razowy pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ), Twaróg półtłusty 20 g ( <u>MLE</u> ), Pomidor 15 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2903.65 kcal; Białko ogółem: 139.69 g; Tłuszcz: 93.12 g; Kw. tł. nasy.: 42.09 g; Węglowodany ogółem: 390.29 g; W tym cukry: 56.23 g; Błonnik pok.: 33.69 g; Sól: 11.24 g; WW: 35.84 Por; : 19.24 %; : 53.76 %; Ener. z T: 28.86 %; Ener. z Bł.: 2.32 %; K: 3940.14 mg;

<b>poniedziałek 2024-07-29</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> ), Pomidor 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> ), Ryż na sypko 180 g, Mus z jablek prażonych 100 g, Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <u>MLE</u> ), Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Serek homo z natką pietruszki 80 g ( <u>MLE</u> ), Ogórek świeży 40 g, Pomidor 40 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> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ), Twarożek 25 g ( <u>MLE</u> ), Pomidor 15 g,		Posiłek nocny: Chrupki kukurydziane 20 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2045.07 kcal; Białko ogółem: 77.2 g; Tłuszcz: 50.32 g; Kw. tł. nasy.: 19.73 g; Węglowodany ogółem: 336.14 g; W tym cukry: 62.16 g; Błonnik pok.: 24.98 g; Sól: 7.41 g; WW: 31.17 Por; : 15.1 %; : 65.75 %; Ener. z T: 22.15 %; Ener. z Bł.: 2.44 %; K: 3016.44 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>wtorek 2024-07-30</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa</b>		
Plátky jęczmieńne na mleku 250 ml ( <u>MLE, GLU JEĆZ.</u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ), Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 80 g, Nektarynka 1 szt 1 szt, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Jarzynowa z zacierką*-dieta 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ), Ziemniaki gotowane () 200 g, Kotlek pożarski-drobiowy pieczony 150 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</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> ), Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ), Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.</u> ),
<b>II Śniadanie:</b> Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Wafle ryżowe 30 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2592.61 kcal; Białko ogółem: 100.07 g; Tłuszcz: 86.71 g; Kw. tł. nasy.: 23.49 g; Węglowodany ogółem: 361 g; W tym cukry: 65.59 g; Błonnik pok.: 24.12 g; Sól: 8.58 g; WW: 33.74 Por; : 15.44 %; : 55.7 %; Ener. z T: 30.1 %; Ener. z Bł.: 1.86 %; K: 3617.91 mg;

<b>wtorek 2024-07-30</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna</b>		
Plátky jęczmieńne na mleku 250 ml ( <u>MLE, GLU JEĆZ.</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> ), Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 80 g, Nektarynka 1 szt 1 szt, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Jarzynowa z zacierką*-dieta 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ), Ziemniaki gotowane () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 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,	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 150 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.</u> ),
<b>II Śniadanie:</b> Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Wafle ryżowe 30 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2118.56 kcal; Białko ogółem: 88.76 g; Tłuszcz: 49.99 g; Kw. tł. nasy.: 20.47 g; Węglowodany ogółem: 337.06 g; W tym cukry: 64.16 g; Błonnik pok.: 21.02 g; Sól: 7.94 g; WW: 31.7 Por; : 16.76 %; : 63.64 %; Ener. z T: 21.24 %; Ener. z Bł.: 1.98 %; K: 3351.45 mg;

<b>wtorek 2024-07-30</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa</b>		
Plátky jęczmieńne na mleku 250 ml ( <u>MLE, GLU JEĆZ.</u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ), Twarożek 40 g ( <u>MLE.</u> ), Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g, Nektarynka 1 szt 1 szt, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Jarzynowa z zacierką*-dieta 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ), Ziemniaki gotowane () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 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> ), Szynekowa wędzona-pr.dr.wędzony.parzony 40 g, Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ), Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant b/c 150 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.</u> ),
<b>II Śniadanie:</b> Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ), Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g, Pomidor 15 g, Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ),	<b>Podwieczorek:</b> Nektarynka 1 szt 1 szt, Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Szynekowa wędzona-pr.dr.wędzony.parzony 25 g, Pomidor 15 g, Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ),	<b>Posiłek nocny:</b> 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> ), Sałata zielona 5 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2613.19 kcal; Białko ogółem: 126.51 g; Tłuszcz: 75.08 g; Kw. tł. nasy.: 36.73 g; Węglowodany ogółem: 370.45 g; W tym cukry: 57.56 g; Błonnik pok.: 31.02 g; Sól: 12.07 g; WW: 34.06 Por; : 19.36 %; : 56.7 %; Ener. z T: 25.86 %; Ener. z Bł.: 2.37 %; K: 4520.2 mg;

<b>wtorek 2024-07-30</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa</b>		
Plátky jęczmieńne na mleku 250 ml ( <u>MLE, GLU JEĆZ.</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ), Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 80 g, Nektarynka 1 szt 1 szt, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Jarzynowa z zacierką*-dieta 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ), Ziemniaki gotowane () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ), Sos pietruszkowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ), Surówka wykwinna z olejem b/c 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> ), Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ), Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant b/c 150 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.</u> ),
<b>II Śniadanie:</b> Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ), Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g, Pomidor 15 g,		<b>Posiłek nocny:</b> Wafle ryżowe 30 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2254.29 kcal; Białko ogółem: 98.34 g; Tłuszcz: 64.02 g; Kw. tł. nasy.: 24.44 g; Węglowodany ogółem: 331.43 g; W tym cukry: 45.56 g; Błonnik pok.: 27.39 g; Sól: 10.21 g; WW: 30.43 Por; : 17.45 %; : 58.81 %; Ener. z T: 25.56 %; Ener. z Bł.: 2.43 %; K: 4144.22 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>środa 2024-07-31</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> ), Ser żółty 60 g ( <u>MLE,</u> ), Pomidor 40 g, Salata 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 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ), Sos jarzynowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ), Surówka z marchwi i chrzanu () 100 g ( <u>MLE, SO2,</u> ), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Paprykarz szczeciński 70 g ( <u>RYB, SOJ,</u> ), Jablko 1 szt 1 szt, Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u> ),
<b>II Śniadanie:</b> Sok pomarańczowy 200 ml,		<b>Posiłek nocny:</b> Chrupki kukurydziane 20 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2452.38 kcal; Białko ogółem: 96.55 g; Tłuszcz: 77.79 g; Kw. tł. nasy.: 35.12 g; Węglowodany ogółem: 355.41 g; W tym cukry: 87.58 g; Błonnik pok.: 27.64 g; Sól: 7.75 g; WW: 32.86 Por; : 15.75 %; : 57.97 %; Ener. z T: 28.55 %; Ener. z Bł.: 2.25 %; K: 3272.43 mg;

<b>środa 2024-07-31</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna</b>		
Plátky owsiane na mleku 250 ml ( <u>MLE, GLU OW,</u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Serek homo. naturalny 80 g ( <u>MLE,</u> ), Jablko 1 szt 1 szt, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Wielowarzynna z ziemniakami * () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JĘCZ,</u> ), Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ), Sos jarzynowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ), Cukinia pieczona z olejem * 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Szyunka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80 g ( <u>SOJ,</u> ), Pomidor 40 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u> ),
<b>II Śniadanie:</b> Sok pomarańczowy 200 ml,		<b>Posiłek nocny:</b> Chrupki kukurydziane 20 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2227.4 kcal; Białko ogółem: 100.03 g; Tłuszcz: 53.43 g; Kw. tł. nasy.: 20.92 g; Węglowodany ogółem: 347.83 g; W tym cukry: 80.64 g; Błonnik pok.: 23.34 g; Sól: 6.99 g; WW: 32.52 Por; : 17.96 %; : 62.46 %; Ener. z T: 21.59 %; Ener. z Bł.: 2.1 %; K: 3141.43 mg;

<b>środa 2024-07-31</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> ), Serek homo. naturalny 40 g ( <u>MLE,</u> ), Szyunka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g ( <u>SOJ,</u> ), Jablko 1 szt 1 szt, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Wielowarzynna z ziemniakami * () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JĘCZ,</u> ), Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ), Surówka z marchwi i chrzanu b/c () 100 g ( <u>MLE, SO2,</u> ), Cukinia pieczona z olejem * 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Paprykarz szczeciński 30 g ( <u>RYB, SOJ,</u> ), Szyunka wędzona-pr.dr.wędzony, parzony 40 g, Pomidor 90 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant b/c 150 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u> ),
<b>II Śniadanie:</b> Sok pomidorowy 200 ml, Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Ogórek świeży 15 g, Ser żółty 25 g ( <u>MLE,</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ),	<b>Podwieczorek:</b> Maślanka 200 ml ( <u>MLE,</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Szyunka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g ( <u>SOJ,</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ), Pomidor 15 g,	<b>Posiłek nocny:</b> Chleb razowy pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ), Pomidor 15 g, Szyunka wędzona-pr.dr.wędzony, parzony 20 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2715.21 kcal; Białko ogółem: 130.21 g; Tłuszcz: 80.66 g; Kw. tł. nasy.: 36.6 g; Węglowodany ogółem: 384.08 g; W tym cukry: 63.8 g; Błonnik pok.: 34.3 g; Sól: 13.06 g; WW: 35.16 Por; : 19.18 %; : 56.58 %; Ener. z T: 26.74 %; Ener. z Bł.: 2.53 %; K: 4425.82 mg;

<b>środa 2024-07-31</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> ), Serek homo. naturalny 80 g ( <u>MLE,</u> ), Jablko 1 szt 1 szt, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Wielowarzynna z ziemniakami * () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JĘCZ,</u> ), Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ), Surówka z marchwi i chrzanu () 100 g ( <u>MLE, SO2,</u> ), Cukinia pieczona z olejem * 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Szyunka 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 150 ml, Kawa z mlekiem instant b/c 150 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u> ),
<b>II Śniadanie:</b> Sok pomidorowy 200 ml,		<b>Posiłek nocny:</b> Chrupki kukurydziane 20 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2101.11 kcal; Białko ogółem: 102.35 g; Tłuszcz: 54.89 g; Kw. tł. nasy.: 21.66 g; Węglowodany ogółem: 314.75 g; W tym cukry: 54.61 g; Błonnik pok.: 30.75 g; Sól: 8.83 g; WW: 28.51 Por; : 19.49 %; : 59.92 %; Ener. z T: 23.51 %; Ener. z Bł.: 2.93 %; K: 3900.13 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>czwartek 2024-08-01      Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa</b>		
Kasza manna na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Twarożek z natką pietruszki 80 g ( <u>MLE,</u> ), Arbuź 100 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Sałata zielona 10 g,	Szpinakowa z ziemniakami * () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Makaron 180 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Sos boloński z mięsa wieprz lop* 150 g ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g ( <u>SEL,</u> ), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Pasztet z fasoli () 70 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ), Ogórek świeży 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,
<b>II Śniadanie:</b> Koktajl wieloowocowy* 200 ml ( <u>MLE,</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Banan 1szt. 1 szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2442.24 kcal; Białko ogółem: 87.71 g; Tłuszcz: 64.03 g; Kw. tł. nasy.: 24.59 g; Węglowodany ogółem: 395.09 g; W tym cukry: 127.18 g; Błonnik pok.: 33.07 g; Sól: 4.93 g; WW: 36.26 Por; : 14.37 %; : 64.71 %; Ener. z T: 23.6 %; Ener. z Bł.: 2.71 %; K: 4290.69 mg;

<b>czwartek 2024-08-01      Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna</b>		
Kasza manna na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Twarożek z natką pietruszki 80 g ( <u>MLE,</u> ), Arbuź 100 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Sałata zielona 10 g,	Szpinakowa z ziemniakami * () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Makaron 180 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Sos boloński * -dieta 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Baton szynkowy z kurcząt 80 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u> ), Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,
<b>II Śniadanie:</b> Koktajl wieloowocowy* 200 ml ( <u>MLE,</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Banan 1szt. 1 szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2302.76 kcal; Białko ogółem: 92.05 g; Tłuszcz: 57.7 g; Kw. tł. nasy.: 21.64 g; Węglowodany ogółem: 361.83 g; W tym cukry: 120 g; Błonnik pok.: 19.44 g; Sól: 5.49 g; WW: 34.34 Por; : 15.99 %; : 62.85 %; Ener. z T: 22.55 %; Ener. z Bł.: 1.69 %; K: 3492.54 mg;

<b>czwartek 2024-08-01      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> ), Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g, Twarożek 40 g ( <u>MLE,</u> ), Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Szpinakowa z ziemniakami * () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Makaron pełnoziarnisty 180 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Sos boloński * -dieta 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g, Surówka z selera i jabłka z olejem () b/c 100 g ( <u>SEL,</u> ), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Kasza jęczmienna na mleku 250 ml ( <u>MLE, GLU 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> ), Pasztet z fasoli () 40 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ), Baton szynkowy z kurcząt 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u> ), Ogórek świeży 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,
<b>II Śniadanie:</b> Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Pomidor 15 g, Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ), Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g,	<b>Podwieczorek:</b> Jabłko 1 szt 1 szt, Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Sałata zielona 5 g, Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ), Jajko gotowane kl M 0.50 szt ( <u>JAJ,</u> ),	<b>Posiłek nocny:</b> Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Baton szynkowy z kurcząt 20 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u> ), Sałata zielona 5 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2788.74 kcal; Białko ogółem: 118.55 g; Tłuszcz: 87.22 g; Kw. tł. nasy.: 34.64 g; Węglowodany ogółem: 393.48 g; W tym cukry: 56.81 g; Błonnik pok.: 38.8 g; Sól: 11.09 g; WW: 35.61 Por; : 17 %; : 56.44 %; Ener. z T: 28.15 %; Ener. z Bł.: 2.78 %; K: 3865.95 mg;

<b>czwartek 2024-08-01      Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa</b>		
Kasza manna na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Twarożek z natką pietruszki 80 g ( <u>MLE,</u> ), Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Szpinakowa z ziemniakami * () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Makaron pełnoziarnisty 180 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Sos boloński * -dieta 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g, Surówka z selera i jabłka z olejem () b/c 100 g ( <u>SEL,</u> ), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Baton szynkowy z kurcząt 80 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u> ), Ogórek świeży 90 g, Sałata 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,</u> ), Pomidor 15 g, Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ), Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g,		<b>Posiłek nocny:</b> Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2132.17 kcal; Białko ogółem: 96.44 g; Tłuszcz: 64.06 g; Kw. tł. nasy.: 23.3 g; Węglowodany ogółem: 299.68 g; W tym cukry: 31.82 g; Błonnik pok.: 28.63 g; Sól: 8.38 g; WW: 27.22 Por; : 18.09 %; : 56.22 %; Ener. z T: 27.04 %; Ener. z Bł.: 2.69 %; K: 3088.84 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>piątek 2024-08-02</b>		
<b>Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa</b>		
Zacierka na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Bułka maślana 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ), Masło extra 82% 10g ( <u>MLE</u> ), Twaróg półtłusty 40 g ( <u>MLE</u> ), Dżem 25 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Jabłko 1 szt 1 szt,	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*() 300 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JECZ</u> ), Ziemniaki gotowane () 200 g, Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g ( <u>RYB</u> ), Surówka z kapusty młodej 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> ), Ogórek świeży 40 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,
II Śniadanie: Andruty 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> ),		Posiłek nocny: Herbatniki Be Be 14g 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2136.35 kcal; Białko ogółem: 93.5 g; Tłuszcz: 56.15 g; Kw. tł. nasy.: 20.21 g; Węglowodany ogółem: 324.12 g; W tym cukry: 75.4 g; Błonnik pok.: 20.97 g; Sól: 4.73 g; WW: 30.34 Por; : 17.51 %; : 60.69 %; Ener. z T: 23.65 %; Ener. z Bł.: 1.96 %; K: 3715.53 mg;

<b>piątek 2024-08-02</b>		
<b>Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna</b>		
Zacierka na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Bułka maślana 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ), Masło extra 82% 10g ( <u>MLE</u> ), Twaróg półtłusty 40 g ( <u>MLE</u> ), Dżem 25 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Jabłko 1 szt 1 szt,	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*() 300 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JECZ</u> ), Ziemniaki gotowane () 200 g, Pulpet rybny (Morszczuk) 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> ), Warzywa po grecku* 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, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,
II Śniadanie: Andruty 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> ),		Posiłek nocny: Herbatniki Be Be 14g 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2174.95 kcal; Białko ogółem: 89.34 g; Tłuszcz: 52.41 g; Kw. tł. nasy.: 20.1 g; Węglowodany ogółem: 346.4 g; W tym cukry: 76.97 g; Błonnik pok.: 21.1 g; Sól: 4.67 g; WW: 32.53 Por; : 16.43 %; : 63.71 %; Ener. z T: 21.69 %; Ener. z Bł.: 1.94 %; K: 3681.13 mg;

<b>piątek 2024-08-02</b>		
<b>Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa</b>		
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> ), Twaróg półtłusty 40 g ( <u>MLE</u> ), Szyunka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 40 g, Salata zielona 10 g, Pomidor 90 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*() 300 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JECZ</u> ), Ziemniaki gotowane () 200 g, Pulpet rybny (Morszczuk) 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> ), Warzywa po grecku* (bez cukru) 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Surówka z kapusty młodej z olejem () 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> ), Szyunkowa dębowa kiel.wp.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g, Ogórek świeży 90 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Pomidor 15 g, Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ), Szyunka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 25 g,	Podwieczorek: 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> ), Salata zielona 5 g, Twarożek 25 g ( <u>MLE</u> ),	Posiłek nocny: Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ), Ser żółty 20 g ( <u>MLE</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Salata zielona 5 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2833.01 kcal; Białko ogółem: 141.72 g; Tłuszcz: 81.81 g; Kw. tł. nasy.: 37.86 g; Węglowodany ogółem: 397.86 g; W tym cukry: 56.57 g; Błonnik pok.: 32.83 g; Sól: 11.58 g; WW: 36.54 Por; : 20.01 %; : 56.18 %; Ener. z T: 25.99 %; Ener. z Bł.: 2.32 %; K: 4887.76 mg;

<b>piątek 2024-08-02</b>		
<b>Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoreszkowa</b>		
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> ), Twarożek 80 g ( <u>MLE</u> ), Pomidor 90 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*() 300 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JECZ</u> ), Ziemniaki gotowane () 200 g, Pulpet rybny (Morszczuk) 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> ), Warzywa po grecku* 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Surówka z kapusty młodej z olejem () 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ), Pomidor 40 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,
II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 szt,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 30 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2102.44 kcal; Białko ogółem: 97.89 g; Tłuszcz: 53.13 g; Kw. tł. nasy.: 20.54 g; Węglowodany ogółem: 321.27 g; W tym cukry: 48.88 g; Błonnik pok.: 28.54 g; Sól: 5.96 g; WW: 29.32 Por; : 18.62 %; : 61.12 %; Ener. z T: 22.74 %; Ener. z Bł.: 2.72 %; K: 4487.15 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>sobota 2024-08-03</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa</b>		
Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> , <u>GLU OW.</u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80 g ( <u>SOJ.</u> ), Ogórek świeży 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Koperkowa z ziemniakami (*) 300 ml ( <u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL.</u> ), Ryż na sypko 180 g, Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 200 g ( <u>SEL.</u> ), Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u> ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Parówki drobiowe z cielęciną homogenizowane, wędzone, parzone 70 g, Ketchup 20 g ( <u>SEL.</u> ), Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml ( <u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JĘCZ.</u> ),
II Śniadanie: Koktajl truskawkowy* 200 ml ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: Chrupki kukurydziane 20 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2156.08 kcal; Białko ogółem: 83.13 g; Tłuszcz: 55.95 g; Kw. tł. nasy.: 18.85 g; Węglowodany ogółem: 323.26 g; W tym cukry: 77.26 g; Błonnik pok.: 22.87 g; Sól: 8.59 g; WW: 30.16 Por; : 15.42 %; : 59.97 %; Ener. z T: 23.35 %; Ener. z Bł.: 2.12 %; K: 2753.29 mg;

<b>sobota 2024-08-03</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna</b>		
Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> , <u>GLU OW.</u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u> ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80 g ( <u>SOJ.</u> ), Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Koperkowa z ziemniakami (*) 300 ml ( <u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL.</u> ), Ryż na sypko 180 g, Potrawka drobiowa z warzywami* 200 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>SEL.</u> ), Buraczki oprószane () 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u> ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 80 g ( <u>MLE</u> ), <b>może zawierać:</b> <u>MLE</u> , <u>GOR.</u> , Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml ( <u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JĘCZ.</u> ),
II Śniadanie: Koktajl truskawkowy* 200 ml ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: Chrupki kukurydziane 20 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2124.56 kcal; Białko ogółem: 97.5 g; Tłuszcz: 48.71 g; Kw. tł. nasy.: 19.16 g; Węglowodany ogółem: 333.77 g; W tym cukry: 80.4 g; Błonnik pok.: 21.61 g; Sól: 8.15 g; WW: 31.3 Por; : 18.36 %; : 62.84 %; Ener. z T: 20.63 %; Ener. z Bł.: 2.03 %; K: 3069.55 mg;

<b>sobota 2024-08-03</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa</b>		
Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> , <u>GLU OW.</u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), Szynka 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,	Koperkowa z ziemniakami (*) 300 ml ( <u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL.</u> ), Ryż na sypko (brązowy) 180 g, Potrawka drobiowa z warzywami* 200 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>SEL.</u> ), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <u>SEL.</u> ), Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Kasza jaglana na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( <u>może zawierać:</u> <u>MLE</u> , <u>GOR.</u> ), Twaróg półtłusty 40 g ( <u>MLE</u> ), Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,
II Śniadanie: Mus z truskawek b/c* 100 g, Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u> ), Sałata zielona 5 g, Jajko gotowane kl M 0.50 szt ( <u>JAJ.</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: Gruszka 1szt. 150 g, Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u> ), Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g ( <u>SOJ.</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ), Sałata zielona 5 g,	Posiłek nocny: Chleb razowy pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>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: 2757.29 kcal; Białko ogółem: 120.29 g; Tłuszcz: 85.1 g; Kw. tł. nasy.: 37.19 g; Węglowodany ogółem: 395.07 g; W tym cukry: 68.53 g; Błonnik pok.: 41.96 g; Sól: 10.83 g; WW: 35.24 Por; : 17.45 %; : 57.31 %; Ener. z T: 27.78 %; Ener. z Bł.: 3.04 %; K: 4181.86 mg;

<b>sobota 2024-08-03</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa</b>		
Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> , <u>GLU OW.</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>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> ), Ogórek świeży 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Koperkowa z ziemniakami (*) 300 ml ( <u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL.</u> ), Ryż na sypko (brązowy) 180 g, Potrawka drobiowa z warzywami* 200 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>SEL.</u> ), Buraczki oprószane () 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ), Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 80 g ( <u>może zawierać:</u> <u>MLE</u> , <u>GOR.</u> ), Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant b/c 150 ml ( <u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JĘCZ.</u> ),
II Śniadanie: Koktajl truskawkowy* b/c 200 ml ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: Chrupki kukurydziane 20 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2058.07 kcal; Białko ogółem: 100.95 g; Tłuszcz: 53.22 g; Kw. tł. nasy.: 19.86 g; Węglowodany ogółem: 305.98 g; W tym cukry: 54.01 g; Błonnik pok.: 33.28 g; Sól: 9.21 g; WW: 27.24 Por; : 19.62 %; : 59.47 %; Ener. z T: 23.27 %; Ener. z Bł.: 3.23 %; K: 3923.42 mg;