

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>wtorek 2024-09-10</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% 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 JEJCZ,</u> ), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ), Sos koperkowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ), Surówka z kalarepy, 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 JEJCZ,</u> ),
<b>II Śniadanie:</b> Bułka maślana 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Arbuz 100 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2306.39 kcal; Białko ogółem: 102.54 g; Tłuszcz: 58.47 g; Kw. tł. nasy.: 25.14 g; Węglowodany ogółem: 353.05 g; W tym cukry: 74.8 g; Błonnik pok.: 23.51 g; Sól: 6.94 g; WW: 33.03 Por; : 17.78 %; : 61.23 %; Ener. z T: 22.82 %; Ener. z Bł.: 2.04 %; K: 2957.03 mg;

wtorek 2024-09-10		
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 JEJCZ,</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 JEJCZ,</u> ),
<b>II Śniadanie:</b> Bułka maślana 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Arbuz 100 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2232 kcal; Białko ogółem: 106.32 g; Tłuszcz: 51.13 g; Kw. tł. nasy.: 20.47 g; Węglowodany ogółem: 346.33 g; W tym cukry: 70.67 g; Błonnik pok.: 18.6 g; Sól: 7.9 g; WW: 32.92 Por; : 19.05 %; : 62.07 %; Ener. z T: 20.62 %; Ener. z Bł.: 1.67 %; K: 2799.19 mg;

wtorek 2024-09-10		
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 JEJCZ,</u> ), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ), Surówka z kalarepy, 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,
<b>II Śniadanie:</b> Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Andrutry 1 szt ( <u>GLU PSZ,</u> ), Twaróg półtłusty 25 g ( <u>MLE,</u> ), Pomidor 15 g, Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ),	<b>Podwieczorek:</b> 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> ),	<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> ), Pomidor 15 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2827.67 kcal; Białko ogółem: 131.05 g; Tłuszcz: 86.69 g; Kw. tł. nasy.: 43.41 g; Węglowodany ogółem: 398.18 g; W tym cukry: 52.91 g; Błonnik pok.: 32.76 g; Sól: 11.75 g; WW: 36.68 Por; : 18.54 %; : 56.33 %; Ener. z T: 27.59 %; Ener. z Bł.: 2.32 %; K: 3919.95 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-09-10	Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa	
Makaron 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> ), Szyńka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 80 g , Pomidor 90 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	Wielowarzywna z ziemniakami * () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ), Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <b>GLU JEĆZ.</b> ), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ), Cukinia pieczona z olejem * 100 g , Surówka z kalarepy, jabłka i marchewki () 100 g ( <b>MLE.</b> ), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml ,	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ), Szyńka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80 g ( <b>SOJ.</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 JEĆZ.</b> ),
<b>II Śniadanie:</b> Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ), Twaróg półtłusty 25 g ( <b>MLE.</b> ), Pomidor 15 g , Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Arbuz 100 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2180.14 kcal; Białko ogółem: 110.92 g; Tłuszcz: 56.67 g; Kw. tł. nasy.: 24.98 g; Węglowodany ogółem: 320.37 g; W tym cukry: 51.31 g; Błonnik pok.: 26.5 g; Sól: 10.11 g; WW: 29.47 Por; : 20.35 %; : 58.78 %; Ener. z T: 23.4 %; Ener. z Bł.: 2.43 %; K: 3701 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>środa 2024-09-11</b>		
<b>Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa</b>		
Ryż na mleku 250 ml ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Serek homo z owocami 80 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Grycikowa z ziemniakami* 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL<sub>1</sub></u> ), Ziemniaki gotowane ( ) 200 g , Eskalopka z kurczaka 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE<sub>1</sub></u> ), Surówka żydowska 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> ), Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g ( <u>GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE<sub>1</sub></u> ), Sałatka z pomidorów i koperku 50 g , Herbata czarna granulowana z/c 150 ml , Kawa z mlekiem instant 150 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ<sub>1</sub></u> ),
II Śniadanie: Banan 1szt. 1 szt ,		Posiłek nocny: Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2<sub>1</sub></u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2444.09 kcal; Białko ogółem: 84.94 g; Tłuszcz: 71.98 g; Kw. tł. nasy.: 22.91 g; Węglowodany ogółem: 373.3 g; W tym cukry: 93.28 g; Błonnik pok.: 22.11 g; Sól: 7.14 g; WW: 35.23 Por; : 13.9 %; : 61.09 %; Ener. z T: 26.51 %; Ener. z Bł.: 1.81 %; K: 4070.73 mg;

środa 2024-09-11		
Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna		
Ryż na mleku 250 ml ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></u> ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLUPSZ<sub>1</sub></u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Serek homo z owocami 80 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Grycikowa z ziemniakami* 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL<sub>1</sub></u> ), Ziemniaki gotowane ( ) 200 g , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g , Sos pietruszkowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE<sub>1</sub></u> ), Dynia duszona z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ<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> ), Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 80 g , Sałatka z pomidorów i koperku 50 g , Herbata czarna granulowana z/c 150 ml , Kawa z mlekiem instant 150 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ<sub>1</sub></u> ),
II Śniadanie: Banan 1szt. 1 szt ,		Posiłek nocny: Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2<sub>1</sub></u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2313.34 kcal; Białko ogółem: 94.82 g; Tłuszcz: 51.61 g; Kw. tł. nasy.: 20.21 g; Węglowodany ogółem: 374.84 g; W tym cukry: 94.51 g; Błonnik pok.: 21.84 g; Sól: 7.68 g; WW: 35.38 Por; : 16.4 %; : 64.81 %; Ener. z T: 20.08 %; Ener. z Bł.: 1.89 %; K: 4191.11 mg;

środa 2024-09-11		
Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa		
Ryż na mleku 250 ml ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLUPSZ, 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> ), Szynekowa tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR<sub>1</sub></u> ), Serek homo. naturalny 40 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Sałata zielona 10 g , Pomidor 90 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	Grycikowa z ziemniakami* 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL<sub>1</sub></u> ), Ziemniaki gotowane ( ) 200 g , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g , Surówka żydowska z olejem b/c ( ) 100 g , Dynia duszona z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ<sub>1</sub></u> ), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml ,	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> ), Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g , Twarożek z ziołami 40 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Sałatka z pomidorów i koperku 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<sub>1</sub></u> ),
II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 szt , 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> ), Ser żółty 25 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Sałata zielona 5 g ,	Podwieczorek: Pomidor 15 g , Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g , Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></u> ), Maślanka 200 ml ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ),	Posiłek nocny: 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> ), Jajko gotowane kl M 0.50 szt ( <u>JAJ<sub>1</sub></u> ), Pomidor 15 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2615.26 kcal; Białko ogółem: 122.68 g; Tłuszcz: 76.98 g; Kw. tł. nasy.: 35.01 g; Węglowodany ogółem: 369.58 g; W tym cukry: 58.01 g; Błonnik pok.: 30.07 g; Sól: 11.96 g; WW: 34.05 Por; : 18.76 %; : 56.53 %; Ener. z T: 26.49 %; Ener. z Bł.: 2.3 %; K: 4880.86 mg;

środa 2024-09-11		
Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa		

## Jadłospisy dla oddziałów

Ryż na mleku 250 ml ( <b><u>MLE<sub>t</sub></u></b> ), Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <b><u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>t</sub></u></b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b><u>MLE<sub>t</sub></u></b> ), Serek homo. naturalny 80 g ( <b><u>MLE<sub>t</sub></u></b> ), Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Grysikowa z ziemniakami* 300 ml ( <b><u>GLU PSZ, SEL<sub>t</sub></u></b> ), Ziemniaki gotowane () 200 g, Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g, Surówka żydowska z olejem () 100 g, Dynia duszona z olejem* 100 g ( <b><u>GLU PSZ<sub>t</sub></u></b> ), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <b><u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>t</sub></u></b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b><u>MLE<sub>t</sub></u></b> ), Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 80 g, Sałatka z pomidorów i koperku 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant b/c 150 ml ( <b><u>MLE<sub>t</sub>, GLU ŻYT, GLU JĘCZ<sub>t</sub></u></b> ),
<b>II Śniadanie:</b> Jabłko 1 szt 1 szt,		<b>Posiłek nocny:</b> Podpłomyki b/c 20 g ( <b><u>GLU PSZ, MLE<sub>t</sub></u></b> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1994.06 kcal; Białko ogółem: 94.42 g; Tłuszcz: 50.24 g; Kw. tł. nasy.: 19.16 g; Węglowodany ogółem: 300.79 g; W tym cukry: 47.38 g; Błonnik pok.: 25.3 g; Sól: 8.54 g; WW: 27.57 Por; : 18.94 %; : 60.34 %; Ener. z T: 22.67 %; Ener. z Bł.: 2.54 %; K: 4355.13 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>czwartek 2024-09-12      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% 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,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Makaron 180 g ( <u>GLUPSZ</u> ), Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g ( <u>GLUPSZ, 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>GLUPSZ, JAJ</u> ), Pomidor 50 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,
II Śniadanie: Andruty 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> ),		Posiłek nocny: Arbuz 100 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2251.14 kcal; Białko ogółem: 81.32 g; Tłuszcz: 69.24 g; Kw. tł. nasy.: 19.2 g; Węglowodany ogółem: 337.86 g; W tym cukry: 69.91 g; Błonnik pok.: 25.01 g; Sól: 6.44 g; WW: 31.26 Por; : 14.45 %; : 60.03 %; Ener. z T: 27.68 %; Ener. z Bt.: 2.22 %; K: 3304.82 mg;

<b>czwartek 2024-09-12      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, Sałata 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>GLUPSZ</u> ), Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g ( <u>GLUPSZ, 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: Andruty 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> ),		Posiłek nocny: Arbuz 100 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2108.38 kcal; Białko ogółem: 87.74 g; Tłuszcz: 59.38 g; Kw. tł. nasy.: 17.99 g; Węglowodany ogółem: 316 g; W tym cukry: 68.66 g; Błonnik pok.: 18.73 g; Sól: 8.11 g; WW: 29.73 Por; : 16.65 %; : 59.95 %; Ener. z T: 25.35 %; Ener. z Bt.: 1.78 %; K: 2860.07 mg;

<b>czwartek 2024-09-12      Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa</b>		
Kasza jęczmienna na mleku 250 ml ( <u>MLE, GLU JEZCZ</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,	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, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,
II Śniadanie: Andruty 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: Sałata 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 świeży 15 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2838.48 kcal; Białko ogółem: 119.62 g; Tłuszcz: 96 g; Kw. tł. nasy.: 36.5 g; Węglowodany ogółem: 387.96 g; W tym cukry: 52.17 g; Błonnik pok.: 36.38 g; Sól: 11.5 g; WW: 35.27 Por; : 16.86 %; : 54.67 %; Ener. z T: 30.44 %; Ener. z Bt.: 2.56 %; K: 4531.73 mg;

<b>czwartek 2024-09-12      Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa</b>		
Kasza kukurydziana na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Baton szynkowy z kurcząt 80 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u> ), Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), 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, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,

## Jadłospisy dla oddziałów

<b>II Śniadanie:</b> Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <b><u>GLU</u></b> <b><u>PSZ, GLU ŻYT,</u></b> ), Pomidor 15 g , Baton szynkowy z kurcząt 25 g ( <b><u>może zawierać: GLU PSZ, MLE,</u></b> <b><u>GOR,</u></b> ), Masło extra 82% 5 g ( <b><u>MLE,</u></b> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Arbuz 100 g ,
--	--	-------------------------------------

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2123.6 kcal; Białko ogółem: 95.19 g; Tłuszcz: 65.2 g; Kw. tł. nasy.: 20.82 g; Węglowodany ogółem: 298.27 g; W tym cukry: 48.02 g; Błonnik pok.: 26.74 g; Sól: 10.24 g; WW: 27.22 Por; : 17.93 %; : 56.18 %; Ener. z T: 27.63 %; Ener. z Bł.: 2.52 %; K: 3511.18 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>piątek 2024-09-13</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> ), 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> ), Dżem 25 g, Jabłko 1 szt 1 szt, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Kalafiorowa z ryżem * 300 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ), Ziemniaki gotowane () 200 g, Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g ( <u>RYB,</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,</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> ), Ogórek świeży 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,
<b>II Śniadanie:</b> Bułka maślana 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Herbatniki Be Be 14g 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2124 kcal; Białko ogółem: 93.24 g; Tłuszcz: 54.36 g; Kw. tł. nasy.: 20.03 g; Węglowodany ogółem: 324.35 g; W tym cukry: 73.28 g; Błonnik pok.: 20 g; Sól: 5.68 g; WW: 30.42 Por; : 17.56 %; : 61.08 %; Ener. z T: 23.03 %; Ener. z Bł.: 1.88 %; K: 3337.99 mg;

<b>piątek 2024-09-13</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 pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Twarożek 40 g ( <u>MLE,</u> ), Dżem 25 g, Jabłko 1 szt 1 szt, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Kalafiorowa z ryżem * 300 ml ( <u>MLE, SEL,</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, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,
<b>II Śniadanie:</b> Bułka maślana 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Herbatniki Be Be 14g 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2172.84 kcal; Białko ogółem: 89.85 g; Tłuszcz: 50.64 g; Kw. tł. nasy.: 19.91 g; Węglowodany ogółem: 348.87 g; W tym cukry: 76.47 g; Błonnik pok.: 20.88 g; Sól: 5.15 g; WW: 32.8 Por; : 16.54 %; : 64.22 %; Ener. z T: 20.98 %; Ener. z Bł.: 1.92 %; K: 3360.99 mg;

<b>piątek 2024-09-13</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> ), Twarożek 40 g ( <u>MLE,</u> ), Szyunka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 40 g, Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Kalafiorowa z ryżem * 300 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ), Ziemniaki gotowane () 200 g, Pulpet rybny (Morszczuk) 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u> ), Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 100 g, Warzywa po grecku * (bez cukru) 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	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> ), Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> ), Szyunka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( <u>może zawierać: 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> ), Maślanka 200 ml ( <u>MLE,</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ), Pomidor 15 g, Szyunka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 25 g,	<b>Podwieczorek:</b> Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ), Kielbasa Krakowska wieprzowa parzona grubo rozdrobniona wędzona w osłonce niejadalnej 25 g ( <u>GOR,</u> ), Sałata zielona 5 g, Jabłko 1 szt 1 szt,	<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: 2818.38 kcal; Białko ogółem: 142.26 g; Tłuszcz: 82.46 g; Kw. tł. nasy.: 36.48 g; Węglowodany ogółem: 391.73 g; W tym cukry: 63.83 g; Błonnik pok.: 32.32 g; Sól: 12.67 g; WW: 35.98 Por; : 20.19 %; : 55.6 %; Ener. z T: 26.33 %; Ener. z Bł.: 2.29 %; K: 4820.48 mg;

<b>piątek 2024-09-13</b>		
<b>Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa</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, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Kalafiorowa z ryżem * 300 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ), Ziemniaki gotowane () 200 g, Pulpet rybny (Morszczuk) 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u> ), Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g, Warzywa po grecku * (bez cukru) 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> ), Ogórek świeży 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,

## Jadłospisy dla oddziałów

<b>II Śniadanie:</b> Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ), Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 25 g , Pomidor 15 g ,		<b>Posiłek nocny:</b> Wafle ryżowe 30 g ,
--	--	---

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2171.75 kcal; Białko ogółem: 105.73 g; Tłuszcz: 57.86 g; Kw. tł. nasy.: 23.59 g; Węglowodany ogółem: 318.68 g; W tym cukry: 33.27 g; Błonnik pok.: 25.63 g; Sól: 7.79 g; WW: 29.26 Por; : 19.47 %; : 58.7 %; Ener. z T: 23.98 %; Ener. z Bł.: 2.36 %; K: 4004.61 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>sobota 2024-09-14</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa</b>		
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> ), Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodad.wody w osł.niejad 80 g, Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Szpinakowa z makaronem * 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JĘCZ,</u> ), Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g ( <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> ), Szynekowa tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 80 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR,</u> ), Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u> ), Pomidor 40 g,
<b>II Śniadanie:</b> Koktajl wieloowocowy* 200 ml ( <u>MLE,</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Chrupki kukurydziane 20 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2063.73 kcal; Białko ogółem: 93.48 g; Tłuszcz: 52.7 g; Kw. tł. nasy.: 20.62 g; Węglowodany ogółem: 313.79 g; W tym cukry: 78.35 g; Błonnik pok.: 25.34 g; Sól: 9.55 g; WW: 28.82 Por; : 18.12 %; : 60.82 %; Ener. z T: 22.98 %; Ener. z Bł.: 2.46 %; K: 2577.21 mg;

<b>sobota 2024-09-14</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna</b>		
Płatki pszenne 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> ), Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodad.wody w osł.niejad 80 g, Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Szpinakowa z makaronem * 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JĘCZ,</u> ), Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g ( <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> ), Szynekowa tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 80 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR,</u> ), Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u> ), Pomidor 40 g,
<b>II Śniadanie:</b> Koktajl wieloowocowy* 200 ml ( <u>MLE,</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Chrupki kukurydziane 20 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2073.23 kcal; Białko ogółem: 94.03 g; Tłuszcz: 52.8 g; Kw. tł. nasy.: 20.61 g; Węglowodany ogółem: 315.04 g; W tym cukry: 78.45 g; Błonnik pok.: 24.59 g; Sól: 9.23 g; WW: 29.02 Por; : 18.14 %; : 60.78 %; Ener. z T: 22.92 %; Ener. z Bł.: 2.37 %; K: 2565.21 mg;

<b>sobota 2024-09-14</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa</b>		
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> ), Hummus 40 g ( <u>SEZ,</u> ), Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodad.wody w osł.niejad 40 g, Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Szpinakowa z makaronem * 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JĘCZ,</u> ), Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ), Dynia duszona z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 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> ), Serek homo. naturalny 40 g ( <u>MLE,</u> ), Szynekowa tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( <u>może zawierać: MLE, 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, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u> ),
<b>II Śniadanie:</b> Mus z truskawek* b/c 100 g, Chleb razowy pszenno-żytni 50 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> ), Sałata zielona 5 g,	<b>Podwieczorek:</b> Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ), Pomidor 15 g, Banan 1szt. 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Twarożek 25 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> ), Twaróg półtłusty 20 g ( <u>MLE,</u> ), Pomidor 15 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2631.87 kcal; Białko ogółem: 108.51 g; Tłuszcz: 76.37 g; Kw. tł. nasy.: 30.35 g; Węglowodany ogółem: 390.98 g; W tym cukry: 86.07 g; Błonnik pok.: 36.49 g; Sól: 10.4 g; WW: 35.53 Por; : 16.49 %; : 59.42 %; Ener. z T: 26.12 %; Ener. z Bł.: 2.77 %; K: 4033.35 mg;

<b>sobota 2024-09-14</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa</b>		
Płatki pszenne 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 dodad.wody w osł.niejad 80 g, Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Szpinakowa z makaronem * 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JĘCZ,</u> ), Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ), 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 ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Szynekowa tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 80 g ( <u>może zawierać: MLE, 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, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u> ),

## Jadłospisy dla oddziałów

<b>II Śniadanie:</b> Mus z truskawek* b/c 100 g ,		<b>Posiłek nocny:</b> Chrupki kukurydziane 20 g ,
---	--	---

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1918.54 kcal; Białko ogółem: 92.48 g; Tłuszcz: 52.41 g; Kw. tł. nasy.: 19.18 g; Węglowodany ogółem: 282.14 g; W tym cukry: 47.17 g; Błonnik pok.: 30.08 g; Sól: 9.8 g; WW: 25.22 Por; : 19.28 %; : 58.82 %; Ener. z T: 24.59 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 3094.28 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>niedziela 2024-09-15</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> ), Kiełbasa 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 gotowane () 200 g, Kotlet schabowy 150 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ), Kapusta zasmażana () 100 g ( <u>GLUPSZ,</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> ), Ser żółty 60 g ( <u>MLE,</u> ), Sałata zielona 10 g, Sałatka wiosenna - diety 40 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> Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Jabłko 1 szt 1 szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2695.96 kcal; Białko ogółem: 111.91 g; Tłuszcz: 94.83 g; Kw. tł. nasy.: 35.72 g; Węglowodany ogółem: 359.13 g; W tym cukry: 72.45 g; Błonnik pok.: 24.45 g; Sól: 8.86 g; WW: 33.58 Por; : 16.6 %; : 53.28 %; Ener. z T: 31.66 %; Ener. z Bł.: 1.81 %; K: 3689.43 mg;

<b>niedziela 2024-09-15</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>GLUPSZ,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 80 g, Pomidor 50 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Pomidorowa z makaronem * 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Ziemniaki gotowane () 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>GLUPSZ,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Twarożek z koperkiem 80 g ( <u>MLE,</u> ), Sałata zielona 10 g, Sałatka wiosenna - diety 40 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> Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Jabłko 1 szt 1 szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2219.62 kcal; Białko ogółem: 111.35 g; Tłuszcz: 51.84 g; Kw. tł. nasy.: 22.77 g; Węglowodany ogółem: 332.33 g; W tym cukry: 71.64 g; Błonnik pok.: 17.49 g; Sól: 7.02 g; WW: 31.62 Por; : 20.07 %; : 59.89 %; Ener. z T: 21.02 %; Ener. z Bł.: 1.58 %; K: 3613.3 mg;

<b>niedziela 2024-09-15</b>		
<b>Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa</b>		
Kasza jaglana na mleku 250 ml ( <u>MLE,</u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Serek wiejski ziarnisty 40 g ( <u>MLE,</u> ), Kiełbasa 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 gotowane () 200 g, Schab gotowany 100 g, Kapusta zasmażana () 100 g ( <u>GLUPSZ,</u> ), 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> ), Szynek wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 40 g, Sałata zielona 10 g, Sałatka wiosenna - diety 90 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> Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Andruty 1 szt ( <u>GLU PSZ,</u> ), Ogórek świeży 15 g, Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ), Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g,	<b>Podwieczorek:</b> Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ), Szynek 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> ), Papryka świeża 15 g, Jajko gotowane kl M 0.50 szt ( <u>JAJ,</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2678.39 kcal; Białko ogółem: 137.25 g; Tłuszcz: 84.8 g; Kw. tł. nasy.: 39.78 g; Węglowodany ogółem: 353.28 g; W tym cukry: 40.21 g; Błonnik pok.: 25.29 g; Sól: 11.98 g; WW: 32.97 Por; : 20.5 %; : 52.76 %; Ener. z T: 28.49 %; Ener. z Bł.: 1.89 %; K: 4079.53 mg;

<b>niedziela 2024-09-15</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 kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 80 g, Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Pomidorowa z makaronem * 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Ziemniaki gotowane () 200 g, Schab gotowany 100 g, Sos własny () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ), Kapusta zasmażana () 100 g ( <u>GLUPSZ,</u> ), 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, Sałatka wiosenna - diety 90 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

<b>II Śniadanie:</b> Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU</b> <b>PSZ, GLU ŻYT.</b> ), Sok wielowarzywny pasteryzowany 200 ml , Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g , Ogórek świeży 15 g , Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Jabłko 1 szt 1 szt ,
---	--	--

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2228.3 kcal; Białko ogółem: 117.09 g; Tłuszcz: 58.64 g; Kw. tł. nasy.: 25.42 g; Węglowodany ogółem: 318.8 g; W tym cukry: 53.95 g; Błonnik pok.: 25.35 g; Sól: 11.71 g; WW: 29.49 Por; : 21.02 %; : 57.23 %; Ener. z T: 23.68 %; Ener. z Bł.: 2.28 %; K: 4273.87 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2024-09-16</b>		
<b>Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa</b>		
Płatki jęczmieńne na mleku 250 ml ( <u>MLE, GLU JECZ.</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> ), Szyńka 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 ryżem * 300 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ), Makaron 180 g ( <u>GLU PSZ.</u> ), Twaróg półtłusty 80 g ( <u>MLE.</u> ), Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g ( <u>MLE.</u> ), Jabłko 1 szt 1 szt, 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 makreli wędzonej** 80 g ( <u>RYB, MLE.</u> ), Sałata zielona 10 g, Pomidor 40 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,
II Śniadanie: Jogurt brzoskwinowy 100g 1 szt ( <u>MLE.</u> ),		Posiłek nocny: Biszkopty 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ.</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1999.02 kcal; Białko ogółem: 86.67 g; Tłuszcz: 51.16 g; Kw. tł. nasy.: 22.61 g; Węglowodany ogółem: 311.01 g; W tym cukry: 90.32 g; Błonnik pok.: 17.13 g; Sól: 6.47 g; WW: 29.45 Por; : 17.34 %; : 62.23 %; Ener. z T: 23.03 %; Ener. z Bł.: 1.71 %; K: 1658.94 mg;

<b>poniedziałek 2024-09-16</b>		
<b>Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna</b>		
Płatki jęczmieńne na mleku 250 ml ( <u>MLE, GLU JECZ.</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> ), Szyńka 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 ryżem * 300 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ), Makaron 180 g ( <u>GLU PSZ.</u> ), Twaróg półtłusty 80 g ( <u>MLE.</u> ), Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g ( <u>MLE.</u> ), Jabłko 1 szt 1 szt, 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 ryby got.(miruna) z koperkiem 80 g ( <u>RYB, MLE.</u> ), Sałata zielona 10 g, Pomidor 40 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,
II Śniadanie: Jogurt brzoskwinowy 100g 1 szt ( <u>MLE.</u> ),		Posiłek nocny: Biszkopty 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ.</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1997.1 kcal; Białko ogółem: 90.25 g; Tłuszcz: 48.61 g; Kw. tł. nasy.: 22.21 g; Węglowodany ogółem: 312.24 g; W tym cukry: 90.33 g; Błonnik pok.: 16.37 g; Sól: 5.9 g; WW: 29.64 Por; : 18.08 %; : 62.54 %; Ener. z T: 21.91 %; Ener. z Bł.: 1.64 %; K: 1646.69 mg;

<b>poniedziałek 2024-09-16</b>		
<b>Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa</b>		
Płatki jęczmieńne na mleku 250 ml ( <u>MLE, GLU JECZ.</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> ), Szyńka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ), Serek homo. naturalny 40 g ( <u>MLE.</u> ), Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Brokułowa z ryżem * 300 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ), Makaron pełnoziarnisty 180 g ( <u>GLU PSZ.</u> ), Twaróg półtłusty 80 g ( <u>MLE.</u> ), Sos jogurtowo truskawkowy*b/c 100 g ( <u>MLE.</u> ), Jabłko 1 szt 1 szt, 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> ), Pasta z twarogu i makreli wędzonej** 30 g ( <u>RYB, MLE.</u> ), Szyńka 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: 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> ), Szyńka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ),	Podwieczorek: Sałata zielona 5 g, Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Kefir 2 % tł 200g 1 szt ( <u>MLE.</u> ), Szyńka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g ( <u>SOJ.</u> ),	Posiłek nocny: Szyńka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g ( <u>SOJ.</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ), Pomidor 15 g, Chleb razowy pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2508.44 kcal; Białko ogółem: 123.97 g; Tłuszcz: 70.57 g; Kw. tł. nasy.: 34.52 g; Węglowodany ogółem: 350.2 g; W tym cukry: 64.38 g; Błonnik pok.: 27.64 g; Sól: 11.09 g; WW: 32.39 Por; : 19.77 %; : 55.84 %; Ener. z T: 25.32 %; Ener. z Bł.: 2.2 %; K: 2791.05 mg;

<b>poniedziałek 2024-09-16</b>		
<b>Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa</b>		

## Jadłospisy dla oddziałów

Płatki jęczmienne na mleku 250 ml ( <u><b>MLE, GLU JECZ,</b></u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u><b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b></u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u><b>MLE,</b></u> ), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 80 g ( <u><b>może zawierać: MLE, GOR,</b></u> ), Pomidor 90 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	Brokułowa z ryżem * 300 ml ( <u><b>MLE, SEL,</b></u> ), Makaron pełnoziarnisty 180 g ( <u><b>GLU PSZ,</b></u> ), Twaróg półtłusty 80 g ( <u><b>MLE,</b></u> ), Sos jogurtowo truskawkowy*b/c 100 g ( <u><b>MLE,</b></u> ), Jabłko 1 szt 1 szt , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml ,	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u><b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b></u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u><b>MLE,</b></u> ), Pasta z twarogu i ryby got.(miruna) z koperkiem 80 g ( <u><b>RYB, MLE,</b></u> ), Pomidor 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><b>MLE,</b></u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Podpłomyki b/c 20 g ( <u><b>GLU PSZ, MLE,</b></u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1861.63 kcal; Białko ogółem: 95.23 g; Tłuszcz: 48.6 g; Kw. tł. nasy.: 22.62 g; Węglowodany ogółem: 263.6 g; W tym cukry: 47.54 g; Błonnik pok.: 22.48 g; Sól: 6.65 g; WW: 24.24 Por; : 20.46 %; : 56.64 %; Ener. z T: 23.49 %; Ener. z Bł.: 2.42 %; K: 2195.11 mg;