

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>środa 2024-09-25</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa</b>		
Plátky 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 60 g ( <u>MLE</u> ), Pomidor 40 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Kapuśniak z kapusty kiszzonej () 300 ml ( <u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JECZ</u> ), Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> ), Sos jarzynowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u> ), Sałatka szwedzka () 100 g ( <u>GOR</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> ), Paprykarz szczeciński 70 g ( <u>RYB</u> , <u>SOJ</u> ), Jabłko 1 szt 1 szt, Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml ( <u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JECZ</u> ), Sałata zielona 10 g,
<b>II Śniadanie:</b> Sok pomarańczowy 200 ml,		<b>Posiłek nocny:</b> Chrupki kukurydziane 20 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2441.49 kcal; Białko ogółem: 96.84 g; Tłuszcz: 76.75 g; Kw. tł. nasy.: 34.55 g; Węglowodany ogółem: 353.98 g; W tym cukry: 81.64 g; Błonnik pok.: 26.16 g; Sól: 9.13 g; WW: 32.83 Por; : 15.87 %; : 57.99 %; Ener. z T: 28.29 %; Ener. z Bł.: 2.14 %; K: 3315.55 mg;

<b>środa 2024-09-25</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna</b>		
Plátky 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> ), Serek homo. naturalny 80 g ( <u>MLE</u> ), Jabłko 1 szt 1 szt, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Salata zielona 10 g,	Wielowarzywna z ziemniakami * () 300 ml ( <u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JECZ</u> ), Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> ), Sos jarzynowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> , <u>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</u> , <u>GLU ŻYT</u> ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 70 g ( <u>RYB</u> , <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 JECZ</u> ),
<b>II Śniadanie:</b> Sok pomarańczowy 200 ml,		<b>Posiłek nocny:</b> Chrupki kukurydziane 20 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2242.85 kcal; Białko ogółem: 92.73 g; Tłuszcz: 51.86 g; Kw. tł. nasy.: 20.98 g; Węglowodany ogółem: 362.28 g; W tym cukry: 82.47 g; Błonnik pok.: 25.1 g; Sól: 4.99 g; WW: 33.77 Por; : 16.54 %; : 64.61 %; Ener. z T: 20.81 %; Ener. z Bł.: 2.24 %; K: 3332.91 mg;

<b>środa 2024-09-25</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa</b>		
Plátky 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> ), Serek homo. naturalny 40 g ( <u>MLE</u> ), Szyunka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g ( <u>SOJ</u> ), Jabłko 1 szt 1 szt, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Salata zielona 10 g,	Wielowarzywna z ziemniakami * () 300 ml ( <u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JECZ</u> ), Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> ), Sałatka szwedzka b/c () 100 g ( <u>GOR</u> ), Cukinia pieczona z olejem * 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	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> ), Paprykarz szczeciński 30 g ( <u>RYB</u> , <u>SOJ</u> ), Szyunka wędzona-pr.dr.wędzony, parzony 40 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</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JECZ</u> ),
<b>II Śniadanie:</b> Sok pomidorowy 200 ml, Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>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</u> , <u>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</u> , <u>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: 2685.63 kcal; Białko ogółem: 130.12 g; Tłuszcz: 79.57 g; Kw. tł. nasy.: 36.01 g; Węglowodany ogółem: 378.15 g; W tym cukry: 60.38 g; Błonnik pok.: 32.18 g; Sól: 14.17 g; WW: 34.76 Por; : 19.38 %; : 56.32 %; Ener. z T: 26.67 %; Ener. z Bł.: 2.4 %; K: 4288.86 mg;

<b>środa 2024-09-25</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa</b>		
Plátky 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> ), Serek homo. naturalny 80 g ( <u>MLE</u> ), Jabłko 1 szt 1 szt, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Salata zielona 10 g,	Wielowarzywna z ziemniakami * () 300 ml ( <u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JECZ</u> ), Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> ), Sałatka szwedzka () 100 g ( <u>GOR</u> ), Cukinia pieczona z olejem * 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> ), Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 70 g ( <u>RYB</u> , <u>SEL</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 JECZ</u> ),
<b>II Śniadanie:</b> Sok pomidorowy 200 ml,		<b>Posiłek nocny:</b> Chrupki kukurydziane 20 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2081.49 kcal; Białko ogółem: 94.79 g; Tłuszcz: 52.21 g; Kw. tł. nasy.: 21.13 g; Węglowodany ogółem: 322.05 g; W tym cukry: 51.98 g; Błonnik pok.: 30.27 g; Sól: 7.92 g; WW: 29.24 Por; : 18.22 %; : 61.89 %; Ener. z T: 22.57 %; Ener. z Bł.: 2.91 %; K: 3942.18 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>czwartek 2024-09-26</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> ), Twarożek z natką pietruszki 80 g ( <u>MLE,</u> ), Jabłko 1 szt 1 szt , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Salata 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 kiszony 40 g , Salata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,
II Śniadanie: Koktajl wieloowocowy* 200 ml ( <u>MLE,</u> ),		Posiłek nocny: Banan 1szt. 1 szt ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2442.04 kcal; Białko ogółem: 87.11 g; Tłuszcz: 64.41 g; Kw. tł. nasy.: 24.65 g; Węglowodany ogółem: 395.54 g; W tym cukry: 125.67 g; Błonnik pok.: 35.39 g; Sól: 5.62 g; WW: 36.08 Por; : 14.27 %; : 64.79 %; Ener. z T: 23.74 %; Ener. z Bł.: 2.9 %; K: 4199.86 mg;

<b>czwartek 2024-09-26</b> <b>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> ), Jabłko 1 szt 1 szt , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Salata 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 , Salata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,
II Śniadanie: Koktajl wieloowocowy* 200 ml ( <u>MLE,</u> ),		Posiłek nocny: Banan 1szt. 1 szt ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2305.76 kcal; Białko ogółem: 91.45 g; Tłuszcz: 58.1 g; Kw. tł. nasy.: 21.7 g; Węglowodany ogółem: 363.18 g; W tym cukry: 119.35 g; Błonnik pok.: 21.84 g; Sól: 5.49 g; WW: 34.24 Por; : 15.87 %; : 63 %; Ener. z T: 22.68 %; Ener. z Bł.: 1.89 %; K: 3433.54 mg;

<b>czwartek 2024-09-26</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa</b>		
Ryż na mleku 250 ml ( <u>MLE,</u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g , Twarożek 40 g ( <u>MLE,</u> ), Pomidor 90 g , Salata 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 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> ), 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 kiszony 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> ), Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g ,	Podwieczorek: Jabłko 1 szt 1 szt , Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Salata zielona 5 g , Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ), Jajko gotowane kl M 0.50 szt ( <u>JAJ,</u> ),	Posiłek nocny: 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> ), Salata zielona 5 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2781.54 kcal; Białko ogółem: 118.55 g; Tłuszcz: 87.18 g; Kw. tł. nasy.: 34.63 g; Węglowodany ogółem: 391.46 g; W tym cukry: 54.88 g; Błonnik pok.: 38.61 g; Sól: 12.64 g; WW: 35.44 Por; : 17.05 %; : 56.29 %; Ener. z T: 28.21 %; Ener. z Bł.: 2.78 %; K: 3794.34 mg;

<b>czwartek 2024-09-26</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoreszkowa</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 , Salata 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 kiszony 90 g , Salata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,
II Śniadanie: Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Pomidor 15 g , Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ), Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g ,		Posiłek nocny: Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2124.97 kcal; Białko ogółem: 96.44 g; Tłuszcz: 64.02 g; Kw. tł. nasy.: 23.29 g; Węglowodany ogółem: 297.66 g; W tym cukry: 29.89 g; Błonnik pok.: 28.43 g; Sól: 9.93 g; WW: 27.06 Por; : 18.15 %; : 56.03 %; Ener. z T: 27.11 %; Ener. z Bł.: 2.68 %; K: 3017.23 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>piątek 2024-09-27</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa</b>		
Zacierka na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE<sub>1</sub></u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></u> ), Bułka maślana 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE<sub>1</sub></u> ), Masło extra 82% 10g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Twaróg półtłusty 40 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Dżem 25 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Jabłko 1 szt 1 szt, Salata zielona 10 g,	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*( <u>)</u> 300 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JECZ<sub>1</sub></u> ), Ziemniaki gotowane ( <u>)</u> 200 g, Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g ( <u>RYB<sub>1</sub></u> ), Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c ( <u>)</u> 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> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Pasta z jaj 100 g ( <u>JAJ, MLE<sub>1</sub></u> ), Ogórek kiszony 40 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,
II Śniadanie: Andruty 1 szt ( <u>GLU PSZ<sub>1</sub></u> ),		Posiłek nocny: Herbatniki Be Be 14g 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE<sub>1</sub></u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2218.42 kcal; Białko ogółem: 101.81 g; Tłuszcz: 62.87 g; Kw. tł. nasy.: 22.38 g; Węglowodany ogółem: 320.59 g; W tym cukry: 71.62 g; Błonnik pok.: 20.33 g; Sól: 6.2 g; WW: 29.98 Por.; : 18.36 %; : 57.81 %; Ener. z T: 25.51 %; Ener. z Bł.: 1.83 %; K: 3759.68 mg;

<b>piątek 2024-09-27</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna</b>		
Zacierka na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE<sub>1</sub></u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></u> ), Bułka maślana 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE<sub>1</sub></u> ), Masło extra 82% 10g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Twaróg półtłusty 40 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Dżem 25 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Jabłko 1 szt 1 szt, Salata zielona 10 g,	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*( <u>)</u> 300 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JECZ<sub>1</sub></u> ), Ziemniaki gotowane ( <u>)</u> 200 g, Pulpet rybny (Morszczuk) 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB<sub>1</sub></u> ), Warzywa po grecku* 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL<sub>1</sub></u> ), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></u> ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ<sub>1</sub></u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Pasta z jaj 100 g ( <u>JAJ, MLE<sub>1</sub></u> ), Pomidor 40 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,
II Śniadanie: Andruty 1 szt ( <u>GLU PSZ<sub>1</sub></u> ),		Posiłek nocny: Herbatniki Be Be 14g 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE<sub>1</sub></u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2278.45 kcal; Białko ogółem: 98.42 g; Tłuszcz: 59.17 g; Kw. tł. nasy.: 22.26 g; Węglowodany ogółem: 348.02 g; W tym cukry: 77.66 g; Błonnik pok.: 21.29 g; Sól: 4.99 g; WW: 32.64 Por.; : 17.28 %; : 61.1 %; Ener. z T: 23.37 %; Ener. z Bł.: 1.87 %; K: 3814.55 mg;

<b>piątek 2024-09-27</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa</b>		
Zacierka na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE<sub>1</sub></u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Twaróg półtłusty 40 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Szynka 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*( <u>)</u> 300 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JECZ<sub>1</sub></u> ), Ziemniaki gotowane ( <u>)</u> 200 g, Pulpet rybny (Morszczuk) 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB<sub>1</sub></u> ), Warzywa po grecku* (bez cukru) 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL<sub>1</sub></u> ), Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c ( <u>)</u> 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Kasza jaglana na mleku 200 ml ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Pasta z jaj 60 g ( <u>JAJ, MLE<sub>1</sub></u> ), Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g, Ogórek kiszony 90 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></u> ), Pomidor 15 g, Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 25 g,	Podwieczorek: 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> ), Salata zielona 5 g, Twarożek 25 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ),	Posiłek nocny: Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Ser żółty 20 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></u> ), Salata zielona 5 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2840.39 kcal; Białko ogółem: 143.79 g; Tłuszcz: 83.86 g; Kw. tł. nasy.: 38.55 g; Węglowodany ogółem: 392.21 g; W tym cukry: 51.36 g; Błonnik pok.: 31.89 g; Sól: 13.71 g; WW: 36.03 Por.; : 20.25 %; : 55.23 %; Ener. z T: 26.57 %; Ener. z Bł.: 2.25 %; K: 4801.31 mg;

<b>piątek 2024-09-27</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoreszkowa</b>		
Zacierka na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE<sub>1</sub></u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Twarożek 80 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Pomidor 90 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*( <u>)</u> 300 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JECZ<sub>1</sub></u> ), Ziemniaki gotowane ( <u>)</u> 200 g, Pulpet rybny (Morszczuk) 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB<sub>1</sub></u> ), Warzywa po grecku* 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL<sub>1</sub></u> ), Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c ( <u>)</u> 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Pasta z jaj 100 g ( <u>JAJ, MLE<sub>1</sub></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: 2185.55 kcal; Białko ogółem: 106.01 g; Tłuszcz: 59.85 g; Kw. tł. nasy.: 22.71 g; Węglowodany ogółem: 318.25 g; W tym cukry: 45.82 g; Błonnik pok.: 27.79 g; Sól: 6.75 g; WW: 29.01 Por.; : 19.4 %; : 58.25 %; Ener. z T: 24.64 %; Ener. z Bł.: 2.54 %; K: 4545.05 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>sobota 2024-09-28</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa</b>		
Platkі 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> ), Szyńka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80 g ( <u>SOJ</u> ), Ogórek kiszony 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 marchwi i selera () 100 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</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> ), 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: 2163.91 kcal; Białko ogółem: 83.44 g; Tłuszcz: 53.91 g; Kw. tł. nasy.: 19.21 g; Węglowodany ogółem: 330.95 g; W tym cukry: 81.84 g; Błonnik pok.: 25.54 g; Sól: 9.54 g; WW: 30.7 Por.; : 15.42 %; : 61.18 %; Ener. z T: 22.42 %; Ener. z Bł.: 2.36 %; K: 2909.45 mg;

<b>sobota 2024-09-28</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna</b>		
Platkі 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> ), Szyńka 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> ), Szyńka 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 2024-09-28</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa</b>		
Platkі 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> ), Szyńka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g ( <u>SOJ</u> ), Ogórek kiszony 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 i selera () 100 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), 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> ), Szyńka 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> ), Szyńka 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: 2740.67 kcal; Białko ogółem: 120.78 g; Tłuszcz: 83.09 g; Kw. tł. nasy.: 37.58 g; Węglowodany ogółem: 394.76 g; W tym cukry: 67.87 g; Błonnik pok.: 42.05 g; Sól: 12.38 g; WW: 35.24 Por.; : 17.63 %; : 57.61 %; Ener. z T: 27.29 %; Ener. z Bł.: 3.07 %; K: 4125.29 mg;

<b>sobota 2024-09-28</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoreszkowa</b>		
Platkі 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> ), Szyńka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80 g ( <u>SOJ</u> ), Ogórek kiszony 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 i selera () 100 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), 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> ), Szyńka 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: 2041.45 kcal; Białko ogółem: 101.44 g; Tłuszcz: 51.21 g; Kw. tł. nasy.: 20.25 g; Węglowodany ogółem: 305.67 g; W tym cukry: 53.35 g; Błonnik pok.: 33.37 g; Sól: 10.76 g; WW: 27.23 Por.; : 19.88 %; : 59.89 %; Ener. z T: 22.58 %; Ener. z Bł.: 3.27 %; K: 3866.84 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>niedziela 2024-09-29</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa</b>		
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> ), Kielbasa Krakowska wieprzowa parzona grubo rozdrobniona wędzona w osłonce niejadalnej 80 g ( <u>GOR.</u> ), Sałata zielona 10 g, Pomidor 40 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Pomidorowa z zacierką * 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ), Ziemniaki gotowane () 200 g, Kotleć schabowy 150 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ), Fasolka szparagowa z wody* 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ), Serek homo z owocami 80 g ( <u>MLE.</u> ), Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> ), Sałata zielona 10 g,
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 200 ml,		Posiłek nocny: Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2526.24 kcal; Białko ogółem: 104.9 g; Tłuszcz: 72.29 g; Kw. tł. nasy.: 23.69 g; Węglowodany ogółem: 372.26 g; W tym cukry: 82.77 g; Błonnik pok.: 22.25 g; Sól: 7.72 g; WW: 35.18 Por; : 16.61 %; : 58.94 %; Ener. z T: 25.76 %; Ener. z Bł.: 1.76 %; K: 3412.95 mg;

niedziela 2024-09-29 <b>Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna</b>		
Kasza jęczmienna 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> ), Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 80 g, Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Pomidorowa z zacierką * 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ), Ziemniaki gotowane () 200 g, Schab gotowany 100 g, Sos własny () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ), Fasolka szparagowa z wody* 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> ), Serek homo z owocami 80 g ( <u>MLE.</u> ), Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> ), Sałata zielona 10 g,
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 200 ml,		Posiłek nocny: Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2212.89 kcal; Białko ogółem: 106.25 g; Tłuszcz: 46.19 g; Kw. tł. nasy.: 20.6 g; Węglowodany ogółem: 351.1 g; W tym cukry: 84.1 g; Błonnik pok.: 18.13 g; Sól: 7.02 g; WW: 33.46 Por; : 19.21 %; : 63.47 %; Ener. z T: 18.79 %; Ener. z Bł.: 1.64 %; K: 3495.85 mg;

niedziela 2024-09-29 <b>Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa</b>		
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> ), Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ), Kielbasa Krakowska wieprzowa parzona grubo rozdrobniona wędzona w osłonce niejadalnej 40 g ( <u>GOR.</u> ), Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Pomidorowa z zacierką * 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ), Ziemniaki gotowane () 200 g, Schab gotowany 100 g, Fasolka szparagowa z wody* 100 g, Fasolka szparagowa z wody* 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> ), Baton szynkowy z kurcząt 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u> ), Sałata zielona 10 g, Pomidor 90 g, Herbata czarna granulowana b/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant b/c 150 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> ),
II Śniadanie: Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Andruty 1 szt ( <u>GLU PSZ.</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> ),	Podwieczorek: Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Kefir 2% tł 200 ml ( <u>MLE.</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ), Baton szynkowy z kurcząt 25 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</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> ), Pomidor 15 g, Ser żółty 20 g ( <u>MLE.</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2603.26 kcal; Białko ogółem: 133.72 g; Tłuszcz: 78.07 g; Kw. tł. nasy.: 36.47 g; Węglowodany ogółem: 356.24 g; W tym cukry: 44.77 g; Błonnik pok.: 28.08 g; Sól: 11.6 g; WW: 33.09 Por; : 20.55 %; : 54.74 %; Ener. z T: 26.99 %; Ener. z Bł.: 2.16 %; K: 4675.44 mg;

niedziela 2024-09-29 <b>Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoreszkowa</b>		
Kasza jęczmienna 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> ), Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 80 g, Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Pomidorowa z zacierką * 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ), Ziemniaki gotowane () 200 g, Schab gotowany 100 g, Fasolka szparagowa z wody* 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> ), Serek homo. naturalny 80 g ( <u>MLE.</u> ), Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant b/c 150 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> ),
II Śniadanie: Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g, Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ), Pomidor 15 g,		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2004.05 kcal; Białko ogółem: 111.28 g; Tłuszcz: 45.46 g; Kw. tł. nasy.: 22.46 g; Węglowodany ogółem: 300.72 g; W tym cukry: 47.44 g; Błonnik pok.: 27.4 g; Sól: 9.68 g; WW: 27.53 Por; : 22.21 %; : 60.02 %; Ener. z T: 20.42 %; Ener. z Bł.: 2.73 %; K: 4345.71 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2024-09-30</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa</b>		
Plátky 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> ), Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 80 g , Ogórek kiszony 40 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Fasolowa z ziemniakami (*) 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ), Naleśniki z serem 200 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ), Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g ( <u>MLE,</u> ), Banan 1szt. 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 jaj z koperkiem -dieta 100 g ( <u>JAJ, MLE,</u> ), Pomidor 40 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Sałata zielona 10 g ,
<b>II Śniadanie:</b> Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <u>MLE,</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Herbatniki Be Be 14g 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2449.72 kcal; Białko ogółem: 99.74 g; Tłuszcz: 59.29 g; Kw. tł. nasy.: 26.19 g; Węglowodany ogółem: 390 g; W tym cukry: 137.16 g; Błonnik pok.: 22.92 g; Sól: 7.34 g; WW: 36.82 Por; : 16.29 %; : 63.68 %; Ener. z T: 21.78 %; Ener. z Bł.: 1.87 %; K: 3355.82 mg;

<b>poniedziałek 2024-09-30</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna</b>		
Plátky pszenne na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ), Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 80 g , Pomidor 40 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Dyniowa z ziemniakami(*) 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Kopytka ziemniaczane * 250 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ), Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g ( <u>MLE,</u> ), Banan 1szt. 1 szt , 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 jaj z koperkiem -dieta 100 g ( <u>JAJ, MLE,</u> ), Pomidor 40 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,
<b>II Śniadanie:</b> Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <u>MLE,</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Herbatniki Be Be 14g 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2439.54 kcal; Białko ogółem: 84.92 g; Tłuszcz: 57.89 g; Kw. tł. nasy.: 26.37 g; Węglowodany ogółem: 399.24 g; W tym cukry: 120.73 g; Błonnik pok.: 15.72 g; Sól: 5.65 g; WW: 38.44 Por; : 13.92 %; : 65.46 %; Ener. z T: 21.36 %; Ener. z Bł.: 1.29 %; K: 3135.23 mg;

<b>poniedziałek 2024-09-30</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa</b>		
Plátky 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> ), Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 40 g , Hummus 40 g ( <u>SEZ,</u> ), Ogórek kiszony 90 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana b/c 150 ml ,	Dyniowa z ziemniakami(*) 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Ziemniaki gotowane () 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ), Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g , Brokuł gotowany* 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, 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 jaj z koperkiem -dieta 60 g ( <u>JAJ, MLE,</u> ), Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g , Pomidor 90 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,
<b>II Śniadanie:</b> Sok pomidorowy 200 ml , Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Sałata zielona 5 g , Twarożek 25 g ( <u>MLE,</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ),	<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> ), Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 25 g ,	<b>Posiłek nocny:</b> Pomidor 15 g , Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ), Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g , Chleb razowy pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2739.3 kcal; Białko ogółem: 124.47 g; Tłuszcz: 79.52 g; Kw. tł. nasy.: 33.26 g; Węglowodany ogółem: 397.51 g; W tym cukry: 63.61 g; Błonnik pok.: 37.86 g; Sól: 15.24 g; WW: 35.99 Por; : 18.18 %; : 58.05 %; Ener. z T: 26.13 %; Ener. z Bł.: 2.76 %; K: 5733.58 mg;

<b>poniedziałek 2024-09-30</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa</b>		
Plátky 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> ), Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 80 g , Ogórek kiszony 90 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	Dyniowa z ziemniakami(*) 300 ml ( <u>GLU PSZ, 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 z marchwi z olejem b/c () 100 g , 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> ), Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g ( <u>JAJ, MLE,</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>MLE,</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Wafle ryżowe 30 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2074.77 kcal; Białko ogółem: 104.8 g; Tłuszcz: 55.18 g; Kw. tł. nasy.: 23.23 g; Węglowodany ogółem: 301.77 g; W tym cukry: 32.78 g; Błonnik pok.: 28.64 g; Sól: 10.19 g; WW: 27.26 Por; : 20.2 %; : 58.18 %; Ener. z T: 23.93 %; Ener. z Bł.: 2.76 %; K: 4625.17 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>wtorek 2024-10-01</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> ), Szyunka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 80 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR</u> ), Pomidor 40 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Brokułowa z ziemniakami (*) 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JĘCZ</u> ), Szyunka wieprzowa pieczona 120 g, Sos własny () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Salatką z buraczków i jabłka z olejem () 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Twarożek z koperkiem 80 g ( <u>MLE</u> ), Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 50 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> ),
II Śniadanie: Biszkopty 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ</u> ),		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2177.78 kcal; Białko ogółem: 108.57 g; Tłuszcz: 54.57 g; Kw. tł. nasy.: 22.54 g; Węglowodany ogółem: 329.61 g; W tym cukry: 83.36 g; Błonnik pok.: 23.88 g; Sól: 6.75 g; WW: 30.62 Por; : 19.94 %; : 60.54 %; Ener. z T: 22.55 %; Ener. z Bł.: 2.19 %; K: 3191.2 mg;

<b>wtorek 2024-10-01</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna</b>		
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> ), Szyunka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 80 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR</u> ), Pomidor 40 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Brokułowa z ziemniakami (*) 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JĘCZ</u> ), Szyunka 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> ), Surówka z marchwi i jabłka () 50 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> ),
II Śniadanie: Biszkopty 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ</u> ),		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2167.52 kcal; Białko ogółem: 112.47 g; Tłuszcz: 49.74 g; Kw. tł. nasy.: 22.01 g; Węglowodany ogółem: 333.57 g; W tym cukry: 89.38 g; Błonnik pok.: 22.04 g; Sól: 5.86 g; WW: 31.19 Por; : 20.76 %; : 61.56 %; Ener. z T: 20.65 %; Ener. z Bł.: 2.03 %; K: 3441.83 mg;

<b>wtorek 2024-10-01</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> ), Szyunka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR</u> ), Ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), Pomidor 90 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Brokułowa z ziemniakami (*) 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JĘCZ</u> ), Szyunka wieprzowa gotowana 120 g, Salatką z buraczków i jabłka z olejem () 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> ), Twarożek z koperkiem 40 g ( <u>MLE</u> ), Szyunka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g ( <u>SOJ</u> ), Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 100 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna granulowana b/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant b/c 150 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> ),
II Śniadanie: Andruty 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Baton szynkowy z kurcząt 25 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ), Ogórek kiszony 15 g,	Podwieczorek: Maślanka 200 ml ( <u>MLE</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Baton szynkowy z kurcząt 25 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ), Pomidor 15 g,	Posiłek nocny: Chleb razowy pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ), Salata zielona 5 g, Szyunka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g ( <u>SOJ</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2764.35 kcal; Białko ogółem: 140.42 g; Tłuszcz: 84.65 g; Kw. tł. nasy.: 37.36 g; Węglowodany ogółem: 373.75 g; W tym cukry: 52.62 g; Błonnik pok.: 31.13 g; Sól: 12.2 g; WW: 34.37 Por; : 20.32 %; : 54.08 %; Ener. z T: 27.56 %; Ener. z Bł.: 2.25 %; K: 4084.54 mg;

<b>wtorek 2024-10-01</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> ), Szyunka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 80 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR</u> ), Pomidor 90 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Brokułowa z ziemniakami (*) 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JĘCZ</u> ), Szyunka wieprzowa gotowana 120 g, Salatką z buraczków i jabłka z olejem () 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> ), Twarożek z koperkiem 80 g ( <u>MLE</u> ), Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 100 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna granulowana b/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant b/c 150 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> ),
II Śniadanie: Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ), Baton szynkowy z kurcząt 25 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u> ), Ogórek kiszony 15 g,		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2281.2 kcal; Białko ogółem: 117.9 g; Tłuszcz: 63.52 g; Kw. tł. nasy.: 25.9 g; Węglowodany ogółem: 320.65 g; W tym cukry: 57.06 g; Błonnik pok.: 31.24 g; Sól: 8.71 g; WW: 28.97 Por; : 20.67 %; : 56.22 %; Ener. z T: 25.06 %; Ener. z Bł.: 2.74 %; K: 4005.83 mg;