

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>czwartek 2024-12-05</b>		
<b>Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa</b>		
Kasza kukurydziana na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Baton szynkowy z kurcząt 80 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u> ), Pomidor 40 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Makaron 180 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Brokuł gotowany* 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Pasztet z fasoli* 70 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ), Pomidor 50 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,
II Śniadanie: Andruty 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> ),		Posiłek nocny: Banan 1szt. 1 szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2373.14 kcal; Białko ogółem: 82.12 g; Tłuszcz: 69.64 g; Kw. tł. nasy.: 19.44 g; Węglowodany ogółem: 368.06 g; W tym cukry: 93.11 g; Błonnik pok.: 27.81 g; Sól: 6.45 g; WW: 34.06 Por; : 13.84 %; : 62.04 %; Ener. z T: 26.41 %; Ener. z Bł.: 2.34 %; K: 3834.82 mg;

<b>czwartek 2024-12-05</b>		
<b>Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna</b>		
Kasza kukurydziana na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Baton szynkowy z kurcząt 80 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u> ), Pomidor 40 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Makaron 180 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Brokuł gotowany* 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80 g ( <u>SOJ</u> ), Pomidor 50 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,
II Śniadanie: Andruty 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> ),		Posiłek nocny: Banan 1szt. 1 szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2230.38 kcal; Białko ogółem: 88.54 g; Tłuszcz: 59.78 g; Kw. tł. nasy.: 18.23 g; Węglowodany ogółem: 346.2 g; W tym cukry: 91.86 g; Błonnik pok.: 21.53 g; Sól: 8.11 g; WW: 32.53 Por; : 15.88 %; : 62.09 %; Ener. z T: 24.12 %; Ener. z Bł.: 1.93 %; K: 3390.07 mg;

<b>czwartek 2024-12-05</b>		
<b>Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa</b>		
Kasza jęczmienna na mleku 250 ml ( <u>MLE, GLU JE CZ</u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ), Baton szynkowy z kurcząt 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u> ), Pomidor 90 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Makaron pełnoziarnisty 180 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Brokuł gotowany* 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <u>MLE, GLU OW</u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g ( <u>SOJ</u> ), Pasztet z fasoli* 40 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ), Pomidor 90 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,
II Śniadanie: 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: Salata zielona 5 g, Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ), Sok pomidorowy 200 ml, Twarożek 25 g ( <u>MLE</u> ),	Posiłek nocny: Chleb razowy pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ), Ser żółty 20 g ( <u>MLE</u> ), Ogórek kiszony 15 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2837.28 kcal; Białko ogółem: 119.62 g; Tłuszcz: 95.99 g; Kw. tł. nasy.: 36.5 g; Węglowodany ogółem: 387.62 g; W tym cukry: 51.85 g; Błonnik pok.: 36.35 g; Sól: 11.76 g; WW: 35.24 Por; : 16.86 %; : 54.65 %; Ener. z T: 30.45 %; Ener. z Bł.: 2.56 %; K: 4519.79 mg;

<b>czwartek 2024-12-05</b>		
<b>Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa</b>		
Kasza kukurydziana na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Baton szynkowy z kurcząt 80 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u> ), Pomidor 90 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Makaron pełnoziarnisty 180 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Brokuł gotowany* 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80 g ( <u>SOJ</u> ), Pomidor 90 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,
II Śniadanie: Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Pomidor 15 g, Baton szynkowy z kurcząt 25 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: Banan 1szt. 1 szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2245.6 kcal; Białko ogółem: 95.99 g; Tłuszcz: 65.6 g; Kw. tł. nasy.: 21.06 g; Węglowodany ogółem: 328.47 g; W tym cukry: 71.22 g; Błonnik pok.: 29.54 g; Sól: 10.25 g; WW: 30.02 Por; : 17.1 %; : 58.51 %; Ener. z T: 26.29 %; Ener. z Bł.: 2.63 %; K: 4041.18 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>piątek 2024-12-06</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa</b>		
Zacierka na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE<sub>1</sub></u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Twarożek 40 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Dżem 25 g, Jabłko 150 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Kalaforowa z ryżem * 300 ml ( <u>MLE, SEL<sub>1</sub></u> ), Ziemniaki gotowane () 200 g, Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g ( <u>RYB<sub>1</sub></u> ), Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></u> ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ<sub>1</sub></u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ<sub>1</sub></u> ), Ogórek kiszony 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,
II Śniadanie: Niespodzianka 1 szt,		Posiłek nocny: Herbatniki Be Be 16g 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE<sub>1</sub></u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1959.8 kcal; Białko ogółem: 88.94 g; Tłuszcz: 51.49 g; Kw. tł. nasy.: 20.03 g; Węglowodany ogółem: 294.3 g; W tym cukry: 72.42 g; Błonnik pok.: 19.91 g; Sól: 6.36 g; WW: 27.45 Por; : 18.15 %; : 60.07 %; Ener. z T: 23.65 %; Ener. z Bł.: 2.03 %; K: 3306.17 mg;

<b>piątek 2024-12-06</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna</b>		
Zacierka na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE<sub>1</sub></u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></u> ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ<sub>1</sub></u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Twarożek 40 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Dżem 25 g, Jabłko 150 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Kalaforowa z ryżem * 300 ml ( <u>MLE, SEL<sub>1</sub></u> ), Ziemniaki gotowane () 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> ), Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ<sub>1</sub></u> ), Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,
II Śniadanie: Niespodzianka 1 szt,		Posiłek nocny: Herbatniki Be Be 16g 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE<sub>1</sub></u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2011.84 kcal; Białko ogółem: 85.55 g; Tłuszcz: 47.79 g; Kw. tł. nasy.: 19.91 g; Węglowodany ogółem: 319.72 g; W tym cukry: 76.47 g; Błonnik pok.: 20.88 g; Sól: 5.15 g; WW: 29.9 Por; : 17.01 %; : 63.57 %; Ener. z T: 21.38 %; Ener. z Bł.: 2.08 %; K: 3360.99 mg;

<b>piątek 2024-12-06</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa</b>		
Zacierka na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE<sub>1</sub></u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Twarożek 40 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Szyńska wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 40 g, Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Kalaforowa z ryżem * 300 ml ( <u>MLE, SEL<sub>1</sub></u> ), Ziemniaki gotowane () 200 g, Pulpet rybny (Morszczuk) 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB<sub>1</sub></u> ), Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 100 g, Warzywa po grecku * (bez cukru) 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL<sub>1</sub></u> ), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Płatki jęczmienne na mleku 250 ml ( <u>MLE, GLU JECZ<sub>1</sub></u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ<sub>1</sub></u> ), Szyńska tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR<sub>1</sub></u> ), Ogórek kiszony 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,
II Śniadanie: Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></u> ), Maślanka 200 ml ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Pomidor 15 g, Szyńska wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 25 g,	Podwieczorek: Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Kielbasa Krakowska wieprzowa parzona grubo rozdrobniona wędzona w osłonce niejadalnej 25 g ( <u>GOR<sub>1</sub></u> ), Sałata zielona 5 g, Mandarynka 2 szt,	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> ), Ser żółty 20 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Sałata zielona 5 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2826.18 kcal; Białko ogółem: 142.86 g; Tłuszcz: 82.22 g; Kw. tł. nasy.: 36.45 g; Węglowodany ogółem: 393.96 g; W tym cukry: 65.75 g; Błonnik pok.: 32.92 g; Sól: 14.2 g; WW: 36.12 Por; : 20.22 %; : 55.76 %; Ener. z T: 26.18 %; Ener. z Bł.: 2.33 %; K: 4925.87 mg;

<b>piątek 2024-12-06</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa</b>		
Zacierka na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE<sub>1</sub></u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Twarożek 80 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Kalaforowa z ryżem * 300 ml ( <u>MLE, SEL<sub>1</sub></u> ), Ziemniaki gotowane () 200 g, Pulpet rybny (Morszczuk) 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB<sub>1</sub></u> ), Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g, Warzywa po grecku * (bez cukru) 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL<sub>1</sub></u> ), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ<sub>1</sub></u> ), Ogórek kiszony 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,
II Śniadanie: Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Szyńska wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 25 g, Pomidor 15 g,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 30 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2164.55 kcal; Białko ogółem: 105.73 g; Tłuszcz: 57.82 g; Kw. tł. nasy.: 23.58 g; Węglowodany ogółem: 316.66 g; W tym cukry: 31.34 g; Błonnik pok.: 25.44 g; Sól: 9.33 g; WW: 29.1 Por; : 19.54 %; : 58.52 %; Ener. z T: 24.04 %; Ener. z Bł.: 2.35 %; K: 3933 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>sobota 2024-12-07</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa</b>		
Płatki pszenne na mleku 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ), Szyunkowa 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,	Dyniowa z makaronem* 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ), Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <b>GLU JECZ</b> ), Potrawka drobiowa z warzywami* 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ), Szyunka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 80 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR</b> ), Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ), Pomidor 40 g,
<b>II Śniadanie:</b> Koktajl wieloowocowy* 200 ml ( <b>MLE</b> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Chrupki kukurydziane 20 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2101.55 kcal; Białko ogółem: 94.47 g; Tłuszcz: 52.74 g; Kw. tł. nasy.: 20.64 g; Węglowodany ogółem: 321.94 g; W tym cukry: 80.05 g; Błonnik pok.: 26.33 g; Sól: 9.55 g; WW: 29.51 Por; : 17.98 %; : 61.28 %; Ener. z T: 22.59 %; Ener. z Bł.: 2.51 %; K: 2672.18 mg;

<b>sobota 2024-12-07</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna</b>		
Płatki pszenne na mleku 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ), Szyunkowa 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,	Dyniowa z makaronem* 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ), Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <b>GLU JECZ</b> ), Potrawka drobiowa z warzywami* 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ), Szyunka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 80 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR</b> ), Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ), Pomidor 40 g,
<b>II Śniadanie:</b> Koktajl wieloowocowy* 200 ml ( <b>MLE</b> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Chrupki kukurydziane 20 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2111.05 kcal; Białko ogółem: 95.02 g; Tłuszcz: 52.84 g; Kw. tł. nasy.: 20.63 g; Węglowodany ogółem: 323.19 g; W tym cukry: 80.15 g; Błonnik pok.: 25.58 g; Sól: 9.23 g; WW: 29.71 Por; : 18 %; : 61.24 %; Ener. z T: 22.53 %; Ener. z Bł.: 2.42 %; K: 2660.18 mg;

<b>sobota 2024-12-07</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa</b>		
Płatki pszenne na mleku 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ), Hummus 40 g ( <b>SEZ</b> ), Szyunkowa 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,	Dyniowa z makaronem* 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ), Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <b>GLU JECZ</b> ), Potrawka drobiowa z warzywami* 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ), Dynia duszona z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ), Serek homo. naturalny 40 g ( <b>MLE</b> ), Szyunka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR</b> ), Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant b/c 150 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ),
<b>II Śniadanie:</b> Mus z truskawek* b/c 100 g, Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ), Jajko gotowane ki M 0.50 szt ( <b>JAJ</b> ), Sałata zielona 5 g,	<b>Podwieczorek:</b> Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ), Pomidor 15 g, Banan 1szt. 1 szt, Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Twarożek 25 g ( <b>MLE</b> ),	<b>Posiłek nocny:</b> Chleb razowy pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ), Twaróg półtłusty 20 g ( <b>MLE</b> ), Pomidor 15 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2669.69 kcal; Białko ogółem: 109.49 g; Tłuszcz: 76.41 g; Kw. tł. nasy.: 30.38 g; Węglowodany ogółem: 399.14 g; W tym cukry: 87.76 g; Błonnik pok.: 37.47 g; Sól: 10.4 g; WW: 36.22 Por; : 16.41 %; : 59.8 %; Ener. z T: 25.76 %; Ener. z Bł.: 2.81 %; K: 4128.31 mg;

<b>sobota 2024-12-07</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa</b>		
Płatki pszenne na mleku 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ), Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ), Szyunkowa 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,	Dyniowa z makaronem* 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ), Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <b>GLU JECZ</b> ), Potrawka drobiowa z warzywami* 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g, Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ), Szyunka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 80 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR</b> ), Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant b/c 150 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ),
<b>II Śniadanie:</b> Mus z truskawek* b/c 100 g,		<b>Posiłek nocny:</b> Chrupki kukurydziane 20 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1956.35 kcal; Białko ogółem: 93.47 g; Tłuszcz: 52.45 g; Kw. tł. nasy.: 19.21 g; Węglowodany ogółem: 290.29 g; W tym cukry: 48.86 g; Błonnik pok.: 31.07 g; Sól: 9.8 g; WW: 25.91 Por; : 19.11 %; : 59.35 %; Ener. z T: 24.13 %; Ener. z Bł.: 3.18 %; K: 3189.25 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>niedziela 2024-12-08</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa</b>		
Kasza manna na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Kielbasa Krakowska wieprzowa parzona grubo rozdrobniona wędzona w osłonce niejadalnej 80 g ( <u>GOR,</u> ), Pomidor 50 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Pomidorowa z makaronem * 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Ziemniaki gotowane () 200 g, Kotlet schabowy 150 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ), Kapusta zasmażana () 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Ser żółty 60 g ( <u>MLE,</u> ), Sałatka 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 JEĆZ,</u> ),
<b>II Śniadanie:</b> Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Jabłko 1 szt 1 szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 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 2024-12-08</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna</b>		
Kasza manna na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ), Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejadł 80 g, Pomidor 50 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Pomidorowa z makaronem * 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Ziemniaki 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>GLU PSZ,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Twarożek z koperkiem 80 g ( <u>MLE,</u> ), Sałatka 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 JEĆZ,</u> ),
<b>II Śniadanie:</b> Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Banan 1szt. 1 szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2338.62 kcal; Białko ogółem: 112.75 g; Tłuszcz: 51.84 g; Kw. tł. nasy.: 22.95 g; Węglowodany ogółem: 361.18 g; W tym cukry: 95.49 g; Błonnik pok.: 17.89 g; Sól: 7.02 g; WW: 34.52 Por; : 19.29 %; : 61.78 %; Ener. z T: 19.95 %; Ener. z Bł.: 1.53 %; K: 4202.3 mg;

<b>niedziela 2024-12-08</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa</b>		
Kasza jaglana na mleku 250 ml ( <u>MLE,</u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Serek wiejski ziemisty 40 g ( <u>MLE,</u> ), Kielbasa Krakowska wieprzowa parzona grubo rozdrobniona wędzona w osłonce niejadalnej 40 g ( <u>GOR,</u> ), Pomidor 90 g, Sałatka 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>GLU PSZ,</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> ), Szynekowa wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 40 g, Sałatka 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 JEĆZ,</u> ),
<b>II Śniadanie:</b> Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Andruty 1 szt ( <u>GLU PSZ,</u> ), Ogórek kiszony 15 g, Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ), Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejadł 25 g,	<b>Podwieczorek:</b> Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ), Szynekowa wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 25 g, Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ), Sałatka 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> ), Rzodkiew biała 15 g, Jajko gotowane kl M 0.50 szt ( <u>JAJ,</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2675.82 kcal; Białko ogółem: 137.26 g; Tłuszcz: 84.75 g; Kw. tł. nasy.: 39.77 g; Węglowodany ogółem: 352.82 g; W tym cukry: 39.51 g; Błonnik pok.: 25.5 g; Sól: 12.24 g; WW: 32.9 Por; : 20.52 %; : 52.74 %; Ener. z T: 28.51 %; Ener. z Bł.: 1.91 %; K: 4078.88 mg;

<b>niedziela 2024-12-08</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa</b>		
Kasza manna na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejadł 80 g, Pomidor 90 g, Sałatka 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>GLU PSZ,</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> ), Sałatka 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 JEĆZ,</u> ),
<b>II Śniadanie:</b> Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Sok wielowarzywny pasteryzowany 200 ml, Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejadł 25 g, Ogórek kiszony 15 g, Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Jabłko 1 szt 1 szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2227.1 kcal; Białko ogółem: 117.09 g; Tłuszcz: 58.63 g; Kw. tł. nasy.: 25.42 g; Węglowodany ogółem: 318.47 g; W tym cukry: 53.63 g; Błonnik pok.: 25.32 g; Sól: 11.97 g; WW: 29.47 Por; : 21.03 %; : 57.2 %; Ener. z T: 23.69 %; Ener. z Bł.: 2.27 %; K: 4261.94 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2024-12-09</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa</b>		
Plátky jęczmieńne na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> , <u>GLU JECZ.</u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 80 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ), Pomidor 40 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Brokulowa 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</u> , <u>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</u> , <u>MLE</u> ), Salata zielona 10 g, Pomidor 40 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,
<b>II Śniadanie:</b> Jogurt brzoskwinowy 100g 1 szt ( <u>MLE</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Biszkopty 30 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>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 2024-12-09</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna</b>		
Plátky jęczmieńne na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> , <u>GLU JECZ.</u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u> ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Szynka 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,	Brokulowa 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</u> , <u>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</u> , <u>MLE</u> ), Salata zielona 10 g, Pomidor 40 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,
<b>II Śniadanie:</b> Jogurt brzoskwinowy 100g 1 szt ( <u>MLE</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Biszkopty 30 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>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 2024-12-09</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa</b>		
Plátky jęczmieńne na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> , <u>GLU JECZ.</u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ), Serek homo. naturalny 40 g ( <u>MLE</u> ), Pomidor 90 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Brokulowa 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</u> , <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> ), Pasta z twarogu i makreli wędzonej** 30 g ( <u>RYB</u> , <u>MLE</u> ), Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g ( <u>SOJ.</u> ), Pomidor 90 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,
<b>II Śniadanie:</b> Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u> ), Pomidor 15 g, Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ),	<b>Podwieczorek:</b> Salata zielona 5 g, Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u> ), Kefir 2 % tł 200g 1 szt ( <u>MLE</u> ), Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g ( <u>SOJ.</u> ),	<b>Posiłek nocny:</b> Szynka 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</u> , <u>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 2024-12-09</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa</b>		
Plátky jęczmieńne na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> , <u>GLU JECZ.</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 80 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ), Pomidor 90 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Brokulowa 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,	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z twarogu i ryby got.(miruna) z koperkiem 80 g ( <u>RYB</u> , <u>MLE</u> ), Pomidor 90 g, Salata 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> Podpłomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</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;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>wtorek 2024-12-10</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa</b>		
Kasza kukurydziana na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE</u> ), Ogórek kiszony 50 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Pieczarkowa z ziemniakami * () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JECZ</u> ), Bitka z szynki wieprzowej 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Sos własny () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 80 g, Pomidor 40 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ),
II Śniadanie: Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ),		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2235.86 kcal; Białko ogółem: 98.77 g; Tłuszcz: 64.56 g; Kw. tł. nasy.: 23.32 g; Węglowodany ogółem: 323.66 g; W tym cukry: 64.82 g; Błonnik pok.: 22.46 g; Sól: 9.89 g; WW: 30.15 Por; : 17.67 %; : 57.9%; Ener. z T: 25.99 %; Ener. z Bł.: 2.01 %; K: 2868.4 mg;

<b>wtorek 2024-12-10</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna</b>		
Kasza kukurydziana na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Baton szynkowy z kurczątką 80 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u> ), Jabłko 1 szt 1 szt, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Jarzynowa z ziemniakami * 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JECZ</u> ), Bitka z szynki wieprzowej 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Sos własny () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Dynia duszona z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 80 g, Pomidor 40 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ),
II Śniadanie: Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ),		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2297.96 kcal; Białko ogółem: 98.72 g; Tłuszcz: 64.37 g; Kw. tł. nasy.: 20.5 g; Węglowodany ogółem: 338.44 g; W tym cukry: 81.98 g; Błonnik pok.: 23.47 g; Sól: 9.07 g; WW: 31.5 Por; : 17.18 %; : 58.91%; Ener. z T: 25.21 %; Ener. z Bł.: 2.04 %; K: 2795.15 mg;

<b>wtorek 2024-12-10</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> ), Baton szynkowy z kurczątką 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u> ), Serek wiejski ziarnisty 40 g ( <u>MLE</u> ), Ogórek kiszony 100 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Jarzynowa z ziemniakami * 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JECZ</u> ), Bitka z szynki wieprzowej 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Surówka z kapusty pekińskiej 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> ), Twaróg półtłusty 40 g ( <u>MLE</u> ), Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g, Pomidor 90 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant b/c 150 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ),
II Śniadanie: Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Sok pomidorowy 200 ml, Salata zielona 5 g, Jajko gotowane kl M 0.50 szt ( <u>JAJ</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: Pomidor 15 g, Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g, Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ),	Posiłek nocny: Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ), Twaróg półtłusty 20 g ( <u>MLE</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Pomidor 15 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2572.25 kcal; Białko ogółem: 124.93 g; Tłuszcz: 84.21 g; Kw. tł. nasy.: 34.98 g; Węglowodany ogółem: 339.73 g; W tym cukry: 40.06 g; Błonnik pok.: 29.56 g; Sól: 13.79 g; WW: 31.07 Por; : 19.43 %; : 52.83 %; Ener. z T: 29.46 %; Ener. z Bł.: 2.3 %; K: 3798.43 mg;

<b>wtorek 2024-12-10</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa</b>		
Kasza kukurydziana na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Baton szynkowy z kurczątką 80 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u> ), Ogórek kiszony 100 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Jarzynowa z ziemniakami * 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JECZ</u> ), Bitka z szynki wieprzowej 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Sos własny () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Surówka z kapusty pekińskiej 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> ), Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 80 g, Pomidor 90 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant b/c 150 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ),
II Śniadanie: Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Jajko gotowane kl M 0.50 szt ( <u>JAJ</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ), Salata zielona 5 g,		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2235.85 kcal; Białko ogółem: 105.92 g; Tłuszcz: 71.2 g; Kw. tł. nasy.: 24.46 g; Węglowodany ogółem: 303.17 g; W tym cukry: 45.3 g; Błonnik pok.: 27.41 g; Sól: 12.3 g; WW: 27.52 Por; : 18.95 %; : 54.24 %; Ener. z T: 28.66 %; Ener. z Bł.: 2.45 %; K: 3299.64 mg;