

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>środa 2024-12-11</b>		
<b>Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa</b>		
Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU OW,</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> ), Ser żółty 60 g ( <b>MLE,</b> ), Sałata zielona 10 g , Pomidor 40 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*( ) 300 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JĘCZ,</b> ), Ziemniaki gotowane ( ) 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 120 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> ), Sos jarzynowy * 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ), Ćwikła z chrzanem ( ) 100 g ( <b>MLE, S02,</b> ), 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> ), Pasta z fasoli 70 g , 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 ( <b>MLE,</b> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Mandarynka 2 szt ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2391.86 kcal; Białko ogółem: 96.55 g; Tłuszcz: 62.18 g; Kw. tł. nasy.: 31.41 g; Węglowodany ogółem: 379.37 g; W tym cukry: 100.07 g; Błonnik pok.: 32.93 g; Sól: 7.17 g; WW: 34.64 Por; : 16.15 %; : 63.45 %; Ener. z T: 23.4 %; Ener. z Bt.: 2.75 %; K: 4974.41 mg;

<b>środa 2024-12-11</b>		
<b>Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna</b>		
Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU OW,</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> ), Serek homo. naturalny 80 g ( <b>MLE,</b> ), Sałata zielona 10 g , Pomidor 40 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*( ) 300 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JĘCZ,</b> ), Ziemniaki gotowane ( ) 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 120 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> ), Sos jarzynowy * 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ), Buraczki oprószane ( ) 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ), 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> ), Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80 g ( <b>SOJ,</b> ), 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 ( <b>MLE,</b> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Banan 1szt. 1 szt ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2234.89 kcal; Białko ogółem: 97.26 g; Tłuszcz: 44.39 g; Kw. tł. nasy.: 19.38 g; Węglowodany ogółem: 374.18 g; W tym cukry: 116.78 g; Błonnik pok.: 23.17 g; Sól: 7.18 g; WW: 35.23 Por; : 17.41 %; : 66.97 %; Ener. z T: 17.88 %; Ener. z Bt.: 2.07 %; K: 4678.48 mg;

<b>środa 2024-12-11</b>		
<b>Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa</b>		
Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU OW,</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> ), Ser żółty 30 g ( <b>MLE,</b> ), Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR,</b> ), Pomidor 90 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*( ) 300 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JĘCZ,</b> ), Ziemniaki gotowane ( ) 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 120 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> ), Ćwikła z chrzanem ( ) 100 g ( <b>MLE, S02,</b> ), Kalafior gotowany* 100 g , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml ,	Ryż na mleku 250 ml ( <b>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> ), Pasta z fasoli 40 g , Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g ( <b>SOJ,</b> ), Pomidor 90 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Sałata zielona 10 g ,
<b>II Śniadanie:</b> Maślanka 200 ml ( <b>MLE,</b> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ), Pomidor 15 g , Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE,</b> ), Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 25 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR,</b> ),	<b>Podwieczorek:</b> Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ), Mandarynka 2 szt , Sałata zielona 5 g , Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g ( <b>SOJ,</b> ), Masło extra 82% 5 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> ), Jajko gotowane kl M 0.50 szt ( <b>JAJ,</b> ), Sałata zielona 5 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2793.71 kcal; Białko ogółem: 131.62 g; Tłuszcz: 75.24 g; Kw. tł. nasy.: 35.57 g; Węglowodany ogółem: 416.74 g; W tym cukry: 75.58 g; Błonnik pok.: 38.3 g; Sól: 12.24 g; WW: 37.93 Por; : 18.85 %; : 59.67 %; Ener. z T: 24.24 %; Ener. z Bt.: 2.74 %; K: 5773.79 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-12-11	Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa	
Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ), Serek homo. naturalny 80 g ( <u>MLE.</u> ), Sałata zielona 10 g , Pomidor 90 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*() 300 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</u> ), Ziemniaki gotowane () 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ), Sos jarzynowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ), Ćwikła z chrzanem () 100 g ( <u>MLE, SO2.</u> ), Kalafior 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> ), Szyńka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80 g ( <u>SOJ.</u> ), Pomidor 90 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Sałata zielona 10 g ,
<b>II Śniadanie:</b> Maślanka 200 ml ( <u>MLE.</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Mandarynka 2 szt ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1927.54 kcal; Białko ogółem: 100.17 g; Tłuszcz: 41.42 g; Kw. tł. nasy.: 17.58 g; Węglowodany ogółem: 304.2 g; W tym cukry: 64.22 g; Błonnik pok.: 29.01 g; Sól: 8.08 g; WW: 27.56 Por; : 20.79 %; : 63.13 %; Ener. z T: 19.34 %; Ener. z Bł.: 3.01 %; K: 4998.31 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>czwartek 2024-12-12      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> ), Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 80 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Pomidor 40 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Barszcz biały z ziemniakami (*) 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT<sub>1</sub></u> ), Gołąbki z ryżem i wieprzowiną 200 g ( <u>JAJ</u> ), Ziemniaki gotowane ( ) 200 g , Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ<sub>1</sub></u> ), Sałata zielona z jogurtem 60 g ( <u>MLE<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> ), Szyunka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 80 g , Sałatka jarzynowa z olejem* 50 g ( <u>SEL<sub>1</sub></u> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,
II Śniadanie: Koktajl wieloowocowy* 200 ml ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ),		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2274.01 kcal; Białko ogółem: 93.94 g; Tłuszcz: 55.47 g; Kw. tł. nasy.: 23.14 g; Węglowodany ogółem: 363.27 g; W tym cukry: 88.92 g; Błonnik pok.: 28.86 g; Sól: 7.15 g; WW: 33.56 Por; : 16.52 %; : 63.9 %; Ener. z T: 21.95 %; Ener. z Bł.: 2.54 %; K: 4627.06 mg;

<b>czwartek 2024-12-12      Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna</b>		
Zacierka na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE<sub>1</sub></u> ), Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ<sub>1</sub></u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Pasta z twarogu z koperkiem 80 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Pomidor 40 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Ziemniaczana * ( ) 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL<sub>1</sub></u> ), Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 250 g ( <u>SEL<sub>1</sub></u> ), Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ<sub>1</sub></u> ), Sałata zielona z jogurtem 60 g ( <u>MLE<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> ), Szyunka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 80 g , Sałatka jarzynowa z olejem* 50 g ( <u>SEL<sub>1</sub></u> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,
II Śniadanie: Koktajl wieloowocowy* 200 ml ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ),		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2078.19 kcal; Białko ogółem: 90.96 g; Tłuszcz: 53.01 g; Kw. tł. nasy.: 22.23 g; Węglowodany ogółem: 319.64 g; W tym cukry: 84.6 g; Błonnik pok.: 21.82 g; Sól: 5.61 g; WW: 29.83 Por; : 17.51 %; : 61.52 %; Ener. z T: 22.96 %; Ener. z Bł.: 2.1 %; K: 3174.6 mg;

<b>czwartek 2024-12-12      Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa</b>		
Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEZC<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 twarogu ze szczypiorkiem 40 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), 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 ,	Barszcz biały z ziemniakami (*) 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT<sub>1</sub></u> ), Gołąbki z ryżem brązowym i wieprzowiną 200 g ( <u>JAJ</u> ), Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ<sub>1</sub></u> ), Ziemniaki gotowane ( ) 200 g , Sałata zielona z jogurtem 60 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml ,	Ryż na mleku 250 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> ), Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ), Szyunka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 40 g , Sałatka jarzynowa z olejem* 100 g ( <u>SEL<sub>1</sub></u> ), 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> ), Szyunkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g ,	Podwieczorek: Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Sałata zielona 5 g , Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></u> ), Szyunka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 25 g , Mus z truskawek* b/c 100 g ,	Posiłek nocny: Sałata zielona 5 g , Ser żółty 20 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2799.45 kcal; Białko ogółem: 120.48 g; Tłuszcz: 88.02 g; Kw. tł. nasy.: 39.26 g; Węglowodany ogółem: 395.76 g; W tym cukry: 46.73 g; Błonnik pok.: 34.68 g; Sól: 12.15 g; WW: 36.28 Por; : 17.21 %; : 56.55 %; Ener. z T: 28.3 %; Ener. z Bł.: 2.48 %; K: 5000.12 mg;

<b>czwartek 2024-12-12      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> ), Pasta z twarogu z koperkiem 80 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Pomidor 90 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	Ziemniaczana * ( ) 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL<sub>1</sub></u> ), Gołąbki z ryżem i wieprzowiną 200 g ( <u>JAJ</u> ), Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ<sub>1</sub></u> ), Ziemniaki gotowane ( ) 200 g , Sałata zielona z jogurtem 60 g ( <u>MLE<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> ), Szyunka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 80 g , Sałatka jarzynowa z olejem* 100 g ( <u>SEL<sub>1</sub></u> ), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,

## Jadłospisy dla oddziałów

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

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2229.68 kcal; Białko ogółem: 97.45 g; Tłuszcz: 60.76 g; Kw. tł. nasy.: 23.1 g; Węglowodany ogółem: 338.81 g; W tym cukry: 58.44 g; Błonnik pok.: 31.25 g; Sól: 7.58 g; WW: 30.87 Por; : 17.48 %; : 60.78 %; Ener. z T: 24.52 %; Ener. z Bł.: 2.8 %; K: 5088.59 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>piątek 2024-12-13</b>		
<b>Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa</b>		
Płatki pszenne na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Twaróg półtłusty 40 g ( <u>MLE,</u> ), Dżem 25 g, Jabłko 150 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Dyniowa z makaronem* 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Ziemiaki gotowane () 200 g, Kotlet z ryby (Morszczuk) 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u> ), Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Pasta z jaj z natką pietruszki - 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> Bułka maślana 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Chrupki kukurydziane 20 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2310.26 kcal; Białko ogółem: 87.56 g; Tłuszcz: 68.78 g; Kw. tł. nasy.: 21.6 g; Węglowodany ogółem: 344.66 g; W tym cukry: 78.41 g; Błonnik pok.: 25.09 g; Sól: 5.13 g; WW: 31.9 Por; : 15.16 %; : 59.67 %; Ener. z T: 26.8 %; Ener. z Bł.: 2.17 %; K: 3554.32 mg;

<b>piątek 2024-12-13</b>		
<b>Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna</b>		
Płatki pszenne na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Twaróg półtłusty 40 g ( <u>MLE,</u> ), Dżem 25 g, Jabłko 1 szt 1 szt, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Dyniowa z makaronem* 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Ziemiaki gotowane () 200 g, Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <u>RYB,</u> ), Szpinak gotowany 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> ), Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g ( <u>JAJ, MLE,</u> ), Pomidor 40 g, Sałata zielona 20 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> Chrupki kukurydziane 20 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2065.16 kcal; Białko ogółem: 95.85 g; Tłuszcz: 53.23 g; Kw. tł. nasy.: 20.45 g; Węglowodany ogółem: 309.75 g; W tym cukry: 72.23 g; Błonnik pok.: 21.61 g; Sól: 4.6 g; WW: 28.81 Por; : 18.56 %; : 59.99 %; Ener. z T: 23.2 %; Ener. z Bł.: 2.09 %; K: 3592.85 mg;

<b>piątek 2024-12-13</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> ), Szynek drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g, Twaróg półtłusty 40 g ( <u>MLE,</u> ), Sałata zielona 10 g, Jabłko 150 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Dyniowa z makaronem* 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Ziemiaki gotowane () 200 g, Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <u>RYB,</u> ), Szpinak gotowany 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,	Kasza jaglana na mleku 200 ml ( <u>MLE,</u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g ( <u>JAJ, MLE,</u> ), Szynek tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR,</u> ), Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,
<b>II Śniadanie:</b> Kefir 2% tł 200 ml ( <u>MLE,</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Pomidor 15 g, Szynek drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g, Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ),	<b>Podwieczorek:</b> Sałata zielona 5 g, Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Jabłko 1 szt 1 szt, Szynek tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 25 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR,</u> ),	<b>Posiłek nocny:</b> Ogórek kiszony 15 g, Szynek drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g, Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2749.97 kcal; Białko ogółem: 141.53 g; Tłuszcz: 77.24 g; Kw. tł. nasy.: 33.27 g; Węglowodany ogółem: 387.03 g; W tym cukry: 76.9 g; Błonnik pok.: 34.97 g; Sól: 12.15 g; WW: 35.26 Por; : 20.59 %; : 56.3 %; Ener. z T: 25.28 %; Ener. z Bł.: 2.54 %; K: 4918.11 mg;

<b>piątek 2024-12-13</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> ), Twaróg półtłusty 80 g ( <u>MLE,</u> ), Sałata zielona 10 g, Pomidor 40 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Dyniowa z makaronem* 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Ziemiaki gotowane () 200 g, Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <u>RYB,</u> ), Szpinak gotowany 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 razowy pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g ( <u>JAJ, MLE,</u> ), Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,

## Jadłospisy dla oddziałów

<b>II Śniadanie:</b> Kefir 2% tł 200 ml ( <b><u>MLE</u></b> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Chrupki kukurydziane 20 g ,
--	--	---

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2019.7 kcal; Białko ogółem: 111.13 g; Tłuszcz: 58.35 g; Kw. tł. nasy.: 24.31 g; Węglowodany ogółem: 274.04 g; W tym cukry: 39.23 g; Błonnik pok.: 25.25 g; Sól: 6.36 g; WW: 24.97 Por; : 22.01 %; : 54.27 %; Ener. z T: 26 %; Ener. z Bt.: 2.5 %; K: 4262.66 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>sobota 2024-12-14</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> ), Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 80 g, Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Grochowa z ziemniakami (*) 300 ml ( <u>GLUPSZ, SEL<sub>1</sub></u> ), Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JĘCZ<sub>1</sub></u> ), Gulasz wieprzowy- dieta 200 g ( <u>GLUPSZ</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>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> ), Parówki drobiowe z cielęciną homogenizowane, wędzone, parzone 70 g, Ketchup 20 g ( <u>SEL<sub>1</sub></u> ), Sałata zielona 10 g, Ogórek kiszony 40 g, Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ<sub>1</sub></u> ),
<b>II Śniadanie:</b> Sok jabłkowy 200 ml,		<b>Posiłek nocny:</b> Banan 1szt. 1 szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2558.26 kcal; Białko ogółem: 104.77 g; Tłuszcz: 70.51 g; Kw. tł. nasy.: 23.34 g; Węglowodany ogółem: 371.02 g; W tym cukry: 114.72 g; Błonnik pok.: 27.17 g; Sól: 9.79 g; WW: 34.48 Por; : 16.38 %; : 58.01 %; Ener. z T: 24.81 %; Ener. z Bł.: 2.12 %; K: 3918.09 mg;

<b>sobota 2024-12-14</b>		
<b>Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna</b>		
Ryż na mleku 250 ml ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLUPSZ<sub>1</sub></u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 80 g, Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Selerowa z ziemniakami * () 300 ml ( <u>MLE, SEL<sub>1</sub></u> ), Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JĘCZ<sub>1</sub></u> ), Gulasz wieprzowy- dieta 200 g ( <u>GLUPSZ<sub>1</sub></u> ), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLUPSZ<sub>1</sub></u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Szynka wędzona-pr.dr.wędzony, parzony 80 g, Sałata zielona 10 g, Pomidor 40 g, Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ<sub>1</sub></u> ),
<b>II Śniadanie:</b> Sok jabłkowy 200 ml,		<b>Posiłek nocny:</b> Banan 1szt. 1 szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2376.53 kcal; Białko ogółem: 108.47 g; Tłuszcz: 60.77 g; Kw. tł. nasy.: 23.74 g; Węglowodany ogółem: 360.2 g; W tym cukry: 115.8 g; Błonnik pok.: 23.17 g; Sól: 7.92 g; WW: 33.84 Por; : 18.26 %; : 60.63 %; Ener. z T: 23.01 %; Ener. z Bł.: 1.95 %; K: 4036.17 mg;

<b>sobota 2024-12-14</b>		
<b>Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa</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> ), Ser żółty 30 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g, Pomidor 100 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Grochowa z ziemniakami (*) 300 ml ( <u>GLUPSZ, SEL<sub>1</sub></u> ), Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JĘCZ<sub>1</sub></u> ), Gulasz wieprzowy- dieta 200 g ( <u>GLUPSZ</u> ), Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 100 g, Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <u>MLE, GLU OW<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> ), Twaróg półtłusty 40 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Szynka wędzona-pr.dr.wędzony, parzony 40 g, Ogórek kiszony 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,
<b>II Śniadanie:</b> Andruty 1 szt ( <u>GLUPSZ</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></u> ), Sałata zielona 5 g, Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g,	<b>Podwieczorek:</b> Pomidor 15 g, Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Twarożek 25 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></u> ), Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ),	<b>Posiłek nocny:</b> Chleb razowy pszenno-żytni 30 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></u> ), Sałata zielona 5 g, Twaróg półtłusty 20 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2981.95 kcal; Białko ogółem: 146.56 g; Tłuszcz: 98.35 g; Kw. tł. nasy.: 44.24 g; Węglowodany ogółem: 393.44 g; W tym cukry: 42.08 g; Błonnik pok.: 33.12 g; Sól: 14.21 g; WW: 36.11 Por; : 19.66 %; : 52.78 %; Ener. z T: 29.68 %; Ener. z Bł.: 2.22 %; K: 3722.43 mg;

<b>sobota 2024-12-14</b>		
<b>Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa</b>		
Ryż na mleku 250 ml ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 80 g, Pomidor 100 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Selerowa z ziemniakami * () 300 ml ( <u>MLE, SEL<sub>1</sub></u> ), Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JĘCZ<sub>1</sub></u> ), Gulasz wieprzowy- dieta 200 g ( <u>GLUPSZ</u> ), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g, Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Szynka wędzona-pr.dr.wędzony, parzony 80 g, Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant b/c 150 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ<sub>1</sub></u> ),

## Jadłospisy dla oddziałów

<b>II Śniadanie:</b> Sok pomidorowy 200 ml ,		<b>Posiłek nocny:</b> Banan 1szt. 1 szt ,
--	--	---

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2259.54 kcal; Białko ogółem: 109.73 g; Tłuszcz: 64.98 g; Kw. tł. nasy.: 24.25 g; Węglowodany ogółem: 323.69 g; W tym cukry: 79.81 g; Błonnik pok.: 30.51 g; Sól: 11.65 g; WW: 29.5 Por; : 19.43 %; : 57.3 %; Ener. z T: 25.88 %; Ener. z Bł.: 2.7 %; K: 4813.87 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>niedziela 2024-12-15</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa</b>		
Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU OW.</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> ), Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80 g ( <b>SOJ.</b> ), Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Rosół z makaronem * 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ), Ziemniaki gotowane () 200 g, Czwartka z kurczaka pieczona 150 g, Surówka Colesław () 100 g ( <b>JAJ, MLE, GOR.</b> ), 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> ), Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE.</b> ), Papryka świeża 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ),
<b>II Śniadanie:</b> Jabłko 150 g, Galaretka owocowa 100 g,		<b>Posiłek nocny:</b> Herbatniki Be Be 16g 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2463.16 kcal; Białko ogółem: 131.88 g; Tłuszcz: 80.63 g; Kw. tł. nasy.: 29.84 g; Węglowodany ogółem: 315.65 g; W tym cukry: 78.97 g; Błonnik pok.: 22.79 g; Sól: 7.69 g; WW: 29.48 Por; : 21.42 %; : 51.26 %; Ener. z T: 29.46 %; Ener. z Bł.: 1.85 %; K: 4105.33 mg;

<b>niedziela 2024-12-15</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna</b>		
Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ), Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ), Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80 g ( <b>SOJ.</b> ), Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Rosół z makaronem * 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ), Ziemniaki gotowane () 200 g, Czwartka z kurczaka gotowana 150 g, Brokuł gotowany* 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ), Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE.</b> ), Sałata zielona 10 g, Pomidor 40 g, Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ),
<b>II Śniadanie:</b> Jabłko 1 szt 1 szt, Galaretka owocowa 100 g,		<b>Posiłek nocny:</b> Herbatniki Be Be 16g 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2405.4 kcal; Białko ogółem: 135.89 g; Tłuszcz: 74.38 g; Kw. tł. nasy.: 29.27 g; Węglowodany ogółem: 309.95 g; W tym cukry: 73.37 g; Błonnik pok.: 19.58 g; Sól: 6.77 g; WW: 29.16 Por; : 22.6 %; : 51.54 %; Ener. z T: 27.83 %; Ener. z Bł.: 1.63 %; K: 4271.01 mg;

<b>niedziela 2024-12-15</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa</b>		
Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU OW.</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> ), Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g ( <b>SOJ.</b> ), Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ), Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Rosół z makaronem * 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ), Ziemniaki gotowane () 200 g, Czwartka z kurczaka pieczona 150 g, Surówka Colesław b/c () 100 g ( <b>JAJ, MLE, GOR.</b> ), Brokuł gotowany* 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Ryż na mleku 250 ml ( <b>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> ), Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 40 g ( <b>MLE.</b> ), Szyńska kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g, Papryka świeża 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,
<b>II Śniadanie:</b> Jabłko 150 g, Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ), Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g ( <b>SOJ.</b> ), Pomidor 15 g, Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ),	<b>Podwieczorek:</b> Sałata zielona 5 g, Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ), Kefir 2% tł 200 ml ( <b>MLE.</b> ), Szyńska kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g,	<b>Posiłek nocny:</b> Sałata zielona 5 g, Ser żółty 20 g ( <b>MLE.</b> ), Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ), Chleb razowy pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 3092.87 kcal; Białko ogółem: 167.57 g; Tłuszcz: 109.91 g; Kw. tł. nasy.: 46.46 g; Węglowodany ogółem: 375.96 g; W tym cukry: 66.82 g; Błonnik pok.: 32.44 g; Sól: 12.94 g; WW: 34.54 Por; : 21.67 %; : 48.62 %; Ener. z T: 31.98 %; Ener. z Bł.: 2.1 %; K: 5430.02 mg;

<b>niedziela 2024-12-15</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa</b>		
Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ), Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ), Szyńska 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 250 ml,	Rosół z makaronem * 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ), Ziemniaki gotowane () 200 g, Czwartka z kurczaka gotowana 150 g, Surówka Colesław b/c () 100 g ( <b>JAJ, MLE, GOR.</b> ), Brokuł gotowany* 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> ), Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE.</b> ), Papryka świeża 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 JĘCZ.</b> ),

## 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> ), Pomidor 15 g , Szyunka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g ( <u>SOJ.</u> ), Galaretką owocowa 100 g ,		<b>Posiłek nocny:</b> Wafle ryżowe 30 g ,
--	--	---

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2534.46 kcal; Białko ogółem: 146.91 g; Tłuszcz: 81.51 g; Kw. tł. nasy.: 31.74 g; Węglowodany ogółem: 318.61 g; W tym cukry: 40.21 g; Błonnik pok.: 27.46 g; Sól: 9.79 g; WW: 29.29 Por; : 23.19 %; : 50.28 %; Ener. z T: 28.95 %; Ener. z Bł.: 2.17 %; K: 4791.43 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2024-12-16</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa</b>		
Kasza kukurydziana na mleku 250 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> ), Baton szynkowy z kurcząt 80 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE<sub>1</sub>, GOR<sub>1</sub></u> ), Papryka konserwowa 50 g, Pomidor 40 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL<sub>1</sub></u> ), Kluski leniwe z serem 200 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE<sub>1</sub>, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ<sub>1</sub></u> ), Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<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> ), Ser żółty 60 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,
<b>II Śniadanie:</b> Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 200 ml,		<b>Posiłek nocny:</b> Biszkopty 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE<sub>1</sub>, GLU JĘCZ<sub>1</sub></u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2349.71 kcal; Białko ogółem: 82.89 g; Tłuszcz: 70.01 g; Kw. tł. nasy.: 33.07 g; Węglowodany ogółem: 364.14 g; W tym cukry: 113.58 g; Błonnik pok.: 19.52 g; Sól: 8.84 g; WW: 34.5 Por; : 14.11 %; : 61.99 %; Ener. z T: 26.81 %; Ener. z Bł.: 1.66 %; K: 2172.04 mg;

<b>poniedziałek 2024-12-16</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna</b>		
Kasza kukurydziana na mleku 250 ml ( <u>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> ), Baton szynkowy z kurcząt 80 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE<sub>1</sub>, GOR<sub>1</sub></u> ), Sałata zielona 10 g, Pomidor 40 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL<sub>1</sub></u> ), Kluski leniwe z serem 200 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE<sub>1</sub>, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ<sub>1</sub></u> ), Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<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> ), Serek homo z natką pietruszki 80 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,
<b>II Śniadanie:</b> Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 200 ml,		<b>Posiłek nocny:</b> Biszkopty 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE<sub>1</sub>, GLU JĘCZ<sub>1</sub></u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2209.27 kcal; Białko ogółem: 77.79 g; Tłuszcz: 53.47 g; Kw. tł. nasy.: 21.02 g; Węglowodany ogółem: 368.73 g; W tym cukry: 112.99 g; Błonnik pok.: 17.38 g; Sól: 6.93 g; WW: 35.19 Por; : 14.08 %; : 66.76 %; Ener. z T: 21.78 %; Ener. z Bł.: 1.57 %; K: 2284.52 mg;

<b>poniedziałek 2024-12-16</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa</b>		
Kasza jaglana na mleku 250 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> ), Baton szynkowy z kurcząt 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE<sub>1</sub>, GOR<sub>1</sub></u> ), Twaróg półtłusty 40 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Papryka konserwowa 50 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL<sub>1</sub></u> ), Ryż na sypko (brązowy) 180 g, Pulpet wieprzowy 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ<sub>1</sub></u> ), Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 100 g, Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <u>SEL<sub>1</sub></u> ), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Makaron na mleku 200 ml ( <u>GLU PSZ, 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> ), Ser żółty 40 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g ( <u>SOJ<sub>1</sub></u> ), Pomidor 40 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<sub>1</sub></u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Twarożek 25 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Pomidor 15 g, Andruły 1 szt ( <u>GLU PSZ<sub>1</sub></u> ),	<b>Podwieczorek:</b> Maślanka 200 ml ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></u> ), Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 25 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR<sub>1</sub></u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Sałata zielona 5 g,	<b>Posiłek nocny:</b> 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> ), Twaróg półtłusty 20 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Pomidor 15 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2945.85 kcal; Białko ogółem: 138.28 g; Tłuszcz: 98.8 g; Kw. tł. nasy.: 42.51 g; Węglowodany ogółem: 389.87 g; W tym cukry: 55.98 g; Błonnik pok.: 34.87 g; Sól: 11.61 g; WW: 35.58 Por; : 18.78 %; : 52.94 %; Ener. z T: 30.19 %; Ener. z Bł.: 2.37 %; K: 3798.5 mg;

<b>poniedziałek 2024-12-16</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa</b>		
Kasza kukurydziana na mleku 250 ml ( <u>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> ), Baton szynkowy z kurcząt 80 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE<sub>1</sub>, GOR<sub>1</sub></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<sub>1</sub></u> ), Ryż na sypko 180 g, Mus z jabłek prażonych 100 g, Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Serek homo z natką pietruszki 80 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Pomidor 40 g, Pomidor 40 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>GLU</b> <b>PSZ, GLU ŻYT.</b> ), Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ), Twarożek 25 g ( <b>MLE.</b> ), Pomidor 15 g ,		<b>Posiłek nocny:</b> Chrupki kukurydziane 20 g ,
--	--	---

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2045.32 kcal; Białko ogółem: 77.19 g; Tłuszcz: 50.35 g; Kw. tł. nasy.: 19.74 g; Węglowodany ogółem: 336.27 g; W tym cukry: 62.52 g; Błonnik pok.: 25.22 g; Sól: 7.41 g; WW: 31.19 Por; : 15.1 %; : 65.76 %; Ener. z T: 22.16 %; Ener. z Bł.: 2.47 %; K: 3067.48 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>wtorek 2024-12-17</b>		
<b>Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa</b>		
Płatki jęczmienne na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> , <u>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> ), Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 80 g , Jabłko 150 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Sałata zielona 10 g ,	Jarzynowa z zacierką *-dieta 300 ml ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL.</u> ), Ziemniaki gotowane ( ) 200 g , Kotlet pożarski-drobiowy pieczony 150 g ( <u>GLU PSZ. JAJ.</u> ), Surówka żydowska z olejem b/c ( ) 100 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml ,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ), Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ), Pomidor 40 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana z/c 150 ml , Kawa z mlekiem instant 150 ml ( <u>MLE. GLU ŻYT. GLU JECZ.</u> ),
II Śniadanie: Podpłomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> ),		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 30 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2538.04 kcal; Białko ogółem: 99 g; Tłuszcz: 80.95 g; Kw. tł. nasy.: 23.15 g; Węglowodany ogółem: 361.5 g; W tym cukry: 66.11 g; Błonnik pok.: 25.01 g; Sól: 9.17 g; WW: 33.62 Por; : 15.6 %; : 56.97 %; Ener. z T: 28.7 %; Ener. z Bł.: 1.97 %; K: 3517.32 mg;		
<b>wtorek 2024-12-17</b>		
<b>Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna</b>		
Płatki jęczmienne 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> ), Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 80 g , Banan 1szt. 1 szt , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Sałata zielona 10 g ,	Jarzynowa z zacierką *-dieta 300 ml ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL.</u> ), Ziemniaki gotowane ( ) 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 120 g ( <u>GLU PSZ. JAJ.</u> ), Sos pietruszkowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> ), Marchew oprószana z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml ,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ), Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ), Pomidor 40 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana z/c 150 ml , Kawa z mlekiem instant 150 ml ( <u>MLE. GLU ŻYT. GLU JECZ.</u> ),
II Śniadanie: Podpłomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> ),		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 30 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2254.72 kcal; Białko ogółem: 89.87 g; Tłuszcz: 50.38 g; Kw. tł. nasy.: 20.71 g; Węglowodany ogółem: 370.29 g; W tym cukry: 91.89 g; Błonnik pok.: 23.17 g; Sól: 7.95 g; WW: 34.81 Por; : 15.94 %; : 65.69 %; Ener. z T: 20.11 %; Ener. z Bł.: 2.06 %; K: 3902.74 mg;		
<b>wtorek 2024-12-17</b>		
<b>Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa</b>		
Płatki jęczmienne 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> ), Twarożek 40 g ( <u>MLE.</u> ), Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g , Jabłko 150 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Sałata zielona 10 g ,	Jarzynowa z zacierką *-dieta 300 ml ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL.</u> ), Ziemniaki gotowane ( ) 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 120 g ( <u>GLU PSZ. JAJ.</u> ), Surówka żydowska z olejem b/c ( ) 100 g , Dynia duszona z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml ,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ), Szynekowa wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 40 g , Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ), Pomidor 90 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana b/c 150 ml , Kawa z mlekiem instant b/c 150 ml ( <u>MLE. GLU ŻYT. GLU JECZ.</u> ),
II Śniadanie: Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ), Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ), Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g , Pomidor 15 g , Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ),	Podwieczorek: Pomarańcza 150 g , Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ), Szynekowa wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 25 g , Pomidor 15 g , Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ),	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> ), Sałata zielona 5 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2634.32 kcal; Białko ogółem: 125.33 g; Tłuszcz: 77.33 g; Kw. tł. nasy.: 36.9 g; Węglowodany ogółem: 372.28 g; W tym cukry: 60.11 g; Błonnik pok.: 32.82 g; Sól: 12.72 g; WW: 33.9 Por; : 19.03 %; : 56.53 %; Ener. z T: 26.42 %; Ener. z Bł.: 2.49 %; K: 4378.4 mg;		
<b>wtorek 2024-12-17</b>		
<b>Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa</b>		
Płatki jęczmienne na mleku 250 ml ( <u>MLE. GLU JECZ.</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 , Banan 1szt. 1 szt , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Sałata zielona 10 g ,	Jarzynowa z zacierką *-dieta 300 ml ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL.</u> ), Ziemniaki gotowane ( ) 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 120 g ( <u>GLU PSZ. JAJ.</u> ), Sos pietruszkowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> ), Surówka żydowska z olejem b/c ( ) 100 g , Dynia duszona z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml ,	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ), Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ), Pomidor 90 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana b/c 150 ml , Kawa z mlekiem instant b/c 150 ml ( <u>MLE. GLU ŻYT. GLU JECZ.</u> ),

## 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> ), Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g , Pomidor 15 g ,		<b>Posiłek nocny:</b> Wafle ryżowe 30 g ,
--	--	---

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2318.72 kcal; Białko ogółem: 98.67 g; Tłuszcz: 58.26 g; Kw. tł. nasy.: 24.27 g; Węglowodany ogółem: 360.78 g; W tym cukry: 69.92 g; Błonnik pok.: 28.68 g; Sól: 10.8 g; WW: 33.22 Por; : 17.02 %; : 62.24 %; Ener. z T: 22.61 %; Ener. z Bł.: 2.47 %; K: 4632.62 mg;