

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2025-01-01 Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa		
Ryż na mleku 250 ml (<u>MLE₁</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT₁</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT₁</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE₁</u>), Serek homo z owocami 80 g (<u>MLE₁</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Rosół z makaronem * 300 ml (<u>GLUPSZ, SEL₁</u>), Ziemniaki gotowane () 200 g , Ćwiartka z kurczaka pieczona 150 g , Surówka Colesław () 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR₁</u>), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml ,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT₁</u>), Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ₁</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE₁</u>), Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (<u>GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE₁</u>), Sałatka z pomidorów i koperku 50 g , Herbata czarna granulowana z/c 150 ml , Kawa z mlekiem instant 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ₁</u>),
II Śniadanie: Banan 1szt. 1 szt ,		Posiłek nocny: Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLUPSZ, JAJ, MLE, SO2₁</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2712.28 kcal; Białko ogółem: 126.87 g; Tłuszcz: 89.86 g; Kw. tł. nasy.: 30.82 g; Węglowodany ogółem: 358.24 g; W tym cukry: 98 g; Błonnik pok.: 22.07 g; Sól: 7.15 g; WW: 33.76 Por; : 18.71 %; : 52.83 %; Ener. z T: 29.82 %; Ener. z Bł.: 1.63 %; K: 4524.65 mg;

środa 2025-01-01 Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna		
Ryż na mleku 250 ml (<u>MLE₁</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT₁</u>), Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ₁</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE₁</u>), Serek homo z owocami 80 g (<u>MLE₁</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Rosół z makaronem * 300 ml (<u>GLUPSZ, SEL₁</u>), Ziemniaki gotowane () 200 g , Ćwiartka z kurczaka gotowana 150 g , Fasolka szparagowa z wody* 100 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml ,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT₁</u>), Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ₁</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE₁</u>), Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 80 g , Sałatka z pomidorów i koperku 50 g , Herbata czarna granulowana z/c 150 ml , Kawa z mlekiem instant 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ₁</u>),
II Śniadanie: Banan 1szt. 1 szt ,		Posiłek nocny: Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLUPSZ, JAJ, MLE, SO2₁</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2581.02 kcal; Białko ogółem: 128.66 g; Tłuszcz: 76.62 g; Kw. tł. nasy.: 28.36 g; Węglowodany ogółem: 353.11 g; W tym cukry: 91.84 g; Błonnik pok.: 20.58 g; Sól: 8.08 g; WW: 33.44 Por; : 19.94 %; : 54.72 %; Ener. z T: 26.72 %; Ener. z Bł.: 1.59 %; K: 4348.86 mg;

środa 2025-01-01 Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa		
Ryż na mleku 250 ml (<u>MLE₁</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT₁</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT₁</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE₁</u>), Szynekowa drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (<u>może zawierać: MLE, GOR₁</u>), Serek homo. naturalny 40 g (<u>MLE₁</u>), Sałata zielona 10 g , Pomidor 90 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	Rosół z makaronem * 300 ml (<u>GLUPSZ, SEL₁</u>), Ziemniaki gotowane () 200 g , Ćwiartka z kurczaka pieczona 150 g , Surówka Colesław b/c () 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR₁</u>), Fasolka szparagowa z wody* 100 g , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml ,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT₁</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT₁</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE₁</u>), Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g , Twarożek z ziołami 40 g (<u>MLE₁</u>), Sałatka z pomidorów i koperku 90 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana b/c 150 ml , Kawa z mlekiem instant b/c 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ₁</u>),
II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 szt , Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT₁</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE₁</u>), Ser żółty 25 g (<u>MLE₁</u>), Sałata zielona 5 g ,	Podwieczorek: Pomidor 15 g , Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g , Masło extra 82% 5 g (<u>MLE₁</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT₁</u>), Maślanka 200 ml (<u>MLE₁</u>),	Posiłek nocny: Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT₁</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE₁</u>), Jajko gotowane kl M 0.50 szt (<u>JAJ₁</u>), Pomidor 15 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2961.58 kcal; Białko ogółem: 158.23 g; Tłuszcz: 105.78 g; Kw. tł. nasy.: 43.42 g; Węglowodany ogółem: 358.1 g; W tym cukry: 59.7 g; Błonnik pok.: 30.26 g; Sól: 12 g; WW: 33.02 Por; : 21.37 %; : 48.37 %; Ener. z T: 32.15 %; Ener. z Bł.: 2.04 %; K: 5131.21 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-01-01	Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa	
Ryż 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>), Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE.</u>), Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Rosół z makaronem * 300 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>), Ziemniaki gotowane () 200 g, Czwartka z kurczaka gotowana 150 g, Surówka Colesław b/c () 100 g (<u>JAJ. MLE. GOR.</u>), 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>), Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 80 g, Sałatka z pomidorów i koperku 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant b/c 150 ml (<u>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u>),
II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 szt,		Posiłek nocny: Podpłomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ. MLE.</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2307.25 kcal; Białko ogółem: 129.97 g; Tłuszcz: 76.05 g; Kw. tł. nasy.: 27.37 g; Węglowodany ogółem: 287.78 g; W tym cukry: 47.54 g; Błonnik pok.: 25.48 g; Sól: 8.58 g; WW: 26.39 Por; : 22.53 %; : 49.89 %; Ener. z T: 29.66 %; Ener. z Bł.: 2.21 %; K: 4605.45 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2025-01-02 Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa		
Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (<u>MLE</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Baton szynkowy z kurcząt 80 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>), Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Makaron 180 g (<u>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, Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2423.14 kcal; Białko ogółem: 85.42 g; Tłuszcz: 71.64 g; Kw. tł. nasy.: 20.63 g; Węglowodany ogółem: 372.76 g; W tym cukry: 97.21 g; Błonnik pok.: 27.81 g; Sól: 6.55 g; WW: 34.56 Por; : 14.1 %; : 61.53 %; Ener. z T: 26.61 %; Ener. z Bł.: 2.3 %; K: 3956.82 mg;

czwartek 2025-01-02 Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna		
Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (<u>MLE</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Baton szynkowy z kurcząt 80 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>), Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Makaron 180 g (<u>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, Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2280.38 kcal; Białko ogółem: 91.84 g; Tłuszcz: 61.78 g; Kw. tł. nasy.: 19.42 g; Węglowodany ogółem: 350.9 g; W tym cukry: 95.96 g; Błonnik pok.: 21.53 g; Sól: 8.21 g; WW: 33.03 Por; : 16.11 %; : 61.55 %; Ener. z T: 24.38 %; Ener. z Bł.: 1.89 %; K: 3512.07 mg;

czwartek 2025-01-02 Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa		
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>), Baton szynkowy z kurcząt 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>), Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Makaron pełnoziarnisty 180 g (<u>GLU PSZ</u>), Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Brokuł gotowany* 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Płatki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ</u>), Pasztet z fasoli* 40 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,
II Śniadanie: Andruty 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Pomidor 15 g, Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>),	Podwieczorek: Sałata zielona 5g, 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, Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2887.28 kcal; Białko ogółem: 122.92 g; Tłuszcz: 97.99 g; Kw. tł. nasy.: 37.69 g; Węglowodany ogółem: 392.32 g; W tym cukry: 55.95 g; Błonnik pok.: 36.35 g; Sól: 11.86 g; WW: 35.74 Por; : 17.03 %; : 54.35 %; Ener. z T: 30.54 %; Ener. z Bł.: 2.52 %; K: 4641.79 mg;

czwartek 2025-01-02 Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa		
Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (<u>MLE</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Baton szynkowy z kurcząt 80 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>), Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Makaron pełnoziarnisty 180 g (<u>GLU PSZ</u>), Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Brokuł gotowany* 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80 g (<u>SOJ</u>), Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,

Jadłospisy dla oddziałów

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 , Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE,</u>),
--	--	---

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2295.6 kcal; Białko ogółem: 99.29 g; Tłuszcz: 67.6 g; Kw. tł. nasy.: 22.25 g; Węglowodany ogółem: 333.17 g; W tym cukry: 75.32 g; Błonnik pok.: 29.54 g; Sól: 10.35 g; WW: 30.52 Por; : 17.3 %; : 58.05 %; Ener. z T: 26.5 %; Ener. z Bł.: 2.57 %; K: 4163.18 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2025-01-03		
Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa		
Zacierka na napoju sojowym 250 ml (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Twarożek 40 g (<u>MLE.</u>), Dżem 25 g, Jabłko 1 szt 1 szt, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Kalafiorowa z ryżem * 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>), Ziemniaki gotowane () 200 g, Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (<u>RYB.</u>), Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>), Ogórek kiszony 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>),
II Śniadanie: Bułka maślana 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>),		Posiłek nocny: Herbatniki Be Be 16g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2161.37 kcal; Białko ogółem: 95.09 g; Tłuszcz: 55.33 g; Kw. tł. nasy.: 19.18 g; Węglowodany ogółem: 328.19 g; W tym cukry: 72.54 g; Błonnik pok.: 20.46 g; Sól: 6.46 g; WW: 30.76 Por; : 17.6 %; : 60.74 %; Ener. z T: 23.04 %; Ener. z Bł.: 1.89 %; K: 3096.17 mg;

piątek 2025-01-03		
Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna		
Zacierka na napoju sojowym 250 ml (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Twarożek 40 g (<u>MLE.</u>), Dżem 25 g, Jabłko 1 szt 1 szt, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Kalafiorowa z ryżem * 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>), Ziemniaki gotowane () 200 g, Pulpet rybny (Morszczuk) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>), Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>), Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>),
II Śniadanie: Bułka maślana 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>),		Posiłek nocny: Herbatniki Be Be 16g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2213.41 kcal; Białko ogółem: 91.7 g; Tłuszcz: 51.63 g; Kw. tł. nasy.: 19.06 g; Węglowodany ogółem: 353.62 g; W tym cukry: 76.58 g; Błonnik pok.: 21.42 g; Sól: 5.25 g; WW: 33.21 Por; : 16.57 %; : 63.9 %; Ener. z T: 20.99 %; Ener. z Bł.: 1.94 %; K: 3151 mg;

piątek 2025-01-03		
Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa		
Zacierka na napoju sojowym 250 ml (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Twarożek 40 g (<u>MLE.</u>), Szyunka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 40 g, Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Kalafiorowa z ryżem * 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>), Ziemniaki gotowane () 200 g, Pulpet rybny (Morszczuk) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>), Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 100 g, Warzywa po grecku * (bez cukru) 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>), Szyunka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>), Ogórek kiszony 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 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>), Maślanka 200 ml (<u>MLE.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Pomidor 15 g, Szyunka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 25 g,	Podwieczorek: Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Kielbasa Krakowska wieprzowa parzona grubo rozdrobniona wędzona w osłonce niejadalnej 25 g (<u>GOR.</u>), Sałata zielona 5 g, Jabłko 1 szt 1 szt,	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,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2831.4 kcal; Białko ogółem: 144.11 g; Tłuszcz: 83.4 g; Kw. tł. nasy.: 35.62 g; Węglowodany ogółem: 389.37 g; W tym cukry: 56.93 g; Błonnik pok.: 32.67 g; Sól: 14.31 g; WW: 35.72 Por; : 20.36 %; : 55.01 %; Ener. z T: 26.51 %; Ener. z Bł.: 2.31 %; K: 4538.77 mg;

piątek 2025-01-03		
Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa		

Jadłospisy dla oddziałów

<p>Zacierka na napoju sojowym 250 ml (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Twarożek 80 g (<u>MLE,</u>), Pomidor 90 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,</p>	<p>Kalafiorowa z ryżem * 300 ml (<u>MLE, SEL,</u>), Ziemniaki gotowane () 200 g , Pulpet rybny (Morszczuk) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>), Surówka z kapusty kiszonej z olejem () 100 g , Warzywa po grecku * (bez cukru) 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml ,</p>	<p>Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>), Ogórek kiszony 90 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Kawa z mlekiem instant 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>),</p>
<p>II Śniadanie: Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>), Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 25 g , Pomidor 15 g ,</p>		<p>Posiłek nocny: Wafle ryżowe 30 g ,</p>

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2205.12 kcal; Białko ogółem: 107.59 g; Tłuszcz: 58.81 g; Kw. tł. nasy.: 22.72 g; Węglowodany ogółem: 321.41 g; W tym cukry: 31.46 g; Błonnik pok.: 25.99 g; Sól: 9.43 g; WW: 29.51 Por; : 19.52 %; : 58.3 %; Ener. z T: 24 %; Ener. z Bł.: 2.36 %; K: 3723 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2025-01-04 Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa		
Płatki pszenne na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodad.wody w osł.niejad 80 g , Pomidor 40 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Dyniowa z makaronem* 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ,</u>), Potrawka drobiowa z warzywami* 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml ,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Szynek tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 80 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>), Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana z/c 150 ml , Kawa z mlekiem instant 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>), Pomidor 40 g ,
II Śniadanie: Koktajl wieloowocowy* 200 ml (<u>MLE,</u>),		Posiłek nocny: 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 Bt.: 2.51 %; K: 2672.18 mg;

sobota 2025-01-04 Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna		
Płatki pszenne na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodad.wody w osł.niejad 80 g , Pomidor 40 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Dyniowa z makaronem* 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ,</u>), Potrawka drobiowa z warzywami* 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml ,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Szynek tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 80 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>), Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana z/c 150 ml , Kawa z mlekiem instant 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>), Pomidor 40 g ,
II Śniadanie: Koktajl wieloowocowy* 200 ml (<u>MLE,</u>),		Posiłek nocny: 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 Bt.: 2.42 %; K: 2660.18 mg;

sobota 2025-01-04 Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa		
Płatki pszenne na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Hummus 40 g (<u>SEZ,</u>), Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodad.wody w osł.niejad 40 g , Pomidor 90 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	Dyniowa z makaronem* 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ,</u>), Potrawka drobiowa z warzywami* 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Dynia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml ,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Serek homo. naturalny 40 g (<u>MLE,</u>), 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 150 ml , Kawa z mlekiem instant b/c 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>),
II Śniadanie: Mus z truskawek* b/c 100 g , Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>), Jajko gotowane kl M 0.50 szt (<u>JAJ,</u>), Sałata zielona 5 g ,	Podwieczorek: Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>), Pomidor 15 g , Banan 1szt. 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Twarożek 25 g (<u>MLE,</u>),	Posiłek nocny: Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>), Twaróg półtłusty 20 g (<u>MLE,</u>), Pomidor 15 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 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 Bt.: 2.81 %; K: 4128.31 mg;

sobota 2025-01-04 Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa		
Płatki pszenne na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodad.wody w osł.niejad 80 g , Pomidor 90 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	Dyniowa z makaronem* 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ,</u>), Potrawka drobiowa z warzywami* 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g , Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml ,	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Szynek tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 80 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>), Pomidor 90 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana b/c 150 ml , Kawa z mlekiem instant b/c 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>),

Jadłospisy dla oddziałów

II Śniadanie: Mus z truskawek* b/c 100 g ,		Posiłek nocny: 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
niedziela 2025-01-05		
Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa		
Kasza manna na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Kiełbasa Krakowska wieprzowa parzona grubo rozdrobniona wędzona w osłonce niejadalnej 80 g (<u>GOR,</u>), Papryka świeża 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>), Sałata zielona 10 g, Sałatka wiosenna - diety 40 g, Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>),
II Śniadanie: Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,</u>),		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2704.61 kcal; Białko ogółem: 112.2 g; Tłuszcz: 95.02 g; Kw. tł. nasy.: 35.75 g; Węglowodany ogółem: 360.81 g; W tym cukry: 73.66 g; Błonnik pok.: 24.98 g; Sól: 8.85 g; WW: 33.71 Por; : 16.59 %; : 53.36 %; Ener. z T: 31.62 %; Ener. z Bł.: 1.85 %; K: 3687.53 mg;

niedziela 2025-01-05		
Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna		
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 kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 80 g, Pomidor 50 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Pomidorowa z makaronem * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki gotowane () 200 g, Schab gotowany 100 g, Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>), Sałata zielona 10 g, Sałatka wiosenna - diety 40 g, Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>),
II Śniadanie: Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,</u>),		Posiłek nocny: 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;

niedziela 2025-01-05		
Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa		
Kasza jaglana na mleku 250 ml (<u>MLE,</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Serek wiejski ziarnisty 40 g (<u>MLE,</u>), Kiełbasa Krakowska wieprzowa parzona grubo rozdrobniona wędzona w osłonce niejadalnej 40 g (<u>GOR,</u>), Papryka świeża 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Pomidorowa z makaronem * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki gotowane () 200 g, Schab gotowany 100 g, Kapusta zasmażana () 100 g (<u>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>), Szynek wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 40 g, Sałata zielona 10 g, Sałatka wiosenna - diety 90 g, Herbata czarna granulowana b/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant b/c 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>),
II Śniadanie: Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Andruły 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Ogórek kiszony 15 g, Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>), Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g,	Podwieczorek: Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>), Szynek wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 25 g, Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>), Sałata zielona 5 g, Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>),	Posiłek nocny: 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: 2691.4 kcal; Białko ogółem: 137.77 g; Tłuszcz: 85.1 g; Kw. tł. nasy.: 39.82 g; Węglowodany ogółem: 355.86 g; W tym cukry: 41.68 g; Błonnik pok.: 26.46 g; Sól: 12.23 g; WW: 33.15 Por; : 20.48 %; : 52.89 %; Ener. z T: 28.46 %; Ener. z Bł.: 1.97 %; K: 4075.45 mg;

niedziela 2025-01-05		
Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa		

Jadłospisy dla oddziałów

<p>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>), Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 80 g , Papryka świeża 90 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,</p>	<p>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 ,</p>	<p>Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>), Sałata zielona 10 g , Sałatka wiosenna - diety 90 g , Herbata czarna granulowana b/c 150 ml , Kawa z mlekiem instant b/c 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>),</p>
<p>II Śniadanie: Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Sok wielowarzywny pasteryzowany 200 ml , Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g , Ogórek kiszony 15 g , Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>),</p>		<p>Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt ,</p>

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2242.68 kcal; Białko ogółem: 117.61 g; Tłuszcz: 58.98 g; Kw. tł. nasy.: 25.47 g; Węglowodany ogółem: 321.5 g; W tym cukry: 55.8 g; Błonnik pok.: 26.28 g; Sól: 11.96 g; WW: 29.71 Por; : 20.98 %; : 57.34 %; Ener. z T: 23.67 %; Ener. z Bł.: 2.34 %; K: 4258.5 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2025-01-06		
Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa		
Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (MLE, GLU JĘCZ.), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło extra 82% 10 g (MLE.), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 80 g (może zawierać: MLE, GOR.), Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Pieczarkowa z ziemniakami * () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ.), Bitka z szynki wieprzowej 100 g (GLU PSZ.), Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.), Masło extra 82% 10 g (MLE.), Twarożek z koperkiem 80 g (MLE.), Sałata zielona 10 g, Pomidor 40 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,
II Śniadanie: Jogurt brzoskwinowy 100g 1 szt (MLE.),		Posiłek nocny: Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2113.22 kcal; Białko ogółem: 100.63 g; Tłuszcz: 60.88 g; Kw. tł. nasy.: 22.58 g; Węglowodany ogółem: 306.46 g; W tym cukry: 68.85 g; Błonnik pok.: 20.91 g; Sól: 7.13 g; WW: 28.66 Por; : 19.05 %; : 58.01 %; Ener. z T: 25.93 %; Ener. z Bł.: 1.98 %; K: 2655.33 mg;

poniedziałek 2025-01-06		
Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna		
Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (MLE, GLU JĘCZ.), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.), Masło extra 82% 10 g (MLE.), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 80 g (może zawierać: MLE, GOR.), Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Jarzynowa z ziemniakami * 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ.), Bitka z szynki wieprzowej 100 g (GLU PSZ.), Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.), Dynia duszona z olejem* 100 g (GLU PSZ.), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.), Masło extra 82% 10 g (MLE.), Twarożek z koperkiem 80 g (MLE.), Sałata zielona 10 g, Pomidor 40 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,
II Śniadanie: Jogurt brzoskwinowy 100g 1 szt (MLE.),		Posiłek nocny: Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2115.71 kcal; Białko ogółem: 100.55 g; Tłuszcz: 60.07 g; Kw. tł. nasy.: 22.51 g; Węglowodany ogółem: 305.71 g; W tym cukry: 71.6 g; Błonnik pok.: 19.26 g; Sól: 6.76 g; WW: 28.7 Por; : 19.01 %; : 57.8 %; Ener. z T: 25.55 %; Ener. z Bł.: 1.82 %; K: 2541.99 mg;

poniedziałek 2025-01-06		
Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa		
Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (MLE, GLU JĘCZ.), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło extra 82% 10 g (MLE.), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR.), Serek homo. naturalny 40 g (MLE.), Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Jarzynowa z ziemniakami * 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ.), Bitka z szynki wieprzowej 100 g (GLU PSZ.), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g, Dynia duszona z olejem* 100 g (GLU PSZ.), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Makaron na mleku 200 ml (GLU PSZ, MLE.), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło extra 82% 10 g (MLE.), Twarożek z koperkiem 30 g (MLE.), Twarożek z koperkiem 80 g (MLE.), Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (MLE.), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Pomidor 15 g, Masło extra 82% 5 g (MLE.), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (może zawierać: MLE, GOR.),	Podwieczorek: Sałata zielona 5g, Masło extra 82% 5 g (MLE.), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Kefir 2 % tł 200g 1 szt (MLE.), Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.),	Posiłek nocny: Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (SOJ.), Masło extra 82% 5 g (MLE.), Pomidor 15 g, Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2736.06 kcal; Białko ogółem: 142.93 g; Tłuszcz: 86.22 g; Kw. tł. nasy.: 36.95 g; Węglowodany ogółem: 356.6 g; W tym cukry: 50.51 g; Błonnik pok.: 29.8 g; Sól: 10.96 g; WW: 32.77 Por; : 20.9 %; : 52.13 %; Ener. z T: 28.36 %; Ener. z Bł.: 2.18 %; K: 3883.29 mg;

poniedziałek 2025-01-06		
Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa		

Jadłospisy dla oddziałów

<p>Płatki jęczmienne 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>), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 80 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>), Pomidor 90 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,</p>	<p>Jarzynowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ.</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 ,</p>	<p>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>), Pomidor 90 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,</p>
<p>II Śniadanie: Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),</p>		<p>Posiłek nocny: Podpłomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>),</p>

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2051.38 kcal; Białko ogółem: 106.47 g; Tłuszcz: 62.97 g; Kw. tł. nasy.: 23.15 g; Węglowodany ogółem: 272.01 g; W tym cukry: 31.53 g; Błonnik pok.: 24.8 g; Sól: 7.52 g; WW: 24.79 Por; : 20.76 %; : 53.04 %; Ener. z T: 27.63 %; Ener. z Bł.: 2.42 %; K: 3208.15 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2025-01-07		
Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa		
Płatki jęczmienne 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 , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Brokułowa z ryżem * 300 ml (<u>MLE</u> , <u>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>), Sałatka z makaronu i makreli - dieta () 80 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>RYB</u> , <u>MLE.</u>), Ogórek kiszony 40 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,
II Śniadanie: Jogurt brzoskwinowy 100g 1 szt (<u>MLE.</u>),		Posiłek nocny: Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ.</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2036.71 kcal; Białko ogółem: 80.19 g; Tłuszcz: 49.24 g; Kw. tł. nasy.: 20.71 g; Węglowodany ogółem: 324 g; W tym cukry: 79.58 g; Błonnik pok.: 18.02 g; Sól: 7.29 g; WW: 30.61 Por; : 15.75 %; : 63.63 %; Ener. z T: 21.76 %; Ener. z Bł.: 1.77 %; K: 1642.4 mg;

wtorek 2025-01-07		
Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna		
Płatki jęczmienne 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 , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Brokułowa z ryżem * 300 ml (<u>MLE</u> , <u>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>), Sałata zielona 10 g , Pomidor 40 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,
II Śniadanie: Jogurt brzoskwinowy 100g 1 szt (<u>MLE.</u>),		Posiłek nocny: Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ.</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2047.8 kcal; Białko ogółem: 90.55 g; Tłuszcz: 49.83 g; Kw. tł. nasy.: 21.97 g; Węglowodany ogółem: 314.04 g; W tym cukry: 81.63 g; Błonnik pok.: 16.37 g; Sól: 5.94 g; WW: 29.82 Por; : 17.69 %; : 61.34 %; Ener. z T: 21.9 %; Ener. z Bł.: 1.6 %; K: 1646.69 mg;

wtorek 2025-01-07		
Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa		
Płatki jęczmienne 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 , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	Brokułowa z ryżem * 300 ml (<u>MLE</u> , <u>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>), Sałatka z makaronu i makreli - dieta () 80 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>RYB</u> , <u>MLE.</u>), Szynka 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 ,
II Śniadanie: 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>),	Podwieczorek: Sałata 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>),	Posiłek nocny: 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: 2564.06 kcal; Białko ogółem: 125.09 g; Tłuszcz: 71.15 g; Kw. tł. nasy.: 34.36 g; Węglowodany ogółem: 361.85 g; W tym cukry: 62.34 g; Błonnik pok.: 28.16 g; Sól: 13.02 g; WW: 33.44 Por; : 19.51 %; : 56.45 %; Ener. z T: 24.97 %; Ener. z Bł.: 2.2 %; K: 2724.51 mg;

wtorek 2025-01-07		
Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa		

Jadłospisy dla oddziałów

<p>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>), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 80 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>), Pomidor 90 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,</p>	<p>Brokułowa z ryżem * 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>), Makaron pełnoziarnisty 180 g (<u>GLU PSZ.</u>), Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE.</u>), Sos jogurtowo truskawkowy*b/c 100 g (<u>MLE.</u>), Jabłko 1 szt 1 szt , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml ,</p>	<p>Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Pasta z twarogu i ryby got.(miruna) z koperkiem 80 g (<u>RYB, MLE.</u>), Ogórek kiszony 90 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,</p>
<p>II Śniadanie: Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),</p>		<p>Posiłek nocny: Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>),</p>

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1913.56 kcal; Białko ogółem: 95.55 g; Tłuszcz: 50.6 g; Kw. tł. nasy.: 22.59 g; Węglowodany ogółem: 270.9 g; W tym cukry: 44.8 g; Błonnik pok.: 21.76 g; Sól: 8.4 g; WW: 24.99 Por; : 19.97 %; : 56.63 %; Ener. z T: 23.8 %; Ener. z Bł.: 2.27 %; K: 2008.66 mg;