

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2025-01-14 Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa		
Płatki jęczmieńne na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU JE CZ.</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Szyunkowa 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, Salata zielona 10 g,	Jarzynowa z zacierką*-dieta 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki gotowane () 200 g, Szyunka wieprzowa pieczona 120 g, Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</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, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JE CZ.</u>),
II Śniadanie: Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>),		Posiłek nocny: Chrupki kukurydziane 20 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2069.55 kcal; Białko ogółem: 99.39 g; Tłuszcz: 50.29 g; Kw. tł. nasy.: 21.83 g; Węglowodany ogółem: 314.17 g; W tym cukry: 65.28 g; Błonnik pok.: 22.19 g; Sól: 8.52 g; WW: 29.18 Por; : 19.21 %; : 60.72 %; Ener. z T: 21.87 %; Ener. z Bł.: 2.14 %; K: 3570.38 mg;

wtorek 2025-01-14 Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna		
Płatki jęczmieńne na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU JE CZ.</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>), Szyunkowa 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, Salata zielona 10 g,	Jarzynowa z zacierką*-dieta 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki gotowane () 200 g, Szyunka wieprzowa gotowana 120 g, 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, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JE CZ.</u>),
II Śniadanie: Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>),		Posiłek nocny: Chrupki kukurydziane 20 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2214.13 kcal; Białko ogółem: 101.53 g; Tłuszcz: 49.53 g; Kw. tł. nasy.: 21.94 g; Węglowodany ogółem: 350.67 g; W tym cukry: 91.91 g; Błonnik pok.: 22.87 g; Sól: 7.71 g; WW: 32.88 Por; : 18.34 %; : 63.35 %; Ener. z T: 20.13 %; Ener. z Bł.: 2.07 %; K: 4153.06 mg;

wtorek 2025-01-14 Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa		
Płatki jęczmieńne na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU JE CZ.</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Twarożek 40 g (<u>MLE.</u>), Szyunkowa 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, Salata zielona 10 g,	Jarzynowa z zacierką*-dieta 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki gotowane () 200 g, Szyunka wieprzowa gotowana 120 g, 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>), Szyunka wędzona-pr.dr.wędzony.parzony 40 g, Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>), Pomidor 90 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant b/c 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JE CZ.</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>), Szyunkowa 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>), Szyunka 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>), Pomidor 15 g, Szyunka wędzona-pr.dr.wędzony.parzony 20 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2584.1 kcal; Białko ogółem: 136.74 g; Tłuszcz: 71.2 g; Kw. tł. nasy.: 34.42 g; Węglowodany ogółem: 360.71 g; W tym cukry: 60.94 g; Błonnik pok.: 32.09 g; Sól: 12.5 g; WW: 32.82 Por; : 21.17 %; : 55.83 %; Ener. z T: 24.8 %; Ener. z Bł.: 2.48 %; K: 4624.41 mg;

wtorek 2025-01-14 Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa		
Płatki jęczmieńne na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU JE CZ.</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Szyunkowa 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, Salata zielona 10 g,	Jarzynowa z zacierką*-dieta 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki gotowane () 200 g, Szyunka wieprzowa gotowana 120 g, 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, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant b/c 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JE CZ.</u>),
II Śniadanie: Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Szyunkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g, Pomidor 15 g,		Posiłek nocny: Chrupki kukurydziane 20 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2278.13 kcal; Białko ogółem: 110.33 g; Tłuszcz: 57.42 g; Kw. tł. nasy.: 25.5 g; Węglowodany ogółem: 341.16 g; W tym cukry: 69.94 g; Błonnik pok.: 28.38 g; Sól: 10.57 g; WW: 31.29 Por; : 19.37 %; : 59.9 %; Ener. z T: 22.68 %; Ener. z Bł.: 2.49 %; K: 4882.94 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2025-01-15 Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa		
Plátky owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU OW</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Ser żółty 60 g (<u>MLE</u>), Pomidor 40 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Kapuśniak z kapusty kiszzonej () 300 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JE CZ</u>), Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Sałatka szwedzka () 100 g (<u>GOR</u>), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Paprykarz szczeciński 70 g (<u>RYB</u> , <u>SOJ</u>), Jabłko 1 szt 1 szt, Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JE CZ</u>), Sałata zielona 10 g,
II Śniadanie: Sok pomarańczowy 200 ml,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 30 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2482.29 kcal; Białko ogółem: 97.52 g; Tłuszcz: 76.84 g; Kw. tł. nasy.: 34.63 g; Węglowodany ogółem: 362.05 g; W tym cukry: 82.06 g; Błonnik pok.: 25.63 g; Sól: 9.13 g; WW: 33.69 Por; : 15.71 %; : 58.34 %; Ener. z T: 27.86 %; Ener. z Bł.: 2.07 %; K: 3274.35 mg;

środa 2025-01-15 Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna		
Plátky owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU OW</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE</u>), Jabłko 1 szt 1 szt, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Salata zielona 10 g,	Wielowarzywna z ziemniakami * () 300 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JE CZ</u>), Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Cukinia pieczona z olejem * 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 70 g (<u>RYB</u> , <u>SEL</u>), Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JE CZ</u>),
II Śniadanie: Sok pomarańczowy 200 ml,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 30 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2283.65 kcal; Białko ogółem: 93.41 g; Tłuszcz: 51.95 g; Kw. tł. nasy.: 21.06 g; Węglowodany ogółem: 370.35 g; W tym cukry: 82.89 g; Błonnik pok.: 24.57 g; Sól: 4.99 g; WW: 34.63 Por; : 16.36 %; : 64.87 %; Ener. z T: 20.47 %; Ener. z Bł.: 2.15 %; K: 3291.71 mg;

środa 2025-01-15 Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa		
Plátky owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU OW</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Serek homo. naturalny 40 g (<u>MLE</u>), Szyunka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ</u>), Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Wielowarzywna z ziemniakami * () 300 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JE CZ</u>), Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u>), Sałatka szwedzka b/c () 100 g (<u>GOR</u>), Cukinia pieczona z olejem * 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Paprykarz szczeciński 30 g (<u>RYB</u> , <u>SOJ</u>), Szyunka wędzona-pr.dr.wędzony, parzony 40 g, Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant b/c 150 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JE CZ</u>),
II Śniadanie: Sok pomidorowy 200 ml, Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Ogórek kiszony 15 g, Ser żółty 25 g (<u>MLE</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Maślanka 200 ml (<u>MLE</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Szyunka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Pomidor 15 g,	Posiłek nocny: Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>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: 2678.43 kcal; Białko ogółem: 131.33 g; Tłuszcz: 84.54 g; Kw. tł. nasy.: 39.79 g; Węglowodany ogółem: 363.69 g; W tym cukry: 47.86 g; Błonnik pok.: 30.21 g; Sól: 14.43 g; WW: 33.54 Por; : 19.61 %; : 54.31 %; Ener. z T: 28.41 %; Ener. z Bł.: 2.26 %; K: 4314.59 mg;

środa 2025-01-15 Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa		
Plátky owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU OW</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE</u>), Pomidor 90 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Sałata zielona 10 g,	Wielowarzywna z ziemniakami * () 300 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JE CZ</u>), Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u>), Sałatka szwedzka () 100 g (<u>GOR</u>), Cukinia pieczona z olejem * 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 70 g (<u>RYB</u> , <u>SEL</u>), Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant b/c 150 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JE CZ</u>),
II Śniadanie: Sok pomidorowy 200 ml,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 30 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2065.85 kcal; Białko ogółem: 95.75 g; Tłuszcz: 51.89 g; Kw. tł. nasy.: 21.2 g; Węglowodany ogółem: 315.98 g; W tym cukry: 40.59 g; Błonnik pok.: 27.91 g; Sól: 7.94 g; WW: 28.89 Por; : 18.54 %; : 61.18 %; Ener. z T: 22.61 %; Ener. z Bł.: 2.7 %; K: 3975.53 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2025-01-16		
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>), Twarożek z natką pietruszki 80 g (<u>MLE,</u>), Jabłko 1 szt 1 szt , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Salata zielona 10 g ,	Szpinakowa z ziemniakami * () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Makaron 180 g (<u>GLU PSZ,</u>), Sos boloński z mięsa wieprz lop* 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g (<u>SEL,</u>), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml ,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Paszтет z fasoli () 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>), Ogórek kiszony 40 g , Salata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,
II Śniadanie: Koktajl wieloowocowy* 200 ml (<u>MLE,</u>),		Posiłek nocny: Banan 1szt. 1 szt ,

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

czwartek 2025-01-16		
Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna		
Kasza manna na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Twarożek z natką pietruszki 80 g (<u>MLE,</u>), Jabłko 1 szt 1 szt , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Salata zielona 10 g ,	Szpinakowa z ziemniakami * () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Makaron pełnoziarnisty 180 g (<u>GLU PSZ,</u>), Sos boloński * -dieta 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml ,	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Baton szynkowy z kurcząt 80 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u>), Pomidor 40 g , Salata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,
II Śniadanie: Koktajl wieloowocowy* 200 ml (<u>MLE,</u>),		Posiłek nocny: Banan 1szt. 1 szt ,

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

czwartek 2025-01-16		
Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa		
Ryż na mleku 250 ml (<u>MLE,</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g , Twarożek 40 g (<u>MLE,</u>), Pomidor 90 g , Salata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	Szpinakowa z ziemniakami * () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Makaron pełnoziarnisty 180 g (<u>GLU PSZ,</u>), Sos boloński * -dieta 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g , Surówka z selera i jabłka z olejem () b/c 100 g (<u>SEL,</u>), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml ,	Kasza jęczmienna na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU JEĆZ,</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Paszтет z fasoli () 40 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>), Baton szynkowy z kurcząt 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u>), Ogórek kiszony 90 g , Salata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Pomidor 15 g , Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>), Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g ,	Podwieczorek: Jabłko 1 szt 1 szt , Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Salata zielona 5 g , Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>), Jajko gotowane kl M 0.50 szt (<u>JAJ,</u>),	Posiłek nocny: Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Baton szynkowy z kurcząt 20 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u>), Salata zielona 5 g ,

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

czwartek 2025-01-16		
Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoreszkowa		
Kasza manna na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Twarożek z natką pietruszki 80 g (<u>MLE,</u>), Pomidor 90 g , Salata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	Szpinakowa z ziemniakami * () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Makaron pełnoziarnisty 180 g (<u>GLU PSZ,</u>), Sos boloński * -dieta 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g , Surówka z selera i jabłka z olejem () b/c 100 g (<u>SEL,</u>), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml ,	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Baton szynkowy z kurcząt 80 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u>), Ogórek kiszony 90 g , Salata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,
II Śniadanie: Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Pomidor 15 g , Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>), Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g ,		Posiłek nocny: Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>),

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2025-01-17		
Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa		
Zacierka na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE₁</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₁</u>), Bułka maślana 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE₁</u>), Masło extra 82% (<u>MLE₁</u>), Twaróg półtłusty 40 g (<u>MLE₁</u>), Dżem 25 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Mandarynka 2 szt, Salata zielona 10 g,	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*(<u>)</u> 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ₁</u>), Ziemniaki gotowane (<u>)</u> 200 g, Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (<u>RYB₁</u>), Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c (<u>)</u> 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₁</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₁</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE₁</u>), Pasta z jaj 100 g (<u>JAJ, MLE₁</u>), Ogórek kiszony 40 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,
II Śniadanie: Andruty 1 szt (<u>GLU PSZ₁</u>),		Posiłek nocny: Herbatniki Be Be 16g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2233.42 kcal; Białko ogółem: 102.41 g; Tłuszcz: 62.67 g; Kw. tł. nasy.: 22.36 g; Węglowodany ogółem: 324.84 g; W tym cukry: 75.47 g; Błonnik pok.: 21.13 g; Sól: 6.19 g; WW: 30.28 Por; : 18.34 %; : 58.18 %; Ener. z T: 25.26 %; Ener. z Bł.: 1.89 %; K: 3936.68 mg;

piątek 2025-01-17		
Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna		
Zacierka na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE₁</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₁</u>), Bułka maślana 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE₁</u>), Masło extra 82% (<u>MLE₁</u>), Twaróg półtłusty 40 g (<u>MLE₁</u>), Dżem 25 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Mandarynka 2 szt, Salata zielona 10 g,	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*(<u>)</u> 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ₁</u>), Ziemniaki gotowane (<u>)</u> 200 g, Pulpet rybny (Morszczuk) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB₁</u>), Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₁</u>), Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE₁</u>), Pasta z jaj 100 g (<u>JAJ, MLE₁</u>), Pomidor 40 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,
II Śniadanie: Andruty 1 szt (<u>GLU PSZ₁</u>),		Posiłek nocny: Herbatniki Be Be 16g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2293.45 kcal; Białko ogółem: 99.02 g; Tłuszcz: 58.97 g; Kw. tł. nasy.: 22.24 g; Węglowodany ogółem: 352.27 g; W tym cukry: 81.51 g; Błonnik pok.: 22.09 g; Sól: 4.98 g; WW: 32.94 Por; : 17.27 %; : 61.44 %; Ener. z T: 23.14 %; Ener. z Bł.: 1.93 %; K: 3991.55 mg;

piątek 2025-01-17		
Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa		
Zacierka na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE₁</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₁</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₁</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE₁</u>), Twaróg półtłusty 40 g (<u>MLE₁</u>), Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 40 g, Salata zielona 10 g, Pomidor 90 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*(<u>)</u> 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ₁</u>), Ziemniaki gotowane (<u>)</u> 200 g, Pulpet rybny (Morszczuk) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB₁</u>), Warzywa po grecku* (bez cukru) 100 g (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c (<u>)</u> 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Kasza jaglana na mleku 200 ml (<u>MLE₁</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₁</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₁</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE₁</u>), Pasta z jaj 60 g (<u>JAJ, MLE₁</u>), Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g, Ogórek kiszony 90 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE₁</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₁</u>), Pomidor 15g, Masło extra 82% 5 g (<u>MLE₁</u>), Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 25 g,	Podwieczorek: Jabłko 1 szt 1 szt, Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₁</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE₁</u>), Salata zielona 5 g, Twarożek 25 g (<u>MLE₁</u>),	Posiłek nocny: Masło extra 82% 5 g (<u>MLE₁</u>), Ser żółty 20 g (<u>MLE₁</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₁</u>), Salata zielona 5 g,

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

piątek 2025-01-17		
Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoreszkowa		
Zacierka na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE₁</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₁</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE₁</u>), Twarożek 80 g (<u>MLE₁</u>), Pomidor 90 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*(<u>)</u> 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ₁</u>), Ziemniaki gotowane (<u>)</u> 200 g, Pulpet rybny (Morszczuk) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB₁</u>), Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c (<u>)</u> 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₁</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE₁</u>), Pasta z jaj 100 g (<u>JAJ, MLE₁</u>), Pomidor 40 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,
II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 szt,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 30 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2185.55 kcal; Białko ogółem: 106.01 g; Tłuszcz: 59.85 g; Kw. tł. nasy.: 22.71 g; Węglowodany ogółem: 318.25 g; W tym cukry: 45.82 g; Błonnik pok.: 27.79 g; Sól: 6.75 g; WW: 29.01 Por; : 19.4 %; : 58.25 %; Ener. z T: 24.64 %; Ener. z Bł.: 2.54 %; K: 4545.05 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2025-01-18 Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa		
Plátky owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU OW</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Szyunka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80 g (<u>SOJ</u>), Ogórek kiszony 40 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Koperkowa z ziemniakami (*) 300 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ryż na sypko 180 g, Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 200 g (<u>SEL</u>), Surówka z marchwi i selera () 100 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Parówki drobiowe z cielęciną homogenizowane, wędzone, parzone 70 g, Ketchup 20 g (<u>SEL</u>), Pomidor 40 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JĘCZ</u>),
II Śniadanie: Koktajl truskawkowy* 200 ml (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: Chrupki kukurydziane 20 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2163.91 kcal; Białko ogółem: 83.44 g; Tłuszcz: 53.91 g; Kw. tł. nasy.: 19.21 g; Węglowodany ogółem: 330.95 g; W tym cukry: 81.84 g; Błonnik pok.: 25.54 g; Sól: 9.54 g; WW: 30.7 Por.; : 15.42 %; : 61.18 %; Ener. z T: 22.42 %; Ener. z Bł.: 2.36 %; K: 2909.45 mg;

sobota 2025-01-18 Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna		
Plátky owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU OW</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Szyunka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80 g (<u>SOJ</u>), Pomidor 40 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Koperkowa z ziemniakami (*) 300 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ryż na sypko 180 g, Potrawka drobiowa z warzywami* 200 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Buraczki oprószane () 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Szyunka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 80 g (<u>MLE</u>), może zawierać: <u>MLE</u> , <u>GOR</u> , Pomidor 40 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JĘCZ</u>),
II Śniadanie: Koktajl truskawkowy* 200 ml (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: Chrupki kukurydziane 20 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2124.56 kcal; Białko ogółem: 97.5 g; Tłuszcz: 48.71 g; Kw. tł. nasy.: 19.16 g; Węglowodany ogółem: 333.77 g; W tym cukry: 80.4 g; Błonnik pok.: 21.61 g; Sól: 8.15 g; WW: 31.3 Por.; : 18.36 %; : 62.84 %; Ener. z T: 20.63 %; Ener. z Bł.: 2.03 %; K: 3069.55 mg;

sobota 2025-01-18 Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa		
Plátky owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU OW</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Ser żółty 30 g (<u>MLE</u>), Szyunka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ</u>), Ogórek kiszony 90 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Koperkowa z ziemniakami (*) 300 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ryż na sypko (brązowy) 180 g, Potrawka drobiowa z warzywami* 200 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL</u>), Surówka z marchwi i selera () 100 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Kasza jaglana na mleku 250 ml (<u>MLE</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Szyunka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (<u>może zawierać:</u> <u>MLE</u> , <u>GOR</u>), Twaróg półtłusty 40 g (<u>MLE</u>), Pomidor 90 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,
II Śniadanie: Mus z truskawek b/c* 100 g, Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Salata zielona 5 g, Jajko gotowane kl M 0.50 szt (<u>JAJ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Pomarańcza 150 g, Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Szyunka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Salata zielona 5 g,	Posiłek nocny: Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 0.50 szt (<u>JAJ</u>), Pomidor 15 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2724.17 kcal; Białko ogółem: 121.23 g; Tłuszcz: 83.09 g; Kw. tł. nasy.: 37.54 g; Węglowodany ogółem: 390.11 g; W tym cukry: 66.07 g; Błonnik pok.: 41.75 g; Sól: 12.39 g; WW: 34.79 Por.; : 17.8 %; : 57.28 %; Ener. z T: 27.45 %; Ener. z Bł.: 3.07 %; K: 4222.79 mg;

sobota 2025-01-18 Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa		
Plátky owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU OW</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Szyunka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80 g (<u>SOJ</u>), Ogórek kiszony 90 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Koperkowa z ziemniakami (*) 300 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ryż na sypko (brązowy) 180 g, Potrawka drobiowa z warzywami* 200 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Buraczki oprószane () 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Surówka z marchwi i selera () 100 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Szyunka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 80 g (<u>może zawierać:</u> <u>MLE</u> , <u>GOR</u>), Pomidor 90 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant b/c 150 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JĘCZ</u>),
II Śniadanie: Koktajl truskawkowy* b/c 200 ml (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: Chrupki kukurydziane 20 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2041.45 kcal; Białko ogółem: 101.44 g; Tłuszcz: 51.21 g; Kw. tł. nasy.: 20.25 g; Węglowodany ogółem: 305.67 g; W tym cukry: 53.35 g; Błonnik pok.: 33.37 g; Sól: 10.76 g; WW: 27.23 Por.; : 19.88 %; : 59.89 %; Ener. z T: 22.58 %; Ener. z Bł.: 3.27 %; K: 3866.84 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2025-01-19 Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa		
Kasza jęczmienna na mleku 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU JĘCZ.</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>), Kielbasa Krakowska wieprzowa parzona grubo rozdrobniona wędzona w osłonce niejadalnej 80 g (<u>GOR</u>), Sałata zielona 10 g, Pomidor 40 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Pomidorowa z zacierką * 300 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki gotowane () 200 g, Kotleć pożarski-drobiowy pieczony 150 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u>), Fasolka szparagowa z wody* 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u>), Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Serek homo z owocami 80 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JĘCZ.</u>), Sałata zielona 10 g,
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 200 ml,		Posiłek nocny: Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>S02</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2664.14 kcal; Białko ogółem: 103.22 g; Tłuszcz: 81.65 g; Kw. tł. nasy.: 24.08 g; Węglowodany ogółem: 386.66 g; W tym cukry: 84.81 g; Błonnik pok.: 22.71 g; Sól: 8.22 g; WW: 36.58 Por; : 15.5 %; : 58.06 %; Ener. z T: 27.58 %; Ener. z Bł.: 1.7 %; K: 3406.25 mg;

niedziela 2025-01-19 Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna		
Kasza jęczmienna na mleku 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU JĘCZ.</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 80 g, Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Pomidorowa z zacierką * 300 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki gotowane () 200 g, Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g, Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Fasolka szparagowa z wody* 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Serek homo z owocami 80 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JĘCZ.</u>), Sałata zielona 10 g,
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 200 ml,		Posiłek nocny: Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>S02</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2193.46 kcal; Białko ogółem: 96.83 g; Tłuszcz: 48.1 g; Kw. tł. nasy.: 20.09 g; Węglowodany ogółem: 350.47 g; W tym cukry: 84.84 g; Błonnik pok.: 17.55 g; Sól: 7.1 g; WW: 33.46 Por; : 17.66 %; : 63.91 %; Ener. z T: 19.74 %; Ener. z Bł.: 1.6 %; K: 3344.57 mg;

niedziela 2025-01-19 Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa		
Kasza jęczmienna na mleku 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU JĘCZ.</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>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Kielbasa Krakowska wieprzowa parzona grubo rozdrobniona wędzona w osłonce niejadalnej 40 g (<u>GOR</u>), Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Pomidorowa z zacierką * 300 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki gotowane () 200 g, Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g, Fasolka szparagowa z wody* 100 g, Fasolka szparagowa z wody* 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Serek homo. naturalny 40 g (<u>MLE</u>), Baton szynkowy z kurcząt 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>GOR</u>), Sałata zielona 10 g, Pomidor 90 g, Herbata czarna granulowana b/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant b/c 150 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JĘCZ.</u>),
II Śniadanie: Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u>), Andruty 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g, Pomidor 15 g, Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u>), Kefir 2% tł 200 ml (<u>MLE</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>GOR</u>), Pomidor 15 g,	Posiłek nocny: Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Pomidor 15 g, Ser żółty 20 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2583.83 kcal; Białko ogółem: 124.3 g; Tłuszcz: 79.98 g; Kw. tł. nasy.: 35.96 g; Węglowodany ogółem: 355.61 g; W tym cukry: 45.51 g; Błonnik pok.: 27.5 g; Sól: 11.68 g; WW: 33.09 Por; : 19.24 %; : 55.05 %; Ener. z T: 27.86 %; Ener. z Bł.: 2.13 %; K: 4524.16 mg;

niedziela 2025-01-19 Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoreszkowa		
Kasza jęczmienna na mleku 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU JĘCZ.</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 80 g, Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Pomidorowa z zacierką * 300 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki gotowane () 200 g, Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g, Fasolka szparagowa z wody* 100 g, Fasolka szparagowa z wody* 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE</u>), Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant b/c 150 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JĘCZ.</u>),
II Śniadanie: Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u>), Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g, Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Pomidor 15 g,		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1984.62 kcal; Białko ogółem: 101.87 g; Tłuszcz: 47.37 g; Kw. tł. nasy.: 21.95 g; Węglowodany ogółem: 300.09 g; W tym cukry: 48.19 g; Błonnik pok.: 26.82 g; Sól: 9.76 g; WW: 27.53 Por; : 20.53 %; : 60.48 %; Ener. z T: 21.48 %; Ener. z Bł.: 2.7 %; K: 4194.42 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2025-01-20 Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa		
Plątki pszenne na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 80 g , Ogórek kiszony 40 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Fasolowa z ziemniakami (*) 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Naleśniki z serem 200 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>), Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE,</u>), Banan 1szt. 1 szt , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml ,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (<u>JAJ, MLE,</u>), Pomidor 40 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Sałata zielona 10 g ,
II Śniadanie: Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE,</u>),		Posiłek nocny: Herbatniki Be Be 16g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE,</u>),

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

poniedziałek 2025-01-20 Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna		
Plątki pszenne na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 80 g , Pomidor 40 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Dyniowa z ziemniakami(*) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Kopytka ziemniaczane * 250 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>), Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE,</u>), Banan 1szt. 1 szt , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml ,	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (<u>JAJ, MLE,</u>), Pomidor 40 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,
II Śniadanie: Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE,</u>),		Posiłek nocny: Herbatniki Be Be 16g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE,</u>),

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

poniedziałek 2025-01-20 Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa		
Plątki pszenne na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 40 g , Hummus 40 g (<u>SEZ,</u>), Ogórek kiszony 90 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana b/c 150 ml ,	Dyniowa z ziemniakami(*) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki gotowane () 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>), Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g , Brokuł gotowany* 100 g , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml ,	Kasza jaglana na mleku 250 ml (<u>MLE,</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (<u>JAJ, MLE,</u>), Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g , Pomidor 90 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,
II Śniadanie: Sok pomidorowy 200 ml , Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Sałata zielona 5 g , Twarożek 25 g (<u>MLE,</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: Jabłko 1 szt 1 szt , Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Sałata zielona 5 g , Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>), Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 25 g ,	Posiłek nocny: Pomidor 15 g , Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>), Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g , Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>),

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

poniedziałek 2025-01-20 Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa		
Plątki pszenne na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 80 g , Ogórek kiszony 90 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	Dyniowa z ziemniakami(*) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki gotowane () 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>), Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g , Brokuł gotowany* 100 g , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml ,	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (<u>JAJ, MLE,</u>), Pomidor 90 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>),		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 30 g ,

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2025-01-21 Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa		
Zacierka 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% 10g (<u>MLE,</u>), Szyunka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 80 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>), Pomidor 40 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Brokułowa z ziemniakami (*) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ,</u>), Szyunka wieprzowa pieczona 120 g, Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Salatką z buraczków i jabłka z olejem () 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>), Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 50 g (<u>MLE,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>),
II Śniadanie: Biskvity 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ,</u>),		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2172.78 kcal; Białko ogółem: 108.02 g; Tłuszcz: 54.17 g; Kw. tł. nasy.: 22.48 g; Węglowodany ogółem: 328.91 g; W tym cukry: 84.19 g; Błonnik pok.: 23.23 g; Sól: 6.75 g; WW: 30.62 Por; : 19.89 %; : 60.55 %; Ener. z T: 22.44 %; Ener. z Bł.: 2.14 %; K: 3147.95 mg;

wtorek 2025-01-21 Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna		
Zacierka na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Szyunka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 80 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>), Pomidor 40 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Brokułowa z ziemniakami (*) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ,</u>), Szyunka wieprzowa gotowana 120 g, Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Buraczki gotowane () 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>), Surówka z marchwi i jabłka () 50 g (<u>MLE,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>),
II Śniadanie: Biskvity 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ,</u>),		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2162.52 kcal; Białko ogółem: 111.92 g; Tłuszcz: 49.34 g; Kw. tł. nasy.: 21.94 g; Węglowodany ogółem: 332.87 g; W tym cukry: 90.2 g; Błonnik pok.: 21.39 g; Sól: 5.86 g; WW: 31.19 Por; : 20.7 %; : 61.57 %; Ener. z T: 20.54 %; Ener. z Bł.: 1.98 %; K: 3398.58 mg;

wtorek 2025-01-21 Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa		
Zacierka 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% 10g (<u>MLE,</u>), Szyunka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>), Ser żółty 30 g (<u>MLE,</u>), Pomidor 90 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Brokułowa z ziemniakami (*) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ,</u>), Szyunka wieprzowa gotowana 120 g, Salatką z buraczków i jabłka z olejem () 100 g, Dynia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Twarożek z koperkiem 40 g (<u>MLE,</u>), Szyunka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ,</u>), Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 100 g (<u>MLE,</u>), Herbata czarna granulowana b/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant b/c 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>),
II Śniadanie: Andruty 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>), Ogórek kiszony 15 g,	Podwieczorek: Maślanka 200 ml (<u>MLE,</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>), Pomidor 15 g,	Posiłek nocny: Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>), Salata zielona 5 g, Szyunka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (<u>SOJ,</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2759.35 kcal; Białko ogółem: 139.87 g; Tłuszcz: 84.25 g; Kw. tł. nasy.: 37.3 g; Węglowodany ogółem: 373.05 g; W tym cukry: 53.45 g; Błonnik pok.: 30.48 g; Sól: 12.19 g; WW: 34.37 Por; : 20.28 %; : 54.08 %; Ener. z T: 27.48 %; Ener. z Bł.: 2.21 %; K: 4041.29 mg;

wtorek 2025-01-21 Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa		
Zacierka 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>), Szyunka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 80 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>), Pomidor 90 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Brokułowa z ziemniakami (*) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ,</u>), Szyunka wieprzowa gotowana 120 g, Salatką z buraczków i jabłka z olejem () 100 g, Dynia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>), Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 100 g (<u>MLE,</u>), Herbata czarna granulowana b/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant b/c 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>),
II Śniadanie: Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>), Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u>), Ogórek kiszony 15 g,		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2276.2 kcal; Białko ogółem: 117.35 g; Tłuszcz: 63.12 g; Kw. tł. nasy.: 25.83 g; Węglowodany ogółem: 319.95 g; W tym cukry: 57.89 g; Błonnik pok.: 30.59 g; Sól: 8.7 g; WW: 28.97 Por; : 20.62 %; : 56.22 %; Ener. z T: 24.96 %; Ener. z Bł.: 2.69 %; K: 3962.58 mg;