

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2025-01-29		
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 ,	Grysikowa z ziemniakami* 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Ziemniaki gotowane () 200 g , Eskalopka z kurczaka 100 g (<u>GLUPSZ, JAJ, MLE₁</u>), Surówka żydowska z olejem () 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>GLUPSZ</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: 2444.09 kcal; Białko ogółem: 84.94 g; Tłuszcz: 71.98 g; Kw. tł. nasy.: 22.91 g; Węglowodany ogółem: 373.3 g; W tym cukry: 93.28 g; Błonnik pok.: 22.11 g; Sól: 7.14 g; WW: 35.23 Por; : 13.9 %; : 61.09 %; Ener. z T: 26.51 %; Ener. z Bł.: 1.81 %; K: 4070.73 mg;

środa 2025-01-29		
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>GLUPSZ</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 ,	Grysikowa z ziemniakami* 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Ziemniaki gotowane () 200 g , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g , Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLUPSZ, MLE₁</u>), Dynia duszona z olejem* 100 g (<u>GLUPSZ</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>GLUPSZ</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE₁</u>), Szynekowa dębowa kiel.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: 2313.34 kcal; Białko ogółem: 94.82 g; Tłuszcz: 51.61 g; Kw. tł. nasy.: 20.21 g; Węglowodany ogółem: 374.84 g; W tym cukry: 94.51 g; Błonnik pok.: 21.84 g; Sól: 7.68 g; WW: 35.38 Por; : 16.4 %; : 64.81 %; Ener. z T: 20.08 %; Ener. z Bł.: 1.89 %; K: 4191.11 mg;

środa 2025-01-29		
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 ,	Grysikowa z ziemniakami* 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Ziemniaki gotowane () 200 g , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g , Surówka żydowska z olejem b/c () 100 g , Dynia duszona z olejem* 100 g (<u>GLUPSZ</u>), 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 kiel.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 kiel.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: 2615.26 kcal; Białko ogółem: 122.68 g; Tłuszcz: 76.98 g; Kw. tł. nasy.: 35.01 g; Węglowodany ogółem: 369.58 g; W tym cukry: 58.01 g; Błonnik pok.: 30.07 g; Sól: 11.96 g; WW: 34.05 Por; : 18.76 %; : 56.53 %; Ener. z T: 26.49 %; Ener. z Bł.: 2.3 %; K: 4880.86 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-01-29		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,	Grysikowa z ziemniakami* 300 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>), Ziemniaki gotowane () 200 g, Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g, Surówka żydowska z olejem () 100 g, Dynia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 80 g, 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: 1994.06 kcal; Białko ogółem: 94.42 g; Tłuszcz: 50.24 g; Kw. tł. nasy.: 19.16 g; Węglowodany ogółem: 300.79 g; W tym cukry: 47.38 g; Błonnik pok.: 25.3 g; Sól: 8.54 g; WW: 27.57 Por; : 18.94 %; : 60.34 %; Ener. z T: 22.67 %; Ener. z Bł.: 2.54 %; K: 4355.13 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2025-01-30		
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>GLUPSZ,</u>), Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (<u>GLUPSZ, 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>GLUPSZ, JAJ,</u>), Pomidor 50 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>),
II Śniadanie: Andruty 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>),		Posiłek nocny: Banan 1szt. 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2443.72 kcal; Białko ogółem: 85.15 g; Tłuszcz: 71.44 g; Kw. tł. nasy.: 20.51 g; Węglowodany ogółem: 378.5 g; W tym cukry: 102.61 g; Błonnik pok.: 27.96 g; Sól: 6.55 g; WW: 35.09 Por; : 13.94 %; : 61.95 %; Ener. z T: 26.31 %; Ener. z Bł.: 2.29 %; K: 3961.82 mg;

czwartek 2025-01-30		
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>GLUPSZ,</u>), Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (<u>GLUPSZ, 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, Kawa z mlekiem instant 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>),
II Śniadanie: Andruty 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>),		Posiłek nocny: Banan 1szt. 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2300.96 kcal; Białko ogółem: 91.57 g; Tłuszcz: 61.58 g; Kw. tł. nasy.: 19.31 g; Węglowodany ogółem: 356.64 g; W tym cukry: 101.36 g; Błonnik pok.: 21.68 g; Sól: 8.22 g; WW: 33.56 Por; : 15.92 %; : 62 %; Ener. z T: 24.08 %; Ener. z Bł.: 1.88 %; K: 3517.07 mg;

czwartek 2025-01-30		
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 5 g, Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>), Sok pomidorowy 200 ml, Twarożek 25 g (<u>MLE,</u>),	Posiłek nocny: Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>), Ser żółty 20 g (<u>MLE,</u>), Ogórek kiszony 15 g,

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

czwartek 2025-01-30		
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, Kawa z mlekiem instant 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>),

Jadłospisy dla oddziałów

II Śniadanie: Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ, GLU ŻYT,</u>), Pomidor 15 g , Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE,</u> <u>GOR,</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>),		Posiłek nocny: Banan 1szt. 1 szt ,
------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	-------------------------------------------

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2316.18 kcal; Białko ogółem: 99.02 g; Tłuszcz: 67.4 g; Kw. tł. nasy.: 22.13 g; Węglowodany ogółem: 338.91 g; W tym cukry: 80.71 g; Błonnik pok.: 29.7 g; Sól: 10.35 g; WW: 31.06 Por; : 17.1 %; : 58.53 %; Ener. z T: 26.19 %; Ener. z Bł.: 2.56 %; K: 4168.18 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2025-01-31		
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% 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,
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: 2115.8 kcal; Białko ogółem: 92.69 g; Tłuszcz: 53.94 g; Kw. tł. nasy.: 19.96 g; Węglowodany ogółem: 322.75 g; W tym cukry: 73.25 g; Błonnik pok.: 19.26 g; Sól: 6.35 g; WW: 30.35 Por; : 17.52 %; : 61.02 %; Ener. z T: 22.95 %; Ener. z Bł.: 1.82 %; K: 3262.92 mg;

piątek 2025-01-31		
Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna		
Zacierka 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 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,
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: 2167.84 kcal; Białko ogółem: 89.3 g; Tłuszcz: 50.24 g; Kw. tł. nasy.: 19.84 g; Węglowodany ogółem: 348.17 g; W tym cukry: 77.29 g; Błonnik pok.: 20.23 g; Sól: 5.15 g; WW: 32.8 Por; : 16.48 %; : 64.24 %; Ener. z T: 20.86 %; Ener. z Bł.: 1.87 %; K: 3317.74 mg;

piątek 2025-01-31		
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% 10 g (<u>MLE,</u>), Twarożek 40 g (<u>MLE,</u>), Szynka 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>), Szynka 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,
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, Maślanka 200 ml (<u>MLE,</u>),	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: 2806.18 kcal; Białko ogółem: 141.71 g; Tłuszcz: 82.02 g; Kw. tł. nasy.: 36.4 g; Węglowodany ogółem: 389.01 g; W tym cukry: 62.73 g; Błonnik pok.: 31.47 g; Sól: 14.21 g; WW: 35.82 Por; : 20.2 %; : 55.45 %; Ener. z T: 26.3 %; Ener. z Bł.: 2.24 %; K: 4705.62 mg;

piątek 2025-01-31		
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>), Twarożek 80 g (<u>MLE,</u>), 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 () 100 g, Warzywa po grecku * (bez cukru) 100 g (<u>GLU PSZ, 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>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>), Ogórek kiszony 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</u> <u>PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 25 g , Pomidor 15 g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 30 g ,
----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	-------------------------------------------

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2159.55 kcal; Białko ogółem: 105.18 g; Tłuszcz: 57.42 g; Kw. tł. nasy.: 23.51 g; Węglowodany ogółem: 315.96 g; W tym cukry: 32.17 g; Błonnik pok.: 24.79 g; Sól: 9.32 g; WW: 29.1 Por; : 19.48 %; : 58.52 %; Ener. z T: 23.93 %; Ener. z Bł.: 2.3 %; K: 3889.75 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2025-02-01 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 dodat.wody w osł.niejad 80 g, Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Dyniowa z makaronem* 300 ml (<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 2025-02-01 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 dodat.wody w osł.niejad 80 g, Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Dyniowa z makaronem* 300 ml (<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 2025-02-01 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 dodat.wody w osł.niejad 40 g, Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Dyniowa z makaronem* 300 ml (<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: 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, Mus z truskawek* b/c 100 g,	Podwieczorek: Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>), Twarożek 25 g (<u>MLE,</u>), Pomidor 15 g, Banan 1szt. 1 szt,	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 2025-02-01 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 dodat.wody w osł.niejad 80 g, Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Dyniowa z makaronem* 300 ml (<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 2025-02-02		
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>), Pomidor 50 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Pomidorowa z makaronem * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki gotowane () 200 g , Kotlet schabowy 150 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>), Kapusta zasmażana () 100 g (<u>GLUPSZ,</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: 2695.96 kcal; Białko ogółem: 111.91 g; Tłuszcz: 94.83 g; Kw. tł. nasy.: 35.72 g; Węglowodany ogółem: 359.13 g; W tym cukry: 72.45 g; Błonnik pok.: 24.45 g; Sól: 8.86 g; WW: 33.58 Por; : 16.6 %; : 53.28 %; Ener. z T: 31.66 %; Ener. z Bł.: 1.81 %; K: 3689.43 mg;

niedziela 2025-02-02		
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>GLUPSZ,</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>GLUPSZ,</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: Jabłko 1 szt 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2219.62 kcal; Białko ogółem: 111.35 g; Tłuszcz: 51.84 g; Kw. tł. nasy.: 22.77 g; Węglowodany ogółem: 332.33 g; W tym cukry: 71.64 g; Błonnik pok.: 17.49 g; Sól: 7.02 g; WW: 31.62 Por; : 20.07 %; : 59.89 %; Ener. z T: 21.02 %; Ener. z Bł.: 1.58 %; K: 3613.3 mg;

niedziela 2025-02-02		
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>), Pomidor 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 , Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g , 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>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>), Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g , Ogórek kiszony 15 g , Andruty 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>),	Podwieczorek: Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>), Szynek wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 25 g , Sałata zielona 5 g , Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<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>), Jajko gotowane kl M 0.50 szt (<u>JAJ,</u>), Papryka świeża 15 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2643.16 kcal; Białko ogółem: 137.98 g; Tłuszcz: 82.37 g; Kw. tł. nasy.: 39.73 g; Węglowodany ogółem: 346.09 g; W tym cukry: 35.01 g; Błonnik pok.: 22.34 g; Sól: 12.21 g; WW: 32.56 Por; : 20.88 %; : 52.37 %; Ener. z T: 28.05 %; Ener. z Bł.: 1.69 %; K: 3807.45 mg;

niedziela 2025-02-02		
Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa		
Kasza manna na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Szynekowa dębowa kieł.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 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>GLUPSZ,</u>), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml ,	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>), 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>),

Jadłospisy dla oddziałów

II Śniadanie: Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ, GLU ŻYT.</u>), Sok wielowarzywny pasteryzowany 200 ml , Szynkowa dębowa kief.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>),		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt ,
------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	--------------------------------------------

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2025-02-03 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, GLU ŻYT.</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 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 40 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Brokułowa z ryżem * 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>), Makaron 180 g (<u>GLU PSZ.</u>), Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE.</u>), Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE.</u>), Jabłko 1 szt 1 szt , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml ,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, 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, RYB, 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, 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;

poniedziałek 2025-02-03 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, 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, 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, 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, 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, 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;

poniedziałek 2025-02-03 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, GLU ŻYT.</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 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>), 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, 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, 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>), Sałatka z makaronu i makreli - dieta () 80 g (<u>GLU PSZ, RYB, 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: Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (_ <u>może zawierać: MLE, GOR.</u>), Pomidor 15 g , Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),	Podwieczorek: Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ.</u>), Sałata zielona 5 g , Kefir 2 % tł 200g 1 szt (<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>), Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (<u>SOJ.</u>), Pomidor 15 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2618.14 kcal; Białko ogółem: 132.16 g; Tłuszcz: 73.64 g; Kw. tł. nasy.: 34.36 g; Węglowodany ogółem: 361.85 g; W tym cukry: 62.34 g; Błonnik pok.: 28.16 g; Sól: 13.85 g; WW: 33.44 Por; : 20.19 %; : 55.28 %; Ener. z T: 25.32 %; Ener. z Bł.: 2.15 %; K: 2724.51 mg;

poniedziałek 2025-02-03 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;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2025-02-04		
Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa		
Kasza kukurydziana na mleku 250 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>), Szyntka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 80 g (<u>może zawierać: MLE, GOR₁</u>), Ogórek kiszony 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Pieczarkowa z ziemniakami * () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL₁</u>), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JEĆZ₁</u>), Bitka z szynki wieprzowej 100 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₁</u>), Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE₁</u>), Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE₁</u>), Sałata zielona 10 g, Pomidor 40 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,
II Śniadanie: Jogurt brzoskwinowy 100g 1 szt (<u>MLE₁</u>),		Posiłek nocny: Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JEĆZ₁</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2105.74 kcal; Białko ogółem: 100.45 g; Tłuszcz: 60.34 g; Kw. tł. nasy.: 22.45 g; Węglowodany ogółem: 304.79 g; W tym cukry: 67.46 g; Błonnik pok.: 19.23 g; Sól: 7.51 g; WW: 28.65 Por; : 19.08 %; : 57.9 %; Ener. z T: 25.79 %; Ener. z Bł.: 1.83 %; K: 2520.33 mg;

wtorek 2025-02-04		
Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna		
Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (<u>MLE₁</u>), 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>), Szyntka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 80 g (<u>może zawierać: MLE, GOR₁</u>), Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Jarzynowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL₁</u>), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JEĆZ₁</u>), Bitka z szynki wieprzowej 100 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Dynia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ₁</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>), Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE₁</u>), Sałata zielona 10 g, Pomidor 40 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,
II Śniadanie: Jogurt brzoskwinowy 100g 1 szt (<u>MLE₁</u>),		Posiłek nocny: Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JEĆZ₁</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2111.68 kcal; Białko ogółem: 100.35 g; Tłuszcz: 59.57 g; Kw. tł. nasy.: 22.39 g; Węglowodany ogółem: 305.06 g; W tym cukry: 71.43 g; Błonnik pok.: 17.9 g; Sól: 6.45 g; WW: 28.78 Por; : 19.01 %; : 57.79 %; Ener. z T: 25.39 %; Ener. z Bł.: 1.7 %; K: 2489.85 mg;

wtorek 2025-02-04		
Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa		
Kasza kukurydziana na mleku 250 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>), Szyntka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (<u>może zawierać: MLE, GOR₁</u>), Serek homo. naturalny 40 g (<u>MLE₁</u>), Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Jarzynowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL₁</u>), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JEĆZ₁</u>), Bitka z szynki wieprzowej 100 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g, Dynia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Makaron na mleku 200 ml (<u>GLU PSZ, 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>), Twarożek z koperkiem 30 g (<u>MLE₁</u>), Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE₁</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>MLE₁</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₁</u>), Pomidor 15 g, Masło extra 82% 5 g (<u>MLE₁</u>), Szyntka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (<u>może zawierać: MLE, GOR₁</u>),	Podwieczorek: Sałata zielona 5 g, Masło extra 82% 5 g (<u>MLE₁</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₁</u>), Kefir 2% tł 200g 1 szt (<u>MLE₁</u>), Szyntka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ₁</u>),	Posiłek nocny: Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₁</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE₁</u>), Szyntka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (<u>SOJ₁</u>), Pomidor 15 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2732.04 kcal; Białko ogółem: 142.74 g; Tłuszcz: 85.72 g; Kw. tł. nasy.: 36.83 g; Węglowodany ogółem: 355.95 g; W tym cukry: 50.34 g; Błonnik pok.: 28.44 g; Sól: 10.65 g; WW: 32.84 Por; : 20.9 %; : 52.12 %; Ener. z T: 28.24 %; Ener. z Bł.: 2.08 %; K: 3831.16 mg;

wtorek 2025-02-04		
Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa		

Jadłospisy dla oddziałów

Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (<u>MLE_t</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT_t</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE_t</u>), Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 80 g (<u>może zawierać: MLE, GOR_t</u>), Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Jarzynowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL_t</u>), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JEĆZ_t</u>), Bitka z szynki wieprzowej 100 g (<u>GLU PSZ_t</u>), Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL_t</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g, Dynia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ_t</u>), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT_t</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE_t</u>), Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE_t</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_t</u>),		Posiłek nocny: Podpłomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE_t</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2047.35 kcal; Białko ogółem: 106.28 g; Tłuszcz: 62.47 g; Kw. tł. nasy.: 23.04 g; Węglowodany ogółem: 271.36 g; W tym cukry: 31.35 g; Błonnik pok.: 23.44 g; Sól: 7.21 g; WW: 24.87 Por; : 20.76 %; : 53.02 %; Ener. z T: 27.46 %; Ener. z Bł.: 2.29 %; K: 3156.02 mg;