

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2025-02-19		
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, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Sałata zielona 10 g,	Pieczarkowa z makaronem * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki gotowane () 200 g, Pulpet drobiowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Paprykarz szczeciński 70 g (<u>RYB, SOJ</u>), Ogórek kiszony 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>),
II Śniadanie: Sok pomarańczowy 200 ml,		Posiłek nocny: Mandarynka 2 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2172.91 kcal; Białko ogółem: 85.31 g; Tłuszcz: 62.9 g; Kw. tł. nasy.: 18.88 g; Węglowodany ogółem: 327.38 g; W tym cukry: 83.11 g; Błonnik pok.: 22.71 g; Sól: 8.22 g; WW: 30.52 Por; : 15.7 %; : 60.27 %; Ener. z T: 26.05 %; Ener. z Bł.: 2.09 %; K: 4040 mg;

środa 2025-02-19		
Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna		
Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (<u>MLE</u>), 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, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Sałata zielona 10 g,	Selerowa z makaronem *() 300 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki gotowane () 200 g, Pulpet drobiowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Marchew oprószana z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 70 g (<u>RYB, SEL</u>), Sałata zielona 10 g, Pomidor 40 g, Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>),
II Śniadanie: Sok pomarańczowy 200 ml,		Posiłek nocny: Banan 1szt. 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2302.18 kcal; Białko ogółem: 89.7 g; Tłuszcz: 55.59 g; Kw. tł. nasy.: 18.45 g; Węglowodany ogółem: 372.67 g; W tym cukry: 110.57 g; Błonnik pok.: 24.01 g; Sól: 6.24 g; WW: 35.11 Por; : 15.59 %; : 64.75 %; Ener. z T: 21.73 %; Ener. z Bł.: 2.09 %; K: 4684.62 mg;

środa 2025-02-19		
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>), Baton szynkowy z kurcząt 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>), Twarożek 40 g (<u>MLE</u>), Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Selerowa z makaronem *() 300 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki gotowane () 200 g, Pulpet drobiowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g, Fasolka szparagowa z wody* 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	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>), Paprykarz szczeciński 30 g (<u>RYB, SOJ</u>), Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g, Ogórek kiszony 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>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Sałata zielona 5 g, Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>),	Podwieczorek: Mandarynka 2 szt, Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g, Pomidor 15 g,	Posiłek nocny: Ser żółty 20 g (<u>MLE</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Sałata zielona 5 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2704.75 kcal; Białko ogółem: 120.07 g; Tłuszcz: 82.9 g; Kw. tł. nasy.: 34.69 g; Węglowodany ogółem: 388.26 g; W tym cukry: 62.65 g; Błonnik pok.: 37.55 g; Sól: 15.1 g; WW: 35.2 Por; : 17.76 %; : 57.42 %; Ener. z T: 27.58 %; Ener. z Bł.: 2.78 %; K: 5170.47 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2025-02-20		
Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa		
Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW.), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło extra 82% 10 g (MLE.), Ser topiony 70 g (MLE.), Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Barszcz biały z ziemniakami (*) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.), Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 250 g (SEL, GLU JĘCZ.), Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.), Sałatka szwedzka () 100 g (GOR.), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.), Masło extra 82% 10 g (MLE.), Szyunka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 80 g, Sałatka jarzynowa (*) 50 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.),
II Śniadanie: Koktajl wieloowocowy* 200 ml (MLE.),		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2207.87 kcal; Białko ogółem: 86.83 g; Tłuszcz: 70.34 g; Kw. tł. nasy.: 33.24 g; Węglowodany ogółem: 319.14 g; W tym cukry: 94.35 g; Błonnik pok.: 27.41 g; Sól: 9.33 g; WW: 29.13 Por; : 15.73 %; : 57.82 %; Ener. z T: 28.67 %; Ener. z Bt.: 2.48 %; K: 3370.56 mg;

czwartek 2025-02-20		
Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna		
Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW.), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.), Masło extra 82% 10 g (MLE.), Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (MLE.), Sałata zielona 10 g, Pomidor 40 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Ziemniaczana * () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 250 g (SEL, GLU JĘCZ.), Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.), Cukinia pieczona z olejem * 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.), Masło extra 82% 10 g (MLE.), Szyunka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 80 g, Sałatka jarzynowa - dieta (*) 50 g (MLE, SEL.), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.),
II Śniadanie: Koktajl wieloowocowy* 200 ml (MLE.),		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2107.81 kcal; Białko ogółem: 91.27 g; Tłuszcz: 54.63 g; Kw. tł. nasy.: 21.22 g; Węglowodany ogółem: 324.55 g; W tym cukry: 93.61 g; Błonnik pok.: 25.12 g; Sól: 5.92 g; WW: 29.92 Por; : 17.32 %; : 61.59 %; Ener. z T: 23.33 %; Ener. z Bt.: 2.38 %; K: 3575.71 mg;

czwartek 2025-02-20		
Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa		
Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło extra 82% 10 g (MLE.), Szyunkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g, Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 40 g (MLE.), Pomidor 90 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW.),	Barszcz biały z ziemniakami (*) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.), Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 250 g (SEL, GLU JĘCZ.), Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.), Cukinia pieczona z olejem * 100 g, Sałatka szwedzka b/c () 100 g (GOR.), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Ryż na mleku 250 ml (MLE.), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło extra 82% 10 g (MLE.), Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.), Szyunka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 40 g, Sałatka jarzynowa (*) 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (MLE.), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Ogórek kiszony 15 g, Masło extra 82% 5 g (MLE.), Szyunkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g,	Podwieczorek: Andruty 1 szt (GLU PSZ.), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Sałata zielona 5 g, Szyunka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 25 g, Masło extra 82% 5 g (MLE.),	Posiłek nocny: Masło extra 82% 5 g (MLE.), Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Sałata zielona 5 g, Szyunkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2705.29 kcal; Białko ogółem: 119.42 g; Tłuszcz: 86.73 g; Kw. tł. nasy.: 35.67 g; Węglowodany ogółem: 375.2 g; W tym cukry: 43.43 g; Błonnik pok.: 31.03 g; Sól: 13.84 g; WW: 34.39 Por; : 17.66 %; : 55.48 %; Ener. z T: 28.85 %; Ener. z Bt.: 2.29 %; K: 3875.26 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2025-02-21		
Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa		
Kasza manna na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE,), Rogal maślany 50g. 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Twaróg półtłusty 40 g (MLE,), Dżem 25 g, Jabłko 1 szt 1 szt, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Szpinakowa z zacierką* 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Ziemniaki gotowane () 200 g, Kotlet z ryby (Morszczuk) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,), Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (JAJ, MLE,), Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,),
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml,		Posiłek nocny: Herbatniki Be Be 16g 1 szt (GLU PSZ, MLE,),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2269.7 kcal; Białko ogółem: 73.04 g; Tłuszcz: 67.89 g; Kw. tł. nasy.: 22.35 g; Węglowodany ogółem: 348.73 g; W tym cukry: 117.99 g; Błonnik pok.: 20.18 g; Sól: 4.29 g; WW: 32.89 Por; : 12.87 %; : 61.46 %; Ener. z T: 26.92 %; Ener. z Bł.: 1.78 %; K: 3256.65 mg;

piątek 2025-02-21		
Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna		
Kasza manna na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE,), Rogal maślany 50g. 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Twaróg półtłusty 40 g (MLE,), Dżem 25 g, Jabłko 1 szt 1 szt, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Szpinakowa z zacierką* 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Ziemniaki gotowane () 200 g, Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (RYB,), Warzywa po grecku 100 g (GLU PSZ, SEL,), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,), Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (JAJ, MLE,), Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,),
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml,		Posiłek nocny: Herbatniki Be Be 16g 1 szt (GLU PSZ, MLE,),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2127.45 kcal; Białko ogółem: 94.79 g; Tłuszcz: 55.16 g; Kw. tł. nasy.: 21.78 g; Węglowodany ogółem: 319.99 g; W tym cukry: 116.35 g; Błonnik pok.: 17.18 g; Sól: 4.05 g; WW: 30.33 Por; : 17.82 %; : 60.16 %; Ener. z T: 23.33 %; Ener. z Bł.: 1.62 %; K: 3573.44 mg;

piątek 2025-02-21		
Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa		
Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Szyunka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR,), Ser żółty 30 g (MLE,), Ogórek kiszony 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant b/c 150 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,),	Szpinakowa z zacierką* 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Ziemniaki gotowane () 200 g, Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (RYB,), Warzywa po grecku 100 g (GLU PSZ, SEL,), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Kasza jaglana na mleku 200 ml (MLE,), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (JAJ, MLE,), Baton szynkowy z kurcząt 40 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,), Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,
II Śniadanie: Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Pomidor 15 g, Szyunka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (może zawierać: MLE, GOR,), Masło extra 82% 5 g (MLE,), Mandarynka 2 szt,	Podwieczorek: Kefir 2% tł 200 ml (MLE,), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 5 g (MLE,), Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,), Sałata zielona 5 g,	Posiłek nocny: Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 5 g (MLE,), Szyunka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 20 g (może zawierać: MLE, GOR,), Sałata zielona 5 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2740.85 kcal; Białko ogółem: 141.17 g; Tłuszcz: 90.75 g; Kw. tł. nasy.: 36.74 g; Węglowodany ogółem: 353.31 g; W tym cukry: 60.93 g; Błonnik pok.: 30.72 g; Sól: 13.59 g; WW: 32.26 Por; : 20.6 %; : 51.56 %; Ener. z T: 29.8 %; Ener. z Bł.: 2.24 %; K: 4774.34 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2025-02-22		
Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa		
Płatki jęczmieńne na mleku 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> <u>JĘCZ.</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ.</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT.</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ.</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Parówki drobiowe z cielęciną homogenizowane, wędzone, parzone 70 g, Ketchup 20 g (<u>SEL.</u>), Sałata zielona 10 g, Pomidor 40 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Koperkowa z ryżem * 300 ml (<u>MLE.</u> , <u>SEL.</u>), Ziemniaki gotowane () 200 g, Gulasz wieprzowy- dieta 200 g (<u>GLU</u> <u>PSZ.</u>), Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ.</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT.</u>), Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Paszтет z soczewicy () 70 g (<u>GLU</u> <u>PSZ.</u> , <u>JAJ.</u>), Ogórek kiszony 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml (<u>MLE.</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT.</u> , <u>GLU</u> <u>JĘCZ.</u>),
II Śniadanie: Sok pomarańczowy 200 ml,		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2458.09 kcal; Białko ogółem: 95.88 g; Tłuszcz: 72.95 g; Kw. tł. nasy.: 23.02 g; Węglowodany ogółem: 349.8 g; W tym cukry: 88.65 g; Błonnik pok.: 28.86 g; Sól: 7.88 g; WW: 32.23 Por; : 15.6 %; : 56.92 %; Ener. z T: 26.71 %; Ener. z Bł.: 2.35 %; K: 4327.77 mg;

sobota 2025-02-22		
Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna		
Płatki jęczmieńne na mleku 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> <u>JĘCZ.</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Szyńka wędzona-pr.dr.wędzony, parzony 80 g, Sałata zielona 10 g, Pomidor 40 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Koperkowa z ryżem * 300 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL.</u>), Ziemniaki gotowane () 200 g, Gulasz wieprzowy- dieta 200 g (<u>GLU</u> <u>PSZ.</u>), Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Szyńka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80 g (<u>SOJ.</u>), Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT.</u> , <u>GLU</u> <u>JĘCZ.</u>),
II Śniadanie: Sok pomarańczowy 200 ml,		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2182.98 kcal; Białko ogółem: 108.93 g; Tłuszcz: 55.87 g; Kw. tł. nasy.: 22.33 g; Węglowodany ogółem: 322.86 g; W tym cukry: 87.1 g; Błonnik pok.: 21.91 g; Sól: 8.09 g; WW: 30.27 Por; : 19.96 %; : 59.16 %; Ener. z T: 23.04 %; Ener. z Bł.: 2.01 %; K: 4052.79 mg;

sobota 2025-02-22		
Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa		
Płatki jęczmieńne na mleku 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> <u>JĘCZ.</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ.</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT.</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ.</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Twarożek 40 g (<u>MLE.</u>), Szyńka wędzona-pr.dr.wędzony, parzony 40 g, Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Koperkowa z ryżem * 300 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL.</u>), Ziemniaki gotowane () 200 g, Gulasz wieprzowy- dieta 200 g (<u>GLU</u> <u>PSZ.</u>), Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 100 g, Fasolka szparagowa z wody* 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Makaron pełnoziarnisty na mleku 200 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ.</u> , <u>MLE.</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ.</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT.</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ.</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Paszтет z soczewicy () 40 g (<u>GLU</u> <u>PSZ.</u> , <u>JAJ.</u>), Szyńka 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</u> <u>PSZ.</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT.</u>), Sok pomidorowy 200 ml, Jajko gotowane kl M 0.50 szt (<u>JAJ.</u>), Sałata zielona 5 g, Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>),	Podwieczorek: Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ.</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT.</u>), Szyńka wędzona-pr.dr.wędzony, parzony 25 g, Pomidor 15 g, Masło extra 82% 5 g	Posiłek nocny: Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (<u>GLU</u> <u>PSZ.</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Ser żółty 20 g (<u>MLE.</u>), Pomidor 15 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2827.87 kcal; Białko ogółem: 139.18 g; Tłuszcz: 90.04 g; Kw. tł. nasy.: 40.49 g; Węglowodany ogółem: 381.99 g; W tym cukry: 44.51 g; Błonnik pok.: 34.56 g; Sól: 13.8 g; WW: 35.01 Por; : 19.69 %; : 54.03 %; Ener. z T: 28.66 %; Ener. z Bł.: 2.44 %; K: 5025.12 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2025-02-23		
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>), Ser żółty 60 g (<u>MLE₁</u>), Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Rosół z makaronem * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Ziemniaki gotowane () 200 g, Ćwiartka z kurczaka pieczona 150 g, 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>), Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 80 g, Pomidor 50 g, Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ₁</u>),
II Śniadanie: Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02₁</u>),		Posiłek nocny: Chrupki kukurydziane 20 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2641.06 kcal; Białko ogółem: 134.08 g; Tłuszcz: 97.38 g; Kw. tł. nasy.: 40.46 g; Węglowodany ogółem: 316.38 g; W tym cukry: 51.37 g; Błonnik pok.: 20.25 g; Sól: 9.49 g; WW: 29.67 Por; : 20.31 %; : 47.92 %; Ener. z T: 33.19 %; Ener. z Bł.: 1.53 %; K: 3713.75 mg;

niedziela 2025-02-23		
Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna		
Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (<u>MLE₁</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE₁</u>), Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiowym 80 g (<u>MLE₁</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Jabłko 1 szt 1 szt,	Rosół z makaronem * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Ziemniaki gotowane () 200 g, Ćwiartka z kurczaka gotowana 150 g, Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL₁</u>), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE₁</u>), Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 80 g, Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ₁</u>),
II Śniadanie: Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02₁</u>),		Posiłek nocny: Chrupki kukurydziane 20 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2605.7 kcal; Białko ogółem: 129.65 g; Tłuszcz: 81.6 g; Kw. tł. nasy.: 29.74 g; Węglowodany ogółem: 346.73 g; W tym cukry: 69.69 g; Błonnik pok.: 21.36 g; Sól: 7.43 g; WW: 32.58 Por; : 19.9 %; : 53.23 %; Ener. z T: 28.18 %; Ener. z Bł.: 1.64 %; K: 4004.44 mg;

niedziela 2025-02-23		
Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa		
Kasza jęczmienna na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ₁</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>), Szynekowa tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (<u>może zawierać: MLE, GOR₁</u>), Twarożek 40 g (<u>MLE₁</u>), Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Rosół z makaronem * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Ziemniaki gotowane () 200 g, Ćwiartka z kurczaka pieczona 150 g, Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g, Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL₁</u>), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Ryż 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>), Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g, Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ₁</u>), Pomidor 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 ŻYT₁</u>), Maślanka 200 ml (<u>MLE₁</u>), Szynekowa tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (<u>może zawierać: MLE, GOR₁</u>), Pomidor 15 g, Masło extra 82% 5 g (<u>MLE₁</u>),	Podwieczorek: Jabłko 1 szt 1 szt, Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₁</u>), Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g, Sałata zielona 5 g, Masło extra 82% 5 g (<u>MLE₁</u>),	Posiłek nocny: Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₁</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE₁</u>), Twaróg półtłusty 20 g (<u>MLE₁</u>), Sałata zielona 5 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 3052.09 kcal; Białko ogółem: 161.51 g; Tłuszcz: 107.08 g; Kw. tł. nasy.: 41.46 g; Węglowodany ogółem: 374.14 g; W tym cukry: 65.55 g; Błonnik pok.: 32.17 g; Sól: 12 g; WW: 34.3 Por; : 21.17 %; : 49.03 %; Ener. z T: 31.57 %; Ener. z Bł.: 2.11 %; K: 5368.33 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2025-02-24		
Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa		
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>), Baton szynkowy z kurcząt 80 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>), Ogórek kiszony 50 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Grochowa z ziemniakami (*) 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Pierogi z serem 250 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>), Mus z jabłek prażonych 100 g, Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE.</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>), Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 80 g, Pomidor 50 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,
II Śniadanie: Banan 1szt. 1 szt,		Posiłek nocny: Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2447.41 kcal; Białko ogółem: 104.95 g; Tłuszcz: 54.76 g; Kw. tł. nasy.: 20.09 g; Węglowodany ogółem: 399.75 g; W tym cukry: 119.09 g; Błonnik pok.: 26.32 g; Sól: 8.47 g; WW: 37.28 Por; : 17.15 %; : 65.33 %; Ener. z T: 20.14 %; Ener. z Bł.: 2.15 %; K: 2719.31 mg;

poniedziałek 2025-02-24		
Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna		
Płatki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>), 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 50 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Solferino * () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Pierogi z serem 250 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>), Mus z jabłek prażonych 100 g, Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE.</u>), 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>), Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 80 g, Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,
II Śniadanie: Banan 1szt. 1 szt,		Posiłek nocny: Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2394.18 kcal; Białko ogółem: 102.82 g; Tłuszcz: 52.09 g; Kw. tł. nasy.: 19.88 g; Węglowodany ogółem: 392.25 g; W tym cukry: 123.85 g; Błonnik pok.: 20.53 g; Sól: 6.63 g; WW: 37.15 Por; : 17.18 %; : 65.53 %; Ener. z T: 19.58 %; Ener. z Bł.: 1.71 %; K: 2906.54 mg;

poniedziałek 2025-02-24		
Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa		
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>), Baton szynkowy z kurcząt 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>), Ser żółty 30 g (<u>MLE.</u>), Ogórek kiszony 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Solferino * () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ryż na sypko (brązowy) 180 g, Pulpet drobiowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Surówka z marchwi i selera z olejem b/c () 100 g (<u>SEL.</u>), Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Pomidor 90 g, Makaron pełnoziarnisty 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>), Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 40 g, Twarożek 40 g (<u>MLE.</u>), Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,
II Śniadanie: Mandarynka 2 szt, Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>), Pomidor 15 g, Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>),	Podwieczorek: Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>), 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,	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>), Ogórek kiszony 15 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2834.9 kcal; Białko ogółem: 130.26 g; Tłuszcz: 91.66 g; Kw. tł. nasy.: 38.84 g; Węglowodany ogółem: 386.55 g; W tym cukry: 57.7 g; Błonnik pok.: 37.54 g; Sól: 13.14 g; WW: 34.94 Por; : 18.38 %; : 54.54 %; Ener. z T: 29.1 %; Ener. z Bł.: 2.65 %; K: 4102.57 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2025-02-25		
Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa		
Makaron 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>), Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>), Papryka świeża 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Kapuśniak z kapusty kiszzonej (*) 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR,</u>), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ,</u>), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>), Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Surówka z kalarepy, jabłka i marchewki () 100 g (<u>MLE,</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>), Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny* 40 g (<u>RYB, SEL,</u>), Twaróg półtłusty 40 g (<u>MLE,</u>), Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>),
II Śniadanie: Bułka maślana 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>),		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2299.56 kcal; Białko ogółem: 97.44 g; Tłuszcz: 57.26 g; Kw. tł. nasy.: 25.26 g; Węglowodany ogółem: 359.71 g; W tym cukry: 75.24 g; Błonnik pok.: 25.87 g; Sól: 5.72 g; WW: 33.47 Por; : 16.95 %; : 62.57 %; Ener. z T: 22.41 %; Ener. z Bł.: 2.25 %; K: 3070.66 mg;

wtorek 2025-02-25		
Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna		
Makaron 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>), Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>), Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Wielowarzywna z ziemniakami * () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ,</u>), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>), Sos koperkowy * 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,	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Szyńka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80 g (<u>SOJ,</u>), Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>),
II Śniadanie: Bułka maślana 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>),		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2242.8 kcal; Białko ogółem: 102.19 g; Tłuszcz: 52.81 g; Kw. tł. nasy.: 21.97 g; Węglowodany ogółem: 350.1 g; W tym cukry: 72.7 g; Błonnik pok.: 21.03 g; Sól: 6.36 g; WW: 33.07 Por; : 18.23 %; : 62.44 %; Ener. z T: 21.19 %; Ener. z Bł.: 1.88 %; K: 2835.09 mg;

wtorek 2025-02-25		
Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa		
Makaron pełnoziarnisty 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>), Pasta z twarogu z koperkiem 40 g (<u>MLE,</u>), Ser żółty 30 g (<u>MLE,</u>), Papryka świeża 50 g, Pomidor 50 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Wielowarzywna z ziemniakami * () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ,</u>), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>), Cukinia pieczona z olejem * 100 g, Surówka z kalarepy, jabłka i marchewki () 100 g (<u>MLE,</u>), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	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>), Twaróg półtłusty 40 g (<u>MLE,</u>), Szyńka 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,
II Śniadanie: Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Andrutry 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Twaróg półtłusty 25 g (<u>MLE,</u>), Pomidor 15 g, Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: Mus z truskawek* b/c 100 g, Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Szyńkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g, Sałata zielona 5 g, Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>),	Posiłek nocny: Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>), Ser żółty 20 g (<u>MLE,</u>), Sałata zielona 5 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2829.56 kcal; Białko ogółem: 129.23 g; Tłuszcz: 87.31 g; Kw. tł. nasy.: 44.13 g; Węglowodany ogółem: 398.91 g; W tym cukry: 53.86 g; Błonnik pok.: 32.67 g; Sól: 10.97 g; WW: 36.77 Por; : 18.27 %; : 56.39 %; Ener. z T: 27.77 %; Ener. z Bł.: 2.31 %; K: 3930.52 mg;