

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2025-03-19 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, Salata 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, Salata 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: Andruły 1 szt (<u>GLU PSZ</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2171.71 kcal; Białko ogółem: 86.55 g; Tłuszcz: 64.72 g; Kw. tł. nasy.: 19.06 g; Węglowodany ogółem: 320.1 g; W tym cukry: 66.09 g; Błonnik pok.: 18.91 g; Sól: 8.22 g; WW: 30.22 Por; : 15.94 %; : 58.96 %; Ener. z T: 26.82 %; Ener. z Bł.: 1.74 %; K: 3662 mg;

środa 2025-03-19 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, Salata 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>), Surówka z 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>), Salata 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: Andruły 1 szt (<u>GLU PSZ</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2196.98 kcal; Białko ogółem: 90.14 g; Tłuszcz: 57.21 g; Kw. tł. nasy.: 18.43 g; Węglowodany ogółem: 340.79 g; W tym cukry: 73.55 g; Błonnik pok.: 20.61 g; Sól: 6.23 g; WW: 32.21 Por; : 16.41 %; : 62.05 %; Ener. z T: 23.44 %; Ener. z Bł.: 1.88 %; K: 3894.62 mg;

środa 2025-03-19 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, Salata 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 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: Sok pomidorowy 200 ml, Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Salata 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 kiel.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>), Salata 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;

środa 2025-03-19 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, Salata 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,	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 70 g (<u>RYB, SEL</u>), Ogórek kiszony 90 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 150 ml, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>),
II Śniadanie: Sok pomidorowy 200 ml,		Posiłek nocny: Andruły 1 szt (<u>GLU PSZ</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2000.51 kcal; Białko ogółem: 91.03 g; Tłuszcz: 56.33 g; Kw. tł. nasy.: 18.68 g; Węglowodany ogółem: 296.51 g; W tym cukry: 38.16 g; Błonnik pok.: 28.38 g; Sól: 10.07 g; WW: 26.99 Por; : 18.2 %; : 59.29 %; Ener. z T: 25.34 %; Ener. z Bł.: 2.84 %; K: 4451.8 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2025-03-20		
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>), Ser topiony 70 g (<u>MLE,</u>), Pomidor 40 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Barszcz biały z ziemniakami (*) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 250 g (<u>SEL, GLU JĘCZ,</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ,</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, GLU ŻYT,</u>), Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Szyńska wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 80 g, Sałatka jarzynowa (*) 50 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>),
II Śniadanie: Koktajl wieloowocowy* 200 ml (<u>MLE,</u>),		Posiłek nocny: Jablko 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 Bł.: 2.48 %; K: 3370.56 mg;

czwartek 2025-03-20		
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>), Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE,</u>), Sałata zielona 10 g, Pomidor 40 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Ziemniaczana * () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 250 g (<u>SEL, GLU JĘCZ,</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>), Cukinia pieczona 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>), Szyńska wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 80 g, Sałatka jarzynowa - dieta (*) 50 g (<u>MLE, SEL,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>),
II Śniadanie: Koktajl wieloowocowy* 200 ml (<u>MLE,</u>),		Posiłek nocny: Jablko 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 Bł.: 2.38 %; K: 3575.71 mg;

czwartek 2025-03-20		
Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa		
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>), Szyńska dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodad.wody w osł.niejad 40 g, Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 40 g (<u>MLE,</u>), Pomidor 90 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Płatki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>),	Barszcz biały z ziemniakami (*) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 250 g (<u>SEL, GLU JĘCZ,</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>), Cukinia pieczona z olejem * 100 g, Sałatka szwedzka b/c () 100 g (<u>GOR,</u>), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	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>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>), Szyńska wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 40 g, Sałatka jarzynowa (*) 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>), 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>), Ogórek kiszony 15 g, Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>), Szyńska dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodad.wody w osł.niejad 25 g,	Podwieczorek: Andruty 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Sałata zielona 5 g, Szyńska wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 25 g, Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>),	Posiłek nocny: Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Sałata zielona 5 g, Szyńska dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodad.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 Bł.: 2.29 %; K: 3875.26 mg;

czwartek 2025-03-20		
Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoreszkowa		
Płatki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE,</u>), Pomidor 90 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Ziemniaczana * () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 250 g (<u>SEL, GLU JĘCZ,</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>), Cukinia pieczona z olejem * 100 g, Sałatka szwedzka b/c () 100 g (<u>GOR,</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>), Szyńska wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 80 g, Sałatka jarzynowa (*) 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>),
II Śniadanie: Koktajl wieloowocowy* b/c 200 ml (<u>MLE,</u>),		Posiłek nocny: Jablko 1 szt 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2073.99 kcal; Białko ogółem: 92.98 g; Tłuszcz: 62.61 g; Kw. tł. nasy.: 22.29 g; Węglowodany ogółem: 299.37 g; W tym cukry: 65.46 g; Błonnik pok.: 31.04 g; Sól: 8.74 g; WW: 26.77 Por; : 17.93 %; : 57.74 %; Ener. z T: 27.17 %; Ener. z Bł.: 2.99 %; K: 4124.03 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2025-03-21 Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa		
Kasza manna na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Twaróg półtłusty 40 g (<u>MLE,</u>), Dżem 25 g, Jabłko 1 szt 1 szt, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Szpinakowa z zacierką* 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki gotowane () 200 g, Kotlet z ryby (Morszczuk) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>), Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>), Pomidor 40 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>),
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml,		Posiłek nocny: Herbatniki Be Be 16g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE,</u>),

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 2025-03-21 Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna		
Kasza manna na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Twaróg półtłusty 40 g (<u>MLE,</u>), Dżem 25 g, Jabłko 1 szt 1 szt, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Szpinakowa z zacierką* 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki gotowane () 200 g, Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (<u>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>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>), Pomidor 40 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>),
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml,		Posiłek nocny: Herbatniki Be Be 16g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE,</u>),

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 2025-03-21 Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa		
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>), Szyntka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>), Ser żółty 30 g (<u>MLE,</u>), Ogórek kiszony 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 JĘCZ,</u>),	Szpinakowa z zacierką* 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki gotowane () 200 g, Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (<u>RYB,</u>), Warzywa po grecku 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Kasza jaglana na mleku 200 ml (<u>MLE,</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>), Baton szynkowy z kurcząt 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u>), Pomidor 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, Szyntka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>), Mandarynka 2 szt,	Podwieczorek: Kefir 2% tł 200 ml (<u>MLE,</u>), 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>), Salata 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>), Szyntka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 20 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>), Salata 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;

piątek 2025-03-21 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>), Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE,</u>), Jabłko 1 szt 1 szt, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Szpinakowa z zacierką* 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki gotowane () 200 g, Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (<u>RYB,</u>), Warzywa po grecku 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>), Pomidor 40 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>),
II Śniadanie: Mandarynka 2 szt,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 30 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2173.47 kcal; Białko ogółem: 110.8 g; Tłuszcz: 56.23 g; Kw. tł. nasy.: 22.6 g; Węglowodany ogółem: 318.42 g; W tym cukry: 74.59 g; Błonnik pok.: 28.75 g; Sól: 6 g; WW: 28.92 Por; : 20.39 %; : 58.6 %; Ener. z T: 23.28 %; Ener. z Bł.: 2.65 %; K: 4496.34 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2025-03-22 Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa		
Platki jęczmienne na mleku 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU JE CZ.</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>), Parówki drobiowe z ciepleciną 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 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 PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u>), Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Paszтет z soczewicy () 70 g (<u>GLU 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 ŻYT</u> , <u>GLU JE CZ.</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 2025-03-22 Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna		
Platki jęczmienne na mleku 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU JE CZ.</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Szyunka 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 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 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, 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: 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 2025-03-22 Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa		
Platki jęczmienne na mleku 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU JE CZ.</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>), Twarożek 40 g (<u>MLE</u>), Szyunka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 40 g, Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Koperkowa z ryżem* 300 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki gotowane () 200 g, Gulasz wieprzowy-dieta 200 g (<u>GLU 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 PSZ</u> , <u>MLE</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Paszтет z soczewicy () 40 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u>), Szyunka 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</u> , <u>GLU 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 PSZ</u> , <u>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</u> , <u>GLU 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;

sobota 2025-03-22 Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa		
Platki jęczmienne na mleku 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU JE CZ.</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Szyunka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 80 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 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,	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, 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: Jabłko 1 szt 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2030.12 kcal; Białko ogółem: 110.57 g; Tłuszcz: 56.03 g; Kw. tł. nasy.: 22.56 g; Węglowodany ogółem: 286.77 g; W tym cukry: 51.67 g; Błonnik pok.: 30.13 g; Sól: 12.16 g; WW: 25.88 Por; : 21.79 %; : 56.5 %; Ener. z T: 24.84 %; Ener. z Bł.: 2.97 %; K: 4625.32 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY

Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2025-03-23 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>), Ser żółty 60 g (<u>MLE</u>), Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Rosół z makaronem * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki gotowane () 200 g, Czwartka 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 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 50 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: 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 2025-03-23 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>), Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 80 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Jabłko 1 szt 1 szt,	Rosół z makaronem * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki gotowane () 200 g, Czwartka z kurczaka gotowana 150 g, Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL</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>), 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 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: 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 2025-03-23 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>), Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>), Twarożek 40 g (<u>MLE</u>), Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Rosół z makaronem * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki gotowane () 200 g, Czwartka z kurczaka pieczona 150 g, Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g, Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL</u>), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	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>), Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g, Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</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>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>), Pomidor 15 g,	Podwieczorek: Jabłko 1 szt 1 szt, Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Szynekowa dębowa kiel.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>), Twaróg półtłusty 20 g (<u>MLE</u>), Sałata zielona 5 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2978.09 kcal; Białko ogółem: 154.91 g; Tłuszcz: 106.08 g; Kw. tł. nasy.: 40.78 g; Węglowodany ogółem: 364.74 g; W tym cukry: 56.15 g; Błonnik pok.: 32.17 g; Sól: 11.69 g; WW: 33.3 Por; : 20.81 %; : 48.99 %; Ener. z T: 32.06 %; Ener. z Bł.: 2.16 %; K: 5068.33 mg;

niedziela 2025-03-23 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>), Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 80 g (<u>MLE</u>), Jabłko 1 szt 1 szt, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Rosół z makaronem * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki gotowane () 200 g, Czwartka z kurczaka pieczona 150 g, Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g, Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 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>), 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 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>), Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>), Pomidor 15 g, Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: Chrupki kukurydziane 20 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2533.57 kcal; Białko ogółem: 132.38 g; Tłuszcz: 86.95 g; Kw. tł. nasy.: 31.87 g; Węglowodany ogółem: 318.02 g; W tym cukry: 46.88 g; Błonnik pok.: 28.45 g; Sól: 9.73 g; WW: 28.97 Por; : 20.9 %; : 50.21 %; Ener. z T: 30.89 %; Ener. z Bł.: 2.25 %; K: 4520.66 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2025-03-24 Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa		
Plátky 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>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>), Pomidor 50 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,
II Śniadanie: Banan 1szt. 1 szt,		Posiłek nocny: Biskopki 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ,</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2426.25 kcal; Białko ogółem: 94 g; Tłuszcz: 57.45 g; Kw. tł. nasy.: 20.91 g; Węglowodany ogółem: 399.37 g; W tym cukry: 119.09 g; Błonnik pok.: 26.32 g; Sól: 6.93 g; WW: 37.2 Por; : 15.5 %; : 65.84 %; Ener. z T: 21.31 %; Ener. z Bł.: 2.17 %; K: 2785.81 mg;

poniedziałek 2025-03-24 Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna		
Plátky 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>), 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: Banan 1szt. 1 szt,		Posiłek nocny: Biskopki 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ,</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2373.02 kcal; Białko ogółem: 91.87 g; Tłuszcz: 54.78 g; Kw. tł. nasy.: 20.7 g; Węglowodany ogółem: 391.87 g; W tym cukry: 123.85 g; Błonnik pok.: 20.53 g; Sól: 5.09 g; WW: 37.07 Por; : 15.49 %; : 66.05 %; Ener. z T: 20.78 %; Ener. z Bł.: 1.73 %; K: 2973.04 mg;

poniedziałek 2025-03-24 Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa		
Plátky 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>), Pulpet drobiowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>), Ryż na sypko (brązowy) 180 g, Surówka z marchwi i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE,</u>), Jabłko 1 szt 1 szt, 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>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</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>), Ser żółty 25 g (<u>MLE,</u>), Ogórek kiszony 15 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2947.01 kcal; Białko ogółem: 128.43 g; Tłuszcz: 99.65 g; Kw. tł. nasy.: 44.98 g; Węglowodany ogółem: 398.73 g; W tym cukry: 69.81 g; Błonnik pok.: 36.89 g; Sól: 12.82 g; WW: 36.1 Por; : 17.43 %; : 54.12 %; Ener. z T: 30.43 %; Ener. z Bł.: 2.5 %; K: 4041.42 mg;

poniedziałek 2025-03-24 Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoreszkowa		
Plátky owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Baton szynkowy z kurcząt 80 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</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, Mus z jabłek prażonych 100 g, Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE,</u>), Surówka z marchwi i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE,</u>), Jabłko 1 szt 1 szt, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Pomidor 90 g, 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>), Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,
II Śniadanie: Banan 1szt. 1 szt,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 30 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2120.5 kcal; Białko ogółem: 68.09 g; Tłuszcz: 49.97 g; Kw. tł. nasy.: 18.98 g; Węglowodany ogółem: 364.24 g; W tym cukry: 110.89 g; Błonnik pok.: 32.98 g; Sól: 8.1 g; WW: 33.08 Por; : 12.84 %; : 68.71 %; Ener. z T: 21.21 %; Ener. z Bł.: 3.11 %; K: 3841.92 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2025-03-25 Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa		
Makaron na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE₁), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT₁), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT₁), Masło extra 82% 10g (MLE₁), Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE₁), Papryka świeża 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Kapuśniak z kapusty kiszzonej (*) 300 ml (GLU PSZ, SEL, GOR₁), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JEJCZ₁), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ₁), Sos koperkowy * 100 ml (GLU PSZ, MLE₁), Surówka z kalarepy, jabłka i marchewki () 100 g (MLE₁), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT₁), Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ₁), Masło extra 82% 10 g (MLE₁), Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny* 40 g (RYB, SEL₁), Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ₁), Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ₁),
II Śniadanie: Bułka maślana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE₁),		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2286.2 kcal; Białko ogółem: 97.68 g; Tłuszcz: 56.51 g; Kw. tł. nasy.: 24.14 g; Węglowodany ogółem: 358.48 g; W tym cukry: 74.17 g; Błonnik pok.: 25.87 g; Sól: 6.79 g; WW: 33.35 Por; : 17.09 %; : 62.72 %; Ener. z T: 22.25 %; Ener. z Bł.: 2.26 %; K: 3025.46 mg;		
wtorek 2025-03-25 Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna		
Makaron na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE₁), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ₁), Masło extra 82% 10 g (MLE₁), Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE₁), Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Wielowarzywna z ziemniakami * () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL₁), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JEJCZ₁), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ₁), Sos koperkowy * 100 ml (GLU PSZ, MLE₁), Marchew oprószana z olejem* 100 g (GLU PSZ₁), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ₁), Masło extra 82% 10 g (MLE₁), Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80 g (SOJ₁), Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ₁),
II Śniadanie: Bułka maślana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE₁),		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 2025-03-25 Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa		
Makaron pełnoziarnisty na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE₁), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT₁), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT₁), Masło extra 82% 10 g (MLE₁), Pasta z twarogu z koperkiem 40 g (MLE₁), Ser żółty 30 g (MLE₁), Papryka świeża 50 g, Pomidor 50 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Wielowarzywna z ziemniakami * () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL₁), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JEJCZ₁), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ₁), Cukinia pieczona z olejem * 100 g, Surówka z kalarepy, jabłka i marchewki () 100 g (MLE₁), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Płatki pszenne na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE₁), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT₁), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT₁), Masło extra 82% 10 g (MLE₁), Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny* 40 g (RYB, SEL₁), Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ₁), 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 ŻYT₁), Andruty 1 szt (GLU PSZ₁), Twaróg półtłusty 25 g (MLE₁), Pomidor 15 g, Masło extra 82% 5 g (MLE₁),	Podwieczorek: Mus z truskawek* b/c 100 g, Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT₁), Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g, Sałata zielona 5 g, Masło extra 82% 5 g (MLE₁),	Posiłek nocny: Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT₁), Masło extra 82% 5 g (MLE₁), Ser żółty 20 g (MLE₁), Sałata zielona 5 g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2832.51 kcal; Białko ogółem: 126.39 g; Tłuszcz: 86.12 g; Kw. tł. nasy.: 43.15 g; Węglowodany ogółem: 405.75 g; W tym cukry: 53.79 g; Błonnik pok.: 33.57 g; Sól: 11.03 g; WW: 37.36 Por; : 17.85 %; : 57.3 %; Ener. z T: 27.36 %; Ener. z Bł.: 2.37 %; K: 4038.4 mg;		
wtorek 2025-03-25 Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoreszkowa		
Makaron na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE₁), Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT₁), Masło extra 82% 10 g (MLE₁), Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE₁), Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Wielowarzywna z ziemniakami * () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL₁), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JEJCZ₁), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ₁), Cukinia pieczona z olejem * 100 g, Surówka z kalarepy, jabłka i marchewki () 100 g (MLE₁), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT₁), Masło extra 82% 10 g (MLE₁), Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80 g (SOJ₁), Pomidor 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 JEJCZ₁),
II Śniadanie: Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT₁), Twaróg półtłusty 25 g (MLE₁), Pomidor 15 g, Masło extra 82% 5 g (MLE₁),		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2190.94 kcal; Białko ogółem: 106.79 g; Tłuszcz: 58.35 g; Kw. tł. nasy.: 26.48 g; Węglowodany ogółem: 324.14 g; W tym cukry: 53.34 g; Błonnik pok.: 28.93 g; Sól: 8.56 g; WW: 29.62 Por; : 19.5 %; : 59.18 %; Ener. z T: 23.97 %; Ener. z Bł.: 2.64 %; K: 3736.91 mg;		