

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>wtorek 2025-04-01</b>		
<b>Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa</b>		
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% 10g ( <u>MLE</u> ), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 80 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR</u> ), Ogórek kiszony 40 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Pieczarkowa z ziemniakami * () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JE CZ</u> ), Bitka z szynki wieprzowej 100g ( <u>GLU PSZ</u> ), Sos własny () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</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> ), Twarożek z koperkiem 80 g ( <u>MLE</u> ), Salata 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: Biszkopty 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JE CZ</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;

<b>wtorek 2025-04-01</b>		
<b>Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna</b>		
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> ), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 80 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR</u> ), Pomidor 40 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Jarzynowa z ziemniakami * 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JE CZ</u> ), Bitka z szynki wieprzowej 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Sos własny () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Dynia duszona z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Twarożek z koperkiem 80 g ( <u>MLE</u> ), Salata 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: Biszkopty 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JE CZ</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;

<b>wtorek 2025-04-01</b>		
<b>Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa</b>		
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% 10g ( <u>MLE</u> ), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR</u> ), Serek homo. naturalny 40 g ( <u>MLE</u> ), Ogórek kiszony 90 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Jarzynowa z ziemniakami * 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JE CZ</u> ), Bitka z szynki wieprzowej 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g, Dynia duszona z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	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> ), Twarożek z koperkiem 30 g ( <u>MLE</u> ), Twarożek z koperkiem 80 g ( <u>MLE</u> ), Pomidor 90 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Pomidor 15 g, Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR</u> ),	Podwieczorek: Salata zielona 5 g, Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Kefir 2 % tł 200g 1 szt ( <u>MLE</u> ), Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g ( <u>SOJ</u> ),	Posiłek nocny: 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: 2724.27 kcal; Białko ogółem: 142.77 g; Tłuszcz: 85.62 g; Kw. tł. nasy.: 36.8 g; Węglowodany ogółem: 353.65 g; W tym cukry: 47.6 g; Błonnik pok.: 27.72 g; Sól: 12.21 g; WW: 32.64 Por; : 20.96 %; : 51.93 %; Ener. z T: 28.28 %; Ener. z Bł.: 2.04 %; K: 3644.7 mg;

<b>wtorek 2025-04-01</b>		
<b>Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa</b>		
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> ), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 80 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR</u> ), Pomidor 90 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Jarzynowa z ziemniakami * 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JE CZ</u> ), Bitka z szynki wieprzowej 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Sos własny () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g, Dynia duszona z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Twarożek z koperkiem 80 g ( <u>MLE</u> ), Pomidor 90 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE</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;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>środa 2025-04-02</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa</b>		
Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> , <u>GLU OW</u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Ser żółty 60 g ( <u>MLE</u> ), Papryka świeża 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*() 300 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GLU JECZ</u> ), Ziemniaki gotowane () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 120 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> ), Sos jarzynowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u> ), Ćwikła z chrzanem () 100 g ( <u>MLE</u> , <u>S02</u> ), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Pasztet z fasoli () 70 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> ), Pomidor 40 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,
<b>II Śniadanie:</b> Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <u>MLE</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Banan 1szt. 1 szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2533.62 kcal; Białko ogółem: 95.38 g; Tłuszcz: 70.23 g; Kw. tł. nasy.: 32.48 g; Węglowodany ogółem: 396.35 g; W tym cukry: 121.37 g; Błonnik pok.: 30.11 g; Sól: 6.78 g; WW: 36.72 Por; : 15.06 %; : 62.57 %; Ener. z T: 24.95 %; Ener. z Bł.: 2.38 %; K: 5177.7 mg;

<b>środa 2025-04-02</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna</b>		
Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> , <u>GLU OW</u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Serek homo. naturalny 80 g ( <u>MLE</u> ), Sałata zielona 10 g, Pomidor 40 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*() 300 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GLU JECZ</u> ), Ziemniaki gotowane () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 120 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> ), Sos jarzynowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u> ), Buraczki oprószone () 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Szyunka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80 g ( <u>SOJ</u> ), Pomidor 40 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Sałata zielona 10 g,
<b>II Śniadanie:</b> Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <u>MLE</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Banan 1szt. 1 szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2234.89 kcal; Białko ogółem: 97.26 g; Tłuszcz: 44.39 g; Kw. tł. nasy.: 19.38 g; Węglowodany ogółem: 374.18 g; W tym cukry: 116.78 g; Błonnik pok.: 23.17 g; Sól: 7.18 g; WW: 35.23 Por; : 17.41 %; : 66.97 %; Ener. z T: 17.88 %; Ener. z Bł.: 2.07 %; K: 4678.48 mg;

<b>środa 2025-04-02</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa</b>		
Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> , <u>GLU OW</u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), Hummus 40 g ( <u>SEZ</u> ), Papryka świeża 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*() 300 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GLU JECZ</u> ), Ziemniaki gotowane () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 120 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> ), Ćwikła z chrzanem () 100 g ( <u>MLE</u> , <u>S02</u> ), Kalafior gotowany* 100 g, 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</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> ), Pasztet z fasoli () 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> ), Pomidor 90 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,
<b>II Śniadanie:</b> Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ), Serek homo. naturalny 20 g ( <u>MLE</u> ), Pomidor 15 g, Maślanka 200 ml ( <u>MLE</u> ),	<b>Podwieczorek:</b> Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ), Ser żółty 20 g ( <u>MLE</u> ), Sałata zielona 5 g, Mandarynka 2 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Chleb razowy pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ), Jajko gotowane kl M 0.50 szt ( <u>JAJ</u> ), Sałata zielona 5 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2940.2 kcal; Białko ogółem: 126.14 g; Tłuszcz: 92.54 g; Kw. tł. nasy.: 41.1 g; Węglowodany ogółem: 419.5 g; W tym cukry: 77.76 g; Błonnik pok.: 37.55 g; Sól: 11.03 g; WW: 38.31 Por; : 17.16 %; : 57.07 %; Ener. z T: 28.33 %; Ener. z Bł.: 2.55 %; K: 5644.21 mg;

<b>środa 2025-04-02</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoreszkowa</b>		
Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> , <u>GLU OW</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Serek homo. naturalny 80 g ( <u>MLE</u> ), Sałata zielona 10 g, Papryka świeża 90 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*() 300 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GLU JECZ</u> ), Ziemniaki gotowane () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 120 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> ), Sos jarzynowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u> ), Ćwikła z chrzanem () 100 g ( <u>MLE</u> , <u>S02</u> ), Kalafior gotowany* 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> ), Pomidor 90 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Sałata zielona 10 g,
<b>II Śniadanie:</b> Maślanka 200 ml ( <u>MLE</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Banan 1szt. 1 szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2047.12 kcal; Białko ogółem: 101.48 g; Tłuszcz: 41.97 g; Kw. tł. nasy.: 17.83 g; Węglowodany ogółem: 331.83 g; W tym cukry: 86.39 g; Błonnik pok.: 29.58 g; Sól: 8.07 g; WW: 30.41 Por; : 19.83 %; : 64.84 %; Ener. z T: 18.45 %; Ener. z Bł.: 2.89 %; K: 5406.87 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>czwartek 2025-04-03</b>		
<b>Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa</b>		
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> ), Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 80 g ( <u>MLE,</u> ), Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Barszcz biały z ziemniakami (*) 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u> ), Gołąbki z ryżem i wieprzowiną 200 g ( <u>JAJ,</u> ), Ziemniaki gotowane ( ) 200 g, Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ,</u> ), Sałata zielona z jogurtem 60 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> ), Szyńka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 80 g, Sałatka jarzynowa z olejem* 50 g ( <u>SEL,</u> ), Herbata czarna granulowana z/c 150 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: Jabłko 1 szt 1 szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2326.01 kcal; Białko ogółem: 96.42 g; Tłuszcz: 56.87 g; Kw. tł. nasy.: 24.15 g; Węglowodany ogółem: 369.62 g; W tym cukry: 95.85 g; Błonnik pok.: 28.37 g; Sól: 7.25 g; WW: 34.26 Por; : 16.58 %; : 63.56 %; Ener. z T: 22 %; Ener. z Bł.: 2.44 %; K: 4710.69 mg;

<b>czwartek 2025-04-03</b>		
<b>Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna</b>		
Zacierka na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ), Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Pasta z twarogu z koperkiem 80 g ( <u>MLE,</u> ), Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Ziemniaczana * ( ) 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 250 g ( <u>SEL,</u> ), Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ,</u> ), Sałata zielona z jogurtem 60 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> ), Szyńka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 80 g, Sałatka jarzynowa z olejem* 50 g ( <u>SEL,</u> ), Herbata czarna granulowana z/c 150 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: Jabłko 1 szt 1 szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2130.19 kcal; Białko ogółem: 93.44 g; Tłuszcz: 54.41 g; Kw. tł. nasy.: 23.24 g; Węglowodany ogółem: 326 g; W tym cukry: 91.53 g; Błonnik pok.: 21.32 g; Sól: 5.7 g; WW: 30.53 Por; : 17.55 %; : 61.21 %; Ener. z T: 22.99 %; Ener. z Bł.: 2 %; K: 3258.23 mg;

<b>czwartek 2025-04-03</b>		
<b>Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa</b>		
Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, 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> ), Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 40 g ( <u>MLE,</u> ), Szyńka 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,	Barszcz biały z ziemniakami (*) 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u> ), Gołąbki z ryżem brązowym i wieprzowiną 200 g ( <u>JAJ,</u> ), Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ,</u> ), Ziemniaki gotowane ( ) 200 g, Cukinia pieczona z olejem * 100 g, Sałata zielona z jogurtem 60 g ( <u>MLE,</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> ), Szyńka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 40 g, Sałatka jarzynowa z olejem* 100 g ( <u>SEL,</u> ), Herbata czarna granulowana b/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant b/c 150 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u> ),
II Śniadanie: Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ), Szyńka dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g, 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> ), Szyńka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 25 g, Sałata zielona 5 g, Musz z truskawek* b/c 100 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 20 g ( <u>MLE,</u> ), Sałata zielona 5 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2916.77 kcal; Białko ogółem: 125.07 g; Tłuszcz: 94.95 g; Kw. tł. nasy.: 40.67 g; Węglowodany ogółem: 405.27 g; W tym cukry: 54.13 g; Błonnik pok.: 36.14 g; Sól: 12.5 g; WW: 37.07 Por; : 17.15 %; : 55.58 %; Ener. z T: 29.3 %; Ener. z Bł.: 2.48 %; K: 5451.97 mg;

<b>czwartek 2025-04-03</b>		
<b>Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoreszkowa</b>		
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> ), Pasta z twarogu z koperkiem 80 g ( <u>MLE,</u> ), Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Ziemniaczana * ( ) 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Gołąbki z ryżem i wieprzowiną 200 g ( <u>JAJ,</u> ), Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ,</u> ), Ziemniaki gotowane ( ) 200 g, Cukinia pieczona z olejem * 100 g, Sałata zielona z jogurtem 60 g ( <u>MLE,</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> ), Szyńka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 80 g, Sałatka jarzynowa z olejem* 100 g ( <u>SEL,</u> ), Herbata czarna granulowana b/c 150 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: Jabłko 1 szt 1 szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2362.35 kcal; Białko ogółem: 101.49 g; Tłuszcz: 67.29 g; Kw. tł. nasy.: 24.44 g; Węglowodany ogółem: 352.72 g; W tym cukry: 71.75 g; Błonnik pok.: 32.06 g; Sól: 7.93 g; WW: 32.17 Por; : 17.18 %; : 59.72 %; Ener. z T: 25.64 %; Ener. z Bł.: 2.71 %; K: 5497.29 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>piątek 2025-04-04</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa</b>		
Płatki pszenne na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Twaróg półtłusty 40 g ( <u>MLE,</u> ), Dżem 25 g, Mandarynka 2 szt, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Koperkowa z makaronem * 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Ziemniaki gotowane () 200 g, Kotlec 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> ), 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 100 g ( <u>JAJ, MLE,</u> ), Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u> ),
<b>II Śniadanie:</b> Bułka maślana 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Chrupki kukurydziane 20 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2380.26 kcal; Białko ogółem: 90.56 g; Tłuszcz: 70.31 g; Kw. tł. nasy.: 22.61 g; Węglowodany ogółem: 356.42 g; W tym cukry: 89.76 g; Błonnik pok.: 24.93 g; Sól: 5.2 g; WW: 33.08 Por; : 15.22 %; : 59.9 %; Ener. z T: 26.59 %; Ener. z Bł.: 2.09 %; K: 3738.73 mg;

<b>piątek 2025-04-04</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna</b>		
Płatki pszenne na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Twaróg półtłusty 40 g ( <u>MLE,</u> ), Dżem 25 g, Mandarynka 2 szt, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Koperkowa z makaronem * 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Ziemniaki gotowane () 200 g, Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <u>RYB,</u> ), Szpinak gotowany z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g ( <u>JAJ, MLE,</u> ), Pomidor 40 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u> ),
<b>II Śniadanie:</b> Bułka maślana 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Chrupki kukurydziane 20 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2135.15 kcal; Białko ogółem: 98.85 g; Tłuszcz: 54.76 g; Kw. tł. nasy.: 21.46 g; Węglowodany ogółem: 321.5 g; W tym cukry: 83.57 g; Błonnik pok.: 21.45 g; Sól: 4.67 g; WW: 29.99 Por; : 18.52 %; : 60.23 %; Ener. z T: 23.08 %; Ener. z Bł.: 2.01 %; K: 3777.26 mg;

<b>piątek 2025-04-04</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa</b>		
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 drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g, Twaróg półtłusty 40 g ( <u>MLE,</u> ), Sałata zielona 10 g, Mandarynka 2 szt, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Koperkowa z makaronem * 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Ziemniaki gotowane () 200 g, Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <u>RYB,</u> ), Szpinak gotowany 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,	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 60 g ( <u>JAJ, 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 250 ml, Kawa z mlekiem instant b/c 150 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u> ),
<b>II Śniadanie:</b> Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ), Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g, Pomidor 15 g, Kefir 2% tł 200 ml ( <u>MLE,</u> ),	<b>Podwieczorek:</b> Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ), Szynek tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR,</u> ), Sałata zielona 5 g, Jabłko 1 szt 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Chleb razowy pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ), Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g, Ogórek kiszony 15 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2799.61 kcal; Białko ogółem: 144.53 g; Tłuszcz: 78.77 g; Kw. tł. nasy.: 34.28 g; Węglowodany ogółem: 393.7 g; W tym cukry: 83.16 g; Błonnik pok.: 34.8 g; Sól: 12.22 g; WW: 35.93 Por; : 20.65 %; : 56.25 %; Ener. z T: 25.32 %; Ener. z Bł.: 2.49 %; K: 5102.43 mg;

<b>piątek 2025-04-04</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa</b>		
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> ), Twaróg półtłusty 80 g ( <u>MLE,</u> ), Mandarynka 2 szt, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Koperkowa z makaronem * 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Ziemniaki gotowane () 200 g, Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <u>RYB,</u> ), Szpinak gotowany 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 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 100 g ( <u>JAJ, MLE,</u> ), Pomidor 40 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> ),
<b>II Śniadanie:</b> Kefir 2% tł 200 ml ( <u>MLE,</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Chrupki kukurydziane 20 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2154.28 kcal; Białko ogółem: 114.15 g; Tłuszcz: 60.37 g; Kw. tł. nasy.: 25.36 g; Węglowodany ogółem: 301.77 g; W tym cukry: 63.78 g; Błonnik pok.: 27.38 g; Sól: 6.43 g; WW: 27.49 Por; : 21.2 %; : 56.03 %; Ener. z T: 25.22 %; Ener. z Bł.: 2.54 %; K: 4507.51 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>sobota 2025-04-05</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa</b>		
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 80 g, Ogórek kiszony 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Grochowa z ziemniakami (*) 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JĘCZ</u> ), Gulasz wieprzowy- dieta 200 g ( <u>GLU PSZ</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> ), Parówki drobiowe z cielęciną homogenizowane, wędzone, parzone 70 g, Ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), Pomidor 90 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: Sok jabłkowy 200 ml,		Posiłek nocny: Banan 1szt. 1 szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2568.58 kcal; Białko ogółem: 105.26 g; Tłuszcz: 70.62 g; Kw. tł. nasy.: 23.37 g; Węglowodany ogółem: 373.24 g; W tym cukry: 116.24 g; Błonnik pok.: 27.82 g; Sól: 9.8 g; WW: 34.65 Por; : 16.39 %; : 58.12 %; Ener. z T: 24.74 %; Ener. z Bł.: 2.17 %; K: 4071.18 mg;

<b>sobota 2025-04-05</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna</b>		
Ryż 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> ), 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,	Selerowa z ziemniakami * () 300 ml ( <u>MLE, SEL</u> ), Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JĘCZ</u> ), Gulasz wieprzowy- dieta 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Sałatka z buraczków 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> ), Szynekowa wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 80 g, Sałata zielona 10 g, Pomidor 40 g, Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> ),
II Śniadanie: Sok jabłkowy 200 ml,		Posiłek nocny: Banan 1szt. 1 szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2376.53 kcal; Białko ogółem: 108.47 g; Tłuszcz: 60.77 g; Kw. tł. nasy.: 23.74 g; Węglowodany ogółem: 360.2 g; W tym cukry: 115.8 g; Błonnik pok.: 23.17 g; Sól: 7.92 g; WW: 33.84 Por; : 18.26 %; : 60.63 %; Ener. z T: 23.01 %; Ener. z Bł.: 1.95 %; K: 4036.17 mg;

<b>sobota 2025-04-05</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa</b>		
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> ), Ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g, Ogórek kiszony 100 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Grochowa z ziemniakami (*) 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JĘCZ</u> ), Gulasz wieprzowy- dieta 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 100 g, Ogórek kiszony z cebulką z olejem 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> ), Twaróg półtłusty 40 g ( <u>MLE</u> ), Szynekowa wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 40 g, 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, Sałata zielona 5 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> ), Twarożek 25 g ( <u>MLE</u> ), Pomidor 15 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> ), Twaróg półtłusty 20 g ( <u>MLE</u> ), Sałata zielona 5 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2981.09 kcal; Białko ogółem: 146.57 g; Tłuszcz: 98.34 g; Kw. tł. nasy.: 44.23 g; Węglowodany ogółem: 393.19 g; W tym cukry: 41.78 g; Błonnik pok.: 33.04 g; Sól: 14.38 g; WW: 36.09 Por; : 19.67 %; : 52.76 %; Ener. z T: 29.69 %; Ener. z Bł.: 2.22 %; K: 3701.72 mg;

<b>sobota 2025-04-05</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa</b>		
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> ), Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 80 g, Pomidor 100 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Selerowa z ziemniakami * () 300 ml ( <u>MLE, SEL</u> ), Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JĘCZ</u> ), Gulasz wieprzowy- dieta 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g, Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Szynekowa wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 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: Sok pomidorowy 200 ml,		Posiłek nocny: Banan 1szt. 1 szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2259.54 kcal; Białko ogółem: 109.73 g; Tłuszcz: 64.98 g; Kw. tł. nasy.: 24.25 g; Węglowodany ogółem: 323.69 g; W tym cukry: 79.81 g; Błonnik pok.: 30.51 g; Sól: 11.65 g; WW: 29.5 Por; : 19.43 %; : 57.3 %; Ener. z T: 25.88 %; Ener. z Bł.: 2.7 %; K: 4813.87 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>niedziela 2025-04-06</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa</b>		
Platkі owsiane na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ), Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE.</b> ), Papryka świeża 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Rosół z makaronem * 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ), Ziemniaki gotowane () 200 g, Czwartka z kurczaka pieczona 150 g, Surówka Colesław () 100 g ( <b>JAJ, MLE, GOR.</b> ), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ), Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80 g ( <b>SOJ.</b> ), Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ),
<b>II Śniadanie:</b> Jabłko 1 szt 1 szt, Galaretką owocową 100 g,		<b>Posiłek nocny:</b> Herbatniki Be Be 16g 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2463.16 kcal; Białko ogółem: 131.88 g; Tłuszcz: 80.63 g; Kw. tł. nasy.: 29.84 g; Węglowodany ogółem: 315.65 g; W tym cukry: 78.97 g; Błonnik pok.: 22.79 g; Sól: 7.69 g; WW: 29.48 Por; : 21.42 %; : 51.26 %; Ener. z T: 29.46 %; Ener. z Bł.: 1.85 %; K: 4105.33 mg;

<b>niedziela 2025-04-06</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna</b>		
Platkі owsiane na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ), Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ), Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE.</b> ), Sałata zielona 10 g, Pomidor 40 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Rosół z makaronem * 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ), Ziemniaki gotowane () 200 g, Czwartka z kurczaka gotowana 150 g, Brokuł gotowany* 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ), Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80 g ( <b>SOJ.</b> ), Sałata zielona 10 g, Pomidor 40 g, Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ),
<b>II Śniadanie:</b> Jabłko 1 szt 1 szt, Galaretką owocową 100 g,		<b>Posiłek nocny:</b> Herbatniki Be Be 16g 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2405.4 kcal; Białko ogółem: 135.89 g; Tłuszcz: 74.38 g; Kw. tł. nasy.: 29.27 g; Węglowodany ogółem: 309.95 g; W tym cukry: 73.37 g; Błonnik pok.: 19.58 g; Sól: 6.77 g; WW: 29.16 Por; : 22.6 %; : 51.54 %; Ener. z T: 27.83 %; Ener. z Bł.: 1.63 %; K: 4271.01 mg;

<b>niedziela 2025-04-06</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa</b>		
Platkі owsiane na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ), Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 40 g ( <b>MLE.</b> ), Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g, Papryka świeża 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Rosół z makaronem * 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ), Ziemniaki gotowane () 200 g, Czwartka z kurczaka pieczona 150 g, Surówka Colesław b/c () 100 g ( <b>JAJ, MLE, GOR.</b> ), Brokuł gotowany* 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Ryż na mleku 250 ml ( <b>MLE.</b> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ), Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g ( <b>SOJ.</b> ), Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ), Sałata zielona 10 g, Pomidor 90 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,
<b>II Śniadanie:</b> Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ), Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ), Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g ( <b>SOJ.</b> ), Pomidor 15 g, Jabłko 1 szt 1 szt,	<b>Podwieczorek:</b> Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ), Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ), Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g, Sałata zielona 5 g, Kefir 2% tł 200 ml ( <b>MLE.</b> ),	<b>Posiłek nocny:</b> Chleb razowy pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ), Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ), Ser żółty 20 g ( <b>MLE.</b> ), Sałata zielona 5 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 3092.87 kcal; Białko ogółem: 167.57 g; Tłuszcz: 109.91 g; Kw. tł. nasy.: 46.46 g; Węglowodany ogółem: 375.96 g; W tym cukry: 66.82 g; Błonnik pok.: 32.44 g; Sól: 12.94 g; WW: 34.54 Por; : 21.67 %; : 48.62 %; Ener. z T: 31.98 %; Ener. z Bł.: 2.1 %; K: 5430.02 mg;

<b>niedziela 2025-04-06</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa</b>		
Platkі owsiane na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ), Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ), Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE.</b> ), Papryka świeża 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Rosół z makaronem * 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ), Ziemniaki gotowane () 200 g, Czwartka z kurczaka gotowana 150 g, Surówka Colesław b/c () 100 g ( <b>JAJ, MLE, GOR.</b> ), Brokuł gotowany* 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ), Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80 g ( <b>SOJ.</b> ), Sałata zielona 10 g, Pomidor 90 g, Herbata czarna granulowana b/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant b/c 150 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ),
<b>II Śniadanie:</b> Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ), Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ), Pomidor 15 g, Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g ( <b>SOJ.</b> ), Galaretką owocową 100 g,		<b>Posiłek nocny:</b> Wafle ryżowe 30 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2534.46 kcal; Białko ogółem: 146.91 g; Tłuszcz: 81.51 g; Kw. tł. nasy.: 31.74 g; Węglowodany ogółem: 318.61 g; W tym cukry: 40.21 g; Błonnik pok.: 27.46 g; Sól: 9.79 g; WW: 29.29 Por; : 23.19 %; : 50.28 %; Ener. z T: 28.95 %; Ener. z Bł.: 2.17 %; K: 4791.43 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2025-04-07</b>		
<b>Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa</b>		
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> ), Papryka konserwowa 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Pierogi leniwe z masłem i bułką tartą () 300 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</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, 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> ), 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 JE CZ</u> ),
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 200 ml,		Posiłek nocny: Biszkopty 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JE CZ</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2526.31 kcal; Białko ogółem: 90.99 g; Tłuszcz: 76.84 g; Kw. tł. nasy.: 39.15 g; Węglowodany ogółem: 386.23 g; W tym cukry: 108.35 g; Błonnik pok.: 23.81 g; Sól: 8.03 g; WW: 36.37 Por; : 14.41 %; : 61.15 %; Ener. z T: 27.37 %; Ener. z Bł.: 1.88 %; K: 3053.29 mg;

<b>poniedziałek 2025-04-07</b>		
<b>Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna</b>		
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> ), Sałata zielona 10 g, Pomidor 40 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Pierogi leniwe z serem 200 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ), Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <u>MLE</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, GLU ŻYT</u> ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Serek homo z natką pietruszki 80 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 JE CZ</u> ),
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 200 ml,		Posiłek nocny: Biszkopty 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JE CZ</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2090.35 kcal; Białko ogółem: 79.01 g; Tłuszcz: 51.41 g; Kw. tł. nasy.: 19.33 g; Węglowodany ogółem: 343.79 g; W tym cukry: 101.73 g; Błonnik pok.: 19.24 g; Sól: 6.13 g; WW: 32.55 Por; : 15.12 %; : 65.79 %; Ener. z T: 22.13 %; Ener. z Bł.: 1.84 %; K: 2917.04 mg;

<b>poniedziałek 2025-04-07</b>		
<b>Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa</b>		
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> ), Twaróg półtłusty 40 g ( <u>MLE</u> ), Papryka konserwowa 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Ryż na sypko (brązowy) 180 g, Pulpet wieprzowy 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</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 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> ), Ser żółty 40 g ( <u>MLE</u> ), Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g ( <u>SOJ</u> ), Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 150 ml,
II Śniadanie: 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, 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> ), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR</u> ), Sałata zielona 5 g, Maślanka 200 ml ( <u>MLE</u> ),	Posiłek nocny: Chleb razowy pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ), Twaróg półtłusty 20 g ( <u>MLE</u> ), Pomidor 15 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2915.04 kcal; Białko ogółem: 139.52 g; Tłuszcz: 94.3 g; Kw. tł. nasy.: 42.32 g; Węglowodany ogółem: 390.9 g; W tym cukry: 53.94 g; Błonnik pok.: 34.38 g; Sól: 11.86 g; WW: 35.83 Por; : 19.15 %; : 53.64 %; Ener. z T: 29.12 %; Ener. z Bł.: 2.36 %; K: 3785.77 mg;

<b>poniedziałek 2025-04-07</b>		
<b>Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoreszkowa</b>		
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> ), Ryż na sypko 180 g, Mus z jablek prażonych 100 g, Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <u>MLE</u> ), Fasolka szparagowa z wody* 100 g, Surówka z marchwi i jabłka 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> ), Serek homo z natką pietruszki 80 g ( <u>MLE</u> ), Pomidor 40 g, Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JE CZ</u> ),
II Śniadanie: Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ), Twarożek 25 g ( <u>MLE</u> ), Pomidor 15 g,		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2154.59 kcal; Białko ogółem: 81.46 g; Tłuszcz: 52.37 g; Kw. tł. nasy.: 20.86 g; Węglowodany ogółem: 356.56 g; W tym cukry: 88.77 g; Błonnik pok.: 29.39 g; Sól: 7.73 g; WW: 32.87 Por; : 15.12 %; : 66.2 %; Ener. z T: 21.88 %; Ener. z Bł.: 2.73 %; K: 3589.63 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>wtorek 2025-04-08</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa</b>		
Plątki jęczmienne na mleku 250 ml ( <u>MLE, GLU JE CZ.</u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ), Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 80 g, Papryka konserwowa 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Jarzynowa z zacierką*-dieta 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ), Ziemniaki gotowane () 200 g, Kotlekt drobiowy panierowany 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ), Surówka żydowska z olejem b/c () 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ), Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ), Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JE CZ.</u> ),
II Śniadanie: Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ),		Posiłek nocny: Chrupki kukurydziane 20 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2140.02 kcal; Białko ogółem: 89.48 g; Tłuszcz: 61.73 g; Kw. tł. nasy.: 20.24 g; Węglowodany ogółem: 314.18 g; W tym cukry: 50.49 g; Błonnik pok.: 21.26 g; Sól: 8.8 g; WW: 29.28 Por; : 16.72 %; : 58.72 %; Ener. z T: 25.96 %; Ener. z Bł.: 1.99 %; K: 3189.04 mg;

<b>wtorek 2025-04-08</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna</b>		
Plątki jęczmienne na mleku 250 ml ( <u>MLE, GLU JE CZ.</u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ), 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 250 ml,	Jarzynowa z zacierką*-dieta 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ), Ziemniaki gotowane () 200 g, Bitka z szynki wieprzowej 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ), Sos własny () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ), Marchew oprószana z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ), Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ), Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JE CZ.</u> ),
II Śniadanie: Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ),		Posiłek nocny: Chrupki kukurydziane 20 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2091.57 kcal; Białko ogółem: 93.8 g; Tłuszcz: 56.63 g; Kw. tł. nasy.: 21.81 g; Węglowodany ogółem: 310.28 g; W tym cukry: 54.5 g; Błonnik pok.: 20.11 g; Sól: 7.85 g; WW: 29.09 Por; : 17.94 %; : 59.34 %; Ener. z T: 24.37 %; Ener. z Bł.: 1.92 %; K: 3367.4 mg;

<b>wtorek 2025-04-08</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa</b>		
Plątki jęczmienne na mleku 250 ml ( <u>MLE, GLU JE CZ.</u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ), Twarożek 40 g ( <u>MLE.</u> ), Szynekowa dębowa kieł.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,	Jarzynowa z zacierką*-dieta 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ), Ziemniaki gotowane () 200 g, Bitka z szynki wieprzowej 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ), Sos własny () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ), Surówka żydowska z olejem b/c () 100 g, Dynia duszona z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Chleb 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 wędzona-pr.dr.wędzony.parzony 40 g, Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</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 JE CZ.</u> ),
II Śniadanie: Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ), Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g, Ogórek kiszony 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> ), Szynekowa wędzona-pr.dr.wędzony.parzony 25 g, Ogórek kiszony 15 g, Pomarańcza 150 g,	Posiłek nocny: Chleb razowy pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ), Pomidor 15 g, Szynekowa wędzona-pr.dr.wędzony.parzony 20 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2621.29 kcal; Białko ogółem: 131.75 g; Tłuszcz: 79.43 g; Kw. tł. nasy.: 34.5 g; Węglowodany ogółem: 355.77 g; W tym cukry: 48.33 g; Błonnik pok.: 30.39 g; Sól: 13.29 g; WW: 32.51 Por; : 20.1 %; : 54.29 %; Ener. z T: 27.27 %; Ener. z Bł.: 2.32 %; K: 4535.27 mg;

<b>wtorek 2025-04-08</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa</b>		
Plątki jęczmienne na mleku 250 ml ( <u>MLE, GLU JE CZ.</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ), 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,	Jarzynowa z zacierką*-dieta 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ), Ziemniaki gotowane () 200 g, Bitka z szynki wieprzowej 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ), Sos własny () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ), Surówka żydowska z olejem b/c () 100 g, Dynia duszona z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ), Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ), Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant b/c 150 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JE CZ.</u> ),
II Śniadanie: Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ), Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g, Pomidor 15 g,		Posiłek nocny: Chrupki kukurydziane 20 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2165.88 kcal; Białko ogółem: 103.08 g; Tłuszcz: 64.62 g; Kw. tł. nasy.: 25.39 g; Węglowodany ogółem: 303 g; W tym cukry: 34.05 g; Błonnik pok.: 26.27 g; Sól: 10.73 g; WW: 27.66 Por; : 19.04 %; : 55.96 %; Ener. z T: 26.85 %; Ener. z Bł.: 2.43 %; K: 4250.37 mg;