

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>środa 2025-06-04      Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa</b>		
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 żółty 60 g ( <u>MLE,</u> ), Ogórek świeży 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Kapuśniak z kapusty białej ( ) 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL, GOR,</u> ), Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JĘCZ,</u> ), Klopsik wieprzowy 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ), Sos jarzynowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</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> ), Paprykarz szczeciński 70 g ( <u>RYB, SOJ,</u> ), Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u> ),
<b>II Śniadanie:</b> Sok pomarańczowy 200 ml,		<b>Posiłek nocny:</b> Wafle ryżowe 30 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2439.78 kcal; Białko ogółem: 96.14 g; Tłuszcz: 83.57 g; Kw. tł. nasy.: 35.17 g; Węglowodany ogółem: 336.71 g; W tym cukry: 68.66 g; Błonnik pok.: 21.95 g; Sól: 7.51 g; WW: 31.6 Por; : 15.76 %; : 55.2 %; Ener. z T: 30.83 %; Ener. z Bł.: 1.8 %; K: 3096.9 mg;

<b>środa 2025-06-04      Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna</b>		
Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <u>MLE, GLU OW,</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> ), Serek homo. naturalny 80 g ( <u>MLE,</u> ), Sałata zielona 10 g, Pomidor 40 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Wielowarzywna z ziemniakami * ( ) 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JĘCZ,</u> ), Klopsik wieprzowy 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ), Sos jarzynowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ), Cukinia pieczona z olejem * 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Szyunka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 40 g ( _ <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u> ), Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u> ),
<b>II Śniadanie:</b> Sok pomarańczowy 200 ml,		<b>Posiłek nocny:</b> Wafle ryżowe 30 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2212.63 kcal; Białko ogółem: 90.71 g; Tłuszcz: 61.51 g; Kw. tł. nasy.: 22.46 g; Węglowodany ogółem: 332.31 g; W tym cukry: 68.5 g; Błonnik pok.: 19.96 g; Sól: 5.46 g; WW: 31.29 Por; : 16.4 %; : 60.08 %; Ener. z T: 25.02 %; Ener. z Bł.: 1.8 %; K: 3015.88 mg;

<b>środa 2025-06-04      Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa</b>		
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> ), Serek homo. naturalny 40 g ( <u>MLE,</u> ), Szyunka wiśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 40 g ( <u>SOJ,</u> ), Ogórek świeży 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Wielowarzywna z ziemniakami * ( ) 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JĘCZ,</u> ), Klopsik wieprzowy 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ), Sałata zielona z jogurtem 60 g ( <u>MLE,</u> ), Cukinia pieczona z olejem * 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Paprykarz szczeciński 30 g ( <u>RYB, SOJ,</u> ), Szyunka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 40 g ( _ <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u> ), Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant b/c 150 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u> ),
<b>II Śniadanie:</b> Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ), Ser żółty 25 g ( <u>MLE,</u> ), Papryka świeża 15 g, Sok pomidorowy 200 ml,	<b>Podwieczorek:</b> Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ), Szyunka wiśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 25 g ( <u>SOJ,</u> ), Pomidor 15 g, Maślanka 200 ml ( <u>MLE,</u> ),	<b>Posiłek nocny:</b> 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: 2714.44 kcal; Białko ogółem: 125.9 g; Tłuszcz: 94.42 g; Kw. tł. nasy.: 41.76 g; Węglowodany ogółem: 354.99 g; W tym cukry: 47.77 g; Błonnik pok.: 28.56 g; Sól: 13.21 g; WW: 32.82 Por; : 18.55 %; : 52.31 %; Ener. z T: 31.3 %; Ener. z Bł.: 2.1 %; K: 4152.92 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-06-04	Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa	
Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <u><b>MLE, GLU OW.</b></u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u><b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b></u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u><b>MLE.</b></u> ), Serek homo. naturalny 80 g ( <u><b>MLE.</b></u> ), Sałata zielona 10 g , Pomidor 90 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	Wielowarzywna z ziemniakami * ( ) 300 ml ( <u><b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b></u> ), Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u><b>GLU JE CZ.</b></u> ), Klopsik wieprzowy 120 g ( <u><b>GLU PSZ, JAJ.</b></u> ), Sałata zielona z jogurtem 60 g ( <u><b>MLE.</b></u> ), Cukinia pieczona z olejem * 100 g , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml ,	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u><b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b></u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u><b>MLE.</b></u> ), Szyńka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 40 g ( <u><b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b></u> ), Pomidor 90 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana b/c 150 ml , Kawa z mlekiem instant b/c 150 ml ( <u><b>MLE, GLU ŻYT, GLU JE CZ.</b></u> ),
<b>II Śniadanie:</b> Sok pomidorowy 200 ml ,		<b>Posiłek nocny:</b> Wafle ryżowe 30 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2053.73 kcal; Białko ogółem: 93.58 g; Tłuszcz: 62.13 g; Kw. tł. nasy.: 22.85 g; Węglowodany ogółem: 291.36 g; W tym cukry: 37.58 g; Błonnik pok.: 24.9 g; Sól: 7.12 g; WW: 26.77 Por; : 18.23 %; : 56.75 %; Ener. z T: 27.23 %; Ener. z Bł.: 2.43 %; K: 3720.96 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>czwartek 2025-06-05      Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa</b>		
Kasza manna na mleku 250 ml ( <b>GLU PSZ, 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> ), Twarożek z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE,</b> ), Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami * () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ), Makaron 180 g ( <b>GLU PSZ,</b> ), Sos boloński z mięsa wieprz łop* 150 g ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ), Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g ( <b>SEL,</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> ), Pasztet z fasoli () 70 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> ), Ogórek świeży 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,
<b>II Śniadanie:</b> Koktajl wieloowocowy* 200 ml ( <b>MLE,</b> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Banan 1szt. 1 szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2378.5 kcal; Białko ogółem: 86.9 g; Tłuszcz: 63.92 g; Kw. tł. nasy.: 24.61 g; Węglowodany ogółem: 380.07 g; W tym cukry: 113.2 g; Błonnik pok.: 32.99 g; Sól: 4.94 g; WW: 34.79 Por; : 14.61 %; : 63.92 %; Ener. z T: 24.18 %; Ener. z Bł.: 2.77 %; K: 4153.16 mg;

<b>czwartek 2025-06-05      Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna</b>		
Kasza manna na mleku 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ), 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> ), Twarożek z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE,</b> ), Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Szpinakowa z ziemniakami * () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ), Makaron 180 g ( <b>GLU PSZ,</b> ), Sos boloński * -dieta 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ), Dynia duszona z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ), 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> ), Filet zapiekany drobiowy 80 g ( <b>MLE,</b> ), Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,
<b>II Śniadanie:</b> Koktajl wieloowocowy* 200 ml ( <b>MLE,</b> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Banan 1szt. 1 szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2234.96 kcal; Białko ogółem: 99.39 g; Tłuszcz: 51.91 g; Kw. tł. nasy.: 22.31 g; Węglowodany ogółem: 351 g; W tym cukry: 110.56 g; Błonnik pok.: 21.9 g; Sól: 4.96 g; WW: 32.96 Por; : 17.79 %; : 62.82 %; Ener. z T: 20.9 %; Ener. z Bł.: 1.96 %; K: 3662.85 mg;

<b>czwartek 2025-06-05      Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa</b>		
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> ), Szyunka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 40 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE,</b> ), Twarożek 40 g ( <b>MLE,</b> ), Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Szpinakowa z ziemniakami * () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ), Makaron pełnoziarnisty 180 g ( <b>GLU PSZ,</b> ), Sos boloński * -dieta 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ), Dynia duszona z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ), Surówka z selera i jabłka z olejem () b/c 100 g ( <b>SEL,</b> ), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Kasza jęczmienna na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU JECZ,</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> ), Pasztet z fasoli () 40 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> ), Filet zapiekany drobiowy 40 g ( <b>MLE,</b> ), Ogórek świeży 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,
<b>II Śniadanie:</b> Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ), Pomidor 15 g, Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE,</b> ), Kiełbasa Krotoszyńska-wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona 25 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</b> ),	<b>Podwieczorek:</b> Jabłko 1 szt 1 szt, Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ), Sałata zielona 5 g, Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE,</b> ), Jajko gotowane kl M 0.50 szt ( <b>JAJ,</b> ),	<b>Posiłek nocny:</b> Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE,</b> ), Chleb razowy pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ), Filet zapiekany drobiowy 20 g ( <b>MLE,</b> ), Sałata zielona 5 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2814.61 kcal; Białko ogółem: 125.4 g; Tłuszcz: 85.79 g; Kw. tł. nasy.: 35.88 g; Węglowodany ogółem: 397.71 g; W tym cukry: 61.65 g; Błonnik pok.: 41.35 g; Sól: 10.27 g; WW: 35.73 Por; : 17.82 %; : 56.52 %; Ener. z T: 27.43 %; Ener. z Bł.: 2.94 %; K: 4173.8 mg;

<b>czwartek 2025-06-05      Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa</b>		
Kasza manna na mleku 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ), Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE,</b> ), Twarożek z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE,</b> ), Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Szpinakowa z ziemniakami * () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ), Makaron pełnoziarnisty 180 g ( <b>GLU PSZ,</b> ), Sos boloński * -dieta 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ), Dynia duszona z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ), Surówka z selera i jabłka z olejem () b/c 100 g ( <b>SEL,</b> ), 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> ), Filet zapiekany drobiowy 80 g ( <b>MLE,</b> ), Ogórek świeży 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,

## Jadłospisy dla oddziałów

<b>II Śniadanie:</b> Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Pomidor 15 g , Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ), Kiełbasa Krotoszyńska-wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona 25 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Banan 1szt. 1 szt ,
-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	-------------------------------------------

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2257.77 kcal; Białko ogółem: 105.22 g; Tłuszcz: 59.58 g; Kw. tł. nasy.: 24.75 g; Węglowodany ogółem: 336.04 g; W tym cukry: 74.75 g; Błonnik pok.: 34.57 g; Sól: 7.68 g; WW: 30.24 Por; : 18.64 %; : 59.53 %; Ener. z T: 23.75 %; Ener. z Bł.: 3.06 %; K: 4186.69 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>piątek 2025-06-06</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> ), Bułka maślana 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 , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Jabłko 1 szt 1 szt , Sałata zielona 10 g ,	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*( ) 300 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JE CZ,</u> ), Ziemniaki gotowane ( ) 200 g , Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g ( <u>RYB,</u> ), Surówka z kapusty młodej 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> ), Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> ), Ogórek świeży 40 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,
II Śniadanie: Andruty 1 szt ( <u>GLU PSZ,</u> ),		Posiłek nocny: Herbatniki Be Be 16g 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2133.51 kcal; Białko ogółem: 93.14 g; Tłuszcz: 55.77 g; Kw. tł. nasy.: 20.15 g; Węglowodany ogółem: 323.81 g; W tym cukry: 76.36 g; Błonnik pok.: 20.51 g; Sól: 4.72 g; WW: 30.37 Por; : 17.46 %; : 60.71 %; Ener. z T: 23.53 %; Ener. z Bt.: 1.92 %; K: 3690.37 mg;

<b>piątek 2025-06-06</b>		
<b>Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna</b>		
Zacierka na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Bułka maślana 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 , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Jabłko 1 szt 1 szt , Sałata zielona 10 g ,	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*( ) 300 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JE CZ,</u> ), Ziemniaki gotowane ( ) 200 g , Pulpet rybny (Morszczuk) 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u> ), Warzywa po grecku* 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml ,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> ), Pomidor 40 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,
II Śniadanie: Andruty 1 szt ( <u>GLU PSZ,</u> ),		Posiłek nocny: Herbatniki Be Be 16g 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2172.11 kcal; Białko ogółem: 88.98 g; Tłuszcz: 52.04 g; Kw. tł. nasy.: 20.04 g; Węglowodany ogółem: 346.09 g; W tym cukry: 77.93 g; Błonnik pok.: 20.64 g; Sól: 4.67 g; WW: 32.56 Por; : 16.39 %; : 63.73 %; Ener. z T: 21.56 %; Ener. z Bt.: 1.9 %; K: 3655.97 mg;

<b>piątek 2025-06-06</b>		
<b>Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa</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> ), Twaróg półtłusty 40 g ( <u>MLE,</u> ), Szynka wieśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 40 g ( <u>SOJ,</u> ), Sałata zielona 10 g , Pomidor 90 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*( ) 300 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JE CZ,</u> ), Ziemniaki gotowane ( ) 200 g , Pulpet rybny (Morszczuk) 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u> ), Warzywa po grecku * (bez cukru) 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ), Surówka z kapusty młodej z olejem ( ) 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> ), Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> ), Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u> ), Ogórek świeży 90 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Pomidor 15 g , Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ), Szynka wieśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 25 g ( <u>SOJ,</u> ),	Podwieczorek: Jabłko 1 szt 1 szt , Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ), Sałata zielona 5 g , Twarożek 25 g ( <u>MLE,</u> ),	Posiłek nocny: Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ), Ser żółty 20 g ( <u>MLE,</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Sałata zielona 5 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2834.99 kcal; Białko ogółem: 137.82 g; Tłuszcz: 83.87 g; Kw. tł. nasy.: 38.55 g; Węglowodany ogółem: 397.07 g; W tym cukry: 58.54 g; Błonnik pok.: 32.18 g; Sól: 11.91 g; WW: 36.54 Por; : 19.44 %; : 56.02 %; Ener. z T: 26.62 %; Ener. z Bt.: 2.27 %; K: 4844.51 mg;

<b>piątek 2025-06-06</b>		
<b>Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa</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> ), Twarożek 80 g ( <u>MLE,</u> ), Pomidor 90 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*( ) 300 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JE CZ,</u> ), Ziemniaki gotowane ( ) 200 g , Pulpet rybny (Morszczuk) 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u> ), Warzywa po grecku* 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ), Surówka z kapusty młodej 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> ), Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> ), Pomidor 40 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,

## Jadłospisy dla oddziałów

<b>II Śniadanie:</b> Jabłko 1 szt 1 szt ,		<b>Posiłek nocny:</b> Wafle ryżowe 30 g ,
-------------------------------------------	--	-------------------------------------------

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2097.44 kcal; Białko ogółem: 97.34 g; Tłuszcz: 52.73 g; Kw. tł. nasy.: 20.47 g; Węglowodany ogółem: 320.57 g; W tym cukry: 49.71 g; Błonnik pok.: 27.89 g; Sól: 5.95 g; WW: 29.32 Por; : 18.56 %; : 61.14 %; Ener. z T: 22.63 %; Ener. z Bt.: 2.66 %; K: 4443.9 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>sobota 2025-06-07      Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa</b>		
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> ), Szyńka krucha z pieca wieprzowa, parzona 80 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02,</u> ), Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Koperkowa z ziemniakami (*) 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Ryż na sypko 180 g, Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 200 g ( <u>SEL,</u> ), Surówka z marchwi i selera z olejem () 100 g ( <u>SEL,</u> ), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Parówki drobiowe z cielęciną homogenizowane, wędzone, parzone 70 g, Ketchup 20 g ( <u>SEL,</u> ), Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u> ),
<b>II Śniadanie:</b> Koktajl truskawkowy* 200 ml ( <u>MLE,</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Chrupki kukurydziane 20 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2194.46 kcal; Białko ogółem: 83.34 g; Tłuszcz: 60.79 g; Kw. tł. nasy.: 20.92 g; Węglowodany ogółem: 331.79 g; W tym cukry: 82.62 g; Błonnik pok.: 26.28 g; Sól: 8.1 g; WW: 30.69 Por; : 15.19 %; : 60.48 %; Ener. z T: 24.93 %; Ener. z Bł.: 2.39 %; K: 3006.62 mg;

<b>sobota 2025-06-07      Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna</b>		
Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <u>MLE, GLU OW,</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> ), Szyńka krucha z pieca wieprzowa, parzona 80 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02,</u> ), Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Koperkowa z ziemniakami (*) 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Ryż na sypko 180 g, Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ), Buraczki oprószane () 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Filet zapiekany drobiowy 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 JĘCZ,</u> ),
<b>II Śniadanie:</b> Koktajl truskawkowy* 200 ml ( <u>MLE,</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Chrupki kukurydziane 20 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2124.66 kcal; Białko ogółem: 104.01 g; Tłuszcz: 50.35 g; Kw. tł. nasy.: 21.82 g; Węglowodany ogółem: 333.27 g; W tym cukry: 79.98 g; Błonnik pok.: 21.61 g; Sól: 6.96 g; WW: 31.22 Por; : 19.58 %; : 62.74 %; Ener. z T: 21.33 %; Ener. z Bł.: 2.03 %; K: 3069.55 mg;

<b>sobota 2025-06-07      Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa</b>		
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 żółty 30 g ( <u>MLE,</u> ), Szyńka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02,</u> ), Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Koperkowa z ziemniakami (*) 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Ryż na sypko (brązowy) 180 g, Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <u>SEL,</u> ), Surówka z marchwi i selera z olejem b/c () 100 g ( <u>SEL,</u> ), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Kasza jaglana na mleku 250 ml ( <u>MLE,</u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Filet zapiekany drobiowy 40 g ( <u>MLE,</u> ), Twaróg półtłusty 40 g ( <u>MLE,</u> ), Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,
<b>II Śniadanie:</b> Mus z truskawek b/c* 100 g, Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Sałata zielona 5 g, Jajko gotowane kl M 0.50 szt ( <u>JAJ,</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ),	<b>Podwieczorek:</b> Gruszka 1szt. 150 g, Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Szyńka krucha z pieca wieprzowa, parzona 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02,</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ), Sałata zielona 5 g,	<b>Posiłek nocny:</b> Chleb razowy pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ), Jajko gotowane kl M 0.50 szt ( <u>JAJ,</u> ), Pomidor 15 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2761.25 kcal; Białko ogółem: 123.85 g; Tłuszcz: 87.54 g; Kw. tł. nasy.: 39.19 g; Węglowodany ogółem: 394.98 g; W tym cukry: 68.25 g; Błonnik pok.: 43.19 g; Sól: 10 g; WW: 35.16 Por; : 17.94 %; : 57.22 %; Ener. z T: 28.53 %; Ener. z Bł.: 3.13 %; K: 4326 mg;

<b>sobota 2025-06-07      Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa</b>		
---------------------------------------------------------------------------	--	--

## Jadłospisy dla oddziałów

<p>Płatki 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>),          Szyńka krucha z pieca wieprzowa, parzona 80 g (<b>GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</b>),          Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,</p>	<p>Koperkowa z ziemniakami (*) 300 ml (<b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b>),          Ryż na sypko (brązowy) 180 g,          Potrawka drobiowa z warzywami* 200 g (<b>GLU PSZ, SEL.</b>),          Buraczki oprószone () 100 g (<b>GLU PSZ.</b>),          Surówka z marchwi i selera z olejem b/c () 100 g (<b>SEL.</b>),          Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,</p>	<p>Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>),          Masło extra 82% 10 g (<b>MLE.</b>),          Filet zapiekany drobiowy 80 g (<b>MLE.</b>),          Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g,          Herbata czarna granulowana b/c 150 ml,          Kawa z mlekiem instant b/c 150 ml (<b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b>),</p>
<p><b>II Śniadanie:</b> Koktajl truskawkowy* b/c 200 ml (<b>MLE.</b>),</p>		<p><b>Posiłek nocny:</b> Chrupki kukurydziane 20 g,</p>

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2059.18 kcal; Białko ogółem: 107.72 g; Tłuszcz: 54.98 g; Kw. tł. nasy.: 22.54 g; Węglowodany ogółem: 305.79 g; W tym cukry: 53.65 g; Błonnik pok.: 34.51 g; Sól: 8.03 g; WW: 27.14 Por; : 20.93 %; : 59.4 %; Ener. z T: 24.03 %; Ener. z Bł.: 3.35 %; K: 4067.56 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>niedziela 2025-06-08</b>		
<b>Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa</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> ), Kielbasa kminkowa Ojca Grzegorza-gruborozdrobnioniona, wędzona, parzona 80 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u> ), Sałata zielona 10 g, Pomidor 40 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Pomidorowa z zacierką* 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Ryż na sytko 200 g, Kotlet pożarski-drobiowy pieczony 150 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ), Mizeria 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> ), Serek homo z owocami 80 g ( <u>MLE,</u> ), Jabłko 1 szt 1 szt, Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u> ),
<b>II Śniadanie:</b> Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 200 ml,		<b>Posiłek nocny:</b> Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2,</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2778.14 kcal; Białko ogółem: 106.7 g; Tłuszcz: 84.89 g; Kw. tł. nasy.: 24.28 g; Węglowodany ogółem: 403.72 g; W tym cukry: 99.45 g; Błonnik pok.: 21.65 g; Sól: 8.4 g; WW: 38.2 Por; : 15.36 %; : 58.13 %; Ener. z T: 27.5 %; Ener. z Bł.: 1.56 %; K: 2206.82 mg;

<b>niedziela 2025-06-08</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 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Filet zapiekany drobiowy 80 g ( <u>MLE,</u> ), Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Pomidorowa z zacierką* 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Ryż na sytko 200 g, Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g, Sos własny () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ), Fasolka szparagowa z wody* 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Serek homo z owocami 80 g ( <u>MLE,</u> ), Jabłko 1 szt 1 szt, Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u> ),
<b>II Śniadanie:</b> Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 200 ml,		<b>Posiłek nocny:</b> Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2,</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2333.09 kcal; Białko ogółem: 105.31 g; Tłuszcz: 51.38 g; Kw. tł. nasy.: 20.15 g; Węglowodany ogółem: 369.92 g; W tym cukry: 99.13 g; Błonnik pok.: 18.38 g; Sól: 5.59 g; WW: 35.33 Por; : 18.05 %; : 63.42 %; Ener. z T: 19.82 %; Ener. z Bł.: 1.58 %; K: 2199.03 mg;

<b>niedziela 2025-06-08</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> ), Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> ), Kielbasa kminkowa Ojca Grzegorza-gruborozdrobnioniona, wędzona, parzona 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u> ), Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Pomidorowa z zacierką* 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Ryż na sytko (brązowy) 200 g, Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g, Mizeria 100 g ( <u>MLE,</u> ), Fasolka szparagowa z wody* 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Serek homo. naturalny 40 g ( <u>MLE,</u> ), Szyntka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2,</u> ), Sałata zielona 10 g, Pomidor 90 g, Herbata czarna granulowana b/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant b/c 150 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u> ),
<b>II Śniadanie:</b> Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Andruty 1 szt ( <u>GLU PSZ,</u> ), Szyntka wiśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 25 g ( <u>SOJ,</u> ), Pomidor 15 g, Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ),	<b>Podwieczorek:</b> Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Kefir 2% tł 200 ml ( <u>MLE,</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ), Szyntka krucha z pieca wieprzowa, parzona 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2,</u> ), Pomidor 15 g,	<b>Posiłek nocny:</b> Chleb razowy pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ), Pomidor 15 g, Ser żółty 20 g ( <u>MLE,</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2587.4 kcal; Białko ogółem: 128.33 g; Tłuszcz: 83.06 g; Kw. tł. nasy.: 38.57 g; Węglowodany ogółem: 349.27 g; W tym cukry: 46.2 g; Błonnik pok.: 28.67 g; Sól: 11.48 g; WW: 32.14 Por; : 19.84 %; : 54 %; Ener. z T: 28.89 %; Ener. z Bł.: 2.22 %; K: 3261.02 mg;

<b>niedziela 2025-06-08</b>		
<b>Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa</b>		

## Jadłospisy dla oddziałów

<p>Płatki pszenne na mleku 250 ml (<b>GLU PSZ, MLE.</b>), Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>), Masło extra 82% 10 g (<b>MLE.</b>), Filet zapiekany drobiowy 80 g (<b>MLE.</b>), Pomidor 90 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,</p>	<p>Pomidorowa z zacierką * 300 ml (<b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b>), Ryż na sypko (brązowy) 200 g , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g , Mizeria 100 g (<b>MLE.</b>), Fasolka szparagowa z wody* 50 g , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml ,</p>	<p>Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>), Masło extra 82% 10 g (<b>MLE.</b>), Serek homo. naturalny 80 g (<b>MLE.</b>), Pomidor 40 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana b/c 150 ml , Kawa z mlekiem instant b/c 150 ml (<b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b>),</p>
<p><b>II Śniadanie:</b> Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>), Szynka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 25 g (<b>SOJ.</b>), Masło extra 82% 5 g (<b>MLE.</b>), Pomidor 15 g ,</p>		<p><b>Posiłek nocny:</b> Gruszka 1szt. 150 g ,</p>

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2044.77 kcal; Białko ogółem: 107.95 g; Tłuszcz: 52.35 g; Kw. tł. nasy.: 23.1 g; Węglowodany ogółem: 293.78 g; W tym cukry: 48.02 g; Błonnik pok.: 26.87 g; Sól: 8.16 g; WW: 26.68 Por; : 21.12 %; : 57.47 %; Ener. z T: 23.04 %; Ener. z Bł.: 2.63 %; K: 2789.58 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2025-06-09</b>		
<b>Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa</b>		
Kasza jęczmienna na mleku 250 ml ( <u><b>MLE, GLU JECZ.</b></u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u><b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b></u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u><b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b></u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u><b>MLE.</b></u> ), Szyunka krucha z pieca wieprzowa, parzona 80 g ( <u><b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</b></u> ), Ogórek świeży 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Fasolowa z ziemniakami (*) 300 ml ( <u><b>GLU PSZ, SEL.</b></u> ), Racuchy z cukrem pudrem 200 g ( <u><b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b></u> ), Mus z jabłek prażonych 100 g, Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g ( <u><b>MLE.</b></u> ), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u><b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b></u> ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u><b>GLU PSZ.</b></u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u><b>MLE.</b></u> ), Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u><b>JAJ.</b></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><b>MLE.</b></u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Herbatniki Be Be 16g 1 szt ( <u><b>GLU PSZ, MLE.</b></u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2200.2 kcal; Białko ogółem: 77.95 g; Tłuszcz: 63.62 g; Kw. tł. nasy.: 24.59 g; Węglowodany ogółem: 350.39 g; W tym cukry: 119.28 g; Błonnik pok.: 19.37 g; Sól: 5.78 g; WW: 33.16 Por; : 14.17 %; : 63.7 %; Ener. z T: 26.02 %; Ener. z Bł.: 1.76 %; K: 2513.58 mg;

<b>poniedziałek 2025-06-09</b>		
<b>Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna</b>		
Kasza jęczmienna na mleku 250 ml ( <u><b>MLE, GLU JECZ.</b></u> ), Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u><b>GLU PSZ.</b></u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u><b>MLE.</b></u> ), Szyunka krucha z pieca wieprzowa, parzona 80 g ( <u><b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</b></u> ), Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 300 ml ( <u><b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b></u> ), Kopytka ziemniaczane 250 g ( <u><b>GLU PSZ, JAJ.</b></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><b>GLU PSZ.</b></u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u><b>MLE.</b></u> ), Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u><b>JAJ.</b></u> ), Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,
<b>II Śniadanie:</b> Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <u><b>MLE.</b></u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Herbatniki Be Be 16g 1 szt ( <u><b>GLU PSZ, MLE.</b></u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2041.05 kcal; Białko ogółem: 71.93 g; Tłuszcz: 54.41 g; Kw. tł. nasy.: 22.54 g; Węglowodany ogółem: 335.21 g; W tym cukry: 81.57 g; Błonnik pok.: 19.66 g; Sól: 6.08 g; WW: 31.66 Por; : 14.1 %; : 65.69 %; Ener. z T: 23.99 %; Ener. z Bł.: 1.93 %; K: 3451.26 mg;

<b>poniedziałek 2025-06-09</b>		
<b>Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa</b>		
Kasza jęczmienna na mleku 250 ml ( <u><b>MLE, GLU JECZ.</b></u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u><b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b></u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u><b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b></u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u><b>MLE.</b></u> ), Szyunka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g ( <u><b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</b></u> ), Hummus 40 g ( <u><b>SEZ.</b></u> ), Ogórek świeży 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 150 ml,	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 300 ml ( <u><b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b></u> ), Ziemniaki gotowane () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 120 g ( <u><b>GLU PSZ, JAJ.</b></u> ), Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 100 g, Brokuł gotowany* 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Kasza jaglana na mleku 250 ml ( <u><b>MLE.</b></u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u><b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b></u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u><b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b></u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u><b>MLE.</b></u> ), Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u><b>JAJ.</b></u> ), Szyunka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 40 g ( <u><b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b></u> ), Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,
<b>II Śniadanie:</b> Sok pomidorowy 200 ml, Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u><b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b></u> ), Sałata zielona 5 g, Twarożek 25 g ( <u><b>MLE.</b></u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u><b>MLE.</b></u> ),	<b>Podwieczorek:</b> Arbuź 150 g, Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u><b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b></u> ), Sałata zielona 5 g, Masło extra 82% 5 g ( <u><b>MLE.</b></u> ), Szyunka krucha z pieca wieprzowa, parzona 25 g ( <u><b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</b></u> ),	<b>Posiłek nocny:</b> Pomidor 15 g, Masło extra 82% 5 g ( <u><b>MLE.</b></u> ), Szyunka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 20 g ( <u><b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b></u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 30 g ( <u><b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b></u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2776.58 kcal; Białko ogółem: 123.07 g; Tłuszcz: 84.43 g; Kw. tł. nasy.: 34.91 g; Węglowodany ogółem: 404.88 g; W tym cukry: 72.42 g; Błonnik pok.: 34.83 g; Sól: 12.07 g; WW: 37.01 Por; : 17.73 %; : 58.33 %; Ener. z T: 27.37 %; Ener. z Bł.: 2.51 %; K: 5874.57 mg;

<b>poniedziałek 2025-06-09</b>		
<b>Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa</b>		

## Jadłospisy dla oddziałów

<p>Kasza jęczmienna na mleku 250 ml (<b><u>MLE, GLU JĘCZ,</u></b>), Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<b><u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u></b>), Masło extra 82% 10 g (<b><u>MLE,</u></b>), Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 80 g (<b><u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02,</u></b>), Ogórek świeży 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,</p>	<p>Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 300 ml (<b><u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u></b>), Ziemniaki gotowane () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 120 g (<b><u>GLU PSZ, JAJ,</u></b>), Sos pietruszkowy* 100 ml (<b><u>GLU PSZ, MLE,</u></b>), Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 100 g, Brokuł gotowany* 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,</p>	<p>Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<b><u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u></b>), Masło extra 82% 10 g (<b><u>MLE,</u></b>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<b><u>JAJ,</u></b>), Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,</p>
<p><b>II Śniadanie:</b> Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<b><u>MLE,</u></b>),</p>		<p><b>Posiłek nocny:</b> Wafle ryżowe 30g,</p>

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1981.7 kcal; Białko ogółem: 95.27 g; Tłuszcz: 53.73 g; Kw. tł. nasy.: 22.84 g; Węglowodany ogółem: 301 g; W tym cukry: 31.29 g; Błonnik pok.: 27.7 g; Sól: 7.62 g; WW: 27.3 Por; : 19.23 %; : 60.76 %; Ener. z T: 24.4 %; Ener. z Bł.: 2.8 %; K: 4502.65 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>wtorek 2025-06-10</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> ), Filet zapiekany drobiowy 80 g ( <u>MLE,</u> ), Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Brokułowa z ziemniakami (*) 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JĘCZ,</u> ), Szyunka wieprzowa pieczona 120 g, Sos własny () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ), Sałata zielona z koperkiem i olejem 60 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Twarożek z koperkiem 80 g ( <u>MLE,</u> ), Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 50 g ( <u>MLE,</u> ), Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u> ),
II Śniadanie: Biskopki 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ,</u> ),		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2101.31 kcal; Białko ogółem: 113.61 g; Tłuszcz: 48.94 g; Kw. tł. nasy.: 22.81 g; Węglowodany ogółem: 318.08 g; W tym cukry: 78.07 g; Błonnik pok.: 21.54 g; Sól: 6.14 g; WW: 29.78 Por.; : 21.63 %; : 60.55 %; Ener. z T: 20.96 %; Ener. z Bt.: 2.05 %; K: 2906.84 mg;

<b>wtorek 2025-06-10</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> ), Filet zapiekany drobiowy 80 g ( <u>MLE,</u> ), Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Brokułowa z ziemniakami (*) 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JĘCZ,</u> ), Szyunka wieprzowa gotowana 120 g, Sos własny () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ), Buraczki gotowane () 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Twarożek z koperkiem 80 g ( <u>MLE,</u> ), Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 50 g, Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u> ),
II Śniadanie: Biskopki 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ,</u> ),		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2157.47 kcal; Białko ogółem: 118.16 g; Tłuszcz: 46.69 g; Kw. tł. nasy.: 22.29 g; Węglowodany ogółem: 332.93 g; W tym cukry: 90.01 g; Błonnik pok.: 21.44 g; Sól: 5.43 g; WW: 31.19 Por.; : 21.91 %; : 61.73 %; Ener. z T: 19.48 %; Ener. z Bt.: 1.99 %; K: 3390.68 mg;

<b>wtorek 2025-06-10</b>		
<b>Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa</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> ), Filet zapiekany drobiowy 40 g ( <u>MLE,</u> ), Ser żółty 30 g ( <u>MLE,</u> ), Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Brokułowa z ziemniakami (*) 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JĘCZ,</u> ), Szyunka wieprzowa gotowana 120 g, Sałata zielona z koperkiem i olejem 60 g, Dynia duszona z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Twarożek z koperkiem 40 g ( <u>MLE,</u> ), Szyunka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 40 g ( <u>SOJ,</u> ), Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 100 g ( <u>MLE,</u> ), Herbata czarna granulowana b/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant b/c 150 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u> ),
II Śniadanie: Andruty 1 szt ( <u>GLU PSZ,</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Szyunka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ), Ogórek świeży 15 g,	Podwieczorek: Maślanka 200 ml ( <u>MLE,</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Szyunka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ), Pomidor 15 g,	Posiłek nocny: Chleb razowy pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ), Sałata zielona 5 g, Szyunka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 20 g ( <u>SOJ,</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2684.16 kcal; Białko ogółem: 141.63 g; Tłuszcz: 79.43 g; Kw. tł. nasy.: 39.31 g; Węglowodany ogółem: 362.77 g; W tym cukry: 48.75 g; Błonnik pok.: 28.82 g; Sól: 11.86 g; WW: 33.55 Por.; : 21.11 %; : 54.06 %; Ener. z T: 26.63 %; Ener. z Bt.: 2.15 %; K: 3812.12 mg;

<b>wtorek 2025-06-10</b>		
<b>Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa</b>		

## Jadłospisy dla oddziałów

<p>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>), Filet zapiekany drobiowy 80 g (<u>MLE,</u>), Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,</p>	<p>Brokułowa z ziemniakami (*) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JEĆZ,</u>), Szynka wieprzowa gotowana 120 g, Sałata zielona z koperkiem i olejem 60 g, Dynia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,</p>	<p>Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>), Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 100 g (<u>MLE,</u>), Herbata czarna granulowana b/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant b/c 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ,</u>),</p>
<p><b>II Śniadanie:</b> Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>), Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>), Ogórek świeży 15 g,</p>		<p><b>Posiłek nocny:</b> Jabłko 1 szt 1 szt,</p>

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2203.32 kcal; Białko ogółem: 123.74 g; Tłuszcz: 57.22 g; Kw. tł. nasy.: 26.87 g; Węglowodany ogółem: 309.56 g; W tym cukry: 52.77 g; Błonnik pok.: 28.93 g; Sól: 7.75 g; WW: 28.15 Por; : 22.46 %; : 56.2 %; Ener. z T: 23.37 %; Ener. z Bł.: 2.63 %; K: 3733.41 mg;