

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>środa 2025-06-11</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> ), Szyńka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 80 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), Pomidor 40 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Sałata zielona 10 g,	Pieczarkowa z makaronem * 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Ziemniaki gotowane () 200 g, Pulpet drobiowy 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ), Sos pietruszkowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Paprykarz szczeciński 70 g ( <u>RYB, SOJ</u> ), Ogórek świeży 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 150 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> ),
II Śniadanie: Sok pomarańczowy 200 ml,		Posiłek nocny: Andrutry 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2166.59 kcal; Białko ogółem: 89.13 g; Tłuszcz: 62.57 g; Kw. tł. nasy.: 21.31 g; Węglowodany ogółem: 321.33 g; W tym cukry: 69.1 g; Błonnik pok.: 19 g; Sól: 7.24 g; WW: 30.3 Por; : 16.46 %; : 59.33 %; Ener. z T: 25.99 %; Ener. z Bł.: 1.75 %; K: 3693.82 mg;

<b>środa 2025-06-11</b>		
<b>Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna</b>		
Kasza kukurydziana na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> ), Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Szyńka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 80 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), Pomidor 40 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Sałata zielona 10 g,	Selerowa z makaronem *() 300 g ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Ziemniaki gotowane () 200 g, Pulpet drobiowy 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ), Sos pietruszkowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ), Marchew oprószana z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Szyńka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 80 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> ), Sałata zielona 10 g, Pomidor 40 g, Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 150 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> ),
II Śniadanie: Sok pomarańczowy 200 ml,		Posiłek nocny: Andrutry 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2197.85 kcal; Białko ogółem: 97.57 g; Tłuszcz: 58.66 g; Kw. tł. nasy.: 21.81 g; Węglowodany ogółem: 328.96 g; W tym cukry: 74.19 g; Błonnik pok.: 19.04 g; Sól: 7.92 g; WW: 31.17 Por; : 17.76 %; : 59.87 %; Ener. z T: 24.02 %; Ener. z Bł.: 1.73 %; K: 3721.23 mg;

<b>środa 2025-06-11</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> ), Szyńka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), Twarożek 40 g ( <u>MLE</u> ), Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Selerowa z makaronem *() 300 g ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Ziemniaki gotowane () 200 g, Pulpet drobiowy 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g, Fasolka szparagowa z wody* 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Płatki pszenne na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Paprykarz szczeciński 30 g ( <u>RYB, SOJ</u> ), Szyńka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 40 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> ), Ogórek świeży 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,
II Śniadanie: Sok pomidorowy 200 ml, Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ), Sałata zielona 5 g, Szyńka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ),	Podwieczorek: Mandarynka 2 szt, Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ), Szyńka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> ), Pomidor 15 g,	Posiłek nocny: Ser żółty 20 g ( <u>MLE</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Sałata zielona 5 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2717.34 kcal; Białko ogółem: 121.97 g; Tłuszcz: 82.6 g; Kw. tł. nasy.: 36.8 g; Węglowodany ogółem: 390.3 g; W tym cukry: 66.82 g; Błonnik pok.: 37.74 g; Sól: 12.95 g; WW: 35.37 Por; : 17.95 %; : 57.45 %; Ener. z T: 27.36 %; Ener. z Bł.: 2.78 %; K: 5242.08 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-06-11	Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa	
Kasza kukurydziana na mleku 250 ml ( <u>MLE.</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ), Szyńka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 80 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,	Selerowa z makaronem *( ) 300 g ( <u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u> ), Ziemniaki gotowane ( ) 200 g, Pulpet drobiowy 120 g ( <u>GLU PSZ. JAJ.</u> ), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem ( ) 100 g, Fasolka szparagowa z wody* 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ), Szyńka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 80 g ( <u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u> ), Ogórek świeży 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 150 ml, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 150 ml ( <u>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u> ),
<b>II Śniadanie:</b> Sok pomidorowy 200 ml,		<b>Posiłek nocny:</b> Andruty 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2008.59 kcal; Białko ogółem: 98.45 g; Tłuszcz: 57.82 g; Kw. tł. nasy.: 22.08 g; Węglowodany ogółem: 286.7 g; W tym cukry: 40.73 g; Błonnik pok.: 27.01 g; Sól: 10.21 g; WW: 26.11 Por; : 19.61 %; : 57.1 %; Ener. z T: 25.91 %; Ener. z Bł.: 2.69 %; K: 4350.02 mg;



## Jadłospisy dla oddziałów

Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ), Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g ( <u>MLE.</u> ), Pomidor 90 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	Ziemniaczana * ( ) 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ), Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 250 g ( <u>SEL, GLU JĘCZ.</u> ), Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ), Cukinia pieczona z olejem * 100 g , Sałatka szwedzka b/c ( ) 100 g ( <u>GOR.</u> ), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml ,	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ), Szyńka krucha z pieca wieprzowa, parzona 80 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</u> ), Sałatka jarzynowa z olejem* 100 g ( <u>SEL.</u> ), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Kawa z mlekiem instant 150 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> ),
II Śniadanie: Koktajl wieloowocowy* b/c 200 ml ( <u>MLE.</u> ),		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2084.07 kcal; Białko ogółem: 90.41 g; Tłuszcz: 69.48 g; Kw. tł. nasy.: 23.36 g; Węglowodany ogółem: 298.09 g; W tym cukry: 64.82 g; Błonnik pok.: 30.77 g; Sól: 8.14 g; WW: 26.65 Por; : 17.35 %; : 57.21 %; Ener. z T: 30 %; Ener. z Bł.: 2.95 %; K: 4098.35 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>piątek 2025-06-13</b>		
<b>Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa</b>		
Kasza manna na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ), Rogal maślany 50g. 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Twaróg półtłusty 40 g ( <u>MLE,</u> ), Dżem 25 g, Jabłko 1 szt 1 szt, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Szpinakowa z zacierką* 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Ziemniaki gotowane () 200 g, Kotlet z ryby (Morszczuk) 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u> ), Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</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> ),
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml,		Posiłek nocny: Herbatniki Be Be 16g 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2215.05 kcal; Białko ogółem: 68.4 g; Tłuszcz: 64.58 g; Kw. tł. nasy.: 21.21 g; Węglowodany ogółem: 347.19 g; W tym cukry: 117.14 g; Błonnik pok.: 20.12 g; Sól: 4.03 g; WW: 32.76 Por; : 12.35 %; : 62.7 %; Ener. z T: 26.24 %; Ener. z Bł.: 1.82 %; K: 3167.48 mg;

<b>piątek 2025-06-13</b>		
<b>Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna</b>		
Kasza manna na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ), Rogal maślany 50g. 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Twaróg półtłusty 40 g ( <u>MLE,</u> ), Dżem 25 g, Jabłko 1 szt 1 szt, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Szpinakowa z zacierką* 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Ziemniaki gotowane () 200 g, Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g ( <u>RYB,</u> ), Warzywa po grecku 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</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> ),
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml,		Posiłek nocny: Herbatniki Be Be 16g 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2072.8 kcal; Białko ogółem: 90.14 g; Tłuszcz: 51.85 g; Kw. tł. nasy.: 20.64 g; Węglowodany ogółem: 318.45 g; W tym cukry: 115.49 g; Błonnik pok.: 17.13 g; Sól: 3.79 g; WW: 30.19 Por; : 17.4 %; : 61.45 %; Ener. z T: 22.51 %; Ener. z Bł.: 1.65 %; K: 3484.28 mg;

<b>piątek 2025-06-13</b>		
<b>Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa</b>		
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> ), Ogórek kiszony 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant b/c 150 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u> ),	Szpinakowa z zacierką* 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Ziemniaki gotowane () 200 g, Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g ( <u>RYB,</u> ), Warzywa po grecku 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Kasza jaglana na mleku 200 ml ( <u>MLE,</u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), 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,
II Śniadanie: Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Pomidor 15 g, Filet zapiekany drobiowy 25 g ( <u>MLE,</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ), Mandarynka 2 szt,	Podwieczorek: Kefir 2% tł 200 ml ( <u>MLE,</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ), Kielbasa kminkowa Ojca Grzegorza-gruborozdrobnioniona, wędzona, parzona 25 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u> ), Sałata zielona 5	Posiłek nocny: Chleb razowy pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ), Filet zapiekany drobiowy 20 g ( <u>MLE,</u> ), Sałata zielona 5 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2639.37 kcal; Białko ogółem: 146.67 g; Tłuszcz: 79.29 g; Kw. tł. nasy.: 37.15 g; Węglowodany ogółem: 350.03 g; W tym cukry: 60.16 g; Błonnik pok.: 30.67 g; Sól: 13.5 g; WW: 31.92 Por; : 22.23 %; : 53.05 %; Ener. z T: 27.04 %; Ener. z Bł.: 2.32 %; K: 4685.17 mg;

<b>piątek 2025-06-13</b>		
<b>Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa</b>		

## Jadłospisy dla oddziałów

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> ), Twaróg półtłusty 80 g ( <b>MLE,</b> ), Jabłko 1 szt 1 szt, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Szpinakowa z zacierką* 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ), Ziemniaki gotowane () 200 g, Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g ( <b>RYB,</b> ), Warzywa po grecku 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 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> ), Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ,</b> ), Pomidor 40 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> ),
<b>II Śniadanie:</b> Mandarynka 2 szt,		<b>Posiłek nocny:</b> Wafle ryżowe 30 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2118.82 kcal; Białko ogółem: 106.16 g; Tłuszcz: 52.92 g; Kw. tł. nasy.: 21.46 g; Węglowodany ogółem: 316.88 g; W tym cukry: 73.74 g; Błonnik pok.: 28.69 g; Sól: 5.74 g; WW: 28.79 Por; : 20.04 %; : 59.82 %; Ener. z T: 22.48 %; Ener. z Bt.: 2.71 %; K: 4407.17 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>sobota 2025-06-14</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa</b>		
Płatki jęczmienne na mleku 250 ml ( <b><u>MLE</u></b> , <b><u>GLU JĘCZ.</u></b> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b><u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u></b> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <b><u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u></b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b><u>MLE.</u></b> ), Parówki drobiowe z cielęciną homogenizowane, wędzone, parzone 70 g, Ketchup 20 g ( <b><u>SEL.</u></b> ), Sałata zielona 10 g, Pomidor 40 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Koperkowa z ryżem * 300 ml ( <b><u>MLE, SEL.</u></b> ), Ziemniaki gotowane () 200 g, Gulasz wieprzowy- dieta 200 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> ), Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b><u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u></b> ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b><u>MLE.</u></b> ), Paszтет z soczewicy () 70 g ( <b><u>GLU PSZ, JAJ.</u></b> ), Ogórek kiszony 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml ( <b><u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u></b> ),
<b>II Śniadanie:</b> Sok pomarańczowy 200 ml,		<b>Posiłek nocny:</b> Jabłko 1 szt 1 szt,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2458.09 kcal; Białko ogółem: 95.88 g; Tłuszcz: 72.95 g; Kw. tł. nasy.: 23.02 g; Węglowodany ogółem: 349.8 g; W tym cukry: 88.65 g; Błonnik pok.: 28.86 g; Sól: 7.88 g; WW: 32.23 Por; : 15.6 %; : 56.92 %; Ener. z T: 26.71 %; Ener. z Bł.: 2.35 %; K: 4327.77 mg;		
<b>sobota 2025-06-14</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna</b>		
Płatki jęczmienne na mleku 250 ml ( <b><u>MLE, GLU JĘCZ.</u></b> ), Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b><u>MLE.</u></b> ), Szyunka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 80 g ( <b><u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u></b> ), Sałata zielona 10 g, Pomidor 40 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Koperkowa z ryżem * 300 ml ( <b><u>MLE, SEL.</u></b> ), Ziemniaki gotowane () 200 g, Gulasz wieprzowy- dieta 200 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> ), Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b><u>MLE.</u></b> ), Szyunka krucha z pieca wieprzowa, parzona 80 g ( <b><u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL. może zawierać: JAJ, GOR, SOJ.</u></b> ), Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml ( <b><u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u></b> ),
<b>II Śniadanie:</b> Sok pomarańczowy 200 ml,		<b>Posiłek nocny:</b> Jabłko 1 szt 1 szt,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2200.83 kcal; Białko ogółem: 104.32 g; Tłuszcz: 62.65 g; Kw. tł. nasy.: 24.93 g; Węglowodany ogółem: 324.08 g; W tym cukry: 87.28 g; Błonnik pok.: 21.91 g; Sól: 7.76 g; WW: 30.37 Por; : 18.96 %; : 58.9 %; Ener. z T: 25.62 %; Ener. z Bł.: 1.99 %; K: 4052.79 mg;		
<b>sobota 2025-06-14</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa</b>		
Płatki jęczmienne na mleku 250 ml ( <b><u>MLE, GLU JĘCZ.</u></b> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b><u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u></b> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <b><u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u></b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b><u>MLE.</u></b> ), Twarożek 40 g ( <b><u>MLE.</u></b> ), Szyunka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 40 g ( <b><u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u></b> ), Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Koperkowa z ryżem * 300 ml ( <b><u>MLE, SEL.</u></b> ), Ziemniaki gotowane () 200 g, Gulasz wieprzowy- dieta 200 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> ), Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 100 g, Fasolka szparagowa z wody* 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Makaron pełnoziarnisty na mleku 200 ml ( <b><u>GLU PSZ, MLE.</u></b> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b><u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u></b> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <b><u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u></b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b><u>MLE.</u></b> ), Paszтет z soczewicy () 40 g ( <b><u>GLU PSZ, JAJ.</u></b> ), Szyunka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g ( <b><u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL. może zawierać: JAJ, GOR, SOJ.</u></b> ), Ogórek kiszony 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,
<b>II Śniadanie:</b> Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <b><u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u></b> ), Sok pomidorowy 200 ml, Jajko gotowane kl M 0.50 szt ( <b><u>JAJ.</u></b> ), Sałata zielona 5 g, Masło extra 82% 5 g ( <b><u>MLE.</u></b> ),	<b>Podwieczorek:</b> Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt ( <b><u>MLE.</u></b> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <b><u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u></b> ), Szyunka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 25 g ( <b><u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u></b> ), Pomidor 15 g, Masło extra 82% 5 g ( <b><u>MLE.</u></b> ),	<b>Posiłek nocny:</b> Chleb razowy pszenno-żytni 30 g ( <b><u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u></b> ), Masło extra 82% 5 g ( <b><u>MLE.</u></b> ), Ser żółty 20 g ( <b><u>MLE.</u></b> ), Pomidor 15 g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2839.48 kcal; Białko ogółem: 135.41 g; Tłuszcz: 94.04 g; Kw. tł. nasy.: 41.95 g; Węglowodany ogółem: 383.14 g; W tym cukry: 44.79 g; Błonnik pok.: 34.56 g; Sól: 13.77 g; WW: 35.12 Por; : 19.07 %; : 53.97 %; Ener. z T: 29.81 %; Ener. z Bł.: 2.43 %; K: 5025.12 mg;		
<b>sobota 2025-06-14</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa</b>		

## Jadłospisy dla oddziałów

<p>Płatki jęczmienne 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 gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 80 g (<b><u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u></b>), Pomidor 90 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,</p>	<p>Koperkowa z ryżem * 300 ml (<b><u>MLE, SEL.</u></b>), Ziemniaki gotowane () 200 g , Gulasz wieprzowy- dieta 200 g (<b><u>GLU PSZ.</u></b>), 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 ,</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>), Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 80 g (<b><u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</u></b>), Ogórek kiszony 90 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana b/c 150 ml , Kawa z mlekiem instant b/c 150 ml (<b><u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u></b>),</p>
<p><b>II Śniadanie:</b> Sok pomidorowy 200 ml ,</p>		<p><b>Posiłek nocny:</b> Jabłko 1 szt 1 szt ,</p>

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2047.97 kcal; Białko ogółem: 105.96 g; Tłuszcz: 62.8 g; Kw. tł. nasy.: 25.16 g; Węglowodany ogółem: 287.99 g; W tym cukry: 51.85 g; Błonnik pok.: 30.13 g; Sól: 11.82 g; WW: 25.98 Por; : 20.7 %; : 56.25 %; Ener. z T: 27.6 %; Ener. z Bł.: 2.94 %; K: 4625.32 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>niedziela 2025-06-15      Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa</b>		
Kasza kukurydziana na mleku 250 ml ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Ser żółty 60 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Rosół z makaronem * 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL<sub>1</sub></u> ), Ryż na sypko 200 g, Czwartka z kurczaka pieczona 150 g, Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></u> ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ<sub>1</sub></u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Szyunka wiśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 80 g ( <u>SOJ<sub>1</sub></u> ), Pomidor 50 g, Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml ( <u>MLE<sub>1</sub>, GLU ŻYT, GLU JĘCZ<sub>1</sub></u> ),
<b>II Śniadanie:</b> Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2<sub>1</sub></u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Chrupki kukurydziane 20 g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2674.21 kcal; Białko ogółem: 133.66 g; Tłuszcz: 100.63 g; Kw. tł. nasy.: 40.63 g; Węglowodany ogółem: 316.48 g; W tym cukry: 50.78 g; Błonnik pok.: 17.17 g; Sól: 9.28 g; WW: 30.04 Por.; : 19.99 %; : 47.34 %; Ener. z T: 33.87 %; Ener. z Bł.: 1.28 %; K: 2375.4 mg;		
<b>niedziela 2025-06-15      Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna</b>		
Kasza kukurydziana na mleku 250 ml ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ<sub>1</sub></u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 80 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Jabłko 1 szt 1 szt,	Rosół z makaronem * 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL<sub>1</sub></u> ), Ryż na sypko 200 g, Czwartka z kurczaka gotowana 150 g, Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <u>SEL<sub>1</sub></u> ), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ<sub>1</sub></u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Szyunka wiśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 80 g ( <u>SOJ<sub>1</sub></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<sub>1</sub></u> ),
<b>II Śniadanie:</b> Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2<sub>1</sub></u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Chrupki kukurydziane 20 g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2643.15 kcal; Białko ogółem: 129.16 g; Tłuszcz: 84.84 g; Kw. tł. nasy.: 29.93 g; Węglowodany ogółem: 348.18 g; W tym cukry: 69.06 g; Błonnik pok.: 18.64 g; Sól: 7.24 g; WW: 33.05 Por.; : 19.55 %; : 52.69 %; Ener. z T: 28.89 %; Ener. z Bł.: 1.41 %; K: 2669.34 mg;		
<b>niedziela 2025-06-15      Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa</b>		
Kasza jęczmienna na mleku 250 ml ( <u>MLE, GLU JĘCZ<sub>1</sub></u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Szyunka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR<sub>1</sub></u> ), Twarożek 40 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Rosół z makaronem * 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL<sub>1</sub></u> ), Ryż na sypko (brązowy) 200 g, Czwartka z kurczaka pieczona 150 g, Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 100 g, Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <u>SEL<sub>1</sub></u> ), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Ryż na mleku 250 ml ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Szyunka wiśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 40 g ( <u>SOJ<sub>1</sub></u> ), Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ<sub>1</sub></u> ), Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,
<b>II Śniadanie:</b> Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Szyunka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR<sub>1</sub></u> ), Pomidor 15 g,	<b>Podwieczorek:</b> Jabłko 1 szt 1 szt, Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></u> ), Szyunka wiśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 25 g ( <u>SOJ<sub>1</sub></u> ), Sałata zielona 5 g, Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ),	<b>Posiłek nocny:</b> Chleb razowy pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Twaróg półtłusty 20 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Sałata zielona 5 g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 3035.18 kcal; Białko ogółem: 154.83 g; Tłuszcz: 112.16 g; Kw. tł. nasy.: 43.07 g; Węglowodany ogółem: 363.63 g; W tym cukry: 57.78 g; Błonnik pok.: 34.13 g; Sól: 11.28 g; WW: 32.95 Por.; : 20.4 %; : 47.92 %; Ener. z T: 33.26 %; Ener. z Bł.: 2.25 %; K: 3849.18 mg;		
<b>niedziela 2025-06-15      Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa</b>		

## Jadłospisy dla oddziałów

<p>Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (<u><b>MLE<sub>i</sub></b></u>), Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u><b>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>i</sub></b></u>), Masło extra 82% 10 g (<u><b>MLE<sub>i</sub></b></u>), Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 80 g (<u><b>MLE<sub>i</sub></b></u>), Jabłko 1 szt 1 szt , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,</p>	<p>Rosół z makaronem * 300 ml (<u><b>GLU PSZ, SEL<sub>i</sub></b></u>), Ryż na sypko (brązowy) 200 g , Czwartka z kurczaka pieczona 150 g , Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 100 g , Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u><b>SEL<sub>i</sub></b></u>), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml ,</p>	<p>Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u><b>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>i</sub></b></u>), Masło extra 82% 10 g (<u><b>MLE<sub>i</sub></b></u>), Szyńka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 80 g (<u><b>SOJ<sub>i</sub></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 JĘCZ<sub>i</sub></b></u>),</p>
<p><b>II Śniadanie:</b> Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u><b>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>i</sub></b></u>), Szyńka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25 g (<u><b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR<sub>i</sub></b></u>), Pomidor 15 g , Masło extra 82% 5 g (<u><b>MLE<sub>i</sub></b></u>),</p>		<p><b>Posiłek nocny:</b> Chrupki kukurydziane 20 g ,</p>

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2576.94 kcal; Białko ogółem: 132.15 g; Tłuszcz: 92.02 g; Kw. tł. nasy.: 33.03 g; Węglowodany ogółem: 315.08 g; W tym cukry: 47.45 g; Błonnik pok.: 30.41 g; Sól: 9.46 g; WW: 28.46 Por; : 20.51 %; : 48.91 %; Ener. z T: 32.14 %; Ener. z Bł.: 2.36 %; K: 3301.51 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2025-06-16</b> <b>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> ), Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 80 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ), Ogórek świeży 50 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Grochowa z ziemniakami (*) 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ), Pierogi z serem 250 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ), Mus z jabłek prażonych 100 g, Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <u>MLE.</u> ), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ), Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ), Pomidor 50 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,
II Śniadanie: Banan 1szt. 1 szt,		Posiłek nocny: Biszkopty 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2421.93 kcal; Białko ogółem: 96.57 g; Tłuszcz: 55.31 g; Kw. tł. nasy.: 23.15 g; Węglowodany ogółem: 400.83 g; W tym cukry: 122.33 g; Błonnik pok.: 26.42 g; Sól: 5.78 g; WW: 37.3 Por; : 15.95 %; : 66.2 %; Ener. z T: 20.55 %; Ener. z Bł.: 2.18 %; K: 2825.6 mg;

poniedziałek 2025-06-16		
<b>Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna</b>		
Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ), Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ), Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 80 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ), Pomidor 50 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Solferino * () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ), Pierogi z serem 250 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ), Mus z jabłek prażonych 100 g, Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <u>MLE.</u> ), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ), Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ), Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,
II Śniadanie: Banan 1szt. 1 szt,		Posiłek nocny: Biszkopty 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2364.7 kcal; Białko ogółem: 94.44 g; Tłuszcz: 52.62 g; Kw. tł. nasy.: 22.94 g; Węglowodany ogółem: 392.21 g; W tym cukry: 126.01 g; Błonnik pok.: 20.53 g; Sól: 4.8 g; WW: 37.07 Por; : 15.98 %; : 66.34 %; Ener. z T: 20.03 %; Ener. z Bł.: 1.74 %; K: 2973.04 mg;

poniedziałek 2025-06-16		
<b>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> ), Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ), Ser żółty 30 g ( <u>MLE.</u> ), Ogórek świeży 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Solferino * () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ), Pulpet drobiowy 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ), Ryż na sypko (brązowy) 180 g, Fasolka szparagowa z wody* 50 g, Jabłko 1 szt 1 szt, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Pomidor 90 g, Makaron pełnoziarnisty na mleku 200 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ), Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ), Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ), Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,
II Śniadanie: Mandarynka 2 szt, Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z pot. kawałków miesa 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> ), Pomidor 15 g, Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ),	Podwieczorek: Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ), Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z pot. kawałków miesa 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> ), Sałata zielona 5	Posiłek nocny: Chleb razowy pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ), Ser żółty 25 g ( <u>MLE.</u> ), Ogórek świeży 15 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2917.7 kcal; Białko ogółem: 128.09 g; Tłuszcz: 97.8 g; Kw. tł. nasy.: 46.19 g; Węglowodany ogółem: 394.46 g; W tym cukry: 68.59 g; Błonnik pok.: 34.13 g; Sól: 10.85 g; WW: 35.97 Por; : 17.56 %; : 54.08 %; Ener. z T: 30.17 %; Ener. z Bł.: 2.34 %; K: 3916.67 mg;

poniedziałek 2025-06-16		
<b>Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa</b>		

## Jadłospisy dla oddziałów

<p>Płatki owsiane na mleku 250 ml (<b><u>MLE, GLU OW.</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>), Szyńka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 80 g (<b><u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u></b>), Ogórek świeży 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,</p>	<p>Solferino * () 300 ml (<b><u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u></b>), Ryż na sypko (brązowy) 180 g, Mus z jabłek prażonych 100 g, Sos jogurtowy naturalny 100 g (<b><u>MLE.</u></b>), Fasolka szparagowa z wody* 50 g, Jabłko 1 szt 1 szt, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,</p>	<p>Pomidor 90 g, 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>), Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,</p>
<p><b>II Śniadanie:</b> Banan 1szt. 1 szt,</p>		<p><b>Posiłek nocny:</b> Wafle ryżowe 30 g,</p>

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2081.43 kcal; Białko ogółem: 70.39 g; Tłuszcz: 46.68 g; Kw. tł. nasy.: 20.57 g; Węglowodany ogółem: 358.45 g; W tym cukry: 110.18 g; Błonnik pok.: 30.18 g; Sól: 6.09 g; WW: 32.77 Por; : 13.53 %; : 68.89 %; Ener. z T: 20.18 %; Ener. z Bt.: 2.9 %; K: 3705.23 mg;



## Jadłospisy dla oddziałów

<p>Makaron na mleku 250 ml (<b><u>GLU PSZ, MLE,</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>), Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<b><u>MLE,</u></b>), Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,</p>	<p>Wielowarzywna z ziemniakami * () 300 ml (<b><u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u></b>), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<b><u>GLU JĘCZ,</u></b>), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<b><u>GLU PSZ, JAJ,</u></b>), Cukinia pieczona z olejem * 100 g, Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 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>), Szyńka gotowana extra-wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 80 g (<b><u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u></b>), Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant b/c 150 ml (<b><u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u></b>),</p>
<p><b>II Śniadanie:</b> Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<b><u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u></b>), Twaróg półtłusty 25 g (<b><u>MLE,</u></b>), Pomidor 15 g, Masło extra 82% 5 g (<b><u>MLE,</u></b>),</p>		<p><b>Posiłek nocny:</b> Arbuz 150 g,</p>

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2283.12 kcal; Białko ogółem: 105.06 g; Tłuszcz: 63.87 g; Kw. tł. nasy.: 27.29 g; Węglowodany ogółem: 333.51 g; W tym cukry: 64.18 g; Błonnik pok.: 26.07 g; Sól: 8.57 g; WW: 30.81 Por.; : 18.41 %; : 58.43 %; Ener. z T: 25.18 %; Ener. z Bł.: 2.28 %; K: 3962.91 mg;