

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY | | |
|--|---|--|
| Śniadanie - II Śniadanie | Obiad - Podwieczorek | Kolacja - Posiłek nocny |
| wtorek 2025-07-01 | | |
| Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa | | |
| Plątki jęczmienne na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</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>), Szyunka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 80 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>), 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, Kotlet drobiowy panierowany 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Surówka wielowarzywna 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>), 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 JECZ.</u>), |
| II Śniadanie: Podpłomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>), | | Posiłek nocny: Chrupki kukurydziane 20 g, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2172.89 kcal; Białko ogółem: 89.98 g; Tłuszcz: 62.67 g; Kw. tł. nasy.: 20.53 g; Węglowodany ogółem: 320.13 g; W tym cukry: 56.22 g; Błonnik pok.: 22.5 g; Sól: 8.14 g; WW: 29.8 Por; : 327.24 %; : 970.78 %; Ener. z T: 447.78 %; Ener. z Bt.: 61 %; K: 3264.26 mg;

| wtorek 2025-07-01 | | |
|---|---|--|
| Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna | | |
| Plątki jęczmienne na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</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>), Szyunka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 80 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>), 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 duszona 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 JECZ.</u>), |
| II Śniadanie: Podpłomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>), | | Posiłek nocny: Chrupki kukurydziane 20 g, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2106.53 kcal; Białko ogółem: 93.56 g; Tłuszcz: 58.38 g; Kw. tł. nasy.: 22.16 g; Węglowodany ogółem: 309.96 g; W tym cukry: 55.1 g; Błonnik pok.: 20.11 g; Sól: 7.39 g; WW: 29.09 Por; : 363.5 %; : 1038.96 %; Ener. z T: 446.94 %; Ener. z Bt.: 61.48 %; K: 3367.4 mg;

| wtorek 2025-07-01 | | |
|--|--|---|
| Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa | | |
| Plątki jęczmienne na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</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>), Szyunka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>), 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 duszona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Surówka wielowarzywna z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>), Marchew oprószana 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>), Szyunka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</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 JECZ.</u>), |
| II Śniadanie: Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Szyunka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>), Ogórek świeży 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>), Szyunka krucha z pieca wieprzowa, parzona 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</u>), Ogórek świeży 15 g, Jabłko 1 szt 1 szt, | 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, Szyunka krucha z pieca wieprzowa, parzona 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</u>), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2650.97 kcal; Białko ogółem: 129.48 g; Tłuszcz: 86.56 g; Kw. tł. nasy.: 36.35 g; Węglowodany ogółem: 362.61 g; W tym cukry: 55.39 g; Błonnik pok.: 32.13 g; Sól: 12.11 g; WW: 33.18 Por; : 597.12 %; : 1162 %; Ener. z T: 758.1 %; Ener. z Bt.: 114.15 %; K: 4452.32 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| wtorek 2025-07-01 | Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa | |
|--|--|--|
| Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Szynka 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>), 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 duszona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Surówka wielowarzywna z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>), Marchew oprószana 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 JĘCZ.</u>), |
| II Śniadanie: 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 poł. kawałków miesa 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>), Pomidor 15 g , | | Posiłek nocny: Chrupki kukurydziane 20 g , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2195.66 kcal; Białko ogółem: 102.59 g; Tłuszcz: 66.83 g; Kw. tł. nasy.: 25.76 g; Węglowodany ogółem: 308.53 g; W tym cukry: 39.27 g; Błonnik pok.: 27.79 g; Sól: 10.08 g; WW: 28.21 Por; : 454.79 %; : 1060.81 %; Ener. z T: 558.03 %; Ener. z Bł.: 105.86 %; K: 4217.05 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY | | |
|---|---|--|
| Śniadanie - II Śniadanie | Obiad - Podwieczorek | Kolacja - Posiłek nocny |
| środa 2025-07-02 Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa | | |
| Płatki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Ser 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>), |
| II Śniadanie: Sok pomarańczowy 200 ml, | | Posiłek nocny: 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;

| | | |
|---|---|--|
| środa 2025-07-02 Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna | | |
| 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>), Szyńka 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>), |
| II Śniadanie: Sok pomarańczowy 200 ml, | | Posiłek nocny: 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;

| | | |
|---|--|---|
| środa 2025-07-02 Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa | | |
| Płatki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Serek homo. naturalny 40 g (<u>MLE,</u>), Szyńka 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>), Szyńka 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>), |
| II Śniadanie: 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, | Podwieczorek: Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>), Szyńka wiśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 25 g (<u>SOJ,</u>), Pomidor 15 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>), 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;

| | | |
|--|--|--|
| środa 2025-07-02 Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa | | |
|--|--|--|

Jadłospisy dla oddziałów

| | | |
|--|--|---|
| <p>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. naturalny 80 g (<u>MLE.</u>), Sałata zielona 10 g , Pomidor 90 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,</p> | <p>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>GLUPSZ, 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 ,</p> | <p>Chleb razowy pszenno-żytni 100 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>), 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>),</p> |
| <p>II Śniadanie: Sok pomidorowy 200 ml ,</p> | | <p>Posiłek nocny: Wafle ryżowe 30 g ,</p> |

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 |
| czwartek 2025-07-03 Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa | | |
| Kasza manna na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE,), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Twarożek z natką pietruszki 80 g (MLE,), Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml | Szpinakowa z ziemniakami * () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Makaron 180 g (GLU PSZ,), Sos boloński z mięsa wieprz łop* 150 g (GLU PSZ, MLE, SEL,), Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g (SEL,), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml, | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Pasztet z fasoli () 70 g (GLU PSZ, JAJ,), Ogórek świeży 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, |
| II Śniadanie: Koktajl wieloowocowy* 200 ml (MLE,), | | Posiłek nocny: 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.; : 258.13 %; : 993.94 %; Ener. z T: 336.87 %; Ener. z Bł.: 75.69 %; K: 4153.16 mg;

| czwartek 2025-07-03 Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna | | |
|---|--|---|
| Kasza manna na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE,), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Twarożek z natką pietruszki 80 g (MLE,), Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, | Szpinakowa z ziemniakami * () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Makaron 180 g (GLU PSZ,), Sos boloński * -dieta 150 g (GLU PSZ, SEL,), Dynia duszona z olejem* 100 g (GLU PSZ,), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml, | Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Filet zapiekany drobiowy 80 g (MLE,), Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, |
| II Śniadanie: Koktajl wieloowocowy* 200 ml (MLE,), | | Posiłek nocny: 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.; : 377.51 %; : 936.83 %; Ener. z T: 308.03 %; Ener. z Bł.: 62.09 %; K: 3662.85 mg;

| czwartek 2025-07-03 Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa | | |
|--|--|---|
| Ryż na mleku 250 ml (MLE,), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Szyunka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,), Twarożek 40 g (MLE,), Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, | Szpinakowa z ziemniakami * () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Makaron pełnoziarnisty 180 g (GLU PSZ,), Sos boloński * -dieta 150 g (GLU PSZ, SEL,), Dynia duszona z olejem* 100 g (GLU PSZ,), Surówka z selera i jabłka z olejem () b/c 100 g (SEL,), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml, | Kasza jęczmienna na mleku 250 ml (MLE, GLU JECZ,), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Pasztet z fasoli () 40 g (GLU PSZ, JAJ,), Filet zapiekany drobiowy 40 g (MLE,), Ogórek świeży 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, |
| II Śniadanie: Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (MLE,), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Pomidor 15 g, Masło extra 82% 5 g (MLE,), Kiełbasa Krotoszyńska-wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona 25 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,), | Podwieczorek: Jabłko 1 szt 1 szt, Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Sałata zielona 5 g, Masło extra 82% 5 g (MLE,), Jajko gotowane kl M 0.50 szt (JAJ,), | Posiłek nocny: Masło extra 82% 5 g (MLE,), Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Filet zapiekany drobiowy 20 g (MLE,), 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.; : 542.55 %; : 1083.01 %; Ener. z T: 597.01 %; Ener. z Bł.: 125.48 %; K: 4173.8 mg;

| czwartek 2025-07-03 Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa | | |
|--|--|---|
| Kasza manna na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE,), Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Twarożek z natką pietruszki 80 g (MLE,), Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, | Szpinakowa z ziemniakami * () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Makaron pełnoziarnisty 180 g (GLU PSZ,), Sos boloński * -dieta 150 g (GLU PSZ, SEL,), Dynia duszona z olejem* 100 g (GLU PSZ,), Surówka z selera i jabłka z olejem () b/c 100 g (SEL,), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml, | Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Filet zapiekany drobiowy 80 g (MLE,), Ogórek świeży 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, |

Jadłospisy dla oddziałów

| | | |
|---|--|---|
| II Śniadanie: 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>), | | Posiłek nocny: 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; : 457.6 %; : 931.57 %; Ener. z T: 405.08 %; Ener. z Bł.: 107.01 %; K: 4186.69 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| | | |
|---|--|---|
| II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 szt , | | Posiłek nocny: 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; : 332.54 %; : 920.34 %; Ener. z T: 398.96 %; Ener. z Bł.: 92.2 %; K: 4443.9 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY | | |
|--|--|---|
| Śniadanie - II Śniadanie | Obiad - Podwieczorek | Kolacja - Posiłek nocny |
| sobota 2025-07-05 | | |
| Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa | | |
| Płatki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), 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>), |
| II Śniadanie: Koktajl truskawkowy* 200 ml (<u>MLE,</u>), | | Posiłek nocny: 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;

| | | |
|--|---|--|
| sobota 2025-07-05 | | |
| Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna | | |
| 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 oprószone () 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>), |
| II Śniadanie: Koktajl truskawkowy* 200 ml (<u>MLE,</u>), | | Posiłek nocny: 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;

| | | |
|--|---|--|
| sobota 2025-07-05 | | |
| Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa | | |
| Płatki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), 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>), Surówka z marchwi i selera z olejem b/c () 100 g (<u>SEL,</u>), Buraczki oprószone () (b/c) 100 g (<u>GLU PSZ,</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, |
| II Śniadanie: 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>), | Podwieczorek: 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, | Posiłek nocny: Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>), Jajko gotowane kl M 0.50 szt (<u>JAJ,</u>), Pomidor 15 g, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2744.49 kcal; Białko ogółem: 124.89 g; Tłuszcz: 82.39 g; Kw. tł. nasy.: 38.86 g; Węglowodany ogółem: 400.68 g; W tym cukry: 71.57 g; Błonnik pok.: 41.98 g; Sól: 9.98 g; WW: 35.86 Por; : 18.2 %; : 58.4 %; Ener. z T: 27.02 %; Ener. z Bł.: 3.06 %; K: 4435.03 mg;

| | | |
|--|--|--|
| sobota 2025-07-05 | | |
| Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa | | |

Jadłospisy dla oddziałów

| | | |
|--|---|---|
| <p>Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW.), Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło extra 82% 10 g (MLE.), Szyńka krucha z pieca wieprzowa, parzona 80 g (GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.), Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,</p> | <p>Koperkowa z ziemniakami (*) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Ryż na sypko (brązowy) 180 g, Potrawka drobiowa z warzywami* 200 g (GLU PSZ, SEL.), Buraczki oprószone () 100 g (GLU PSZ.), Surówka z marchwi i selera z olejem b/c () 100 g (SEL.), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,</p> | <p>Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło extra 82% 10 g (MLE.), Filet zapiekany drobiowy 80 g (MLE.), Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant b/c 150 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.),</p> |
| <p>II Śniadanie: Koktajl truskawkowy* b/c 200 ml (MLE.),</p> | | <p>Posiłek nocny: 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 |
| niedziela 2025-07-06 | | |
| Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa | | |
| 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 sypko 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>), |
| II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 200 ml, | | Posiłek nocny: 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;

| | | |
|--|--|--|
| niedziela 2025-07-06 | | |
| Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna | | |
| 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 sypko 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>), |
| II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 200 ml, | | Posiłek nocny: 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;

| | | |
|---|--|--|
| niedziela 2025-07-06 | | |
| Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa | | |
| 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 sypko (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>), Szyunka 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>), |
| II Śniadanie: Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Andruty 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Szyunka wieśniowa-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>), | Podwieczorek: 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>), Szyunka krucha z pieca wieprzowa, parzona 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2,</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>), 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;

| | | |
|--|--|--|
| niedziela 2025-07-06 | | |
| Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa | | |

Jadłospisy dla oddziałów

| | | |
|---|--|---|
| <p>Płatki pszenne na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE.), Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło extra 82% 10 g (MLE.), Filet zapiekany drobiowy 80 g (MLE.), Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,</p> | <p>Pomidorowa z zacierką* 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Ryż na sypko (brązowy) 200 g, Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g, Mizeria 100 g (MLE.), Fasolka szparagowa z wody* 50 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,</p> | <p>Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło extra 82% 10 g (MLE.), Serek homo. naturalny 80 g (MLE.), Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant b/c 150 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.),</p> |
| <p>II Śniadanie: Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Szynka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 25 g (SOJ.), Masło extra 82% 5 g (MLE.), Pomidor 15 g,</p> | | <p>Posiłek nocny: 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 |
| poniedziałek 2025-07-07 | | |
| Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa | | |
| Kasza jęczmienna na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</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 krucha z pieca wieprzowa, parzona 80 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</u>), Ogórek świeży 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, | Fasolowa z ziemniakami (*) 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Racuchy z cukrem pudrem 200 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>), Mus z jabłek prażonych 100 g, Sos jogurtowo-truskawkowy* 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 40 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Sałata zielona 10 g, |
| II Śniadanie: Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>), | | Posiłek nocny: Herbatniki Be Be 16g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</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;

| | | |
|--|--|---|
| poniedziałek 2025-07-07 | | |
| Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna | | |
| Kasza jęczmienna na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 80 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</u>), Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, | Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Kopytka ziemniaczane 250 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml, | Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), 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: Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>), | | Posiłek nocny: Herbatniki Be Be 16g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</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;

| | | |
|--|---|--|
| poniedziałek 2025-07-07 | | |
| Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa | | |
| Kasza jęczmienna na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</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 krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</u>), Hummus 40 g (<u>SEZ.</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>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki gotowane () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</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>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>), Pomidor 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>), Sałata zielona 5 g, Twarożek 25 g (<u>MLE.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), | Podwieczorek: Arbuź 150 g, Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Sałata zielona 5 g, Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</u>), | Posiłek nocny: Pomidor 15 g, Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 20 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</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;

| | | |
|--|--|--|
| poniedziałek 2025-07-07 | | |
| Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa | | |

Jadłospisy dla oddziałów

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

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 |
| wtorek 2025-07-08 | | |
| Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa | | |
| 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 JEĆZ,</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 JEĆZ,</u>), |
| II Śniadanie: Biskvoty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JEĆZ,</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;

| | | |
|--|--|---|
| wtorek 2025-07-08 | | |
| Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna | | |
| 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 JEĆZ,</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 JEĆZ,</u>), |
| II Śniadanie: Biskvoty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JEĆZ,</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;

| | | |
|---|---|---|
| wtorek 2025-07-08 | | |
| Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa | | |
| 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 JEĆZ,</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 JEĆZ,</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;

| | | |
|--|--|--|
| wtorek 2025-07-08 | | |
| Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa | | |

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 JEŃCZ,</u>), Szyńka 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 JEŃCZ,</u>),</p> |
| <p>II Śniadanie: Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>), Szyńka 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>Posiłek nocny: 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;