

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY | | |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie - II Śniadanie | Obiad - Podwieczorek | Kolacja - Posiłek nocny |
| sobota 2025-10-25 Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa | | |
| Platkі owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW.), 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.), Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 80 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.), Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, | Koperkowa z ziemniakami (*) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Ryż na sytko 180 g, Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 200 g (SEL.), Surówka z marchwi i jabłka () 100 g (MLE.), 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.), Parówki drobiowe z cielęciną homogenizowane, wędzone, parzone 70 g, Ketchup 20 g (SEL.), Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.), |
| II Śniadanie: Koktajl truskawkowy* 200 ml (MLE.), | | Posiłek nocny: Chrupki kukurydziane 20 g, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2178.56 kcal; Białko ogółem: 83.19 g; Tłuszcz: 58.75 g; Kw. tł. nasy.: 21.36 g; Węglowodany ogółem: 331.89 g; W tym cukry: 82.51 g; Błonnik pok.: 24.98 g; Sól: 8.02 g; WW: 30.82 Por; : 15.28 %; : 60.94 %; Ener. z T: 24.27 %; Ener. z Bł.: 2.29 %; K: 2922.62 mg;

| sobota 2025-10-25 Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna | | |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Platkі owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW.), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.), Masło extra 82% 10 g (MLE.), Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 80 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.), Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, | Koperkowa z ziemniakami (*) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Ryż na sytko 180 g, Potrawka drobiowa z warzywami* 200 g (GLU PSZ, SEL.), Buraczki oprószone () 100 g (GLU PSZ.), 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.), Filet zapiekany drobiowy 80 g (MLE.), Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.), |
| II Śniadanie: Koktajl truskawkowy* 200 ml (MLE.), | | 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 2025-10-25 Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa | | |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Platkі owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW.), 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.), Ser żółty 30 g (MLE.), Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.), Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, | Koperkowa z ziemniakami (*) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Ryż na sytko (brązowy) 180 g, Potrawka drobiowa z warzywami* 200 g (GLU PSZ, SEL.), Surówka z marchwi i jabłka b/c () 100 g (MLE.), Buraczki oprószone () (b/c) 100 g (GLU PSZ.), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml, | Kasza jaglana 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.), Filet zapiekany drobiowy 40 g (MLE.), Twaróg półtłusty 40 g (MLE.), 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Sałata zielona 5 g, Pomidor 15 g, Jajko gotowane kl M 0.50 szt (JAJ.), Masło extra 82% 5 g (MLE.), | Podwieczorek: Śliwka 150 g, Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 25 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.), Masło extra 82% 5 g (MLE.), Papryka świeża 15 g, Sałata zielona 5 g, | Posiłek nocny: Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło extra 82% 5 g (MLE.), Jajko gotowane kl M 0.50 szt (JAJ.), Pomidor 15 g, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2724.35 kcal; Białko ogółem: 125.13 g; Tłuszcz: 80.63 g; Kw. tł. nasy.: 39.32 g; Węglowodany ogółem: 398.67 g; W tym cukry: 71.15 g; Błonnik pok.: 40.51 g; Sól: 9.9 g; WW: 35.83 Por; : 18.37 %; : 58.53 %; Ener. z T: 26.64 %; Ener. z Bł.: 2.97 %; K: 4581.13 mg;

| sobota 2025-10-25 Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoreszkowa | | |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Platkі owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW.), Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło extra 82% 10 g (MLE.), Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 80 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.), 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.), | Koperkowa z ziemniakami (*) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Ryż na sytko (brązowy) 180 g, Potrawka drobiowa z warzywami* 200 g (GLU PSZ, SEL.), Buraczki oprószone () 100 g (GLU PSZ.), Surówka z marchwi i jabłka () 100 g (MLE.), 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.), 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.), |
| II Śniadanie: Koktajl truskawkowy* b/c 200 ml (MLE.), | | Posiłek nocny: Chrupki kukurydziane 20 g, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2051.26 kcal; Białko ogółem: 107.57 g; Tłuszcz: 52.94 g; Kw. tł. nasy.: 22.98 g; Węglowodany ogółem: 307.89 g; W tym cukry: 55.54 g; Błonnik pok.: 33.21 g; Sól: 7.95 g; WW: 27.47 Por; : 20.98 %; : 60.04 %; Ener. z T: 23.23 %; Ener. z Bł.: 3.24 %; K: 3983.6 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY | | |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie - II Śniadanie | Obiad - Podwieczorek | Kolacja - Posiłek nocny |
| niedziela 2025-10-26 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, Rzodkiewka 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>), 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,</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>), Gruszka 1szt. 150 g, Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ,</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: 2806.16 kcal; Białko ogółem: 107.41 g; Tłuszcz: 86.21 g; Kw. tł. nasy.: 23.59 g; Węglowodany ogółem: 408.36 g; W tym cukry: 99.49 g; Błonnik pok.: 24.61 g; Sól: 8.34 g; WW: 38.37 Por; : 15.31 %; : 58.21 %; Ener. z T: 27.65 %; Ener. z Bł.: 1.75 %; K: 2227.13 mg;

| | | |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| niedziela 2025-10-26 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 JEĆZ,</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 2025-10-26 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>), Rzodkiewka 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, Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 100 g, 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>), Szyńska 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 JEĆZ,</u>), |
| II Śniadanie: Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Andruły 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Szyńska wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 25 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>), Pomidor 15 g, Sałata zielona 5 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>), Szyńska krucha z pieca wieprzowa, parzona 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2,</u>), Pomidor 15 g, 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>), Pomidor 15 g, Ser żółty 20 g (<u>MLE,</u>), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2609.66 kcal; Białko ogółem: 129.24 g; Tłuszcz: 84.75 g; Kw. tł. nasy.: 37.9 g; Węglowodany ogółem: 352.15 g; W tym cukry: 45.99 g; Błonnik pok.: 33.02 g; Sól: 11.43 g; WW: 32.02 Por; : 19.81 %; : 53.98 %; Ener. z T: 29.23 %; Ener. z Bł.: 2.53 %; K: 3359.14 mg;

| | | |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| niedziela 2025-10-26 Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa | | |
| Płatki pszenne na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Filet zapiekany drobiowy 80 g (<u>MLE,</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, Marchew oprószana z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Fasolka szparagowa z wody* 50 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml, | Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE,</u>), Pomidor 40 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 JEĆZ,</u>), |
| II Śniadanie: Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Szyńska wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 25 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>), Pomidor 15 g, | | Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt, |

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2065.87 kcal; Białko ogółem: 107.61 g; Tłuszcz: 54.17 g; Kw. tł. nasy.: 22.37 g; Węglowodany ogółem: 296.28 g; W tym cukry: 49.1 g; Błonnik pok.: 28.91 g; Sól: 8.24 g; WW: 26.85 Por; : 20.84 %; : 57.37 %; Ener. z T: 23.6 %; Ener. z Bł.: 2.8 %; K: 2831.37 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY | | |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie - II Śniadanie | Obiad - Podwieczorek | Kolacja - Posiłek nocny |
| poniedziałek 2025-10-27 Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa | | |
| Kasza jęczmienna na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU JEJCZ.</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>), Pasztet rybny z warzywami (Dorsz) ** 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL, może zawierać: GLU PSZ, SKO, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02, MCK.</u>), Ogórek kiszony 40 g, Salata 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 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 40 g, Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Salata zielona 10 g, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u>), |
| 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: 2343.78 kcal; Białko ogółem: 82.1 g; Tłuszcz: 60.45 g; Kw. tł. nasy.: 24.37 g; Węglowodany ogółem: 379.05 g; W tym cukry: 122.78 g; Błonnik pok.: 21.25 g; Sól: 5.67 g; WW: 35.87 Por; : 14.01 %; : 64.69 %; Ener. z T: 23.21 %; Ener. z Bł.: 1.81 %; K: 2746.64 mg;

| poniedziałek 2025-10-27 Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna | | |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Kasza jęczmienna na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU JEJCZ.</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Pasztet rybny z warzywami (Dorsz) ** 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL, może zawierać: GLU PSZ, SKO, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02, MCK.</u>), Pomidor 40 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, | Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Makaron 180 g (<u>GLU PSZ.</u>), Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE.</u>), Sos jogurtowo-porzeczkowy* 100 g (<u>MLE.</u>), Mus z jabłek prażonych 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, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u>), |
| 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: 2296.57 kcal; Białko ogółem: 96.43 g; Tłuszcz: 49.95 g; Kw. tł. nasy.: 24.77 g; Węglowodany ogółem: 375.29 g; W tym cukry: 115.97 g; Błonnik pok.: 19.65 g; Sól: 3.97 g; WW: 35.66 Por; : 16.8 %; : 65.37 %; Ener. z T: 19.57 %; Ener. z Bł.: 1.71 %; K: 2881.11 mg;

| poniedziałek 2025-10-27 Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa | | |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Kasza jęczmienna na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU JEJCZ.</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>), Pasztet rybny z warzywami (Dorsz) ** 40 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL, może zawierać: GLU PSZ, SKO, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02, MCK.</u>), Hummus z ciecierzycy 40 g, Ogórek kiszony 90 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 150 ml, | Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Makaron pełnoziarnisty 180 g (<u>GLU PSZ.</u>), Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE.</u>), Sos jogurtowo-porzeczkowy* 100 g (<u>MLE.</u>), Mus z jabłek prażonych 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>), Szyunka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>), Pomidor 90 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 150 ml, Kawa zbożowa na mleku b/c 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u>), |
| II Śniadanie: Sok pomidorowy 200 ml, Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Salata zielona 5 g, Pomidor 15 g, Twarożek 25 g (<u>MLE.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), | Podwieczorek: Jabłko 1 szt 1 szt, Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Ogórek kiszony 15 g, Salata zielona 5 g, 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, S02.</u>), | Posiłek nocny: Pomidor 15 g, Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Szyunka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 20 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2803.1 kcal; Białko ogółem: 125.11 g; Tłuszcz: 76.63 g; Kw. tł. nasy.: 36.59 g; Węglowodany ogółem: 418.06 g; W tym cukry: 98.8 g; Błonnik pok.: 37.29 g; Sól: 11.71 g; WW: 38.18 Por; : 17.85 %; : 59.66 %; Ener. z T: 24.6 %; Ener. z Bł.: 2.66 %; K: 4123.26 mg;

| poniedziałek 2025-10-27 Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa | | |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Kasza jęczmienna na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU JEJCZ.</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Pasztet rybny z warzywami (Dorsz) ** 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL, może zawierać: GLU PSZ, SKO, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02, MCK.</u>), Ogórek kiszony 90 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, | Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Makaron 180 g (<u>GLU PSZ.</u>), Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE.</u>), Sos jogurtowo-porzeczkowy* 100 g (<u>MLE.</u>), Mus z jabłek prażonych 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, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 150 ml, Kawa zbożowa na mleku b/c 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u>), |
| II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>), | | Posiłek nocny: Wafle ryżowe 30 g, |

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2103.42 kcal; Białko ogółem: 95.87 g; Tłuszcz: 48.05 g; Kw. tł. nasy.: 23.46 g; Węglowodany ogółem: 332.8 g; W tym cukry: 68.13 g; Błonnik pok.: 23.96 g; Sól: 6.76 g; WW: 30.87 Por; : 18.23 %; : 63.29 %; Ener. z T: 20.56 %; Ener. z Bł.: 2.28 %; K: 3031.14 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY | | |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie - II Śniadanie | Obiad - Podwieczorek | Kolacja - Posiłek nocny |
| wtorek 2025-10-28 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% 10g (<u>MLE,</u>), Filet zapiekany drobiowy 80 g (<u>MLE,</u>), Pomidor 40 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, | Ogórkowa z ziemniakami* () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JEJCZ,</u>), Szyzka wieprzowa pieczona 120 g, Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Salata 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>), Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>), Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 50 g (<u>MLE,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, |
| II Śniadanie: Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JEJCZ,</u>), | | Posiłek nocny: Banan 1szt. 1 szt, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2126.46 kcal; Białko ogółem: 111.71 g; Tłuszcz: 44.39 g; Kw. tł. nasy.: 21.93 g; Węglowodany ogółem: 336.53 g; W tym cukry: 95.82 g; Błonnik pok.: 20.71 g; Sól: 6.56 g; WW: 31.74 Por; : 21.01 %; : 63.3%; Ener. z T: 18.79 %; Ener. z Bł.: 1.95 %; K: 3242.49 mg;

| wtorek 2025-10-28 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, Salata 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 JEJCZ,</u>), Szyzka 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 () 50 g (<u>MLE,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, |
| II Śniadanie: Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JEJCZ,</u>), | | Posiłek nocny: Banan 1szt. 1 szt, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2215.36 kcal; Białko ogółem: 116.69 g; Tłuszcz: 44.38 g; Kw. tł. nasy.: 21.62 g; Węglowodany ogółem: 354.67 g; W tym cukry: 107.95 g; Błonnik pok.: 21.63 g; Sól: 5.34 g; WW: 33.4 Por; : 21.07 %; : 64.04 %; Ener. z T: 18.03 %; Ener. z Bł.: 1.95 %; K: 3860.7 mg;

| wtorek 2025-10-28 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% 10g (<u>MLE,</u>), Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE,</u>), Ser żółty 30 g (<u>MLE,</u>), Pomidor 80 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, | Ogórkowa z ziemniakami* () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JEJCZ,</u>), Szyzka wieprzowa gotowana 120 g, Salata zielona z jogurtem 60 g (<u>MLE,</u>), Buraczki gotowane () b/c 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>), Twarożek z koperkiem 40 g (<u>MLE,</u>), Szyzka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>), Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 100 g (<u>MLE,</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, |
| II Śniadanie: Andruty 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Szyzka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>), Pomidor 15 g, Salata zielona 5 g, | Podwieczorek: Maślanka 200 ml (<u>MLE,</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Szyzka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>), Salata zielona 5 g, 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>), Salata zielona 5 g, Szyzka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 20 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2576.37 kcal; Białko ogółem: 138.6 g; Tłuszcz: 72.53 g; Kw. tł. nasy.: 37.99 g; Węglowodany ogółem: 356.24 g; W tym cukry: 49.08 g; Błonnik pok.: 28.17 g; Sól: 12.42 g; WW: 32.96 Por; : 21.52 %; : 55.31 %; Ener. z T: 25.34 %; Ener. z Bł.: 2.19 %; K: 3727.37 mg;

| wtorek 2025-10-28 Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa | | |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 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, Salata 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 JEJCZ,</u>), Szyzka wieprzowa gotowana 120 g, Salata zielona z jogurtem 60 g (<u>MLE,</u>), Buraczki gotowane () 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>), Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>), Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 100 g (<u>MLE,</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, |
| II Śniadanie: Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>), Szyzka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u>), Pomidor 15 g, | | Posiłek nocny: Banan 1szt. 1 szt, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2234.4 kcal; Białko ogółem: 122.79 g; Tłuszcz: 50.41 g; Kw. tł. nasy.: 25.75 g; Węglowodany ogółem: 336.32 g; W tym cukry: 78.23 g; Błonnik pok.: 29.35 g; Sól: 7.92 g; WW: 30.83 Por; : 21.98 %; : 60.21 %; Ener. z T: 20.31 %; Ener. z Bł.: 2.63 %; K: 4383.47 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY | | |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie - II Śniadanie | Obiad - Podwieczorek | Kolacja - Posiłek nocny |
| środa 2025-10-29 Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa | | |
| Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (<u>MLE</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10g (<u>MLE</u>), Szyunka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 80 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</u>), Pomidor 40 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Salata zielona 10 g, | Pieczarkowa z makaronem * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, SO2</u>), Ziemniaki gotowane () 200 g, Eskalopka z kurczaka 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Sos koperkowy * 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>), Pasztet rybno-warzywny (morszczuk) 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>), Papryka świeża 40 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa zbożowa z mlekem z/c 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>), |
| II Śniadanie: Sok pomarańczowy 200 ml, | | Posiłek nocny: Andruty 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2249.16 kcal; Białko ogółem: 99.31 g; Tłuszcz: 65.14 g; Kw. tł. nasy.: 21.21 g; Węglowodany ogółem: 325.03 g; W tym cukry: 72.4 g; Błonnik pok.: 19.86 g; Sól: 6.71 g; WW: 30.59 Por.; : 17.66 %; : 57.8 %; Ener. z T: 26.07 %; Ener. z Bł.: 1.77 %; K: 3763.66 mg;

| | | |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| środa 2025-10-29 Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna | | |
| Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (<u>MLE</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Szyunka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 80 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</u>), Pomidor 40 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Salata zielona 10 g, | Selerowa z makaronem *(<u>)</u> 300 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki gotowane () 200 g, Pulpet drobiowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos koperkowy * 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>), Pasztet rybno-warzywny (morszczuk) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>), Salata zielona 10 g, Pomidor 40 g, Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa zbożowa z mlekem z/c 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>), |
| II Śniadanie: Sok pomarańczowy 200 ml, | | Posiłek nocny: Andruty 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2243.75 kcal; Białko ogółem: 102.92 g; Tłuszcz: 57.91 g; Kw. tł. nasy.: 21.52 g; Węglowodany ogółem: 337.53 g; W tym cukry: 74.78 g; Błonnik pok.: 20.58 g; Sól: 6.66 g; WW: 31.85 Por.; : 18.35 %; : 60.17 %; Ener. z T: 23.23 %; Ener. z Bł.: 1.83 %; K: 4065.62 mg;

| | | |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| środa 2025-10-29 Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa | | |
| Kasza jaglana na mleku 250 ml (<u>MLE</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10g (<u>MLE</u>), Szyunka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</u>), Twarożek 40 g (<u>MLE</u>), Pomidor 90 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, | Selerowa z makaronem pełnoziarnistym *(<u>)</u> 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, Marchew oprószana z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ</u>), 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>), Pasztet rybno-warzywny (morszczuk) b/c 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</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, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SO2</u>), Papryka świeża 90 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, |
| II Śniadanie: Sok pomidorowy 200 ml, Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Salata zielona 5 g, Papryka świeża 15 g, Szyunka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</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>), 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, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SO2</u>), Pomidor 15 g, Salata zielona 5 g, | Posiłek nocny: Ser żółty 20 g (<u>MLE</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Salata zielona 5 g, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2762.22 kcal; Białko ogółem: 125.01 g; Tłuszcz: 84.29 g; Kw. tł. nasy.: 37.19 g; Węglowodany ogółem: 394.39 g; W tym cukry: 69.56 g; Błonnik pok.: 40.44 g; Sól: 12.86 g; WW: 35.64 Por.; : 18.1 %; : 57.11 %; Ener. z T: 27.46 %; Ener. z Bł.: 2.93 %; K: 5264.11 mg;

| | | |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| środa 2025-10-29 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>), Szyunka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 80 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</u>), Pomidor 90 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, | Selerowa z makaronem *(<u>)</u> 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, 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>), Pasztet rybno-warzywny (morszczuk) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>), Papryka świeża 90 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 150 ml, Kawa zbożowa z mlekem b/c 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>), |
| II Śniadanie: Sok pomidorowy 200 ml, | | Posiłek nocny: Andruty 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), |

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2111.12 kcal; Białko ogółem: 103.2 g; Tłuszcz: 60.92 g; Kw. tł. nasy.: 21.99 g; Węglowodany ogółem: 302.27 g; W tym cukry: 46.4 g; Błonnik pok.: 30.5 g; Sól: 8.94 g; WW: 27.36 Por; : 19.55 %; : 57.27 %; Ener. z T: 25.97 %; Ener. z Bł.: 2.89 %; K: 4777.32 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY

| Śniadanie - II Śniadanie | Obiad - Podwieczorek | Kolacja - Posiłek nocny |
|--------------------------|----------------------|-------------------------|
|--------------------------|----------------------|-------------------------|

czwartek 2025-10-30 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>), Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 70 g (<u>MLE,</u>), Jabłko 1 szt 1 szt, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, | Barszcz biały z ziemniakami (*) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 250 g (<u>SEL, GLU JĘCZ,</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>), Salátka szwedzka () 100 g (<u>GOR,</u>), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml, | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Szyunka krucha z pieca wieprzowa, parzona 80 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02,</u>), Salátka jarzynowa* dieta 50 g (<u>MLE, SEL,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

| | | |
|-------------------------------------------------------------|--|-----------------------------------|
| II Śniadanie: Koktajl wieloowocowy* 200 ml (<u>MLE,</u>), | | Posiłek nocny: Banan 1szt. 1 szt, |
|-------------------------------------------------------------|--|-----------------------------------|

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2130.47 kcal; Białko ogółem: 83.91 g; Tłuszcz: 52.87 g; Kw. tł. nasy.: 22.07 g; Węglowodany ogółem: 352.82 g; W tym cukry: 121.56 g; Błonnik pok.: 30.02 g; Sól: 7.33 g; WW: 32.26 Por; : 15.75 %; : 66.24 %; Ener. z T: 22.33 %; Ener. z Bł.: 2.82 %; K: 3852.41 mg;

czwartek 2025-10-30 Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna

| | | |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Płatki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE,</u>), Salata zielona 10 g, Jabłko 1 szt 1 szt, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, | Ziemniaczana * () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 250 g (<u>SEL, GLU JĘCZ,</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>), Cukinia pieczona z olejem * 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml, | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Szyunka krucha z pieca wieprzowa, parzona 80 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02,</u>), Salátka jarzynowa* dieta 100 g (<u>MLE, SEL,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

| | | |
|-------------------------------------------------------------|--|-----------------------------------|
| II Śniadanie: Koktajl wieloowocowy* 200 ml (<u>MLE,</u>), | | Posiłek nocny: Banan 1szt. 1 szt, |
|-------------------------------------------------------------|--|-----------------------------------|

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2231.5 kcal; Białko ogółem: 88.61 g; Tłuszcz: 58.37 g; Kw. tł. nasy.: 21.89 g; Węglowodany ogółem: 361.2 g; W tym cukry: 123.1 g; Błonnik pok.: 29.17 g; Sól: 5.61 g; WW: 33.17 Por; : 15.88 %; : 64.75 %; Ener. z T: 23.54 %; Ener. z Bł.: 2.61 %; K: 4195.33 mg;

czwartek 2025-10-30 Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa

| | | |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Szyunka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>), Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 40 g (<u>MLE,</u>), Jabłko 1 szt 1 szt, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Płatki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>), | Barszcz biały z ziemniakami (*) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 250 g (<u>SEL, GLU JĘCZ,</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>), Cukinia pieczona z olejem * 100 g, Salátka szwedzka b/c () 100 g (<u>GOR,</u>), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml, | Ryż brązowy 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>), Szyunka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02,</u>), Salátka jarzynowa* dieta 100 g (<u>MLE, SEL,</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

| | | |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE,</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Ogórek kiszony 15 g, Salata zielona 5 g, Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>), Szyunka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 25 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>), | Podwieczorek: Andruty 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Salata zielona 5 g, Pomidor 15 g, Szyunka 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>), | Posiłek nocny: Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Salata zielona 5 g, Szyunka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 20 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>), |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2658.99 kcal; Białko ogółem: 115.23 g; Tłuszcz: 83.73 g; Kw. tł. nasy.: 35.06 g; Węglowodany ogółem: 383.41 g; W tym cukry: 60.62 g; Błonnik pok.: 34.24 g; Sól: 13.47 g; WW: 34.83 Por; : 17.33 %; : 57.68 %; Ener. z T: 28.34 %; Ener. z Bł.: 2.58 %; K: 4026.76 mg;

czwartek 2025-10-30 Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa

| | | |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 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>), Jabłko 1 szt 1 szt, 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, Salátka 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>), Szyunka krucha z pieca wieprzowa, parzona 80 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02,</u>), Salátka jarzynowa* dieta 100 g (<u>MLE, SEL,</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

| | | |
|-----------------------------------------------------------------|--|-----------------------------------|
| II Śniadanie: Koktajl wieloowocowy* b/c 200 ml (<u>MLE,</u>), | | Posiłek nocny: Banan 1szt. 1 szt, |
|-----------------------------------------------------------------|--|-----------------------------------|

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2092.32 kcal; Białko ogółem: 88.91 g; Tłuszcz: 58.38 g; Kw. tł. nasy.: 21.98 g; Węglowodany ogółem: 327.89 g; W tym cukry: 92.07 g; Błonnik pok.: 32.88 g; Sól: 8.05 g; WW: 29.42 Por; : 17 %; : 62.68 %; Ener. z T: 25.11 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 4451.52 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY

| Śniadanie - II Śniadanie | Obiad - Podwieczorek | Kolacja - Posiłek nocny |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| piątek 2025-10-31 Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa | | |
| Kasza manna na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>), Masło extra 82% 10g (<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 smażona (Morszczuk) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>), Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml, | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>), Pomidor 40 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, |
| 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: 2370.42 kcal; Białko ogółem: 94.12 g; Tłuszcz: 67.4 g; Kw. tł. nasy.: 21.97 g; Węglowodany ogółem: 354.64 g; W tym cukry: 107.95 g; Błonnik pok.: 20.89 g; Sól: 5.07 g; WW: 33.39 Por; : 15.88 %; : 59.85 %; Ener. z T: 25.59 %; Ener. z Bł.: 1.76 %; K: 3455.91 mg;

| piątek 2025-10-31 Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna | | |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Kasza manna na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>), Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Twaróg półtłusty 40 g (<u>MLE,</u>), Dżem 25 g, Jabłko 1 szt 1 szt, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, | Szpinakowa z zacierką* 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki gotowane () 200 g, Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (<u>RYB,</u>), Warzywa po grecku 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml, | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>), Pomidor 40 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, |
| 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: 2194.88 kcal; Białko ogółem: 96.21 g; Tłuszcz: 54.11 g; Kw. tł. nasy.: 20.84 g; Węglowodany ogółem: 338.39 g; W tym cukry: 107.45 g; Błonnik pok.: 17.93 g; Sól: 4.43 g; WW: 32.09 Por; : 17.53 %; : 61.67 %; Ener. z T: 22.19 %; Ener. z Bł.: 1.63 %; K: 3502.44 mg;

| piątek 2025-10-31 Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa | | |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE,</u>), Ser żółty 30 g (<u>MLE,</u>), Ogórek kiszony 90 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 150 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 b/c 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml, | Kasza jaglana na mleku 200 ml (<u>MLE,</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>), Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE,</u>), Pomidor 90 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, |
| II Śniadanie: Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Pomidor 15 g, Salata zielona 5 g, Filet zapiekany drobiowy 25 g (<u>MLE,</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>), Jabłko 1 szt 1 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>), Salata zielona 5 g, 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>), Filet zapiekany drobiowy 20 g (<u>MLE,</u>), Salata zielona 5 g, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2630.52 kcal; Białko ogółem: 150.32 g; Tłuszcz: 80.33 g; Kw. tł. nasy.: 36.96 g; Węglowodany ogółem: 341.31 g; W tym cukry: 51.89 g; Błonnik pok.: 30.05 g; Sól: 13.04 g; WW: 31.15 Por; : 22.86 %; : 51.9 %; Ener. z T: 27.48 %; Ener. z Bł.: 2.28 %; K: 4525.38 mg;

| piątek 2025-10-31 Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa | | |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Kasza manna na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE,</u>), Jabłko 1 szt 1 szt, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, | Szpinakowa z zacierką* 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki gotowane () 200 g, Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (<u>RYB,</u>), Warzywa po grecku 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml, | Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>), Pomidor 40 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, |
| II Śniadanie: Banan 1szt. 1 szt, | | Posiłek nocny: Wafle ryżowe 30 g, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2206.9 kcal; Białko ogółem: 108.57 g; Tłuszcz: 54.63 g; Kw. tł. nasy.: 21.73 g; Węglowodany ogółem: 332.58 g; W tym cukry: 85.1 g; Błonnik pok.: 28.19 g; Sól: 5.91 g; WW: 30.48 Por; : 19.68 %; : 60.28 %; Ener. z T: 22.28 %; Ener. z Bł.: 2.55 %; K: 4781.33 mg;