

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>czwartek 2025-11-13</b>		
<b>Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa</b>		
Zacierka na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Pasta z twarogu i cebuli 80 g ( <u>MLE,</u> ), Papryka świeża 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami (*) 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u> ), Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g ( <u>SEL,</u> ), Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ,</u> ), Sałata zielona z jogurtem 60 g ( <u>MLE,</u> ), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Kiełbasa Krotoszyńska-wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona 80 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u> ), Sałatka 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: Jabłko 1 szt 1 szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2107.01 kcal; Białko ogółem: 90.31 g; Tłuszcz: 55.09 g; Kw. tł. nasy.: 24.84 g; Węglowodany ogółem: 325.6 g; W tym cukry: 87.91 g; Błonnik pok.: 24.61 g; Sól: 6.62 g; WW: 30.2 Por; : 17.15 %; : 61.81 %; Ener. z T: 23.53 %; Ener. z Bł.: 2.34 %; K: 3206.31 mg;

czwartek 2025-11-13		
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> ), Pasta z twarogu z koperkiem 80 g ( <u>MLE,</u> ), Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Ziemniaczana * ( ) 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 250 g ( <u>SEL,</u> ), Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ,</u> ), Sałata zielona z jogurtem 60 g ( <u>MLE,</u> ), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Szyńka 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, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SO2,</u> ), Sałatka 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: Jabłko 1 szt 1 szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2033.48 kcal; Białko ogółem: 85.89 g; Tłuszcz: 49.72 g; Kw. tł. nasy.: 22.43 g; Węglowodany ogółem: 319.29 g; W tym cukry: 86.57 g; Błonnik pok.: 21.19 g; Sól: 6.05 g; WW: 29.87 Por; : 16.9 %; : 62.81 %; Ener. z T: 22.01 %; Ener. z Bł.: 2.08 %; K: 3114.21 mg;

czwartek 2025-11-13		
Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa		
Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, 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> ), Pasta z twarogu i cebuli 40 g ( <u>MLE,</u> ), Szyńka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g ( <u>SOJ,</u> ), Papryka świeża 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Barszcz biały z ziemniakami (*) 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u> ), Risotto (ryż brązowy) z mięsem wieprz i warzywami* 300 g ( <u>SEL,</u> ), Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ,</u> ), Cukinia pieczona z olejem * 100 g, Sałata zielona z jogurtem 60 g ( <u>MLE,</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> ), Kiełbasa Krotoszyńska-wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona 40 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u> ), Sałatka jarzynowa* dieta 100 g ( <u>MLE, SEL,</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> ), Szyńka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g ( <u>SOJ,</u> ), Pomidor 15 g, Sałata zielona 5 g, Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE,</u> ),	Podwieczorek: Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ), Szyńka 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> ), Sałata zielona 5 g, Pomidor 15 g, Mus z truskawek* b/c	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: 2643.91 kcal; Białko ogółem: 119.12 g; Tłuszcz: 87.24 g; Kw. tł. nasy.: 38.96 g; Węglowodany ogółem: 360.42 g; W tym cukry: 55.26 g; Błonnik pok.: 36.52 g; Sól: 11.41 g; WW: 32.46 Por; : 18.02 %; : 54.53 %; Ener. z T: 29.7 %; Ener. z Bł.: 2.76 %; K: 4267.86 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-11-13			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> ), Pasta z twarogu z koperkiem 80 g ( <u>MLE,</u> ), Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Ziemniaczana * () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g ( <u>SEL,</u> ), Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ,</u> ), Cukinia pieczona z olejem * 100 g, Sałata zielona z jogurtem 60 g ( <u>MLE,</u> ), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Szyńka 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, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SO2,</u> ), Sałatka jarzynowa* dieta 100 g ( <u>MLE, SEL,</u> ), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,			
<b>II Śniadanie:</b> Koktajl wieloowocowy* b/c 200 ml ( <u>MLE,</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Jabłko 1 szt 1 szt,			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2046.96 kcal; Białko ogółem: 91.76 g; Tłuszcz: 57.4 g; Kw. tł. nasy.: 23.49 g; Węglowodany ogółem: 302.67 g; W tym cukry: 60.06 g; Błonnik pok.: 27.55 g; Sól: 7.45 g; WW: 27.53 Por; : 17.93 %; : 59.15 %; Ener. z T: 25.24 %; Ener. z Bł.: 2.69 %; K: 3952.72 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>piątek 2025-11-14      Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa</b>		
Płatki pszenne na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ), Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Twaróg półtłusty 40 g ( <u>MLE,</u> ), Dżem 25 g , Gruszka 1szt. 150 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Dyniowa z makaronem* 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Kopytka ziemniaczane * 200 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ), Sos pieczarkowy 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ), Surówka z marchwi i jabłka () 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> ), 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 70 g ( <u>JAJ, MLE,</u> ), Pomidor 40 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana z/c 150 ml , Kawa z mlekiem instant 150 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u> ),
<b>II Śniadanie:</b> Bułka maślana 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Chrupki kukurydziane 20 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2254.46 kcal; Białko ogółem: 68.59 g; Tłuszcz: 56.75 g; Kw. tł. nasy.: 22.98 g; Węglowodany ogółem: 374.26 g; W tym cukry: 85.15 g; Błonnik pok.: 21.67 g; Sól: 4.53 g; WW: 35.21 Por; : 12.17 %; : 66.4 %; Ener. z T: 22.66 %; Ener. z Bł.: 1.92 %; K: 1972.75 mg;

<b>piątek 2025-11-14      Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna</b>		
Płatki pszenne na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ), Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Twaróg półtłusty 40 g ( <u>MLE,</u> ), Dżem 25 g , Jabłko 1 szt 1 szt , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Dyniowa z makaronem* 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Kopytka ziemniaczane * 200 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ), Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <u>MLE,</u> ), Szpinak gotowany z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml ,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 70 g ( <u>JAJ, MLE,</u> ), Pomidor 40 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna granulowana z/c 150 ml , Kawa z mlekiem instant 150 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u> ),
<b>II Śniadanie:</b> Bułka maślana 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Chrupki kukurydziane 20 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2212.96 kcal; Białko ogółem: 72.28 g; Tłuszcz: 54.2 g; Kw. tł. nasy.: 23.27 g; Węglowodany ogółem: 363.88 g; W tym cukry: 82.09 g; Błonnik pok.: 18 g; Sól: 4.12 g; WW: 34.58 Por; : 13.07 %; : 65.77 %; Ener. z T: 22.04 %; Ener. z Bł.: 1.63 %; K: 1975.27 mg;

<b>piątek 2025-11-14      Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa</b>		
Płatki pszenne na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Filet zapiekany drobiowy 40 g ( <u>MLE,</u> ), Twaróg półtłusty 40 g ( <u>MLE,</u> ), Sałata zielona 10 g , Gruszka 1szt. 150 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	Dyniowa z makaronem* 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Kasza gryczana 200 g , Sos pieczarkowy 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ), Szpinak gotowany z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Surówka z marchwi i jabłka b/c () 100 g ( <u>MLE,</u> ), 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 70 g ( <u>JAJ, MLE,</u> ), Szyunka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 40 g ( <u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u> ), Pomidor 90 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana b/c 150 ml , Kawa z mlekiem instant b/c 150 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u> ),
<b>II Śniadanie:</b> Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ), Szyunka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g ( <u>SOJ,</u> ), Sałata zielona 5 g , Pomidor 15 g , Kefir 2% tł 200 ml ( <u>MLE,</u> ),	<b>Podwieczorek:</b> Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ), Szyunka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25 g ( <u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u> ), Sałata zielona 5 g , Jabłko 1 szt 1 szt ,	<b>Posiłek nocny:</b> Chleb razowy pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ), Filet zapiekany drobiowy 25 g ( <u>MLE,</u> ), Pomidor 15 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2787.69 kcal; Białko ogółem: 125.74 g; Tłuszcz: 82.59 g; Kw. tł. nasy.: 36.48 g; Węglowodany ogółem: 402.86 g; W tym cukry: 84.57 g; Błonnik pok.: 37.71 g; Sól: 11.14 g; WW: 36.55 Por; : 18.04 %; : 57.81 %; Ener. z T: 26.67 %; Ener. z Bł.: 2.71 %; K: 3634.78 mg;

<b>piątek 2025-11-14      Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa</b>		
---	--	--

## Jadłospisy dla oddziałów

<p>Płatki pszenne na mleku 250 ml (<b>GLU PSZ, MLE.</b>), Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>), Masło extra 82% 10 g (<b>MLE.</b>), Twaróg półtłusty 80 g (<b>MLE.</b>), Jabłko 1 szt 1 szt, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,</p>	<p>Dyniowa z makaronem* 300 ml (<b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b>), Kopytka ziemniaczane * 200 g (<b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b>), Sos jogurtowy naturalny 100 g (<b>MLE.</b>), Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<b>GLU PSZ.</b>), Surówka z marchwi i jabłka () 100 g (<b>MLE.</b>), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml ,</p>	<p>Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>), Masło extra 82% 10 g (<b>MLE.</b>), Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 70 g (<b>JAJ, MLE.</b>), Pomidor 40 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana b/c 150 ml , Kawa z mlekiem instant b/c 150 ml (<b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b>),</p>
<p><b>II Śniadanie:</b> Kefir 2% tł 200 ml (<b>MLE.</b>),</p>		<p><b>Posiłek nocny:</b> Chrupki kukurydziane 20 g ,</p>

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2091.08 kcal; Białko ogółem: 82.33 g; Tłuszcz: 58.05 g; Kw. tł. nasy.: 27.5 g; Węglowodany ogółem: 318.21 g; W tym cukry: 63.14 g; Błonnik pok.: 24.12 g; Sól: 5.59 g; WW: 29.47 Por; : 15.75 %; : 60.87 %; Ener. z T: 24.99 %; Ener. z Bł.: 2.31 %; K: 2660.12 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

### Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY

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

#### sobota 2025-11-15 Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa

Ryż na mleku 250 ml ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), 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, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SO<sub>2</sub></u> ), Ogórek kiszony 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Grochowa z ziemniakami (*) 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL<sub>1</sub></u> ), Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JE<sub>2</sub>CZ<sub>1</sub></u> ), Gulasz wieprzowy- dieta 200 g ( <u>GLU PSZ<sub>1</sub></u> ), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></u> ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ<sub>1</sub></u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Parówki drobiowe z cielęciną homogenizowane, wędzone, parzone 70 g, Ketchup 20 g ( <u>SEL<sub>1</sub></u> ), Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JE<sub>2</sub>CZ<sub>1</sub></u> ),
--	---	--

II Śniadanie: Sok jabłkowy 200 ml,		Posiłek nocny: Banan 1szt. 1 szt,
------------------------------------	--	-----------------------------------

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2583.54 kcal; Białko ogółem: 105.02 g; Tłuszcz: 72.37 g; Kw. tł. nasy.: 23.72 g; Węglowodany ogółem: 372.92 g; W tym cukry: 116.84 g; Błonnik pok.: 27.82 g; Sól: 9.34 g; WW: 34.65 Por; : 16.26 %; : 57.74 %; Ener. z T: 25.21 %; Ener. z Bł.: 2.15 %; K: 4071.18 mg;

#### sobota 2025-11-15 Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna

Ryż na mleku 250 ml ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ<sub>1</sub></u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), 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, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SO<sub>2</sub></u> ), Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Selerowa z ziemniakami * () 300 ml ( <u>MLE, SEL<sub>1</sub></u> ), Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JE<sub>2</sub>CZ<sub>1</sub></u> ), Gulasz wieprzowy- dieta 200 g ( <u>GLU PSZ<sub>1</sub></u> ), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ<sub>1</sub></u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Filet zapiekany drobiowy 80 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Sałata zielona 10 g, Pomidor 40 g, Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JE<sub>2</sub>CZ<sub>1</sub></u> ),
---	--	---

II Śniadanie: Sok jabłkowy 200 ml,		Posiłek nocny: Banan 1szt. 1 szt,
------------------------------------	--	-----------------------------------

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2399.34 kcal; Białko ogółem: 111.58 g; Tłuszcz: 62.19 g; Kw. tł. nasy.: 23.99 g; Węglowodany ogółem: 359.2 g; W tym cukry: 116.4 g; Błonnik pok.: 23.17 g; Sól: 6.98 g; WW: 33.77 Por; : 18.6 %; : 59.88 %; Ener. z T: 23.33 %; Ener. z Bł.: 1.93 %; K: 4036.17 mg;

#### sobota 2025-11-15 Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa

Ryż brązowy na mleku 250 ml ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Ser żółty 30 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 40 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SO<sub>2</sub></u> ), Ogórek kiszony 100 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Grochowa z ziemniakami (*) 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL<sub>1</sub></u> ), Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JE<sub>2</sub>CZ<sub>1</sub></u> ), Gulasz wieprzowy- dieta 200 g ( <u>GLU PSZ<sub>1</sub></u> ), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g, Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <u>MLE, GLU OW<sub>1</sub></u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Twaróg półtłusty 40 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Filet zapiekany drobiowy 40 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,
---	--	---

II Śniadanie: Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE<sub>1</sub></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, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SO<sub>2</sub></u> ), Sałata zielona 5 g, Pomidor 15 g, Andruty 1 szt ( <u>GLU PSZ<sub>1</sub></u> ),	Podwieczorek: Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g ( <u>SOJ<sub>1</sub></u> ), Ogórek kiszony 15 g, Sałata zielona 5 g, Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ),	Posiłek nocny: Chleb razowy pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Twaróg półtłusty 20 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Sałata zielona 5 g,
---	--	---

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 3022.2 kcal; Białko ogółem: 147.87 g; Tłuszcz: 102.44 g; Kw. tł. nasy.: 43.19 g; Węglowodany ogółem: 392.27 g; W tym cukry: 47.33 g; Błonnik pok.: 32.87 g; Sól: 14.52 g; WW: 35.95 Por; : 19.57 %; : 51.92 %; Ener. z T: 30.51 %; Ener. z Bł.: 2.18 %; K: 3965.33 mg;

#### sobota 2025-11-15 Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa

## Jadłospisy dla oddziałów

<p>Ryż na mleku 250 ml (<u>MLE.</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLUPSZ, 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>GLUPSZ, SOJ, MLE. może zawierać: JAJ, SEL, GOR, S02.</u>), Pomidor 100 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,</p>	<p>Selerowa z ziemniakami * ( ) 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ.</u>), Gulasz wieprzowy-dieta 200 g (<u>GLUPSZ.</u>), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 100 g , Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml ,</p>	<p>Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLUPSZ, 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 150 ml , Kawa z mlekiem instant b/c 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>),</p>
<p><b>II Śniadanie:</b> Sok pomidorowy 200 ml ,</p>		<p><b>Posiłek nocny:</b> Banan 1szt. 1 szt ,</p>

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2282.35 kcal; Białko ogółem: 112.83 g; Tłuszcz: 66.4 g; Kw. tł. nasy.: 24.5 g; Węglowodany ogółem: 322.69 g; W tym cukry: 80.41 g; Błonnik pok.: 30.51 g; Sól: 10.71 g; WW: 29.42 Por; : 19.78 %; : 56.56 %; Ener. z T: 26.18 %; Ener. z Bł.: 2.67 %; K: 4813.87 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>niedziela 2025-11-16</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa</b>		
Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <u>MLE, GLU OW,</u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g ( <u>MLE,</u> ), Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Rosół z makaronem * 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ), Ryż na sypko 200 g, Czwartka z kurczaka pieczona 150 g, Surówka z kapusty białej z koperkiem i 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 Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80 g ( <u>SOJ,</u> ), Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,
<b>II Śniadanie:</b> Gofry z dżemem 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Herbatniki Be Be 16g 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2603.99 kcal; Białko ogółem: 131.91 g; Tłuszcz: 97.17 g; Kw. tł. nasy.: 30.54 g; Węglowodany ogółem: 311.21 g; W tym cukry: 68.57 g; Błonnik pok.: 17.1 g; Sól: 7.31 g; WW: 29.62 Por; : 20.26 %; : 47.81 %; Ener. z T: 33.58 %; Ener. z Bł.: 1.31 %; K: 2526.06 mg;

<b>niedziela 2025-11-16</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna</b>		
Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <u>MLE, GLU OW,</u> ), Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g ( <u>MLE,</u> ), Sałata zielona 10 g, Pomidor 40 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Rosół z makaronem * 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ), Ryż na sypko 200 g, Czwartka z kurczaka gotowana 150 g, Brokuł gotowany* 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Szyunka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80 g ( <u>SOJ,</u> ), Sałata zielona 10 g, Pomidor 40 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,
<b>II Śniadanie:</b> Gofry z dżemem 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Herbatniki Be Be 16g 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2548.24 kcal; Białko ogółem: 136.24 g; Tłuszcz: 89.66 g; Kw. tł. nasy.: 29.97 g; Węglowodany ogółem: 308.83 g; W tym cukry: 65.73 g; Błonnik pok.: 14.55 g; Sól: 6.49 g; WW: 29.58 Por; : 21.39 %; : 48.48 %; Ener. z T: 31.67 %; Ener. z Bł.: 1.14 %; K: 2706.01 mg;

<b>niedziela 2025-11-16</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa</b>		
Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <u>MLE, GLU OW,</u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 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> ), Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Rosół z zacierką * 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ), Ryż na sypko (brązowy) 200 g, Czwartka z kurczaka pieczona 150 g, Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem b/c 100 g, Brokuł gotowany* 100 g, 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> ), Szyunka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g ( <u>SOJ,</u> ), Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> ), Sałata zielona 10 g, Pomidor 90 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,
<b>II Śniadanie:</b> Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Masło extra 82% 5g ( <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, Sałata zielona 5 g, Jabłko 1 szt 1 szt,	<b>Podwieczorek:</b> Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Masło extra 82% 5g ( <u>MLE,</u> ), Szyunka krucha z pieca wieprzowa, parzona 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2,</u> ), Ogórek kiszony 15 g, Sałata zielona 5 g, Kefir 2% tł 200 ml ( <u>MLE,</u> ),	<b>Posiłek nocny:</b> Chleb razowy pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Masło extra 82% 5g ( <u>MLE,</u> ), Ser żółty 20 g ( <u>MLE,</u> ), Sałata zielona 5 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 3149.99 kcal; Białko ogółem: 168.47 g; Tłuszcz: 119.96 g; Kw. tł. nasy.: 48.47 g; Węglowodany ogółem: 368.75 g; W tym cukry: 64.56 g; Błonnik pok.: 34.5 g; Sól: 11.7 g; WW: 33.52 Por; : 21.39 %; : 46.83 %; Ener. z T: 34.27 %; Ener. z Bł.: 2.19 %; K: 4223.18 mg;

<b>niedziela 2025-11-16</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa</b>		
--	--	--

## Jadłospisy dla oddziałów

<p>Płatki owsiane na mleku 250 ml (<b><u>MLE, GLU OW.</u></b>), Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<b><u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u></b>), Masło extra 82% 10 g (<b><u>MLE.</u></b>), Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (<b><u>MLE.</u></b>), Pomidor 90 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,</p>	<p>Rosół z makaronem * 300 ml (<b><u>GLU PSZ, SEL.</u></b>), Ryż na sypko (brązowy) 200 g , Ćwiartka z kurczaka gotowana 150 g , Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem b/c 100 g , Brokuł gotowany* 100 g , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml ,</p>	<p>Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<b><u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u></b>), Masło extra 82% 10 g (<b><u>MLE.</u></b>), Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80 g (<b><u>SOJ.</u></b>), Sałata zielona 10 g , Pomidor 90 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,</p>
<p><b>II Śniadanie:</b> Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<b><u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u></b>), Masło extra 82% 5 g (<b><u>MLE.</u></b>), Pomidor 15 g , Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 25 g (<b><u>GLU PSZ, SOJ, MLE. może zawierać: JAJ, SEL, GOR, S02.</u></b>), Galaretką owocowa 100 g ,</p>		<p><b>Posiłek nocny:</b> Wafle ryżowe 30 g ,</p>

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2538.49 kcal; Białko ogółem: 142.7 g; Tłuszcz: 85.88 g; Kw. tł. nasy.: 31.59 g; Węglowodany ogółem: 309.58 g; W tym cukry: 32.65 g; Błonnik pok.: 28.42 g; Sól: 9.16 g; WW: 28.2 Por; : 22.48 %; : 48.78 %; Ener. z T: 30.45 %; Ener. z Bł.: 2.24 %; K: 3436.33 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2025-11-17      Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa</b>		
Kasza kukurydziana na mleku 250 ml ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Filet zapiekany drobiowy 80 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL<sub>1</sub></u> ), Pierogi ukraińskie () 300 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE<sub>1</sub></u> ), Surówka z marchwi i jabłka () 100 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></u> ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ<sub>1</sub></u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Ser żółty 60 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 200 ml,		Posiłek nocny: Biskopki 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ<sub>1</sub></u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2532.42 kcal; Białko ogółem: 97.12 g; Tłuszcz: 72.78 g; Kw. tł. nasy.: 31.36 g; Węglowodany ogółem: 392.29 g; W tym cukry: 94.33 g; Błonnik pok.: 24.08 g; Sól: 7.17 g; WW: 36.94 Por; : 15.34 %; : 61.96 %; Ener. z T: 25.87 %; Ener. z Bł.: 1.9 %; K: 2971.87 mg;

<b>poniedziałek 2025-11-17      Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna</b>		
Kasza kukurydziana na mleku 250 ml ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></u> ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ<sub>1</sub></u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Filet zapiekany drobiowy 80 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Sałata zielona 10 g, Pomidor 40 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL<sub>1</sub></u> ), Pierogi z serem - chłodzone 300 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE<sub>1</sub></u> ), Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Surówka z marchwi i jabłka () 100 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></u> ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ<sub>1</sub></u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Serek homo z natką pietruszki 80 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 200 ml,		Posiłek nocny: Biskopki 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ<sub>1</sub></u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2407.88 kcal; Białko ogółem: 106.77 g; Tłuszcz: 46.38 g; Kw. tł. nasy.: 19.29 g; Węglowodany ogółem: 400.93 g; W tym cukry: 99.49 g; Błonnik pok.: 24.12 g; Sól: 5.45 g; WW: 37.61 Por; : 17.74 %; : 66.6 %; Ener. z T: 17.34 %; Ener. z Bł.: 2 %; K: 2323.62 mg;

<b>poniedziałek 2025-11-17      Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa</b>		
Kasza jaglana na mleku 250 ml ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Filet zapiekany drobiowy 40 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Twaróg półtłusty 40 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) b/c 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL<sub>1</sub></u> ), Ryż na sypko (brązowy) 180 g, Szynka wieprzowa gotowana 120 g, Surówka z marchwi i jabłka b/c () 100 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Fasolka szparagowa z wody* 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Makaron pełnoziarnisty na mleku 200 ml ( <u>GLU PSZ, MLE<sub>1</sub></u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Ser żółty 40 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL<sub>1</sub></u> ), <u>może zawierać: JAJ, GOR, SOZ<sub>1</sub></u> , Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,
II Śniadanie: Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Twarożek 25 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Pomidor 15 g, Sałata zielona 5 g, Andruty 1 szt ( <u>GLU PSZ<sub>1</sub></u> ),	Podwieczorek: Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Filet zapiekany drobiowy 25 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Papryka świeża 15 g, Sałata zielona 5 g, Maślanka 200 ml ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ),	Posiłek nocny: Chleb razowy pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Twaróg półtłusty 20 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Pomidor 15 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2786.55 kcal; Białko ogółem: 154.78 g; Tłuszcz: 81.33 g; Kw. tł. nasy.: 42.63 g; Węglowodany ogółem: 376.25 g; W tym cukry: 57.14 g; Błonnik pok.: 34.63 g; Sól: 10.35 g; WW: 34.37 Por; : 22.22 %; : 54.01 %; Ener. z T: 26.27 %; Ener. z Bł.: 2.49 %; K: 4270.27 mg;

<b>poniedziałek 2025-11-17      Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa</b>		
Kasza kukurydziana na mleku 250 ml ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Filet zapiekany drobiowy 80 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL<sub>1</sub></u> ), Pierogi z serem - chłodzone 300 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE<sub>1</sub></u> ), Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Surówka z marchwi i jabłka () 100 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Serek homo z natką pietruszki 80 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,

## Jadłospisy dla oddziałów

<b>II Śniadanie:</b> Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ. GLU ŻYT.</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ), Twarożek 25 g ( <u>MLE.</u> ), Pomidor 15 g ,		<b>Posiłek nocny:</b> Jabłko 1 szt 1 szt ,
--	--	--

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2339.26 kcal; Białko ogółem: 114.04 g; Tłuszcz: 50.75 g; Kw. tł. nasy.: 22.55 g; Węglowodany ogółem: 362.64 g; W tym cukry: 58.01 g; Błonnik pok.: 30.29 g; Sól: 6.75 g; WW: 33.17 Por; : 19.5 %; : 62.01 %; Ener. z T: 19.53 %; Ener. z Bł.: 2.59 %; K: 2980.03 mg;



## Jadłospisy dla oddziałów

<p>Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (<b><u>MLE, GLU JĘCZ.</u></b>), Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<b><u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u></b>), Masło extra 82% 10 g (<b><u>MLE.</u></b>), Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 70 g (<b><u>SOJ.</u></b>), Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,</p>	<p>Jarzynowa z zacierką *-dieta 300 ml (<b><u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u></b>), Ziemniaki gotowane () 200 g, Bitka z szynki wieprzowej duszona 100 g (<b><u>GLU PSZ.</u></b>), Sos własny () 100 ml (<b><u>GLU PSZ, SEL.</u></b>), Surówka wielowarzywna z olejem () 100 g (<b><u>SEL.</u></b>), Marchew oprószana z olejem* 100 g (<b><u>GLU PSZ.</u></b>), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,</p>	<p>Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<b><u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u></b>), Masło extra 82% 10 g (<b><u>MLE.</u></b>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<b><u>JAJ.</u></b>), Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant b/c 150 ml (<b><u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u></b>),</p>
<p><b>II Śniadanie:</b> Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<b><u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u></b>), Masło extra 82% 5g (<b><u>MLE.</u></b>), Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 25 g (<b><u>GLU PSZ, SOJ, MLE. może zawierać: JAJ, SEL, GOR, S02.</u></b>), Pomidor 15 g,</p>		<p><b>Posiłek nocny:</b> Chrupki kukurydziane 20 g,</p>

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2206.43 kcal; Białko ogółem: 95.64 g; Tłuszcz: 71.94 g; Kw. tł. nasy.: 25.38 g; Węglowodany ogółem: 307.58 g; W tym cukry: 39.15 g; Błonnik pok.: 28.47 g; Sól: 8.13 g; WW: 28.04 Por; : 17.34 %; : 55.76 %; Ener. z T: 29.35 %; Ener. z Bt.: 2.58 %; K: 4301.92 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>środa 2025-11-19</b>		
<b>Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa</b>		
Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ), Serek homo. naturalny 80 g ( <b>MLE.</b> ), Papryka świeża 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Kapuśniak z kapusty kiszzonej ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, GOR.</b> ), Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <b>GLU JEĆZ.</b> ), Klopsik wieprzowy 120 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ), Sos jarzynowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ), Sałata zielona z jogurtem 60 g ( <b>MLE.</b> ), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ), Paprykarz szczeciński 70 g ( <b>RYB, SOJ.</b> ), Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,
<b>II Śniadanie:</b> Sok pomarańczowy 200 ml,		<b>Posiłek nocny:</b> Wafle ryżowe 30 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2226.96 kcal; Białko ogółem: 88.27 g; Tłuszcz: 66.13 g; Kw. tł. nasy.: 22.25 g; Węglowodany ogółem: 329.18 g; W tym cukry: 61.8 g; Błonnik pok.: 22.07 g; Sól: 6.44 g; WW: 30.85 Por; : 15.85 %; : 59.13 %; Ener. z T: 26.72 %; Ener. z Bł.: 1.98 %; K: 2996.43 mg;

<b>środa 2025-11-19</b>		
<b>Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna</b>		
Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ), Serek homo. naturalny 80 g ( <b>MLE.</b> ), Sałata zielona 10 g, Pomidor 40 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Wielowarzywna z ziemniakami * ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ), Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <b>GLU JEĆZ.</b> ), Klopsik wieprzowy 120 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ), Sos jarzynowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ), Cukinia pieczona z olejem* 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ), Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g ( <b>SOJ.</b> ), Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,
<b>II Śniadanie:</b> Sok pomarańczowy 200 ml,		<b>Posiłek nocny:</b> Wafle ryżowe 30 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2128.95 kcal; Białko ogółem: 88.13 g; Tłuszcz: 57.26 g; Kw. tł. nasy.: 20.27 g; Węglowodany ogółem: 324.09 g; W tym cukry: 61.52 g; Błonnik pok.: 19.81 g; Sól: 5.72 g; WW: 30.51 Por; : 16.56 %; : 60.89 %; Ener. z T: 24.21 %; Ener. z Bł.: 1.86 %; K: 2888.99 mg;

<b>środa 2025-11-19</b>		
<b>Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa</b>		
Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ), Serek homo. naturalny 40 g ( <b>MLE.</b> ), Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g ( <b>SOJ.</b> ), Papryka świeża 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Wielowarzywna z ziemniakami * ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ), Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <b>GLU JEĆZ.</b> ), Klopsik wieprzowy 120 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ), Sałata zielona z jogurtem 60 g ( <b>MLE.</b> ), Cukinia pieczona z olejem* 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ), Paprykarz szczeciński 30 g ( <b>RYB, SOJ.</b> ), Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g ( <b>SOJ.</b> ), Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,
<b>II Śniadanie:</b> Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ), Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ), Ser żółty 25 g ( <b>MLE.</b> ), Papryka świeża 15 g, Sałata zielona 5 g, Sok pomidorowy 200 ml,	<b>Podwieczorek:</b> Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ), Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ), Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g ( <b>SOJ.</b> ), Pomidor 15 g, Sałata zielona 5 g, Maślanka 200 ml ( <b>MLE.</b> ),	<b>Posiłek nocny:</b> Chleb razowy pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ), Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ), Ser żółty 20 g ( <b>MLE.</b> ), Sałata zielona 5 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2663.39 kcal; Białko ogółem: 126.53 g; Tłuszcz: 90.45 g; Kw. tł. nasy.: 39.04 g; Węglowodany ogółem: 352.77 g; W tym cukry: 46.29 g; Błonnik pok.: 30.27 g; Sól: 12.89 g; WW: 32.55 Por; : 19 %; : 52.98 %; Ener. z T: 30.57 %; Ener. z Bł.: 2.27 %; K: 4178.52 mg;

<b>środa 2025-11-19</b>		
<b>Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa</b>		
Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ), Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ), Serek homo. naturalny 80 g ( <b>MLE.</b> ), Sałata zielona 10 g, Pomidor 90 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Wielowarzywna z ziemniakami * ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ), Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <b>GLU JEĆZ.</b> ), Klopsik wieprzowy 120 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ), Sałata zielona z jogurtem 60 g ( <b>MLE.</b> ), Cukinia pieczona z olejem* 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ), Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g ( <b>SOJ.</b> ), Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,

## Jadłospisy dla oddziałów

<b>II Śniadanie:</b> Sok pomidorowy 200 ml ,		<b>Posiłek nocny:</b> Wafle ryżowe 30g ,
--	--	--

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1976.84 kcal; Białko ogółem: 91 g; Tłuszcz: 57.89 g; Kw. tł. nasy.: 20.65 g; Węglowodany ogółem: 284.83 g; W tym cukry: 32.3 g; Błonnik pok.: 24.75 g; Sól: 7.38 g; WW: 26.16 Por; : 18.41 %; : 57.63 %; Ener. z T: 26.35 %; Ener. z Bł.: 2.5 %; K: 3594.12 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>czwartek 2025-11-20</b>		
<b>Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa</b>		
Kasza manna na mleku 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE,</b> ), Twarożek z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE,</b> ), Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Szpinakowa z ziemniakami * () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ), Makaron 180 g ( <b>GLU PSZ,</b> ), Sos boloński z mięsa wieprz łop* 150 g ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ), Surówka z selera i jabłka () 100 g ( <b>MLE, SEL,</b> ), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE,</b> ), Pasztet z fasoli () 70 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> ), Ogórek kiszony 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,
<b>II Śniadanie:</b> Koktajl wieloowocowy* 200 ml ( <b>MLE,</b> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Śliwka 150 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2244.9 kcal; Białko ogółem: 86.01 g; Tłuszcz: 62.61 g; Kw. tł. nasy.: 25.36 g; Węglowodany ogółem: 349.24 g; W tym cukry: 87.34 g; Błonnik pok.: 31.18 g; Sól: 5.6 g; WW: 31.85 Por; : 15.33 %; : 62.23 %; Ener. z T: 25.1 %; Ener. z Bł.: 2.78 %; K: 3616.93 mg;

<b>czwartek 2025-11-20</b>		
<b>Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna</b>		
Kasza manna na mleku 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE,</b> ), Twarożek z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE,</b> ), Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Szpinakowa z ziemniakami * () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ), Makaron 180 g ( <b>GLU PSZ,</b> ), Sos boloński * -dieta 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ), Dynia duszona z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE,</b> ), Filet zapiekany drobiowy 80 g ( <b>MLE,</b> ), Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,
<b>II Śniadanie:</b> Koktajl wieloowocowy* 200 ml ( <b>MLE,</b> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Jabłko 1 szt 1 szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2115.96 kcal; Białko ogółem: 97.99 g; Tłuszcz: 51.91 g; Kw. tł. nasy.: 22.13 g; Węglowodany ogółem: 322.15 g; W tym cukry: 86.71 g; Błonnik pok.: 21.5 g; Sól: 4.96 g; WW: 30.06 Por; : 18.52 %; : 60.9 %; Ener. z T: 22.08 %; Ener. z Bł.: 2.03 %; K: 3073.85 mg;

<b>czwartek 2025-11-20</b>		
<b>Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa</b>		
Ryż brązowy na mleku 250 ml ( <b>MLE,</b> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE,</b> ), Szyńka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 40 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SOZ,</b> ), Twarożek 40 g ( <b>MLE,</b> ), Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Szpinakowa z ziemniakami * () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ), Makaron pełnoziarnisty 180 g ( <b>GLU PSZ,</b> ), Sos boloński * -dieta 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ), Dynia duszona z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ), Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g ( <b>MLE, SEL,</b> ), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Kasza jęczmienna na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU JECZ,</b> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE,</b> ), Pasztet z fasoli () 40 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> ), Filet zapiekany drobiowy 40 g ( <b>MLE,</b> ), Ogórek kiszony 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,
<b>II Śniadanie:</b> Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE,</b> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ), Pomidor 15 g, Sałata zielona 5 g, Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE,</b> ), Szyńka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g ( <b>SOJ,</b> ),	<b>Podwieczorek:</b> Śliwka 150 g, Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ), Sałata zielona 5 g, Pomidor 15 g, Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE,</b> ), Jajko gotowane kl M 0.50 szt ( <b>JAJ,</b> ),	<b>Posiłek nocny:</b> Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE,</b> ), Chleb razowy pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ), Filet zapiekany drobiowy 20 g ( <b>MLE,</b> ), Sałata zielona 5 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2779.71 kcal; Białko ogółem: 124.18 g; Tłuszcz: 83.2 g; Kw. tł. nasy.: 35.16 g; Węglowodany ogółem: 395.06 g; W tym cukry: 63.67 g; Błonnik pok.: 41.67 g; Sól: 11.75 g; WW: 35.39 Por; : 17.87 %; : 56.85 %; Ener. z T: 26.94 %; Ener. z Bł.: 3 %; K: 4488.8 mg;

<b>czwartek 2025-11-20</b>		
<b>Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa</b>		
Kasza manna na mleku 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ), Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE,</b> ), Twarożek z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE,</b> ), Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Szpinakowa z ziemniakami * () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ), Makaron pełnoziarnisty 180 g ( <b>GLU PSZ,</b> ), Sos boloński * -dieta 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ), Dynia duszona z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ), Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g ( <b>MLE, SEL,</b> ), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE,</b> ), Filet zapiekany drobiowy 80 g ( <b>MLE,</b> ), Ogórek kiszony 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,
Wydruk z MAPI Jadłospis 2.24.1.17		strona 16 z 41

## Jadłospisy dla oddziałów

<b>II Śniadanie:</b> Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ. GLU ŻYT.</b> ), Pomidor 15 g , Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ), Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g ( <b>SOJ.</b> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Jabłko 1 szt 1 szt ,
--	--	--

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2108.37 kcal; Białko ogółem: 103.83 g; Tłuszcz: 56.78 g; Kw. tł. nasy.: 24.67 g; Węglowodany ogółem: 304.8 g; W tym cukry: 49.43 g; Błonnik pok.: 33.49 g; Sól: 9.27 g; WW: 27.18 Por; : 19.7 %; : 57.83 %; Ener. z T: 24.24 %; Ener. z Bł.: 3.18 %; K: 3515.67 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>piątek 2025-11-21</b>		
<b>Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa</b>		
Zacierka na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Bułka maślana 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Twarożek 40 g ( <u>MLE,</u> ), Dżem 25 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Jabłko 1 szt 1 szt , Sałata zielona 10 g ,	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*() 300 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JĘCZ,</u> ), Ziemniaki gotowane () 200 g , Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g ( <u>RYB,</u> ), Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml ,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Pasta z jaj z koperkiem -dieta 70 g ( <u>JAJ, MLE,</u> ), Ogórek kiszony 40 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,
II Śniadanie: Andruty 1 szt ( <u>GLU PSZ,</u> ),		Posiłek nocny: Herbatniki Be Be 16g 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2154.82 kcal; Białko ogółem: 94.86 g; Tłuszcz: 57.9 g; Kw. tł. nasy.: 20.88 g; Węglowodany ogółem: 321.97 g; W tym cukry: 74.7 g; Błonnik pok.: 19.7 g; Sól: 6.08 g; WW: 30.21 Por; : 17.61 %; : 59.77 %; Ener. z T: 24.18 %; Ener. z Bł.: 1.83 %; K: 3666.45 mg;

piątek 2025-11-21		
Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna		
Zacierka na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Bułka maślana 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Twarożek 40 g ( <u>MLE,</u> ), Dżem 25 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Jabłko 1 szt 1 szt , Sałata zielona 10 g ,	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*() 300 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JĘCZ,</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> ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Pasta z jaj z koperkiem -dieta 70 g ( <u>JAJ, MLE,</u> ), Pomidor 40 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,
II Śniadanie: Andruty 1 szt ( <u>GLU PSZ,</u> ),		Posiłek nocny: Herbatniki Be Be 16g 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2166.69 kcal; Białko ogółem: 96.18 g; Tłuszcz: 55.22 g; Kw. tł. nasy.: 20.7 g; Węglowodany ogółem: 330.01 g; W tym cukry: 78.39 g; Błonnik pok.: 20.12 g; Sól: 4.64 g; WW: 30.99 Por; : 17.76 %; : 60.92 %; Ener. z T: 22.94 %; Ener. z Bł.: 1.86 %; K: 3811.04 mg;

piątek 2025-11-21		
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> ), Twarożek 40 g ( <u>MLE,</u> ), Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g ( <u>SOJ,</u> ), Sałata zielona 10 g , Pomidor 90 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*() 300 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JĘCZ,</u> ), Ziemniaki gotowane () 200 g , Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g ( <u>RYB,</u> ), Warzywa po grecku * (bez cukru) 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ), Surówka z kapusty kiszzonej 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 koperkiem -dieta 70 g ( <u>JAJ, MLE,</u> ), Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 40 g ( <u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u> ), Ogórek kiszony 90 g , Sałata zielona 10 g , 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 , Sałata zielona 5 g , Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ), Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g ( <u>SOJ,</u> ),	Podwieczorek: Śliwka 150 g , Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ), Sałata zielona 5 g , Pomidor 15 g , Twarożek 25 g ( <u>MLE,</u> ),	Posiłek nocny: Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ), Ser żółty 20 g ( <u>MLE,</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Sałata zielona 5 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2802.18 kcal; Białko ogółem: 145.42 g; Tłuszcz: 86.68 g; Kw. tł. nasy.: 37.68 g; Węglowodany ogółem: 375.1 g; W tym cukry: 56.64 g; Błonnik pok.: 30.29 g; Sól: 13.49 g; WW: 34.44 Por; : 20.76 %; : 53.54 %; Ener. z T: 27.84 %; Ener. z Bł.: 2.16 %; K: 5205.42 mg;

piątek 2025-11-21		
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> ), Twarożek 80 g ( <u>MLE,</u> ), Pomidor 90 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*() 300 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JĘCZ,</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 kiszzonej z olejem () 100 g , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml ,	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Pasta z jaj z koperkiem -dieta 70 g ( <u>JAJ, MLE,</u> ), Pomidor 40 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,
Wydruk z MAPI Jadłospis 2.24.1.17		strona 19 z 41

## Jadłospisy dla oddziałów

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

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2085.72 kcal; Białko ogółem: 104.52 g; Tłuszcz: 56.02 g; Kw. tł. nasy.: 21.23 g; Węglowodany ogółem: 302.18 g; W tym cukry: 48.46 g; Błonnik pok.: 26.62 g; Sól: 6.39 g; WW: 27.55 Por; : 20.05 %; : 57.95 %; Ener. z T: 24.17 %; Ener. z Bł.: 2.55 %; K: 4540.17 mg;



## Jadłospisy dla oddziałów

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

**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 Bt.: 3.24 %; K: 3983.6 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

### Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY

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

#### niedziela 2025-11-23 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 1 szt. 150 g, Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u> ),
---	--	---

<b>II Śniadanie:</b> Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 200 ml,		<b>Posiłek nocny:</b> Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SOJ,</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 Bt.: 1.75 %; K: 2227.13 mg;

#### niedziela 2025-11-23 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> ),
--	--	---

<b>II Śniadanie:</b> Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 200 ml,		<b>Posiłek nocny:</b> Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SOJ,</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 Bt.: 1.58 %; K: 2199.03 mg;

#### niedziela 2025-11-23 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> ), Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOJ,</u> ), Sałata zielona 10 g, Pomidor 90 g, Herbata czarna granulowana b/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant b/c 150 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u> ),
---	--	---

<b>II Śniadanie:</b> Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Andruły 1 szt ( <u>GLU PSZ,</u> ), Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g ( <u>SOJ,</u> ), Pomidor 15 g, Sałata zielona 5 g, Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ),	<b>Podwieczorek:</b> Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Kefir 2% tł 200 ml ( <u>MLE,</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ), Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOJ,</u> ), Pomidor 15 g, Sałata zielona 5 g,	<b>Posiłek nocny:</b> Chleb razowy pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ), Pomidor 15 g, Ser żółty 20 g ( <u>MLE,</u> ),
--	---	--

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2611.45 kcal; Białko ogółem: 130.17 g; Tłuszcz: 84.68 g; Kw. tł. nasy.: 37.67 g; Węglowodany ogółem: 352.15 g; W tym cukry: 46.1 g; Błonnik pok.: 33.02 g; Sól: 11.22 g; WW: 32.02 Por.; : 19.94 %; : 53.94 %; Ener. z T: 29.18 %; Ener. z Bt.: 2.53 %; K: 3359.14 mg;

#### niedziela 2025-11-23 Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa

## Jadłospisy dla oddziałów

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

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2067.66 kcal; Białko ogółem: 108.54 g; Tłuszcz: 54.1 g; Kw. tł. nasy.: 22.13 g; Węglowodany ogółem: 296.28 g; W tym cukry: 49.21 g; Błonnik pok.: 28.91 g; Sól: 8.03 g; WW: 26.85 Por; : 21 %; : 57.32 %; Ener. z T: 23.55 %; Ener. z Bł.: 2.8 %; K: 2831.37 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2025-11-24      Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa</b>		
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> ), Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 60 g ( <u>RYB, SEL.</u> ), Ogórek kiszony 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 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, Sałata zielona 10 g, Kawa zbożowa z makiem z/c 150 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ),
<b>II Śniadanie:</b> Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <u>MLE.</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Herbatniki Be Be 16g 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2340.48 kcal; Białko ogółem: 73.79 g; Tłuszcz: 73.97 g; Kw. tł. nasy.: 26.68 g; Węglowodany ogółem: 356.82 g; W tym cukry: 123.01 g; Błonnik pok.: 19.44 g; Sól: 6.47 g; WW: 33.79 Por; : 12.61 %; : 60.98 %; Ener. z T: 28.44 %; Ener. z Bt.: 1.66 %; K: 2684.26 mg;

<b>poniedziałek 2025-11-24      Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna</b>		
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> ), Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 60 g ( <u>RYB, SEL.</u> ), Pomidor 40 g, Sałata 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-porcerekowy* 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, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa zbożowa z makiem z/c 150 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ),
<b>II Śniadanie:</b> Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <u>MLE.</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Herbatniki Be Be 16g 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2207.1 kcal; Białko ogółem: 90.27 g; Tłuszcz: 52.68 g; Kw. tł. nasy.: 24.81 g; Węglowodany ogółem: 353.82 g; W tym cukry: 116.51 g; Błonnik pok.: 18.23 g; Sól: 3.79 g; WW: 33.63 Por; : 16.36 %; : 64.12 %; Ener. z T: 21.48 %; Ener. z Bt.: 1.65 %; K: 2984.82 mg;

<b>poniedziałek 2025-11-24      Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa</b>		
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> ), Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 60 g ( <u>RYB, SEL.</u> ), Hummus z ciecierzycy 40 g, Ogórek kiszony 90 g, Sałata 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-porcerekowy* 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> ), Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 40 g ( <u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u> ), Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 150 ml, Kawa zbożowa na mleku b/c 150 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ),
<b>II Śniadanie:</b> Sok pomidorowy 200 ml, Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Sałata zielona 5 g, Pomidor 15 g, Twarożek 25 g ( <u>MLE.</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ),	<b>Podwieczorek:</b> Pomarańcza 1 szt. 1 szt, Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Ogórek kiszony 15 g, 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> ),	<b>Posiłek nocny:</b> Pomidor 15 g, Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ), Szynka 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: 2927.98 kcal; Białko ogółem: 126.06 g; Tłuszcz: 90.78 g; Kw. tł. nasy.: 39.11 g; Węglowodany ogółem: 417.9 g; W tym cukry: 106.57 g; Błonnik pok.: 38.48 g; Sól: 12.74 g; WW: 37.93 Por; : 17.22 %; : 57.09 %; Ener. z T: 27.9 %; Ener. z Bt.: 2.63 %; K: 4375.64 mg;

<b>poniedziałek 2025-11-24      Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa</b>		
---	--	--

## Jadłospisy dla oddziałów

Kasza jęczmienna na mleku 250 ml ( <u><b>MLE, GLU JĘCZ.</b></u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u><b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b></u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u><b>MLE.</b></u> ), Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 60 g ( <u><b>RYB, SEL.</b></u> ), Ogórek kiszony 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml ( <u><b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b></u> ), Makaron 180 g ( <u><b>GLU PSZ.</b></u> ), Twaróg półtłusty 100 g ( <u><b>MLE.</b></u> ), Sos jogurtowo-porzeczkowy* 100 g ( <u><b>MLE.</b></u> ), Mus z jabłek prażonych 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u><b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b></u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u><b>MLE.</b></u> ), Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u><b>JAJ.</b></u> ), Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 150 ml, Kawa zbożowa na mleku b/c 150 ml ( <u><b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b></u> ),
<b>II Śniadanie:</b> Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u><b>MLE.</b></u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Wafle ryżowe 30g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2013.95 kcal; Białko ogółem: 89.7 g; Tłuszcz: 50.79 g; Kw. tł. nasy.: 23.51 g; Węglowodany ogółem: 311.33 g; W tym cukry: 68.67 g; Błonnik pok.: 22.54 g; Sól: 6.57 g; WW: 28.84 Por.; : 17.82 %; : 61.84 %; Ener. z T: 22.7 %; Ener. z Bł.: 2.24 %; K: 3134.85 mg;



## Jadłospisy dla oddziałów

<b>II Śniadanie:</b> Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <b><u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u></b> ), Masło extra 82% 5 g ( <b><u>MLE.</u></b> ), Szyńka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25 g ( <b><u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u></b> ), Pomidor 15 g ,		<b>Posiłek nocny:</b> 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

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>środa 2025-11-26</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa</b>		
Kasza kukurydziana na mleku 250 ml ( <b>MLE<sub>1</sub></b> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></b> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE<sub>1</sub></b> ), Szyńka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 80 g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR<sub>1</sub></b> ), Pomidor 40 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Sałata zielona 10 g,	Pieczarkowa z makaronem * 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, SO<sub>2</sub></b> ), Ziemniaki gotowane () 200 g, Pulpet drobiowy 120 g ( <b>GLU PSZ, JAJ<sub>1</sub></b> ), Sos koperkowy * 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE<sub>1</sub></b> ), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></b> ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ<sub>1</sub></b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE<sub>1</sub></b> ), Pasztet rybno-warzywny (Morszczuk) 70 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB<sub>1</sub></b> ), Papryka świeża 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 150 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ<sub>1</sub></b> ),
II Śniadanie: Sok pomarańczowy 200 ml,		Posiłek nocny: Andruty 1 szt ( <b>GLU PSZ<sub>1</sub></b> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2172.96 kcal; Białko ogółem: 97.14 g; Tłuszcz: 57.21 g; Kw. tł. nasy.: 21.56 g; Węglowodany ogółem: 326.21 g; W tym cukry: 71.66 g; Błonnik pok.: 19.92 g; Sól: 6.97 g; WW: 30.7 Por; : 17.88 %; : 60.05 %; Ener. z T: 23.69 %; Ener. z Bł.: 1.83 %; K: 3730.36 mg;

<b>środa 2025-11-26</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna</b>		
Kasza kukurydziana na mleku 250 ml ( <b>MLE<sub>1</sub></b> ), Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ<sub>1</sub></b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE<sub>1</sub></b> ), Szyńka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 80 g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR<sub>1</sub></b> ), Pomidor 40 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Sałata zielona 10 g,	Selerowa z makaronem *() 300 g ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL<sub>1</sub></b> ), Ziemniaki gotowane () 200 g, Pulpet drobiowy 120 g ( <b>GLU PSZ, JAJ<sub>1</sub></b> ), Sos koperkowy * 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE<sub>1</sub></b> ), Marchew oprószana z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ<sub>1</sub></b> ), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ<sub>1</sub></b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE<sub>1</sub></b> ), Pasztet rybno-warzywny (Morszczuk) 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB<sub>1</sub></b> ), Sałata zielona 10 g, Pomidor 40 g, Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 150 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ<sub>1</sub></b> ),
II Śniadanie: Sok pomarańczowy 200 ml,		Posiłek nocny: Andruty 1 szt ( <b>GLU PSZ<sub>1</sub></b> ),

**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;

<b>środa 2025-11-26</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa</b>		
Kasza jaglana na mleku 250 ml ( <b>MLE<sub>1</sub></b> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></b> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE<sub>1</sub></b> ), Szyńka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 40 g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR<sub>1</sub></b> ), Twarożek 40 g ( <b>MLE<sub>1</sub></b> ), Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Selerowa z makaronem pełnoziarnistym *() 300 g ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL<sub>1</sub></b> ), Ziemniaki gotowane () 200 g, Pulpet drobiowy 120 g ( <b>GLU PSZ, JAJ<sub>1</sub></b> ), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g, Marchew oprószana z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ<sub>1</sub></b> ), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Płatki pszenne na mleku 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE<sub>1</sub></b> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></b> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE<sub>1</sub></b> ), Pasztet rybno-warzywny (Morszczuk) 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB<sub>1</sub></b> ), Szyńka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 40 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SO<sub>2</sub></b> ), Papryka świeża 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 ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></b> ), Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE<sub>1</sub></b> ), Sałata zielona 5 g, Papryka świeża 15 g, Szyńka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25 g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR<sub>1</sub></b> ),	Podwieczorek: Jabłko 1 szt 1 szt, Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></b> ), Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE<sub>1</sub></b> ), Szyńka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 25 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SO<sub>2</sub></b> ), Pomidor 15 g, Sałata zielona 5 g,	Posiłek nocny: Ser żółty 20 g ( <b>MLE<sub>1</sub></b> ), Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE<sub>1</sub></b> ), Chleb razowy pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></b> ), Sałata 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;

<b>środa 2025-11-26</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa</b>		
--	--	--

## Jadłospisy dla oddziałów

Kasza kukurydziana na mleku 250 ml ( <u><b>MLE.</b></u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u><b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b></u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u><b>MLE.</b></u> ), Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 80 g ( <u><b>MLE. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b></u> ), Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Selerowa z makaronem *() 300 g ( <u><b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b></u> ), Ziemniaki gotowane () 200 g, Pulpet drobiowy 120 g ( <u><b>GLU PSZ, JAJ.</b></u> ), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g, Marchew oprószana z olejem* 100 g ( <u><b>GLU PSZ.</b></u> ), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u><b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b></u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u><b>MLE.</b></u> ), Pasztet rybno-warzywny (Morszczuk) 80 g ( <u><b>GLU PSZ, JAJ, RYB.</b></u> ), Papryka świeża 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 150 ml, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 150 ml ( <u><b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b></u> ),
<b>II Śniadanie:</b> Sok pomidorowy 200 ml,		<b>Posiłek nocny:</b> Andruty 1 szt ( <u><b>GLU PSZ.</b></u> ),

**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

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>czwartek 2025-11-27</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa</b>		
Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <u>MLE, GLU OW,</u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 70 g ( <u>MLE,</u> ), Mandarynka 150 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Barszcz biały z ziemniakami (*) 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u> ), Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 250 g ( <u>SEL, GLU JĘCZ,</u> ), Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ,</u> ), Sałatka 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> ), Szyńska krucha z pieca wieprzowa, parzona 80 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02,</u> ), Sałatka jarzynowa* dieta 50 g ( <u>MLE, SEL,</u> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,
<b>II Śniadanie:</b> Koktajl wieloowocowy* 200 ml ( <u>MLE,</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Jabłko 1 szt 1 szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2003.97 kcal; Białko ogółem: 82.81 g; Tłuszcz: 52.57 g; Kw. tł. nasy.: 21.87 g; Węglowodany ogółem: 322.62 g; W tym cukry: 96.96 g; Błonnik pok.: 29.48 g; Sól: 7.32 g; WW: 29.22 Por; : 16.53 %; : 64.4 %; Ener. z T: 23.61 %; Ener. z Bł.: 2.94 %; K: 3345.91 mg;

<b>czwartek 2025-11-27</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna</b>		
Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <u>MLE, GLU OW,</u> ), Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g ( <u>MLE,</u> ), Sałata zielona 10 g, Mandarynka 150 g, 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> ), Szyńska krucha z pieca wieprzowa, parzona 80 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02,</u> ), Sałatka jarzynowa* dieta 100 g ( <u>MLE, SEL,</u> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,
<b>II Śniadanie:</b> Koktajl wieloowocowy* 200 ml ( <u>MLE,</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Jabłko 1 szt 1 szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2105 kcal; Białko ogółem: 87.51 g; Tłuszcz: 58.07 g; Kw. tł. nasy.: 21.69 g; Węglowodany ogółem: 331 g; W tym cukry: 98.5 g; Błonnik pok.: 28.63 g; Sól: 5.6 g; WW: 30.13 Por; : 16.63 %; : 62.9 %; Ener. z T: 24.83 %; Ener. z Bł.: 2.72 %; K: 3688.83 mg;

<b>czwartek 2025-11-27</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa</b>		
Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g ( <u>SOJ,</u> ), Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 40 g ( <u>MLE,</u> ), Mandarynka 150 g, 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, Sałatka szwedzka b/c () 100 g ( <u>GOR,</u> ), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Ryż na mleku 250 ml ( <u>MLE,</u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Jajko gotowane Kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> ), Szyńska krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02,</u> ), Sałatka jarzynowa* dieta 100 g ( <u>MLE, SEL,</u> ), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,
<b>II Śniadanie:</b> Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE,</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Ogórek kiszony 15 g, Sałata zielona 5 g, Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ), Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g ( <u>SOJ,</u> ),	<b>Podwieczorek:</b> Andruty 1 szt ( <u>GLU PSZ,</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Sałata zielona 5 g, Pomidor 15 g, Szyńska 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> ),	<b>Posiłek nocny:</b> Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ), Chleb razowy pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Sałata zielona 5 g, Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g ( <u>SOJ,</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2656.74 kcal; Białko ogółem: 118.65 g; Tłuszcz: 82.87 g; Kw. tł. nasy.: 34.16 g; Węglowodany ogółem: 383.09 g; W tym cukry: 60.11 g; Błonnik pok.: 32.78 g; Sól: 12.73 g; WW: 34.94 Por; : 17.86 %; : 57.68 %; Ener. z T: 28.07 %; Ener. z Bł.: 2.47 %; K: 4078.22 mg;

<b>czwartek 2025-11-27</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa</b>		
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> ), Mandarynka 150 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Ziemniaczana * () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 250 g ( <u>SEL, GLU JĘCZ,</u> ), Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ,</u> ), Cukinia pieczona z olejem * 100 g, Sałatka szwedzka b/c () 100 g ( <u>GOR,</u> ), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Szyńska krucha z pieca wieprzowa, parzona 80 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02,</u> ), Sałatka jarzynowa* dieta 100 g ( <u>MLE, SEL,</u> ), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,
Wydruk z MAPI Jadłospis 2.24.1.17 Jadłospis_Na_Oddział_Ozdobny_ORA.fr3		strona 32 z 41 Wydrukował: KTrocka, Data i godzina wydruku: 2025-11-17 08:31:07

## Jadłospisy dla oddziałów

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

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1965.82 kcal; Białko ogółem: 87.81 g; Tłuszcz: 58.08 g; Kw. tł. nasy.: 21.78 g; Węglowodany ogółem: 297.69 g; W tym cukry: 67.47 g; Błonnik pok.: 32.34 g; Sól: 8.04 g; WW: 26.38 Por; : 17.87 %; : 60.57 %; Ener. z T: 26.59 %; Ener. z Bt.: 3.29 %; K: 3945.02 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów



## Jadłospisy dla oddziałów

<b>II Śniadanie:</b> Banan 1szt. 1 szt ,		<b>Posiłek nocny:</b> 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;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>sobota 2025-11-29</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa</b>		
Płatki jęczmienne na mleku 250 ml ( <b><u>MLE, GLU JECZ,</u></b> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b><u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u></b> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <b><u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u></b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b><u>MLE,</u></b> ), Parówki drobiowe z cielęciną homogenizowane, wędzone, parzone 70 g, Ketchup 20 g ( <b><u>SEL,</u></b> ), Sałata zielona 10 g, Pomidor 40 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Koperkowa z ryżem () 300 ml ( <b><u>MLE, SEL,</u></b> ), Ziemniaki gotowane () 200 g, Gulasz wieprzowy- dieta 200 g ( <b><u>GLU PSZ,</u></b> ), Surówka z marchwi i jabłka () 100 g ( <b><u>MLE,</u></b> ), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b><u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u></b> ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b><u>GLU PSZ,</u></b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b><u>MLE,</u></b> ), Pasztet z soczewicy () 70 g ( <b><u>GLU PSZ, JAJ,</u></b> ), Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml ( <b><u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u></b> ),
<b>II Śniadanie:</b> Sok pomarańczowy 200 ml,		<b>Posiłek nocny:</b> Mandarynka 150 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2449.86 kcal; Białko ogółem: 96.65 g; Tłuszcz: 71.7 g; Kw. tł. nasy.: 23.47 g; Węglowodany ogółem: 350.39 g; W tym cukry: 90.04 g; Błonnik pok.: 29.44 g; Sól: 7.21 g; WW: 32.24 Por.; : 15.78 %; : 57.21 %; Ener. z T: 26.34 %; Ener. z Bł.: 2.4 %; K: 4550.99 mg;

<b>sobota 2025-11-29</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna</b>		
Płatki jęczmienne na mleku 250 ml ( <b><u>MLE, GLU JECZ,</u></b> ), Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b><u>GLU PSZ,</u></b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b><u>MLE,</u></b> ), Szyunka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 80 g ( <b><u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, S02,</u></b> ), Sałata zielona 10 g, Pomidor 40 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Koperkowa z ryżem () 300 ml ( <b><u>MLE, SEL,</u></b> ), Ziemniaki gotowane () 200 g, Gulasz wieprzowy- dieta 200 g ( <b><u>GLU PSZ,</u></b> ), Surówka z marchwi i jabłka () 100 g ( <b><u>MLE,</u></b> ), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b><u>GLU PSZ,</u></b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b><u>MLE,</u></b> ), Szyunka krucha z pieca wieprzowa, parzona 80 g ( <b><u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02,</u></b> ), Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml ( <b><u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u></b> ),
<b>II Śniadanie:</b> Sok pomarańczowy 200 ml,		<b>Posiłek nocny:</b> Mandarynka 150 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2189.15 kcal; Białko ogółem: 105.1 g; Tłuszcz: 61.36 g; Kw. tł. nasy.: 25.37 g; Węglowodany ogółem: 323.65 g; W tym cukry: 87.46 g; Błonnik pok.: 22.17 g; Sól: 7.78 g; WW: 30.29 Por.; : 19.2 %; : 59.14 %; Ener. z T: 25.22 %; Ener. z Bł.: 2.03 %; K: 4193.14 mg;

<b>sobota 2025-11-29</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa</b>		
Płatki jęczmienne na mleku 250 ml ( <b><u>MLE, GLU JECZ,</u></b> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b><u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u></b> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <b><u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u></b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b><u>MLE,</u></b> ), Twarożek 40 g ( <b><u>MLE,</u></b> ), Szyunka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 40 g ( <b><u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, S02,</u></b> ), Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Koperkowa z ryżem () 300 ml ( <b><u>MLE, SEL,</u></b> ), Ziemniaki gotowane () 200 g, Gulasz wieprzowy- dieta 200 g ( <b><u>GLU PSZ,</u></b> ), Surówka z marchwi i jabłka b/c () 100 g ( <b><u>MLE,</u></b> ), Marchew oprószana z olejem () 100 g ( <b><u>GLU PSZ,</u></b> ), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Makaron na mleku 200 ml ( <b><u>GLU PSZ, MLE,</u></b> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b><u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u></b> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <b><u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u></b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b><u>MLE,</u></b> ), Pasztet z soczewicy () 40 g ( <b><u>GLU PSZ, JAJ,</u></b> ), Szyunka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g ( <b><u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02,</u></b> ), Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,
<b>II Śniadanie:</b> Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <b><u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u></b> ), Sok pomidorowy 200 ml, Jajko gotowane kl M 0.50 szt ( <b><u>JAJ,</u></b> ), Sałata zielona 5 g, Pomidor 15 g, Masło extra 82% 5 g ( <b><u>MLE,</u></b> ),	<b>Podwieczorek:</b> Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b><u>MLE,</u></b> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <b><u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u></b> ), Szyunka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 25 g ( <b><u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, S02,</u></b> ), Pomidor 15 g, Sałata zielona 5 g, Masło extra 82% 5 g	<b>Posiłek nocny:</b> Chleb razowy pszenno-żytni 30 g ( <b><u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u></b> ), Masło extra 82% 5 g ( <b><u>MLE,</u></b> ), Ser żółty 20 g ( <b><u>MLE,</u></b> ), Papryka świeża 15 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2880.06 kcal; Białko ogółem: 134.1 g; Tłuszcz: 96.38 g; Kw. tł. nasy.: 41.77 g; Węglowodany ogółem: 391.89 g; W tym cukry: 57.01 g; Błonnik pok.: 37.64 g; Sól: 12.25 g; WW: 35.62 Por.; : 18.62 %; : 54.43 %; Ener. z T: 30.12 %; Ener. z Bł.: 2.61 %; K: 5586.58 mg;

<b>sobota 2025-11-29</b> <b>Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa</b>		
---	--	--

## Jadłospisy dla oddziałów

<p>Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (<b><u>MLE, GLU JĘCZ.</u></b>), Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<b><u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u></b>), Masło extra 82% 10 g (<b><u>MLE.</u></b>), Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 80 g (<b><u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, S02.</u></b>), Pomidor 90 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,</p>	<p>Koperkowa z ryżem () 300 ml (<b><u>MLE, SEL.</u></b>), Ziemniaki gotowane () 200 g , Gulasz wieprzowy- dieta 200 g (<b><u>GLU PSZ.</u></b>), Surówka z marchwi i jabłka b/c () 100 g (<b><u>MLE.</u></b>), Marchew oprószana z olejem () 100 g (<b><u>GLU PSZ.</u></b>), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml ,</p>	<p>Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<b><u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u></b>), Masło extra 82% 10 g (<b><u>MLE.</u></b>), Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 80 g (<b><u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u></b>), Pomidor 90 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana b/c 150 ml , Kawa z mlekiem instant b/c 150 ml (<b><u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u></b>),</p>
<p><b>II Śniadanie:</b> Sok pomidorowy 200 ml ,</p>		<p><b>Posiłek nocny:</b> Mandarynka 150 g ,</p>

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2078.96 kcal; Białko ogółem: 105.71 g; Tłuszcz: 64.63 g; Kw. tł. nasy.: 25.79 g; Węglowodany ogółem: 293.57 g; W tym cukry: 58.08 g; Błonnik pok.: 32.5 g; Sól: 10.4 g; WW: 26.27 Por; : 20.34 %; : 56.48 %; Ener. z T: 27.98 %; Ener. z Bł.: 3.13 %; K: 5030.23 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>niedziela 2025-11-30      Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa</b>		
Kasza kukurydziana na mleku 250 ml ( <b>MLE<sub>1</sub></b> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></b> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE<sub>1</sub></b> ), Ser żółty 60 g ( <b>MLE<sub>1</sub></b> ), Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Rosół z makaronem * 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL<sub>1</sub></b> ), Ryż na sypko 200 g, Czwartka z kurczaka pieczona 150 g, Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></b> ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ<sub>1</sub></b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE<sub>1</sub></b> ), Szyńka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80 g ( <b>SOJ<sub>1</sub></b> ), Pomidor 50 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,
<b>II Śniadanie:</b> Ciasto drożdżowe 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SOJ<sub>1</sub></b> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Chrupki kukurydziane 20 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2622.93 kcal; Białko ogółem: 133.61 g; Tłuszcz: 98.6 g; Kw. tł. nasy.: 38.81 g; Węglowodany ogółem: 309.43 g; W tym cukry: 45.01 g; Błonnik pok.: 17.02 g; Sól: 8.5 g; WW: 29.34 Por; : 20.38 %; : 47.19 %; Ener. z T: 33.83 %; Ener. z Bł.: 1.3 %; K: 2248.52 mg;

<b>niedziela 2025-11-30      Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna</b>		
Kasza kukurydziana na mleku 250 ml ( <b>MLE<sub>1</sub></b> ), Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ<sub>1</sub></b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE<sub>1</sub></b> ), Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiowym 80 g ( <b>MLE<sub>1</sub></b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Jabłko 1 szt 1 szt,	Rosół z makaronem * 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL<sub>1</sub></b> ), Ryż na sypko 200 g, Czwartka z kurczaka gotowana 150 g, Kalafior gotowany* 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ<sub>1</sub></b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE<sub>1</sub></b> ), Szyńka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80 g ( <b>SOJ<sub>1</sub></b> ), Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,
<b>II Śniadanie:</b> Ciasto drożdżowe 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SOJ<sub>1</sub></b> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Chrupki kukurydziane 20 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2537.37 kcal; Białko ogółem: 129.97 g; Tłuszcz: 77.69 g; Kw. tł. nasy.: 27.77 g; Węglowodany ogółem: 337.52 g; W tym cukry: 61.27 g; Błonnik pok.: 17.1 g; Sól: 6.3 g; WW: 32.14 Por; : 20.49 %; : 53.21 %; Ener. z T: 27.56 %; Ener. z Bł.: 1.35 %; K: 2449.16 mg;

<b>niedziela 2025-11-30      Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa</b>		
Kasza jęczmienna na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU JECZ<sub>1</sub></b> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></b> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE<sub>1</sub></b> ), Szyńka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 40 g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR<sub>1</sub></b> ), Twarożek 40 g ( <b>MLE<sub>1</sub></b> ), Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Rosół z makaronem * 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL<sub>1</sub></b> ), Ryż na sypko (brązowy) 200 g, Czwartka z kurczaka pieczona 150 g, Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 100 g, Kalafior gotowany* 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Ryż na mleku 250 ml ( <b>MLE<sub>1</sub></b> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></b> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE<sub>1</sub></b> ), Szyńka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g ( <b>SOJ<sub>1</sub></b> ), Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ), Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,
<b>II Śniadanie:</b> Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></b> ), Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE<sub>1</sub></b> ), Szyńka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25 g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR<sub>1</sub></b> ), Pomidor 15 g, Sałata zielona 5 g,	<b>Podwieczorek:</b> Jabłko 1 szt 1 szt, Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></b> ), Szyńka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g ( <b>SOJ<sub>1</sub></b> ), Sałata zielona 5 g, Pomidor 15 g, Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE<sub>1</sub></b> ),	<b>Posiłek nocny:</b> Chleb razowy pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></b> ), Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE<sub>1</sub></b> ), Twaróg półtłusty 20 g ( <b>MLE<sub>1</sub></b> ), Sałata zielona 5 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2989.5 kcal; Białko ogółem: 158.35 g; Tłuszcz: 106.9 g; Kw. tł. nasy.: 42.13 g; Węglowodany ogółem: 360.89 g; W tym cukry: 56.56 g; Błonnik pok.: 33.04 g; Sól: 10.57 g; WW: 32.8 Por; : 21.19 %; : 48.29 %; Ener. z T: 32.18 %; Ener. z Bł.: 2.21 %; K: 3810.86 mg;

<b>niedziela 2025-11-30      Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa</b>		
Kasza kukurydziana na mleku 250 ml ( <b>MLE<sub>1</sub></b> ), Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE<sub>1</sub></b> ), Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiowym 80 g ( <b>MLE<sub>1</sub></b> ), Jabłko 1 szt 1 szt, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Rosół z makaronem * 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL<sub>1</sub></b> ), Ryż na sypko (brązowy) 200 g, Czwartka z kurczaka pieczona 150 g, Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 100 g, Kalafior gotowany* 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE<sub>1</sub></b> ), Szyńka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80 g ( <b>SOJ<sub>1</sub></b> ), Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,

## Jadłospisy dla oddziałów

<b>II Śniadanie:</b> Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ), Szyńka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25 g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b> ), Pomidor 15 g, Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Chrupki kukurydziane 20 g,
--	--	--

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2477.94 kcal; Białko ogółem: 132.96 g; Tłuszcz: 84.88 g; Kw. tł. nasy.: 30.86 g; Węglowodany ogółem: 306.12 g; W tym cukry: 41.36 g; Błonnik pok.: 28.87 g; Sól: 8.52 g; WW: 27.72 Por; : 21.46 %; : 49.41 %; Ener. z T: 30.83 %; Ener. z Bł.: 2.33 %; K: 3081.36 mg;