

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2025-12-29 Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa		
Płatki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Szyńka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 80 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u>), Ogórek kiszony 50 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Grochowa z ziemniakami (*) 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Pierogi z serem 250 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Mus z jabłek prażonych 100 g, Sos jogurtowo-porceczkowy* 100 g (<u>MLE,</u>), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>), Pomidor 50 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>),
II Śniadanie: Mandarynka 150 g,		Posiłek nocny: Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ,</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2366.33 kcal; Białko ogółem: 95.31 g; Tłuszcz: 56.15 g; Kw. tł. nasy.: 23.52 g; Węglowodany ogółem: 382.99 g; W tym cukry: 89.41 g; Błonnik pok.: 28.25 g; Sól: 6.6 g; WW: 35.29 Por; : 16.11 %; : 64.74 %; Ener. z T: 21.36 %; Ener. z Bł.: 2.39 %; K: 2375.18 mg;

poniedziałek 2025-12-29 Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna		
Płatki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Szyńka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 80 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u>), Pomidor 50 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Solferino * () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Pierogi z serem 250 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Mus z jabłek prażonych 100 g, Sos jogurtowo-porceczkowy* 100 g (<u>MLE,</u>), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>), Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>),
II Śniadanie: Mandarynka 150 g,		Posiłek nocny: Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ,</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2313.1 kcal; Białko ogółem: 93.18 g; Tłuszcz: 53.48 g; Kw. tł. nasy.: 23.31 g; Węglowodany ogółem: 375.49 g; W tym cukry: 94.17 g; Błonnik pok.: 22.46 g; Sól: 4.76 g; WW: 35.16 Por; : 16.11 %; : 64.93 %; Ener. z T: 20.81 %; Ener. z Bł.: 1.94 %; K: 2562.41 mg;

poniedziałek 2025-12-29 Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa		
Płatki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Szyńka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u>), Ser żółty 30 g (<u>MLE,</u>), Ogórek kiszony 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Solferino * () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Pulpet drobiowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>), Ryż na sypko (brązowy) 180 g, Fasolka szparagowa z wody* 150 g, Jabłko 1 szt 1 szt, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Makaron na mleku 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>), Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant b/c 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>),
II Śniadanie: Mandarynka 150 g, Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</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>), Pomidor 15 g, Sałata zielona 5 g, Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE,</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>), 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, Ogórek	Posiłek nocny: Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>), Twaróg półtłusty 25 g (<u>MLE,</u>), Pomidor 15 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2840.78 kcal; Białko ogółem: 124.11 g; Tłuszcz: 88.67 g; Kw. tł. nasy.: 40.71 g; Węglowodany ogółem: 400.36 g; W tym cukry: 73.96 g; Błonnik pok.: 36.05 g; Sól: 12.17 g; WW: 36.47 Por; : 17.48 %; : 56.37 %; Ener. z T: 28.09 %; Ener. z Bł.: 2.54 %; K: 4298.42 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-12-29	Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa	
Płatki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Szyńka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 80 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,	Solferino * () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ryż na sypko (brązowy) 180 g, Mus z jabłek prażonych 100 g, Sos jogurtowo-porzeczkowy* 100 g (<u>MLE.</u>), Jabłko 1 szt 1 szt, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Pomidor 90 g, Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>), Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 150 ml, Kawa z mlekiem instant b/c 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>),
II Śniadanie: Mandarynka 150 g,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 30 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1997.69 kcal; Białko ogółem: 67.92 g; Tłuszcz: 47.39 g; Kw. tł. nasy.: 20.9 g; Węglowodany ogółem: 334.28 g; W tym cukry: 73.62 g; Błonnik pok.: 30.66 g; Sól: 7.49 g; WW: 30.25 Por; : 13.6 %; : 66.93 %; Ener. z T: 21.35 %; Ener. z Bł.: 3.07 %; K: 3105.25 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2025-12-30 Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa		
Makaron 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 makreli wędzonej z warzywami** 80 g (<u>RYB, SEL,</u>), Ogórek kiszony 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Kapuśniak z kapusty kiszzonej () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR,</u>), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ,</u>), Pieczeń rzymska drobiowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>), Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</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,</u>), Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Szyunka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 35 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SO2,</u>), Twaróg półtłusty 35 g (<u>MLE,</u>), Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,
II Śniadanie: Bułka maślana 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>),		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2345.21 kcal; Białko ogółem: 86.89 g; Tłuszcz: 73.99 g; Kw. tł. nasy.: 23.75 g; Węglowodany ogółem: 343.46 g; W tym cukry: 67.32 g; Błonnik pok.: 24.7 g; Sól: 8.8 g; WW: 31.87 Por; : 14.82 %; : 58.58 %; Ener. z T: 28.4 %; Ener. z Bł.: 2.11 %; K: 2736.05 mg;

wtorek 2025-12-30 Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna		
Makaron 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 ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL,</u>), Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Wielowarzywna z ziemniakami * () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ,</u>), Pieczeń rzymska drobiowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>), Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Cukinia pieczona z olejem () 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Szyunka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 80 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SO2,</u>), Pomidor 40 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,
II Śniadanie: Bułka maślana 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>),		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2169.37 kcal; Białko ogółem: 92.19 g; Tłuszcz: 53.46 g; Kw. tł. nasy.: 18.77 g; Węglowodany ogółem: 338.51 g; W tym cukry: 64.77 g; Błonnik pok.: 20.62 g; Sól: 6.46 g; WW: 31.83 Por; : 17 %; : 62.42 %; Ener. z T: 22.18 %; Ener. z Bł.: 1.9 %; K: 2973.67 mg;

wtorek 2025-12-30 Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa		
Makaron 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 makreli wędzonej z warzywami** 40 g (<u>RYB, SEL,</u>), Ser żółty 30 g (<u>MLE,</u>), Ogórek kiszony 70 g, Pomidor 50 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Wielowarzywna z ziemniakami * () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ,</u>), Pieczeń rzymska drobiowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>), Cukinia pieczona z olejem * 100 g, Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Płatki pszenne na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Szyunka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 35 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SO2,</u>), Twaróg półtłusty 35 g (<u>MLE,</u>), Pomidor 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,
II Śniadanie: Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Andruły 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Twaróg półtłusty 25 g (<u>MLE,</u>), Pomidor 15 g, Sałata zielona 5 g, Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: Mus z truskawek* b/c 100 g, Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Filet zapiekany drobiowy 25 g (<u>MLE,</u>), Ogórek kiszony 15 g, Sałata zielona 5 g, Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>),	Posiłek nocny: Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>), Ser żółty 20 g (<u>MLE,</u>), Sałata zielona 5 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2892.61 kcal; Białko ogółem: 124.39 g; Tłuszcz: 97.06 g; Kw. tł. nasy.: 43.04 g; Węglowodany ogółem: 396.4 g; W tym cukry: 52.87 g; Błonnik pok.: 31.82 g; Sól: 12.73 g; WW: 36.5 Por; : 17.2 %; : 54.82 %; Ener. z T: 30.2 %; Ener. z Bł.: 2.2 %; K: 3844.58 mg;

wtorek 2025-12-30 Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

<p>Makaron 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 ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL.</u>), Pomidor 90 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,</p>	<p>Wielowarzywna z ziemniakami * () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ.</u>), Pieczeń rzymska drobiowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Cukinia pieczona z olejem * 100 g , Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml ,</p>	<p>Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<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, S02.</u>), Pomidor 90 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,</p>
<p>II Śniadanie: Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Twaróg półtłusty 25 g (<u>MLE.</u>), Pomidor 15 g , Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>),</p>		<p>Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt ,</p>

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2175.13 kcal; Białko ogółem: 96.44 g; Tłuszcz: 61.92 g; Kw. tł. nasy.: 22.93 g; Węglowodany ogółem: 321.28 g; W tym cukry: 50.46 g; Błonnik pok.: 29.44 g; Sól: 8.73 g; WW: 29.22 Por; : 17.73 %; : 59.08 %; Ener. z T: 25.62 %; Ener. z Bł.: 2.71 %; K: 3821.82 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USD UNIWERSYTECKI SZPITAL DZIECIĘCY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2025-12-31 Jadłospis dla diety: L- USD Podstawowa		
Ryż na mleku 250 ml (<u>MLE₁</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT₁</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT₁</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE₁</u>), Serek homo z owocami 80 g (<u>MLE₁</u>), Jabłko 1 szt 1 szt, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL₁</u>), Makaron 180 g (<u>GLUPSZ₁</u>), Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (<u>GLUPSZ, SEL₁</u>), Surówka wielowarzywna z olejem () 100 g (<u>SEL₁</u>), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₁</u>), Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE₁</u>), Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (<u>GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE₁</u>), Sałatka z pomidorów i koperku 50 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,
II Śniadanie: Banan 1szt. 1 szt,		Posiłek nocny: Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO₂</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2485.88 kcal; Białko ogółem: 84.38 g; Tłuszcz: 68.8 g; Kw. tł. nasy.: 22.51 g; Węglowodany ogółem: 393.14 g; W tym cukry: 109.03 g; Błonnik pok.: 26.77 g; Sól: 6.58 g; WW: 36.71 Por; : 13.58 %; : 63.26 %; Ener. z T: 24.91 %; Ener. z Bł.: 2.15 %; K: 3537.87 mg;

środa 2025-12-31 Jadłospis dla diety: L- USD Łatwo strawna		
Ryż na mleku 250 ml (<u>MLE₁</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT₁</u>), Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE₁</u>), Serek homo z owocami 80 g (<u>MLE₁</u>), Jabłko 1 szt 1 szt, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL₁</u>), Makaron 180 g (<u>GLUPSZ₁</u>), Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (<u>GLUPSZ, SEL₁</u>), Brokuł gotowany* 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₁</u>), Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE₁</u>), Filet zapiekany drobiowy 80 g (<u>MLE₁</u>), Sałatka z pomidorów i koperku 50 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,
II Śniadanie: Banan 1szt. 1 szt,		Posiłek nocny: Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO₂</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2403.24 kcal; Białko ogółem: 94.58 g; Tłuszcz: 58.78 g; Kw. tł. nasy.: 20.07 g; Węglowodany ogółem: 384.67 g; W tym cukry: 104.81 g; Błonnik pok.: 25.16 g; Sól: 5.95 g; WW: 35.99 Por; : 15.74 %; : 64.02 %; Ener. z T: 22.01 %; Ener. z Bł.: 2.09 %; K: 3461.37 mg;

środa 2025-12-31 Jadłospis dla diety: L- USD Cukrzycowa		
Ryż na mleku 250 ml (<u>MLE₁</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT₁</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₁</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE₁</u>), Szyńka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ₁</u>), Serek homo. naturalny 40 g (<u>MLE₁</u>), Jabłko 1 szt 1 szt, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) b/c 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL₁</u>), Makaron pełnoziarnisty 180 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (<u>SEL₁</u>), Brokuł gotowany* 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₁</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₁</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE₁</u>), Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE₁</u>), Twarożek z ziołami 40 g (<u>MLE₁</u>), Sałatka z pomidorów i koperku 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,
II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 szt, Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT₁</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE₁</u>), Ser żółty 25 g (<u>MLE₁</u>), Sałata zielona 5 g, Pomidor 15 g,	Podwieczorek: Filet zapiekany drobiowy 25 g (<u>MLE₁</u>), Pomidor 15 g, Sałata zielona 5 g, Masło extra 82% 5 g (<u>MLE₁</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₁</u>), Maślanka 200 ml (<u>MLE₁</u>),	Posiłek nocny: Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₁</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE₁</u>), Jajko gotowane kl M 0.50 szt (<u>JAJ</u>), Papryka konserwowa 15 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2706.81 kcal; Białko ogółem: 122.98 g; Tłuszcz: 83.42 g; Kw. tł. nasy.: 34.94 g; Węglowodany ogółem: 379.61 g; W tym cukry: 73.58 g; Błonnik pok.: 37.3 g; Sól: 10.86 g; WW: 34.32 Por; : 18.17 %; : 56.1 %; Ener. z T: 27.74 %; Ener. z Bł.: 2.76 %; K: 4064.01 mg;

środa 2025-12-31 Jadłospis dla diety: L- USD Bogatoresztkowa		
Ryż na mleku 250 ml (<u>MLE₁</u>), Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₁</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE₁</u>), Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE₁</u>), Jabłko 1 szt 1 szt, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL₁</u>), Makaron pełnoziarnisty 180 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (<u>SEL₁</u>), Brokuł gotowany* 100 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₁</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE₁</u>), Filet zapiekany drobiowy 80 g (<u>MLE₁</u>), Sałatka z pomidorów i koperku 90 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,

Jadłospisy dla oddziałów

II Śniadanie: Banan 1szt. 1 szt ,		Posiłek nocny: Podpłomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ. MLE.</u>),
-----------------------------------	--	---

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2213.54 kcal; Białko ogółem: 96.88 g; Tłuszcz: 57.79 g; Kw. tł. nasy.: 19.17 g; Węglowodany ogółem: 337.19 g; W tym cukry: 85.73 g; Błonnik pok.: 32.56 g; Sól: 6.82 g; WW: 30.52 Por; : 17.51 %; : 60.93 %; Ener. z T: 23.5 %; Ener. z Bł.: 2.94 %; K: 4106.52 mg;