

### Jadłospisy dla oddziałów

#### Oddział: SSPSK Nr 1 PUM Szczecin

Sniadanie II Sniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
---------------------------	-----------------------	--------------------------

środa 2023-11-01

Jadłospis dla diety: SZ-UL Normalna

Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u> ), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE, </u> ), Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ, </u> ), Chrzan ze śmietaną 20 g ( <u>MLE, SO2, </u> ), Papryka konserwowa 50 g , Kawa z mlekiem instant. 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, </u> ),	Pomidorowa z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u> ), Ziemniaki () 200 g , Karczek pieczony 90 g ( <u>GLU PSZ, </u> ), Sos meksykański 150 g ( <u>GLU PSZ, </u> ), Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g ( <u>MLE, SEL, </u> ), Marchewka z groszkiem*oprószana 100 g ( <u>GLU PSZ, MLE, </u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u> ), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE, </u> ), Paprykarz szczeciński 100 g ( <u>RYB, SOJ, </u> ), Rzodkiew biała 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
	Podwieczorek: Rogal maślany 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, </u> ),	

**Wartości odżywcze:** E: 2542.99 kcal; B: 95.18 g; T: 93.71 g; Kw. tł. nasy.: 37.53 g; W: 345.25 g; W tym cukry: 50.06 g; Bł.: 36.21 g; Sól: 8.3 g; WW: 30.92 Por; Ener. z B: 14.97 %; Ener. z W: 48.61 %; Ener. z T: 33.16 %; Ener. z Bł.: 2.85 %; K: 4365.19 mg;

środa 2023-11-01

Jadłospis dla diety: SZ-UL Normalna dla dzieci

Butka pszenna 75g 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ, </u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE, </u> ), Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ, </u> ), Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE, </u> ), Papryka świeża 50 g , Kawa z mlekiem instant. 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, </u> ), Majonez 20 g ( <u>JAJ, GOR, </u> ),	Pomidorowa z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u> ), Ziemniaki () 200 g , Karczek pieczony 90 g ( <u>GLU PSZ, </u> ), Sos meksykański 150 g ( <u>GLU PSZ, </u> ), Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g ( <u>MLE, SEL, </u> ), Marchewka z groszkiem*oprószana 100 g ( <u>GLU PSZ, MLE, </u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u> ), Butka pszenna 75g 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ, </u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE, </u> ), Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g , Paprykarz szczeciński 50 g ( <u>RYB, SOJ, </u> ), Ogórek świeży 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Koktajl bananowy. 200 ml ( <u>MLE, </u> ),	Podwieczorek: Rogal maślany 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, </u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE, </u> ), Miód (25g) 1 szt ,	

**Wartości odżywcze:** E: 2973.19 kcal; B: 117.79 g; T: 112.74 g; Kw. tł. nasy.: 44.14 g; W: 381.93 g; W tym cukry: 78.72 g; Bł.: 29.44 g; Sól: 8.54 g; WW: 35.34 Por; Ener. z B: 15.85 %; Ener. z W: 47.42 %; Ener. z T: 34.13 %; Ener. z Bł.: 1.98 %; K: 4345.98 mg;

środa 2023-11-01

Jadłospis dla diety: SZ-UL Wegetariańska

Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u> ), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE, </u> ), Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ, </u> ), Chrzan ze śmietaną 20 g ( <u>MLE, SO2, </u> ), Papryka konserwowa 100 g , Kawa z mlekiem instant. 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, </u> ),	Pomidorowa z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u> ), Kotlety ziemniaczane () 200 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, </u> ), Sos szpinakowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, </u> ), Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g ( <u>MLE, SEL, </u> ), Marchewka z groszkiem*oprószana 100 g ( <u>GLU PSZ, MLE, </u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u> ), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE, </u> ), Paprykarz szczeciński 100 g ( <u>RYB, SOJ, </u> ), Rzodkiew biała 100 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Koktajl bananowy. 200 ml ( <u>MLE, </u> ),	Podwieczorek: Rogal maślany 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, </u> ),	

**Wartości odżywcze:** E: 2560.5 kcal; B: 78.7 g; T: 90.37 g; Kw. tł. nasy.: 35.03 g; W: 374.33 g; W tym cukry: 70.18 g; Bł.: 38.17 g; Sól: 8.11 g; WW: 33.65 Por; Ener. z B: 12.3 %; Ener. z W: 52.51 %; Ener. z T: 31.77 %; Ener. z Bł.: 2.98 %; K: 3987.85 mg;

### Jadłospisy dla oddziałów

środa 2023-11-01 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bezmleczna		
Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ,</u> ), Papryka konserwowa 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, Majonez 20 g ( <u>JAJ, GOR,</u> ),	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)*. 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ), Ziemniaki () 200 g, Karczek pieczony 90 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Sos meksykański 150 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g ( <u>SEL,</u> ), Marchew gotowana z olejem* 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Paprykarz szczeciński 100 g ( <u>RYB, SOJ,</u> ), Rzodkiew biała 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Banan 1szt. 1 szt,	Podwieczorek: Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Miód (25g) 1 szt,	

**Wartości odżywcze:** E: 2684.93 kcal; B: 83.4 g; T: 105.59 g; Kw. tł. nasy.: 27.34 g; W: 369 g; W tym cukry: 76.86 g; Bł.: 38.16 g; Sól: 9.17 g; WW: 33.14 Por; Ener. z B: 12.42 %; Ener. z W: 49.29 %; Ener. z T: 35.4 %; Ener. z Bł.: 2.84 %; K: 4741.11 mg;

środa 2023-11-01 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bez laktozy		
Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ,</u> ), Papryka konserwowa 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, Majonez 20 g ( <u>JAJ, GOR,</u> ),	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)*. 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ), Ziemniaki () 200 g, Karczek pieczony 90 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Sos meksykański 150 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g ( <u>SEL,</u> ), Marchew gotowana z olejem* 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Paprykarz szczeciński 100 g ( <u>RYB, SOJ,</u> ), Rzodkiew biała 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Banan 1szt. 1 szt,	Podwieczorek: Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Miód (25g) 1 szt,	

**Wartości odżywcze:** E: 2684.93 kcal; B: 83.4 g; T: 105.59 g; Kw. tł. nasy.: 27.34 g; W: 369 g; W tym cukry: 76.86 g; Bł.: 38.16 g; Sól: 9.17 g; WW: 33.14 Por; Ener. z B: 12.42 %; Ener. z W: 49.29 %; Ener. z T: 35.4 %; Ener. z Bł.: 2.84 %; K: 4741.11 mg;

środa 2023-11-01 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bezglutenowa		
Chleb bezglutenowy 100 g, Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE,</u> ), Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ,</u> ), Papryka konserwowa 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, Chrzan ze śmietaną 20 g ( <u>MLE, SO2,</u> ),	Pomidorowa z makaronem (bez glutenu)*. 400 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ), Ziemniaki () 200 g, Bitka z fileta kurczaka (bez glutenu) 80 g, Sos szpinakowy (bez glutenu)* 100 ml, Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g ( <u>MLE, SEL,</u> ), Marchew gotowana z olejem* 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb bezglutenowy 100 g, Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE,</u> ), Paprykarz szczeciński 100 g ( <u>RYB, SOJ,</u> ), Rzodkiew biała 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Koktajl bananowy. 200 ml ( <u>MLE,</u> ),	Podwieczorek: Chleb bezglutenowy 50 g, Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ), Miód (25g) 1 szt,	

**Wartości odżywcze:** E: 2392.88 kcal; B: 69.95 g; T: 99.22 g; Kw. tł. nasy.: 33.57 g; W: 312.73 g; W tym cukry: 57.68 g; Bł.: 22.36 g; Sól: 4.82 g; WW: 29.14 Por; Ener. z B: 11.69 %; Ener. z W: 48.54 %; Ener. z T: 37.32 %; Ener. z Bł.: 1.87 %; K: 4086.84 mg;

### Jadłospisy dla oddziałów

środa 2023-11-01 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bezglutenowa, bez mleka		
Chleb bezglutenowy 100 g , Margaryna porcjowa 15g 1 szt , Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ</u> , ), Papryka konserwowa 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml , Majonez 20 g ( <u>JAJ</u> , <u>GOR</u> , ) ,	Pomidorowa z makaronem (bez mleka, bez glutenu)*. 400 ml ( <u>SEL</u> , ) , Ziemniaki ( ) 200 g , Bitka z fileta kurczaka (bez glutenu) 80 g , Marchew gotowana z olejem* 100 g , Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g ( <u>SEL</u> , ) , Sos szpinakowy (bez glutenu)* 100 ml , Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Chleb bezglutenowy 100 g , Margaryna porcjowa 15g 1 szt , Paprykarz szczeciński 100 g ( <u>RYB</u> , <u>SOJ</u> , ) , Rzodkiew biała 50 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,
II Śniadanie: Banan 1szt. 1 szt ,	Podwieczorek: Chleb bezglutenowy 50 g , Margaryna porcjowa 15g 1 szt , Miód (25g) 1 szt ,	

**Wartości odżywcze:** E: 2488.12 kcal; B: 64.54 g; T: 107.61 g; Kw. tł. nasy.: 19.88 g; W: 324.84 g; W tym cukry: 66.17 g; Bł.: 23.25 g; Sól: 5.21 g; WW: 30.18 Por; Ener. z B: 10.37 %; Ener. z W: 48.48 %; Ener. z T: 38.92 %; Ener. z Bł.: 1.87 %; K: 4293.65 mg;

środa 2023-11-01 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bogatoresztkowa		
Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> , ) , Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE</u> , ) , Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ</u> , ) , Chrzan ze śmietaną 20 g ( <u>MLE</u> , <u>SOJ</u> , ) , Papryka konserwowa 150 g , Kawa z mlekiem instant. 250 ml ( <u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JECZ</u> , ) ,	Pomidorowa z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ) , Ziemniaki ( ) 200 g , Karczek pieczony 90 g ( <u>GLU PSZ</u> , ) , Sos meksykański 150 g ( <u>GLU PSZ</u> , ) , Surówka z selera i jabłka b/c ( ) 100 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ) , Marchewka z groszkiem*oprószana 100 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , ) , Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> , ) , Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE</u> , ) , Paprykarz szczeciński 100 g ( <u>RYB</u> , <u>SOJ</u> , ) , Rzodkiew biała 50 g , Pomidor 150 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Koktajl bananowy. 200 ml ( <u>MLE</u> , ) ,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> , ) , Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> , ) , Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g ,	

**Wartości odżywcze:** E: 2630.56 kcal; B: 100.31 g; T: 106.66 g; Kw. tł. nasy.: 45.1 g; W: 340.89 g; W tym cukry: 82.95 g; Bł.: 50.35 g; Sól: 8.39 g; WW: 29.14 Por; Ener. z B: 15.25 %; Ener. z W: 44.18 %; Ener. z T: 36.49 %; Ener. z Bł.: 3.83 %; K: 6040.33 mg;

środa 2023-11-01 Jadłospis dla diety: SZ-UL Łatwo strawna		
Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> , ) , Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE</u> , ) , Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ</u> , ) , Dynia z wody 50 g , Kawa z mlekiem instant. 250 ml ( <u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JECZ</u> , ) ,	Pomidorowa z makaronem *. 400 ml ( <u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ) , Ziemniaki ( ) 200 g , Bitka z fileta kurczaka 80 g ( <u>GLU PSZ</u> , ) , Sos szpinakowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> , ) , Surówka z selera i jabłka ( ) 150 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ) , Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> , ) , Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE</u> , ) , Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> , ) , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
	Podwieczorek: Rogal maślany 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , ) , Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> , ) , Miód (25g) 1 szt ,	

**Wartości odżywcze:** E: 2358.99 kcal; B: 98.35 g; T: 79.08 g; Kw. tł. nasy.: 30.59 g; W: 323.58 g; W tym cukry: 50.68 g; Bł.: 23.02 g; Sól: 4.96 g; WW: 30.15 Por; Ener. z B: 16.68 %; Ener. z W: 50.96 %; Ener. z T: 30.17 %; Ener. z Bł.: 1.95 %; K: 3762.93 mg;

### Jadłospisy dla oddziałów

środa 2023-11-01 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dzieci łatwo strawna		
Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> ), Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ</u> ), Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ), Pomidor 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ),	Pomidorowa z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Ziemniaki () 200 g, Bitka z fileta kurczaka 80 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Sos szpinakowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> ), Surówka z selera i jabłka () 150 g ( <u>MLE, SEL</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Koktajl bananowy. 200 ml ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: Rogal maślany 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ), Miód (25g) 1 szt,	

**Wartości odżywcze:** E: 2810.31 kcal; B: 124.51 g; T: 92.15 g; Kw. tł. nasy.: 38.56 g; W: 382.28 g; W tym cukry: 83.25 g; Bł.: 24.06 g; Sól: 6.43 g; WW: 36.05 Por; Ener. z B: 17.72 %; Ener. z W: 50.99 %; Ener. z T: 29.51 %; Ener. z Bł.: 1.71 %; K: 4572.23 mg;

środa 2023-11-01 Jadłospis dla diety: SZ-UL Trzustkowa/Wątrobowa		
Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Dynia z wody 150 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ),	Pomidorowa z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Ziemniaki () 200 g, Bitka z fileta kurczaka 80 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Marchew gotowana z olejem* 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ), Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g, Cukinia pieczona (bez oleju) * 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Koktajl bananowy. 200 ml ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Miód (25g) 2 szt, Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** E: 2229.92 kcal; B: 97.25 g; T: 45.35 g; Kw. tł. nasy.: 18.33 g; W: 367.7 g; W tym cukry: 80.71 g; Bł.: 24.64 g; Sól: 8.11 g; WW: 34.41 Por; Ener. z B: 17.44 %; Ener. z W: 61.54 %; Ener. z T: 18.31 %; Ener. z Bł.: 2.21 %; K: 4626.02 mg;

środa 2023-11-01 Jadłospis dla diety: SZ-UL Żołądkowa		
Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Dynia z wody 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ),	Ziemniaczana * () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Ziemniaki () 200 g, Bitka z fileta kurczaka 80 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Sos szpinakowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> ), Marchew gotowana z olejem* 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g, Pasta warzywna* 50 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
	Podwieczorek: Rogal maślany 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ), Miód (25g) 1 szt,	

**Wartości odżywcze:** E: 2219.38 kcal; B: 88.31 g; T: 61.23 g; Kw. tł. nasy.: 26.59 g; W: 339.48 g; W tym cukry: 49.15 g; Bł.: 22.87 g; Sól: 7.02 g; WW: 31.79 Por; Ener. z B: 15.92 %; Ener. z W: 57.06 %; Ener. z T: 24.83 %; Ener. z Bł.: 2.06 %; K: 4277.36 mg;

### Jadłospisy dla oddziałów

środa 2023-11-01 Jadłospis dla diety: SZ-UL Specjalna bezmleczna		
Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ</u> ), Dynia z wody 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Ziemniaki () 250 g, Bitka z fileta kurczaka 80 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Sos szpinakowy (bez mleka)* 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> ), Marchew gotowana z olejem* 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Filet z kurczaka gotowany 100 g, Cukinia pieczona z olejem* 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Jabłko pieczone 1szt. 1 szt,	Podwieczorek: Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Miód (25g) 1 szt,	

**Wartości odżywcze:** E: 2483.6 kcal; B: 109.4 g; T: 84.31 g; Kw. tł. nasy.: 19.5 g; W: 333.28 g; W tym cukry: 61.4 g; Bł.: 27.47 g; Sól: 6.58 g; WW: 30.49 Por; Ener. z B: 17.62 %; Ener. z W: 49.25 %; Ener. z T: 30.55 %; Ener. z Bł.: 2.21 %; K: 5148.23 mg;

środa 2023-11-01 Jadłospis dla diety: SZ-UL Papkowata		
Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> ), Bułka pszenna długa krojona 75 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z wędliną drob wp i koperkiem. 100 g ( <u>SOJ, GOR</u> ), Kawa z mlekiem instant. 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ), Dynia z wody 50 g,	Pomidorowa z makaronem*. 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Ziemniaki () 200 g, Bitka z fileta kurczaka 80 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Sos szpinakowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> ), Marchew gotowana z olejem* 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Ryż na wywarze jarzynowym. 300 ml ( <u>SEL</u> ), Bułka pszenna długa krojona 75 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 100 g ( <u>SEL</u> ), Cukinia pieczona z olejem* 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
	Podwieczorek: Jabłko pieczone 1szt. 1 szt,	

**Wartości odżywcze:** E: 2457.33 kcal; B: 102.25 g; T: 93.24 g; Kw. tł. nasy.: 28.6 g; W: 311.02 g; W tym cukry: 78.91 g; Bł.: 24.95 g; Sól: 6.52 g; WW: 28.72 Por; Ener. z B: 16.64 %; Ener. z W: 46.57 %; Ener. z T: 34.15 %; Ener. z Bł.: 2.03 %; K: 4489.94 mg;

środa 2023-11-01 Jadłospis dla diety: SZ-UL Papkowata cukrzycowa		
Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ), Bułka pszenna długa krojona 75 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z wędliną drob wp i koperkiem. 100 g ( <u>SOJ, GOR</u> ), Pasta warzywna* 50 g ( <u>SEL</u> ), Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ),	Pomidorowa z makaronem*. 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Ziemniaki () 200 g, Bitka z fileta kurczaka 80 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Sos szpinakowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> ), Marchew gotowana z olejem* 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Ryż na wywarze jarzynowym. 300 ml ( <u>SEL</u> ), Bułka pszenna długa krojona 75 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 100 g ( <u>SEL</u> ), Cukinia pieczona z olejem* 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt,	Podwieczorek: Jabłko pieczone 1szt. 1 szt, Kefir 2% t 200g 1 szt ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** E: 2404.03 kcal; B: 102.96 g; T: 94.84 g; Kw. tł. nasy.: 28.14 g; W: 292.98 g; W tym cukry: 55.33 g; Bł.: 29.21 g; Sól: 6.45 g; WW: 26.42 Por; Ener. z B: 17.13 %; Ener. z W: 43.89 %; Ener. z T: 35.51 %; Ener. z Bł.: 2.43 %; K: 4424.01 mg;

### Jadłospisy dla oddziałów

środa 2023-11-01 Jadłospis dla diety: SZ-UL Płynna cukrzycowa		
Mięso drobiowe gotowane 100g 1 szt , Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE</u> ), Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ), Ryż na wywarze jarzynowym. 400 ml ( <u>SEL</u> ),	Pomidorowa z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Ziemniaki () 50 g , Pulpet drobiowy z indyka 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ), Marchew gotowana z olejem* 100 g , Olej rzepakowy 10 g ,	Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <u>SEL</u> ), Ryż na wywarze jarzynowym. 400 ml ( <u>SEL</u> ), Mięso drobiowe gotowane 100g 1 szt , Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE</u> ), Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ</u> ),
II Śniadanie: Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt ,	Podwieczorek: Kefir 2 % tł 200g 1 szt ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** E: 2044.47 kcal; B: 113.52 g; T: 116.6 g; Kw. tł. nasy.: 36.53 g; W: 139.96 g; W tym cukry: 25.24 g; Bł.: 17.28 g; Sól: 3.14 g; WW: 12.18 Por; Ener. z B: 22.21 %; Ener. z W: 24 %; Ener. z T: 51.33 %; Ener. z Bł.: 1.69 %; K: 2919.26 mg;

środa 2023-11-01 Jadłospis dla diety: SZ-UL Płynna wysokobiałkowa		
Kasza kukurydziana na mleku 400 ml ( <u>MLE</u> ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Mleko w proszku 25 g ( <u>MLE</u> ), Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE</u> ), Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ),	Pomidorowa z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Ziemniaki () 50 g , Pulpet drobiowy z indyka 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ), Marchew gotowana z olejem* 100 g , Olej rzepakowy 10 g ,	Ryż na wywarze jarzynowym. 400 ml ( <u>SEL</u> ), Mięso drobiowe gotowane 100g 1 szt , Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE</u> ), Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ),
II Śniadanie: Koktajl bananowy. 200 ml ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: Kefir 2 % tł 200g 1 szt ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** E: 2191.63 kcal; B: 108.71 g; T: 106.29 g; Kw. tł. nasy.: 40.75 g; W: 204.57 g; W tym cukry: 70.55 g; Bł.: 11.54 g; Sól: 3.56 g; WW: 19.36 Por; Ener. z B: 19.84 %; Ener. z W: 35.23 %; Ener. z T: 43.65 %; Ener. z Bł.: 1.05 %; K: 3447.34 mg;

środa 2023-11-01 Jadłospis dla diety: SZ-UL Przecierana		
Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> ), Bułka pszenna długa krojona 75 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE</u> ), Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ), Mleko w proszku 10 g ( <u>MLE</u> ),	Pomidorowa z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Ziemniaki () 150 g , Pulpet drobiowy z indyka 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ), Marchew gotowana z olejem* 100 g , Olej rzepakowy 10 g ,	Ryż na wywarze jarzynowym. 300 ml ( <u>SEL</u> ), Mięso drobiowe gotowane 100g 1 szt , Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <u>SEL</u> ), Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE</u> ), Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ),
II Śniadanie: Koktajl bananowy. 200 ml ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: Kefir 2 % tł 200g 1 szt ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** E: 2288.69 kcal; B: 105.56 g; T: 108.43 g; Kw. tł. nasy.: 39.94 g; W: 229.98 g; W tym cukry: 63.54 g; Bł.: 17.37 g; Sól: 4.04 g; WW: 21.28 Por; Ener. z B: 18.45 %; Ener. z W: 37.16 %; Ener. z T: 42.64 %; Ener. z Bł.: 1.52 %; K: 4029.71 mg;

środa 2023-11-01 Jadłospis dla diety: SZ-UL Niskokaloryczna		
Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ), Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ</u> ), Papryka konserwowa 50 g , Kawa z mlekiem instant b/c 200 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEZ</u> ),	Pomidorowa z makaronem * 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Ziemniaki () 200 g , Bitka z fileta kurczaka 80 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g ( <u>MLE, SEL</u> ), Marchew gotowana z olejem* 100 g , Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml ,	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ), Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ), Rzodkiew biała 50 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,
II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 szt ,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ), Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** E: 1695.67 kcal; B: 84.89 g; T: 59.2 g; Kw. tł. nasy.: 17.04 g; W: 225.21 g; W tym cukry: 47.25 g; Bł.: 39.01 g; Sól: 4.71 g; WW: 18.7 Por; Ener. z B: 20.03 %; Ener. z W: 43.92 %; Ener. z T: 31.42 %; Ener. z Bł.: 4.6 %; K: 4505.99 mg;

### Jadłospisy dla oddziałów

środa 2023-11-01		
Jadłospis dla diety: SZ-UL Wysokobiałkowa/Wysokokaloryczna		
Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> ), Chleb Graham 120 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ</u> ), Szywnowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g, Pomidor 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ),	Pomidorowa z makaronem *. 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Ziemniaki () 200 g, Karczek pieczony 90 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Sos szpinakowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> ), Marchewka z groszkiem*oprószana 150 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb Graham 120 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ), Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Koktajl bananowy. 200 ml ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: Rogal maślany 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ), Miód (25g) 2 szt,	

**Wartości odżywcze:** E: 3006.9 kcal; B: 127.51 g; T: 108.51 g; Kw. tł. nasy.: 45.71 g; W: 394.34 g; W tym cukry: 79.16 g; Bł.: 30.23 g; Sól: 7.11 g; WW: 36.53 Por; Ener. z B: 16.96 %; Ener. z W: 48.44 %; Ener. z T: 32.48 %; Ener. z Bł.: 2.01 %; K: 4615.72 mg;

środa 2023-11-01		
Jadłospis dla diety: SZ-UL Hematologiczna		
Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Chleb Graham 40 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ</u> ), Dynia z wody 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ), Chrzan ze śmietaną 20 g ( <u>MLE, SO2</u> ),	Pomidorowa z makaronem *. z mięsem 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Ziemniaki () 200 g, Karczek pieczony 90 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Sos meksykański 150 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Marchewka z groszkiem*oprószana 150 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Chleb Graham 40 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ), Ogórek kiszony 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt,	Podwieczorek: Rogal maślany 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ), Miód (25g) 1 szt,	

**Wartości odżywcze:** E: 2905.58 kcal; B: 116.87 g; T: 103.9 g; Kw. tł. nasy.: 42.76 g; W: 385.83 g; W tym cukry: 60.08 g; Bł.: 27.96 g; Sól: 7.7 g; WW: 35.82 Por; Ener. z B: 16.09 %; Ener. z W: 49.27 %; Ener. z T: 32.18 %; Ener. z Bł.: 1.92 %; K: 4146.14 mg;

środa 2023-11-01		
Jadłospis dla diety: SZ-UL Hematologiczna dziecięca		
Bułka pszenna 75g 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ</u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ), Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ), Papryka świeża 50 g, Majonez 20 g ( <u>JAJ, GOR</u> ), Kawa z mlekiem instant. 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ),	Pomidorowa z makaronem *. z mięsem 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Ziemniaki () 200 g, Karczek pieczony 90 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Sos szpinakowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> ), Marchewka z groszkiem*oprószana 150 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Bułka pszenna 75g 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ</u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Koktajl bananowy. 250 ml ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: Rogal maślany 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ), Dżem 25 g,	

**Wartości odżywcze:** E: 2873.08 kcal; B: 114.76 g; T: 116.84 g; Kw. tł. nasy.: 44.72 g; W: 347.53 g; W tym cukry: 87.15 g; Bł.: 22.86 g; Sól: 7.54 g; WW: 32.51 Por; Ener. z B: 15.98 %; Ener. z W: 45.2 %; Ener. z T: 36.6 %; Ener. z Bł.: 1.59 %; K: 3844.26 mg;

### Jadłospisy dla oddziałów

środa 2023-11-01		Jadłospis dla diety: SZ- UL Hematologiczna cukrzyca wysokobiałkowa/wys	
Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> ), Chleb Graham 120 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ</u> ), Ogórek kiszony 50 g, Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ), Chrzan ze śmietaną 20 g ( <u>MLE, S02</u> ),	Pomidorowa z makaronem * z mięsem 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Ziemniaki () 200 g, Karczek pieczony 90 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Sos szpinakowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> ), Marchewka z groszkiem*oprószana 150 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb Graham 120 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ), Cukinia pieczona z olejem * 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,	
II Śniadanie: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt,	Podwieczorek: Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Twarożek 50 g ( <u>MLE</u> ),	Posiłek nocny: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ), Ser żółty 25 g ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** E: 2817.55 kcal; B: 134.39 g; T: 114.23 g; Kw. tł. nasy.: 49.24 g; W: 329.62 g; W tym cukry: 38.98 g; Bł.: 34.45 g; Sól: 8.17 g; WW: 29.6 Por; Ener. z B: 19.08 %; Ener. z W: 41.9 %; Ener. z T: 36.49 %; Ener. z Bł.: 2.45 %; K: 4544.02 mg;

środa 2023-11-01		Jadłospis dla diety: SZ- UL Hematologiczna łatwo strawna	
Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> ), Bułka pszenna długa krojona 75 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ</u> ), Dynia z wody 50 g, Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ),	Pomidorowa z makaronem * z mięsem 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Ziemniaki () 200 g, Bitka z fileta kurczaka 160 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Sos szpinakowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> ), Marchew gotowana z olejem* 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c	Bułka pszenna długa krojona 75 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g, Cukinia pieczona z olejem * 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	
II Śniadanie: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt,	Podwieczorek: Rogal maślany 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ), Miód (25g) 1 szt,		

**Wartości odżywcze:** E: 2655.24 kcal; B: 128.67 g; T: 93.54 g; Kw. tł. nasy.: 33.79 g; W: 331.82 g; W tym cukry: 62.59 g; Bł.: 19.42 g; Sól: 6.58 g; WW: 31.32 Por; Ener. z B: 19.38 %; Ener. z W: 47.06 %; Ener. z T: 31.71 %; Ener. z Bł.: 1.46 %; K: 4545.63 mg;

środa 2023-11-01		Jadłospis dla diety: SZ- UL Hematologiczna wysokobiałkowa	
Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Chleb Graham 40 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ</u> ), Dynia z wody 50 g, Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ),	Pomidorowa z makaronem * z mięsem 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Ziemniaki () 200 g, Karczek pieczony 90 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Sos meksykański 150 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Marchewka z groszkiem*oprószana 150 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Chleb Graham 40 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ), Ogórek kiszony 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	
II Śniadanie: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt,	Podwieczorek: Rogal maślany 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ), Miód (25g) 1 szt,		

**Wartości odżywcze:** E: 2877.62 kcal; B: 116.47 g; T: 101.82 g; Kw. tł. nasy.: 41.68 g; W: 384.19 g; W tym cukry: 59.72 g; Bł.: 27.96 g; Sól: 7.66 g; WW: 35.64 Por; Ener. z B: 16.19 %; Ener. z W: 49.52 %; Ener. z T: 31.85 %; Ener. z Bł.: 1.94 %; K: 4134.54 mg;



### Jadłospisy dla oddziałów

środa 2023-11-01 <b>Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa niskocholesterolowa</b>		
Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Papryka konserwowa 50 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ),	Pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Ziemniaki () 200 g, Bitka z fileta kurczaka 80 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Sos szpinakowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ,</u> ), Cukinia pieczona z olejem * 100 g, Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g ( <u>MLE, SEL,</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g, Rzodkiew biała 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ), Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ),	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ), Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g,	

**Wartości odżywcze:** E: 2009.47 kcal; B: 91.9 g; T: 68.95 g; Kw. tł. nasy.: 26.81 g; W: 277.21 g; W tym cukry: 36.41 g; Bł.: 43.96 g; Sól: 8.44 g; WW: 23.41 Por; Ener. z B: 18.29 %; Ener. z W: 46.43 %; Ener. z T: 30.88 %; Ener. z Bł.: 4.38 %; K: 4767.31 mg;

środa 2023-11-01 <b>Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa wysokolaryczna/wysokobiałkowa</b>		
Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <u>MLE,</u> ), Chleb Graham 120 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE,</u> ), Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ,</u> ), Papryka konserwowa 50 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ),	Pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Ziemniaki () 200 g, Bitka z fileta kurczaka 80 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Sos szpinakowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ,</u> ), Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g ( <u>MLE, SEL,</u> ), Cukinia pieczona z olejem * 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i	Chleb Graham 120 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE,</u> ), Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ), Rzodkiew biała 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ), Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ),	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ), Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g,	Posiłek nocny: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ), Ser żółty 25 g ( <u>MLE,</u> ), Pomidor 50 g,

**Wartości odżywcze:** E: 2926.6 kcal; B: 132.37 g; T: 112 g; Kw. tł. nasy.: 47.21 g; W: 371.58 g; W tym cukry: 48.7 g; Bł.: 48.96 g; Sól: 8.75 g; WW: 32.4 Por; Ener. z B: 18.09 %; Ener. z W: 44.09 %; Ener. z T: 34.44 %; Ener. z Bł.: 3.35 %; K: 5626.48 mg;

środa 2023-11-01 <b>Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa wątrobowa/trzustkowa</b>		
Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Szpinak gotowany z olejem* 150 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ),	Pomidorowa z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Ziemniaki () 250 g, Bitka z fileta kurczaka 80 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Cukinia pieczona z olejem * 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ), Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ), Pasta warzywna (bez oleju) * 150 g ( <u>SEL,</u> ), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ),	Podwieczorek: Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE,</u> ),	

**Wartości odżywcze:** E: 2206.31 kcal; B: 112.3 g; T: 52.65 g; Kw. tł. nasy.: 14.83 g; W: 333.26 g; W tym cukry: 36.8 g; Bł.: 25.14 g; Sól: 7.38 g; WW: 30.88 Por; Ener. z B: 20.36 %; Ener. z W: 55.86 %; Ener. z T: 21.48 %; Ener. z Bł.: 2.28 %; K: 4564.82 mg;

### Jadłospisy dla oddziałów

środa 2023-11-01 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa ciężarnych		
Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ,</u> ), Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ), Papryka świeża 150 g ,	Pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym *. 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Ziemniaki ( ) 200 g , Bitka z fileta kurczaka 80 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Sos szpinakowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ,</u> ), Surówka z selera i jabłka b/c ( ) 100 g ( <u>MLE, SEL,</u> ), Cukinia pieczona z olejem * 100 g , Kompot z czarnej porzeczki i	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ), Rzodkiew biała 150 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,
II Śniadanie: Chleb Graham 35 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ), Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ),	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ), Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g ,	Posiłek nocny: Chleb Graham 35 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ), Ser żółty 25 g ( <u>MLE,</u> ), Sałata zielona 20 g ,

**Wartości odżywcze:** E: 2452.54 kcal; B: 114.67 g; T: 94.74 g; Kw. tł. nasy.: 36.69 g; W: 311.48 g; W tym cukry: 46.88 g; Bł.: 51.63 g; Sól: 7.02 g; WW: 26.17 Por; Ener. z B: 18.7 %; Ener. z W: 42.38 %; Ener. z T: 34.77 %; Ener. z Bł.: 4.21 %; K: 5768.78 mg;

środa 2023-11-01 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa dla matek karmiących		
Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ,</u> ), Papryka świeża 150 g , Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ),	Pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym *. 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Ziemniaki ( ) 200 g , Bitka z fileta kurczaka 80 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Sos szpinakowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ,</u> ), Surówka z selera i jabłka b/c ( ) 100 g ( <u>MLE, SEL,</u> ), Cukinia pieczona z olejem * 100 g , Kompot z czarnej porzeczki i	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ), Rzodkiew biała 150 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,
II Śniadanie: Chleb Graham 35 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ), Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ),	Podwieczorek: Chleb Graham 35 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ), Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g ,	Posiłek nocny: Chleb Graham 35 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ), Ser żółty 50 g ( <u>MLE,</u> ), Sałata zielona 20 g ,

**Wartości odżywcze:** E: 2534.79 kcal; B: 121.83 g; T: 102.05 g; Kw. tł. nasy.: 41.63 g; W: 308.45 g; W tym cukry: 46.34 g; Bł.: 50.26 g; Sól: 7.51 g; WW: 26.01 Por; Ener. z B: 19.22 %; Ener. z W: 40.74 %; Ener. z T: 36.23 %; Ener. z Bł.: 3.97 %; K: 5732.43 mg;

środa 2023-11-01 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa dla dzieci		
Chleb Graham 120 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE,</u> ), Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> ), Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g , Papryka świeża 50 g , Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ),	Pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym *. 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Ziemniaki ( ) 200 g , Bitka z fileta kurczaka 80 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Sos szpinakowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ,</u> ), Surówka z selera i jabłka b/c ( ) 100 g ( <u>MLE, SEL,</u> ), Marchewka z groszkiem*oprószana 100 g ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i	Chleb Graham 120 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE,</u> ), Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ), Ogórek świeży 50 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,
II Śniadanie: Chleb Graham 35 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ), Ser topiony 50 g ( <u>MLE,</u> ), Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt , Pomidor 50 g , Banan 1szt. 1 szt ,	Podwieczorek: Chleb Graham 35 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ), Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g , Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ),	Posiłek nocny: Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ), Ser żółty 25 g ( <u>MLE,</u> ), Pomidor 50 g ,

**Wartości odżywcze:** E: 3040.45 kcal; B: 136.34 g; T: 115.12 g; Kw. tł. nasy.: 52.41 g; W: 390.29 g; W tym cukry: 78.2 g; Bł.: 48.85 g; Sól: 10.08 g; WW: 34.28 Por; Ener. z B: 17.94 %; Ener. z W: 44.92 %; Ener. z T: 34.08 %; Ener. z Bł.: 3.21 %; K: 5922.98 mg;

### Jadłospisy dla oddziałów

środa 2023-11-01 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa bezmleczna		
Chleb razowy żytnio-pszeniczny 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Jajko gotowane ki M 2 szt ( <u>JAJ,</u> ), Papryka konserwowa 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)*. 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ), Ziemniaki () 250 g, Bitka z fileta kurczaka 80 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Sos szpinakowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ,</u> ), Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g ( <u>SEL,</u> ), Marchew gotowana z olejem* 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszeniczny 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Margaryna porcjowa 15g 2 szt, Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 70 g, Pasta warzywna* 100 g ( <u>SEL,</u> ), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszeniczny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Pomidor 100 g,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszeniczny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g,	

**Wartości odżywcze:** E: 2368.45 kcal; B: 89.08 g; T: 107.68 g; Kw. tł. nasy.: 28.13 g; W: 286.59 g; W tym cukry: 32.3 g; Bł.: 49.25 g; Sól: 8.98 g; WW: 23.68 Por; Ener. z B: 15.04 %; Ener. z W: 40.08 %; Ener. z T: 40.92 %; Ener. z Bł.: 4.16 %; K: 5165.52 mg;

środa 2023-11-01 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzyca nerkowa		
Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 120 g, Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE,</u> ), Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)*. 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ), Ziemniaki () 250 g, Bitka z fileta kurczaka 40 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Sos szpinakowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ,</u> ), Marchew gotowana z olejem* 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 120 g, Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE,</u> ), Twaróg półtłusty 40 g ( <u>MLE,</u> ), Pasta warzywna* 150 g ( <u>SEL,</u> ), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 50 g, Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Sok pomidorowy 0,3l 1 szt,	Podwieczorek: Ryż z truskawkami b/c 250 g, Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt,	

**Wartości odżywcze:** E: 2243.14 kcal; B: 50.77 g; T: 83.54 g; Kw. tł. nasy.: 27.59 g; W: 323.26 g; W tym cukry: 25.99 g; Bł.: 42.34 g; Sól: 7.8 g; WW: 28.19 Por; Ener. z B: 9.05 %; Ener. z W: 50.09 %; Ener. z T: 33.52 %; Ener. z Bł.: 3.78 %; K: 3486.58 mg;

środa 2023-11-01 Jadłospis dla diety: SZ-UL Nerkowa		
Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g, Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE,</u> ), Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g, Pomidor 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ),	Koperkowa z ziemniakami (*) b/s 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Ziemniaki () 250 g, Sos szpinakowy (bez soli)* 100 ml ( <u>GLU PSZ,</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml, Bitka z fileta kurczaka 40 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Marchew gotowana z olejem* 150 g,	Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 120 g, Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE,</u> ), Twaróg półtłusty 30 g ( <u>MLE,</u> ), Pasta warzywna* 200 g ( <u>SEL,</u> ), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
	Podwieczorek: Rogal maślany 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ), Miód (25g) 1 szt,	

**Wartości odżywcze:** E: 2333.23 kcal; B: 53.36 g; T: 83.17 g; Kw. tł. nasy.: 26.88 g; W: 347.13 g; W tym cukry: 53.45 g; Bł.: 40.49 g; Sól: 6.47 g; WW: 30.73 Por; Ener. z B: 9.15 %; Ener. z W: 52.57 %; Ener. z T: 32.08 %; Ener. z Bł.: 3.47 %; K: 4535.43 mg;

### Jadłospisy dla oddziałów

środa 2023-11-01 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dna moczanowa		
Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Chleb razowy żytnio-pszenno 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE,</u> ), Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ,</u> ), Dynia z wody 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ),	Pomidorowa z makaronem*. 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Risotto wegetariańskie* 400 g ( <u>SEL,</u> ), Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g ( <u>MLE, SEL,</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml, Sos szpinakowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ,</u> ),	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Chleb razowy żytnio-pszenno 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE,</u> ), Konserwa sterylizowana sojowa z pomidorami-pasztel sojowy z pomidorami 100 g ( <u>SOJ, GOR,</u> ), Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Koktajl bananowy. 200 ml ( <u>MLE,</u> ),	Podwieczorek: Rogal maślany 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ),	

**Wartości odżywcze:** E: 2634.19 kcal; B: 70.67 g; T: 106.5 g; Kw. tł. nasy.: 36.05 g; W: 360.74 g; W tym cukry: 70.39 g; Bł.: 35.35 g; Sól: 7.72 g; WW: 32.52 Por; Ener. z B: 10.73 %; Ener. z W: 49.41 %; Ener. z T: 36.39 %; Ener. z Bł.: 2.68 %; K: 2744.25 mg;

środa 2023-11-01 Jadłospis dla diety: SZ-UL Atopowa		
Wafle ryżowe 40 g, Margaryna porcjowa 15g 2 szt, Pulpet drobiowy z indyka (bez jaj, bez glutenu) 100 g, Ogórek świeży 150 g,	Brokietowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) (*) 400 ml, Ziemniaki () 200 g, Udziec z indyka b/s b/k 120 g, Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 150 g, Woda źródłana 250 ml,	Risotto z mięsa z udźca z indyka i warzywami* 400 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Banan 1szt. 1 szt, Marchwianka () 300 ml,	Podwieczorek: Płatki owsiane na wodzie 200 ml ( <u>GLU OW,</u> ), Mus z jabłek () b/c 150 g,	

**Wartości odżywcze:** E: 2194.86 kcal; B: 107.15 g; T: 58.35 g; Kw. tł. nasy.: 14.25 g; W: 325.78 g; W tym cukry: 67.22 g; Bł.: 35.81 g; Sól: 3.64 g; WW: 28.98 Por; Ener. z B: 19.53 %; Ener. z W: 52.85 %; Ener. z T: 23.92 %; Ener. z Bł.: 3.26 %; K: 5823.75 mg;

środa 2023-11-01 Jadłospis dla diety: SZ-UL Niemowlaki		
Kasza kukurydziana na mleku 200 ml ( <u>MLE,</u> ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ,</u> ), Dynia z wody 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Pomidorowa z makaronem*. 200 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Ziemniaki () 100 g, Bitka z fileta kurczaka 40 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Sos szpinakowy* 50 ml ( <u>GLU PSZ,</u> ), Marchewka z groszkiem*oprószana 150 g ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Koktajl bananowy. 150 ml ( <u>MLE,</u> ),	Podwieczorek: Rogal maślany 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	

**Wartości odżywcze:** E: 1671.62 kcal; B: 71.19 g; T: 55.85 g; Kw. tł. nasy.: 22.92 g; W: 226.32 g; W tym cukry: 61.74 g; Bł.: 14.49 g; Sól: 4.33 g; WW: 21.14 Por; Ener. z B: 17.03 %; Ener. z W: 50.69 %; Ener. z T: 30.07 %; Ener. z Bł.: 1.73 %; K: 2549.88 mg;

### Jadłospisy dla oddziałów

środa 2023-11-01 Jadłospis dla diety: SZ-UL papkowata niemowlaki		
Kasza kukurydziana na mleku 200 ml ( <u>MLE</u> ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z wędliną drob wp i koperkiem. 100 g ( <u>SOJ, GOR</u> ), Dynia z wody 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Pomidorowa z makaronem *. 200 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Ziemniaki () 100 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ), Sos szpinakowy* 50 ml ( <u>GLU PSZ</u> ), Marchew gotowana z olejem* 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Ryż na wywarze jarzynowym 200 ml ( <u>SEL</u> ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ), Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ), Cukinia pieczona z olejem * 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Koktajl bananowy. 150 ml ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt,	

**Wartości odżywcze:** E: 1602.4 kcal; B: 72.18 g; T: 52.89 g; Kw. tł. nasy.: 13.56 g; W: 214.59 g; W tym cukry: 59.08 g; Bł.: 15.68 g; Sól: 4.78 g; WW: 20.05 Por; Ener. z B: 18.02 %; Ener. z W: 49.65 %; Ener. z T: 29.7 %; Ener. z Bł.: 1.96 %; K: 2581.39 mg;

środa 2023-11-01 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dieta Mamy I trymestr		
Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ), Papryka świeża 150 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ), Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ),	Pomidorowa z makaronem *. 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Ziemniaki () 200 g, Bitka z fileta kurczaka 80 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Sos szpinakowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> ), Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g ( <u>MLE, SEL</u> ), Marchewka z groszkiem*oprószana 100 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ), Rzodkiew biała 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Koktajl bananowy. 200 ml ( <u>MLE</u> ), Podplomyki b/c 30 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ),	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ), Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml,	

**Wartości odżywcze:** E: 2503.21 kcal; B: 112.61 g; T: 78.75 g; Kw. tł. nasy.: 27.98 g; W: 362.64 g; W tym cukry: 89.01 g; Bł.: 53.78 g; Sól: 7.2 g; WW: 31.09 Por; Ener. z B: 18 %; Ener. z W: 49.35 %; Ener. z T: 28.31 %; Ener. z Bł.: 4.3 %; K: 5929.13 mg;

środa 2023-11-01 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dieta Mamy II trymestr		
Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ</u> ), Papryka świeża 150 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ),	Pomidorowa z makaronem *. 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Ziemniaki () 200 g, Karczek pieczony 90 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Sos meksykański 150 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g ( <u>MLE, SEL</u> ), Marchewka z groszkiem*oprószana 100 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ), Rzodkiew biała 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Koktajl bananowy. 250 ml ( <u>MLE</u> ), Podplomyki b/c 50 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ),	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ), Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml,	

**Wartości odżywcze:** E: 2940.6 kcal; B: 124.38 g; T: 110.31 g; Kw. tł. nasy.: 44.93 g; W: 388.93 g; W tym cukry: 96.85 g; Bł.: 55.74 g; Sól: 7.44 g; WW: 33.51 Por; Ener. z B: 16.92 %; Ener. z W: 45.32 %; Ener. z T: 33.76 %; Ener. z Bł.: 3.79 %; K: 6282.22 mg;

### Jadłospisy dla oddziałów

środa 2023-11-01 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dieta Mamy III trymestr		
Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> , ), Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE</u> , ), Szykowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g , Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ</u> , ), Papryka świeża 150 g , Kawa z mlekiem instant. 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> , ),	Pomidorowa z makaronem *. 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> , ), Ziemniaki () 200 g , Karczek pieczony 90 g ( <u>GLU PSZ</u> , ), Sos meksykański 150 g ( <u>GLU PSZ</u> , ), Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g ( <u>MLE, SEL</u> , ), Marchewka z groszkiem*oprószana 100 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> , ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE</u> , ), Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> , ), Rzodkiew biała 150 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Koktajl bananowy. 200 ml ( <u>MLE</u> , ), Mieszanka studencka 30 g ( <u>OZI, ORZ</u> , ),	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> , ), Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml ,	

**Wartości odżywcze:** E: 3075.46 kcal; B: 132.25 g; T: 120.14 g; Kw. tł. nasy.: 46.88 g; W: 395.71 g; W tym cukry: 103.88 g; Bł.: 56.29 g; Sól: 7.67 g; WW: 34.17 Por; Ener. z B: 17.2 %; Ener. z W: 44.14 %; Ener. z T: 35.16 %; Ener. z Bł.: 3.66 %; K: 6565.23 mg;

środa 2023-11-01 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dieta Mamy Okres Laktacji		
Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> , ), Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE</u> , ), Szykowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g , Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ</u> , ), Papryka świeża 150 g , Kawa z mlekiem instant. 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> , ),	Pomidorowa z makaronem *. 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> , ), Ziemniaki () 200 g , Karczek pieczony 90 g ( <u>GLU PSZ</u> , ), Sos meksykański 150 g ( <u>GLU PSZ</u> , ), Marchewka z groszkiem*oprószana 200 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> , ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE</u> , ), Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> , ), Rzodkiew biała 150 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Koktajl bananowy. 200 ml ( <u>MLE</u> , ), Mieszanka studencka 30 g ( <u>OZI, ORZ</u> , ),	Podwieczorek: Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ</u> , ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> , ), Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** E: 3119.26 kcal; B: 134.4 g; T: 121.74 g; Kw. tł. nasy.: 47.08 g; W: 399.19 g; W tym cukry: 103.06 g; Bł.: 53.02 g; Sól: 7.65 g; WW: 34.79 Por; Ener. z B: 17.23 %; Ener. z W: 44.39 %; Ener. z T: 35.12 %; Ener. z Bł.: 3.4 %; K: 6358.38 mg;

środa 2023-11-01 Jadłospis dla diety: SZ-UL Ciąża mnoga (wysokobiałkowa)		
Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> , ), Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE</u> , ), Szykowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 100 g , Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ</u> , ), Papryka świeża 150 g , Kawa z mlekiem instant. 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> , ),	Pomidorowa z makaronem *. 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> , ), Ziemniaki () 200 g , Karczek pieczony 90 g ( <u>GLU PSZ</u> , ), Sos meksykański 150 g ( <u>GLU PSZ</u> , ), Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g ( <u>MLE, SEL</u> , ), Marchewka z groszkiem*oprószana 100 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> , ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE</u> , ), Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> , ), Rzodkiew biała 150 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Koktajl bananowy. 250 ml ( <u>MLE</u> , ), Podplomyki b/c 50 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> , ),	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> , ), Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,	

**Wartości odżywcze:** E: 3280.22 kcal; B: 146 g; T: 117.99 g; Kw. tł. nasy.: 48.42 g; W: 435.68 g; W tym cukry: 118.8 g; Bł.: 58.04 g; Sól: 9.01 g; WW: 37.97 Por; Ener. z B: 17.8 %; Ener. z W: 46.05 %; Ener. z T: 32.37 %; Ener. z Bł.: 3.54 %; K: 6830.89 mg;

### Jadłospisy dla oddziałów

środa 2023-11-01		Jadłospis dla diety: SZ-UL Posiłki regeneracyjne
		Pomidorowa z makaronem *. 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u> ), Ziemniaki () 200 g , Karczek pieczony 90 g ( <u>GLU PSZ, </u> ), Sos meksykański 150 g ( <u>GLU PSZ, </u> ), Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g ( <u>MLE, SEL, </u> ), Marchewka z groszkiem*oprószana 100 g ( <u>GLU PSZ, MLE, </u> ),

**Wartości odżywcze:** E: 981.54 kcal; B: 44.83 g; T: 34.23 g; Kw. tł. nasy.: 11.22 g; W: 132.24 g; W tym cukry: 15.46 g; Bł.: 19.14 g; Sól: 2.29 g; WW: 11.33 Por; Ener. z B: 18.27 %; Ener. z W: 46.09 %; Ener. z T: 31.39 %; Ener. z Bł.: 3.9 %; K: 3105.45 mg;

środa 2023-11-01		Jadłospis dla diety: SZ-UL Normalna Broniewskiego
Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <u>MLE, </u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u> ), Chleb razowy żytnio-pszenno 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE, </u> ), Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ, </u> ), Chrzan ze śmietaną 30 g ( <u>MLE, S02, </u> ), Papryka konserwowa 50 g , Kawa z mlekiem instant. 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, </u> ),	Pomidorowa z makaronem *. 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u> ), Ziemniaki () 200 g , Karczek pieczony 90 g ( <u>GLU PSZ, </u> ), Sos meksykański 150 g ( <u>GLU PSZ, </u> ), Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g ( <u>MLE, SEL, </u> ), Marchewka z groszkiem*oprószana 100 g ( <u>GLU PSZ, MLE, </u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u> ), Chleb razowy żytnio-pszenno 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE, </u> ), Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE, </u> ), Rzodkiew biała 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
	Podwieczorek: Rogal maślany 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, </u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE, </u> ), Miód (25g) 2 szt , Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	

**Wartości odżywcze:** E: 3027.62 kcal; B: 110.79 g; T: 108.57 g; Kw. tł. nasy.: 46.22 g; W: 417.4 g; W tym cukry: 68.74 g; Bł.: 37.1 g; Sól: 7.15 g; WW: 38.16 Por; Ener. z B: 14.64 %; Ener. z W: 50.24 %; Ener. z T: 32.27 %; Ener. z Bł.: 2.45 %; K: 4475.59 mg;

środa 2023-11-01		Jadłospis dla diety: SZ-UL Lekkostrawna Broniewskiego
Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <u>MLE, </u> ), Bułka pszenna długa krojona 75 g ( <u>GLU PSZ, </u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE, </u> ), Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ, </u> ), Dynia z wody 50 g , Kawa z mlekiem instant. 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, </u> ),	Pomidorowa z makaronem *. 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u> ), Ziemniaki () 200 g , Bitka z fileta kurczaka 80 g ( <u>GLU PSZ, </u> ), Sos szpinakowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, </u> ), Marchew gotowana z olejem* 150 g , Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Bułka pszenna długa krojona 75 g ( <u>GLU PSZ, </u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE, </u> ), Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE, </u> ), Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
	Podwieczorek: Rogal maślany 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, </u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE, </u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	

**Wartości odżywcze:** E: 2374.69 kcal; B: 102.98 g; T: 84 g; Kw. tł. nasy.: 31.94 g; W: 309.69 g; W tym cukry: 66.56 g; Bł.: 19.99 g; Sól: 4.63 g; WW: 29.1 Por; Ener. z B: 17.35 %; Ener. z W: 48.8 %; Ener. z T: 31.84 %; Ener. z Bł.: 1.68 %; K: 3895.02 mg;

### Jadłospisy dla oddziałów

środa 2023-11-01 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa CH Broniewskiego		
Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE, ), Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, ), Masło extra 82% 10 g (MLE, ), Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g , Papryka konserwowa 50 g , Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, ),	Pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym *. 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, ), Ziemniaki ( ) 200 g , Bitka z fileta kurczaka 80 g (GLU PSZ, ), Surówka z selera i jabłka b/c ( ) 100 g (MLE, SEL, ), Cukinia pieczona z olejem * 100 g , Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml ,	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, ), Masło extra 82% 10 g (MLE, ), Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE, ), Rzodkiew biała 50 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE, ),	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, ), Masło extra 82% 5 g (MLE, ), Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml ,	

**Wartości odżywcze:** E: 2173.78 kcal; B: 105.27 g; T: 74.19 g; Kw. tł. nasy.: 26.33 g; W: 291.05 g; W tym cukry: 47.93 g; Bł.: 41.06 g; Sól: 7.06 g; WW: 25.13 Por; Ener. z B: 19.37 %; Ener. z W: 46 %; Ener. z T: 30.72 %; Ener. z Bł.: 3.78 %; K: 5033.67 mg;

środa 2023-11-01 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa NCH Police Diabetologia		
Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, ), Masło extra 82% 10 g (MLE, ), Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g , Papryka świeża 50 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,	Pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym *. 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, ), Ziemniaki ( ) 200 g , Bitka z fileta kurczaka 80 g (GLU PSZ, ), Sos szpinakowy* 100 ml (GLU PSZ, ), Surówka z selera i jabłka b/c ( ) 150 g (MLE, SEL, ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml ,	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, ), Masło extra 82% 10 g (MLE, ), Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE, ), Rzodkiew biała 50 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,
II Śniadanie: Pomidor 100 g ,	Podwieczorek: Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** E: 1802.71 kcal; B: 85.63 g; T: 53.58 g; Kw. tł. nasy.: 16.04 g; W: 268.6 g; W tym cukry: 31.07 g; Bł.: 47 g; Sól: 6.52 g; WW: 22.32 Por; Ener. z B: 19 %; Ener. z W: 49.17 %; Ener. z T: 26.75 %; Ener. z Bł.: 5.21 %; K: 4791.76 mg;

środa 2023-11-01 Jadłospis dla diety: SZ-UL Lekkostrawna Police		
Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE, ), Bułka pszenna długa krojona 75 g (GLU PSZ, ), Masło extra 82% 16.67 g (MLE, ), Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ, ), Dynia z wody 50 g , Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, ),	Pomidorowa z makaronem *. 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, ), Ziemniaki ( ) 200 g , Bitka z fileta kurczaka 80 g (GLU PSZ, ), Sos szpinakowy* 100 ml (GLU PSZ, ), Marchew gotowana z olejem* 150 g , Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Bułka pszenna długa krojona 75 g (GLU PSZ, ), Masło extra 82% 16.67 g (MLE, ), Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE, ), Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
	Podwieczorek: Rogal maślany 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE, ), Masło extra 82% 5 g (MLE, ), Miód (25g) 1 szt ,	

**Wartości odżywcze:** E: 2421.89 kcal; B: 102.87 g; T: 83.92 g; Kw. tł. nasy.: 31.88 g; W: 321.27 g; W tym cukry: 61.35 g; Bł.: 18.91 g; Sól: 4.63 g; WW: 30.38 Por; Ener. z B: 16.99 %; Ener. z W: 49.94 %; Ener. z T: 31.19 %; Ener. z Bł.: 1.56 %; K: 3872.82 mg;



### Jadłospisy dla oddziałów

środa 2023-11-01 Jadłospis dla diety: SZ-UL Neutropeniczna		
Makaron na mleku/p. 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, </u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u> ), Bułka pszenna 75g 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ, </u> ), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <u>MLE, </u> ), Krakowska sucha wieprzowa 100g-kiełbasa wieprzowa grubo rozdrobniona, wędzona, parzona, suszona w plastrach 1 szt , Kisiel instant 1 szt. 200 ml , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,	Pomidorowa z ryżem * OTS 400 ml ( <u>MLE, SEL, </u> ), Ziemniaki () 200 g , Filet z indyka pieczony 150 g , Sos pietruszkowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, </u> ), Marchew gotowana z olejem* 150 g , Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u> ), Bułka pszenna 75g 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ, </u> ), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <u>MLE, </u> ), Przymak owocowy do smarowania 25g 25 g , Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE, </u> ), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
	Podwieczorek: Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE, </u> ), Galaretko o smaku truskawkowym 200 g , Rogal maślany 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, </u> ), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,	

**Wartości odżywcze:** E: 2963.99 kcal; B: 141.83 g; T: 74.52 g; Kw. tł. nasy.: 35.98 g; W: 440.13 g; W tym cukry: 58.15 g; Bł.: 24.38 g; Sól: 10.29 g; WW: 41.58 Por; Ener. z B: 19.14 %; Ener. z W: 56.11 %; Ener. z T: 22.63 %; Ener. z Bł.: 1.65 %; K: 3746.02 mg;

środa 2023-11-01 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa OTS neutropeniczna		
Makaron na mleku/p. 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, </u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u> ), Bułka pszenna 75g 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ, </u> ), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <u>MLE, </u> ), Krakowska sucha wieprzowa 100g-kiełbasa wieprzowa grubo rozdrobniona, wędzona, parzona, suszona w plastrach 1 szt , Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml , Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,	Pomidorowa z ryżem * OTS 400 ml ( <u>MLE, SEL, </u> ), Ziemniaki () 200 g , Filet z indyka pieczony 150 g , Sos pietruszkowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, </u> ), Marchew gotowana z olejem* 150 g , Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml ,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u> ), Bułka pszenna 75g 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ, </u> ), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <u>MLE, </u> ), Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE, </u> ), Marchwianka* 200 ml , Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,
	Podwieczorek: Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml , Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u> ),	

**Wartości odżywcze:** E: 2498.19 kcal; B: 133.27 g; T: 66.79 g; Kw. tł. nasy.: 33.03 g; W: 353.21 g; W tym cukry: 56.67 g; Bł.: 28.25 g; Sól: 9.48 g; WW: 32.57 Por; Ener. z B: 21.34 %; Ener. z W: 52.03 %; Ener. z T: 24.06 %; Ener. z Bł.: 2.26 %; K: 4735.05 mg;

środa 2023-11-01 Jadłospis dla diety: SZ-UL Antydyspeptyczna		
Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml , Suchary b/c 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, </u> ), Kleik ryżowy na wodzie 250 g ,	Ziemniaczana * () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u> ), Ziemniaki () 200 g , Marchew gotowana z olejem* 100 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,	Kleik ryżowy na wodzie 200 g , Suchary b/c 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, </u> ), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,
II Śniadanie: Kisiel z jagód b/c * 200 ml , Suchary b/c 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, </u> ), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,	Podwieczorek: Marchwianka. 200 ml , Suchary b/c 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, </u> ), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,	

**Wartości odżywcze:** E: 1697.67 kcal; B: 45.04 g; T: 23.49 g; Kw. tł. nasy.: .79 g; W: 333.15 g; W tym cukry: 15.81 g; Bł.: 19.68 g; Sól: 1.91 g; WW: 31.47 Por; Ener. z B: 10.61 %; Ener. z W: 73.86 %; Ener. z T: 12.45 %; Ener. z Bł.: 2.32 %; K: 3378.41 mg;

### Jadłospisy dla oddziałów

środa 2023-11-01 Jadłospis dla diety: SZ-UL Ścisła		
Bułka pszenna długa krojona 75 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Szynkowa dębiowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g		Bułka pszenna długa krojona 75 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g

**Wartości odżywcze:** E: 763.63 kcal; B: 32.48 g; T: 31.91 g; Kw. tł. nasy.: 19.32 g; W: 87.93 g; W tym cukry: 2.42 g; Bł.: 2.7 g; Sól: 3.95 g;  
WW: 8.53 Por; Ener. z B: 17.02 %; Ener. z W: 44.65 %; Ener. z T: 37.6 %; Ener. z Bł.: .71 %; K: 176.34 mg;

środa 2023-11-01 Jadłospis dla diety: SZ-UL Ścisła I		
Kleik ryżowy na wodzie 300 g, Suchary b/c 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> ), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g, Suchary b/c 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> ), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g, Suchary b/c 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> ), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml

**Wartości odżywcze:** E: 1103.06 kcal; B: 29.98 g; T: 12.14 g; Kw. tł. nasy.: .23 g; W: 217.4 g; W tym cukry: .29 g; Bł.: 3.51 g; Sól: .32 g; WW: 21.47 Por; Ener. z B: 10.87 %; Ener. z W: 77.56 %; Ener. z T: 9.9 %; Ener. z Bł.: .64 %; K: 200.74 mg;

środa 2023-11-01 Jadłospis dla diety: SZ-UL Ścisła II		
Kleik ryżowy na wodzie 300 g, Suchary b/c 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> ), Grysikowa * 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g, Suchary b/c 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> ), Grysikowa * 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g, Suchary b/c 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> ), Grysikowa * 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml

**Wartości odżywcze:** E: 1362.02 kcal; B: 37.31 g; T: 13.19 g; Kw. tł. nasy.: .36 g; W: 274.26 g; W tym cukry: 2.88 g; Bł.: 7.45 g; Sól: 1.51 g;  
WW: 26.72 Por; Ener. z B: 10.96 %; Ener. z W: 78.36 %; Ener. z T: 8.72 %; Ener. z Bł.: 1.09 %; K: 451.3 mg;

środa 2023-11-01 Jadłospis dla diety: SZ-UL Ścisła III		
Kleik ryżowy na wodzie 300 g, Suchary b/c 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> ), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Grysikowa * 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Ziemniaki () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ), Marchew gotowana z olejem* 100 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g, Suchary b/c 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> ), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml

**Wartości odżywcze:** E: 1290.68 kcal; B: 47.33 g; T: 17.74 g; Kw. tł. nasy.: 2.06 g; W: 239.88 g; W tym cukry: 6.84 g; Bł.: 11.95 g; Sól: 1.88  
g; WW: 22.9 Por; Ener. z B: 14.67 %; Ener. z W: 70.64 %; Ener. z T: 12.37 %; Ener. z Bł.: 1.85 %; K: 2223.86 mg;

środa 2023-11-01 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bariatryczna		
Zupa jarzynowa z drobiem *. 200 ml ( <u>SEL</u> ), Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ),	Zupa jarzynowa z drobiem *. 200 ml ( <u>SEL</u> ),	Kisiel z jagód b/c * 200 ml, Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ),
II Śniadanie: Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: Kasza kukurydziana z jabłkiem prażonym 200 g ( <u>MLE</u> ), Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** E: 881.75 kcal; B: 59.85 g; T: 31.95 g; Kw. tł. nasy.: 10.33 g; W: 91.49 g; W tym cukry: 18.88 g; Bł.: 4.54 g; Sól: .96 g;  
WW: 8.77 Por; Ener. z B: 27.15 %; Ener. z W: 39.45 %; Ener. z T: 32.61 %; Ener. z Bł.: 1.03 %; K: 998.17 mg;

### Jadłospisy dla oddziałów

środa 2023-11-01 Jadłospis dla diety: SZ-UL NZJ I (nieswoiste zapalenie jelit)		
Jarzynowa z ziemniakami (*)-dieta b/brokula i kalafiora. 400 ml ( <u>SEL</u> ),	Zupa jarzynowa z drobiem * 400 ml ( <u>SEL</u> ),	Jarzynowa z ziemniakami (*)-dieta b/brokula i kalafiora. 400 ml ( <u>SEL</u> ),
II Śniadanie: Kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem prażonym 300 ml , Kisiel z jagód b/c * 200 ml ,	Podwieczorek: Marchwianka. 150 ml , Kleik ryżowy na wodzie 200 g ,	

**Wartości odżywcze:** E: 1116.44 kcal; B: 35.68 g; T: 30.69 g; Kw. tł. nasy.: 2.4 g; W: 185.32 g; W tym cukry: 27.61 g; Bł.: 19.14 g; Sól: 1.76 g; WW: 16.61 Por; Ener. z B: 12.78 %; Ener. z W: 59.54 %; Ener. z T: 24.74 %; Ener. z Bł.: 3.43 %; K: 3152.34 mg;

środa 2023-11-01 Jadłospis dla diety: SZ-UL NZJ II (nieswoiste zapalenie jelit)		
Pulpet drobiowy z indyka 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml , Ryż na sypko 150 g ,	Ziemniaczana D.* () 400 ml ( <u>SEL</u> ), Ryba gotowana (Dorsz) 80 g ( <u>RYB</u> ), Cukinia pieczona z olejem * 100 g , Ziemniaki () 200 g , Marchew gotowana z olejem* 100 g , Kompot owocowy* b/c 200 ml ,	Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml , Makaron z jabłkiem prażonym 300 g ( <u>GLU PSZ</u> ),
II Śniadanie: Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Kisiel z jagód b/c * 200 ml , Banan 1szt. 1 szt ,	Podwieczorek: Jarzynowa z ziemniakami (*)-dieta bez cukru 200 ml ( <u>SEL</u> ),	

**Wartości odżywcze:** E: 2107.59 kcal; B: 79.83 g; T: 36.21 g; Kw. tł. nasy.: 3.19 g; W: 383.93 g; W tym cukry: 84.93 g; Bł.: 30.91 g; Sól: 3.62 g; WW: 35.36 Por; Ener. z B: 15.15 %; Ener. z W: 67 %; Ener. z T: 15.46 %; Ener. z Bł.: 2.93 %; K: 5613 mg;

środa 2023-11-01 Jadłospis dla diety: SZ-UL NZJ III (nieswoiste zapalenie jelit)		
Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ), Szyńka delikatna z fileta wyrób drobiowy z piersi kurczaka, parzony, z połączonych kawałków mięsa z dodat.biał .ml.w ost .niej 60 g ( <u>SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <u>SEL</u> ),	Ziemniaczana * (). 400 ml ( <u>SEL</u> ), Ziemniaki () 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ), Sos jarzynowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Szpinak gotowany z olejem* 120 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml ,	Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml , Kasza jaglana z jabłkiem 200 g ,
II Śniadanie: Herbatniki 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> ), Kisiel z jagód b/c * 200 ml ,	Podwieczorek: Banan 1szt. 1 szt ,	

**Wartości odżywcze:** E: 1849.3 kcal; B: 67.99 g; T: 34.89 g; Kw. tł. nasy.: 7.37 g; W: 330.6 g; W tym cukry: 71.96 g; Bł.: 25.16 g; Sól: 4.85 g; WW: 30.61 Por; Ener. z B: 14.71 %; Ener. z W: 66.07 %; Ener. z T: 16.98 %; Ener. z Bł.: 2.72 %; K: 4592.33 mg;

środa 2023-11-01 Jadłospis dla diety: SZ-UL Pokrzywkowa		
Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Twarożek 100 g ( <u>MLE</u> ), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera) (*) 400 ml ( <u>GLU PSZ</u> ), Ziemniaki () 200 g , Udziec z indyka b/s b/k 120 g , Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 150 g , Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt ,	Risotto z mięsa z udźca z indyka i warzywami* 400 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Banan 1szt. 1 szt ,	Podwieczorek: Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** E: 2134.44 kcal; B: 115.08 g; T: 49.13 g; Kw. tł. nasy.: 16.22 g; W: 319.18 g; W tym cukry: 84.82 g; Bł.: 26.44 g; Sól: 4.03 g; WW: 29.5 Por; Ener. z B: 21.57 %; Ener. z W: 54.86 %; Ener. z T: 20.71 %; Ener. z Bł.: 2.48 %; K: 5265.87 mg;

### Jadłospisy dla oddziałów

środa 2023-11-01		Jadłospis dla diety: SZ-UL Uboga w alergeny	
Wafle ryżowe 40 g , Margaryna porcjowa 15g 2 szt , Filet z indyka gotowany 100 g , Ogórek świeży 150 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml ,	Kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera)* 400 ml ( <u>GLU PSZ</u> ), Ziemniaki () 200 g , Pulpet drobiowy z indyka (bez jaj) 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Brokuł gotowany* 150 g , Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt ,	Wafle ryżowe 40 g , Margaryna porcjowa 15g 2 szt , Udziec z indyka b/s b/k 100 g , Ogórek świeży 150 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml ,	
II Śniadanie: Kleik ryżowy na wodzie 300 g ,	Podwieczorek: Ryż na wodzie 300 ml ,		

**Wartości odżywcze:** E: 2001.2 kcal; B: 106.62 g; T: 64.01 g; Kw. tł. nasy.: 19.5 g; W: 258.03 g; W tym cukry: 31.3 g; Bł.: 18.68 g; Sól: 3.29 g; WW: 23.72 Por; Ener. z B: 21.31 %; Ener. z W: 47.84 %; Ener. z T: 28.79 %; Ener. z Bł.: 1.87 %; K: 4567.75 mg;

# Słowniczek

NAZEWNICTWO DIET W SZPITALU	NAZEWNICTWO DIET ZGODNIE Z POGRAMEM „DOBRY POSIŁEK W SZPITALU”
NORMALNA	PODSTAWOWA (1)
NORMALNA DLA DZIECI	PODSTAWOWA DZIECIĘCA
NORMALNA HEMATOLOGICZNA	NORMALNA HEMATOLOGICZNA
NORMALNA HEMATOLOGICZNA DLA DZIECI	NORMALNA HEMATOLOGICZNA DLA DZIECI
ŁATWOSTRAWNA	ŁATWOSTRAWNA (2)
OKRES LAKTACYJNY	PODSTAWOWA DLA KOBIET W OKRESIE LAKTACJI (C1)
CIĘŻARNE TRYMESTR I	PODSTAWOWA DLA KOBIET W OKRESIE CIĄŻY (C1)
CIĘŻARNE TRYMESTR II	PODSTAWOWA DLA KOBIET W OKRESIE CIĄŻY (C1)
CIĘŻARNE TRYMESTR III	PODSTAWOWA DLA KOBIET W OKRESIE CIĄŻY (C1)
CUKRZYCOWA DLA KARMIAĄCYCH	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (C3)
CUKRZYCOWA DLA CIĘŻARNYCH	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (C3)
CUKRZYCOWA NISKOCHOLESTEROLEWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)/ DIETA O KONTROLOWANEJ ZAWARTOŚCI KWASÓW TŁUSZCZOWYCH (7)
CUKRZYCOWA WYSOKOBIAŁKOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW, BOGATOBIAŁKOWA
CUKRZYCOWA DLA DZIECI	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW DZIECIĘCA
CUKRZYCOWA TRZUSTKOWA / WĄTROBOWA	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU ORAZ Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
TRZUSTKOWA/WĄTROBOWA	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (3)
ŻOŁĄDKOWA	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (4)
WYSOKOBIAŁKOWA/ WYSOKOKALORYCZNA	DIETA BOGATOBIAŁKOWA, WYSOKOKALORYCZNA (2800KCAL)
PŁYNNA DO SONDY WYSOKOBIAŁKOWA	DIETA PŁYNNA WZMOCNIONA (14)
PŁYNNA CUKRZYCOWA DO SONDY	DIETA PŁYNNA WZMOCNIONA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
PRZECIERANA ŁATWO STRAWNA	DIETA PĄPKOWATA (12)
PRZECIERANA CUKRZYCOWA	DIETA PĄPKOWATA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
PĄPKOWATA	DIETA ROZDROBNIONA
CUKRZYCOWA PĄPKOWATA	DIETA ROZDROBNIONA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
NISKOKALORYCZNA	DIETA UBOGOENERGETYCZNA (8)
BOGATORESZTKOWA	DIETA BOGATORESZTKOWA (5)
UBOGORESZTKOWA	DIETA UBOGORESZTKOWA
SPECJALNA BEZMLECZNA	SPECJALNA BEZMLECZNA
BEZMLECZNA	DIETA ELIMINACYJNA (11) PROD. WYKLUCZONY - BIAŁKA MLEKA
BEZ LAKTOZY	DIETA ELIMINACYJNA (11) PROD. WYKLUCZONY -LAKTOZA

## Słowniczek

CUKRZYCOWA BEZMLECZNA	DIETA OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PROD. WYKLUCZONY - BIAŁKA MLEKA
ATOPOWA	ATOPOWA
BEZGLUTENOWA	DIETA ELIMINACYJNA (11) PROD. WYKLUCZONY - GLUTEN
BEZGLUTENOWA BEZMLECZNA	DIETA ELIMINACYJNA (11) PROD. WYKLUCZONY - GLUTEN I BIAŁKA MLEKA
WEGETARIAŃSKA	DIETA ELIMINACYJNA (11) WEGETARIAŃSKA
WEGAŃSKA	WEGAŃSKA
MOCZANOWA	MOCZANOWA
CUKRZYCOWA NERKOWA	DIETA NISKOBIAŁKOWA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
NERKOWA	DIETA NISKOBIAŁKOWA (10)
CUKRZYCOWA NCH PODWÓJNA PORCJA	CUKRZYCOWA NCH PODWÓJNA PORCJA
PŁYNNA CHIRURGICZNA (CHIR. DZIECI)	PŁYNNA CHIRURGICZNA (CHIR. DZIECI)
DIETA NZJ 1	DIETA NZJ 1
DIETA NZJ 2	DIETA NZJ 2
DIETA NZJ 3	DIETA NZJ 3
NISKOFENYLOALANINOWA	NISKOFENYLOALANINOWA
ANTYDYSPEPTYCZNA (ZAPIERAJĄCA)	ANTYDYSPEPTYCZNA (ZAPIERAJĄCA)
OTS - NEUTROPENICZNA	OTS - NEUTROPENICZNA
OTS BEZMLECZNA - NEUTROPENICZNA	OTS BEZMLECZNA - NEUTROPENICZNA
OTS CUKRZYCOWA - NEUTROPENICZNA	OTS CUKRZYCOWA - NEUTROPENICZNA
OTS PRZECIERANA - NEUTROPENICZNA	OTS PRZECIERANA - NEUTROPENICZNA
NORMALNA HEMATOLOG. W POJEMNIKACH	NORMALNA HEMATOLOG. W POJEMNIKACH
ŚCISŁA - CHLEB+ MASŁO+ WĘDLINA DROBIOWA	ŚCISŁA - CHLEB+ MASŁO+ WĘDLINA DROBIOWA
ŚCISŁA 1 (KLEIK+SUCHARY)	ŚCISŁA 1 (KLEIK+SUCHARY)
ŚCISŁA 2 (KLEIK SUCHARY+ ZUPA JARSKA Z KASZĄ MANNA)	ŚCISŁA 2 (KLEIK SUCHARY+ ZUPA JARSKA Z KASZĄ MANNA)
ŚCISŁA 3 (KLEIK SUCHARY, ZUPA+MIĘSO+WARZYWA)	ŚCISŁA 3 (KLEIK SUCHARY, ZUPA+MIĘSO+WARZYWA)
BARIATRYCZNA	BARIATRYCZNA
KUCHNIA MLECZNA	KUCHNIA MLECZNA