

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SPSK Nr 1 PUM Szczecin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2023-11-21 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>), Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g , Papryka konserwowa 50 g , Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, </u>),	Jarzynowa z ziemniakami (*)-podstawa. 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>), Ziemniaki () 200 g , Kotlet drobiowy panierowany 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, </u>), Marchew oprószana z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ, </u>), Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g (<u>GOR, </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>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ, </u>), Majonez 20 g (<u>JAJ, GOR, </u>), Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
	Podwieczorek: Herbatniki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, </u>),	

Wartości odżywcze: E: 2476.33 kcal; B: 85.04 g; T: 97.93 g; Kw. tł. nasy.: 29.52 g; W: 327.07 g; W tym cukry: 48.88 g; Bł.: 30.1 g; Sól: 9.24 g; WW: 29.77 Por; Ener. z B: 13.74 %; Ener. z W: 47.97 %; Ener. z T: 35.59 %; Ener. z Bł.: 2.43 %; K: 3985.25 mg;

wtorek 2023-11-21 Jadłospis dla diety: SZ-UL Normalna dla dzieci		
Bułka 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>), Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g , Ogórek świeży 50 g , Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, </u>),	Jarzynowa z ziemniakami (*)-podstawa. 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>), Ziemniaki () 200 g , Kotlet drobiowy panierowany 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, </u>), Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g (<u>GOR, </u>), Marchew oprószana z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ, </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>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ, </u>), Twarożek 100 g (<u>MLE, </u>), Majonez 20 g (<u>JAJ, GOR, </u>), Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Gałeczek o smaku truskawkowym 250 g , Śliwka szt 2 szt , <i>jawiny miłości śliwka, bo ostatnio są tak duże</i>	Podwieczorek: Herbatniki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, </u>), Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE, </u>), <i>sz : dwie 1 szt.</i>	

Wartości odżywcze: E: 2969.07 kcal; B: 110 g; T: 102.33 g; Kw. tł. nasy.: 33.92 g; W: 409 g; W tym cukry: 93.9 g; Bł.: 25.62 g; Sól: 8.88 g; WW: 38.4 Por; Ener. z B: 14.82 %; Ener. z W: 51.65 %; Ener. z T: 31.02 %; Ener. z Bł.: 1.73 %; K: 4395.87 mg;

wtorek 2023-11-21 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>), Ser topiony 50 g (<u>MLE, </u>), Papryka konserwowa 100 g , Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, </u>),	Jarzynowa z ziemniakami (*)-podstawa. 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>), Frittata z jajkiem 400 g (<u>JAJ, MLE, SEL, </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>), Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE, </u>), Pomidor 100 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Śliwka szt 2 szt ,	Podwieczorek: Herbatniki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, </u>),	

Wartości odżywcze: E: 2343.71 kcal; B: 77.71 g; T: 98.25 g; Kw. tł. nasy.: 41.14 g; W: 303.64 g; W tym cukry: 67.94 g; Bł.: 30.64 g; Sól: 8.74 g; WW: 27.28 Por; Ener. z B: 13.26 %; Ener. z W: 46.59 %; Ener. z T: 37.73 %; Ener. z Bł.: 2.61 %; K: 3768.07 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2023-11-21 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bezmleczna		
Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g, Papryka konserwowa 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml,	Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml (GLU PSZ, SEL,), Ziemniaki () 200 g, Kotlet drobiowy panierowany 100 g (GLU PSZ, JAJ,), Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g (GOR,), Marchew oprószana z olejem* 100 g (GLU PSZ,), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ,), Majonez 20 g (JAJ, GOR,), Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml,
II Śniadanie: Galaretką o smaku truskawkowym 200 g,	Podwieczorek: Śliwka szt 2 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2322.68 kcal; B: 78.69 g; T: 79.26 g; Kw. tł. nasy.: 16.3 g; W: 337.85 g; W tym cukry: 44.1 g; Bł.: 30.88 g; Sól: 9.11 g; WW: 30.68 Por; Ener. z B: 13.55 %; Ener. z W: 52.87 %; Ener. z T: 30.71 %; Ener. z Bł.: 2.66 %; K: 3902.47 mg;

wtorek 2023-11-21 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bez laktozy		
Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g, Papryka konserwowa 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml,	Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml (GLU PSZ, SEL,), Ziemniaki () 200 g, Kotlet drobiowy panierowany 100 g (GLU PSZ, JAJ,), Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g (GOR,), Marchew oprószana z olejem* 100 g (GLU PSZ,), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ,), Majonez 20 g (JAJ, GOR,), Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml,
II Śniadanie: Galaretką o smaku truskawkowym 200 g,	Podwieczorek: Śliwka szt 2 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2322.68 kcal; B: 78.69 g; T: 79.26 g; Kw. tł. nasy.: 16.3 g; W: 337.85 g; W tym cukry: 44.1 g; Bł.: 30.88 g; Sól: 9.11 g; WW: 30.68 Por; Ener. z B: 13.55 %; Ener. z W: 52.87 %; Ener. z T: 30.71 %; Ener. z Bł.: 2.66 %; K: 3902.47 mg;

wtorek 2023-11-21 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bezglutenowa		
Chleb bezglutenowy 100 g, Masło extra 82% 16.67 g (MLE,), Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g, Papryka konserwowa 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml,	Jarzynowa z ziemniakami (bez glutenu, bez mleka) (*) 400 ml (SEL,), Ziemniaki () 200 g, Filet z kurczaka gotowany 80 g, Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g (GOR,), Marchew oprószana z olejem (bez glutenu)* 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 250 ml,	Chleb bezglutenowy 120 g, Masło extra 82% 20 g (MLE,), Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ,), Majonez 20 g (JAJ, GOR,), Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml,
II Śniadanie: Galaretką o smaku truskawkowym 300 g, Śliwka szt 2 szt,	Podwieczorek: Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE,),	

Wartości odżywcze: E: 2429.33 kcal; B: 73.67 g; T: 85.83 g; Kw. tł. nasy.: 28.7 g; W: 345.89 g; W tym cukry: 69.41 g; Bł.: 17.65 g; Sól: 5.44 g; WW: 32.84 Por; Ener. z B: 12.13 %; Ener. z W: 54.05 %; Ener. z T: 31.8 %; Ener. z Bł.: 1.45 %; K: 4008.28 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2023-11-21 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bezglutenowa, bez mleka		
Chleb bezglutenowy 100 g , Margaryna porcjowa 15g 1 szt , Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g , Papryka konserwowa 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml ,	Jarzynowa z ziemniakami (bez glutenu, bez mleka) (*) 400 ml (<u>SEL</u>), Ziemniaki () 200 g , Filet z kurczaka gotowany 80 g , Marchew gotowana z olejem* 100 g , Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g (<u>GOR</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 250 ml ,	Chleb bezglutenowy 120 g , Margaryna porcjowa 15g 2 szt , Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Majonez 20 g (<u>JAJ</u> , <u>GOR</u>), Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml ,
II Śniadanie: Galaretka o smaku truskawkowym 300 g ,	Podwieczorek: Śliwka szt 2 szt ,	

Wartości odżywcze: E: 2268.12 kcal; B: 67.38 g; T: 86.9 g; Kw. tł. nasy.: 18.83 g; W: 310.77 g; W tym cukry: 45.12 g; Bł.: 18.28 g; Sól: 5.67 g; WW: 29.2 Por; Ener. z B: 11.88 %; Ener. z W: 51.58 %; Ener. z T: 34.48 %; Ener. z Bł.: 1.61 %; K: 3762.99 mg;

wtorek 2023-11-21 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bogatoresztkowa		
Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g , Papryka konserwowa 150 g , Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JECZ</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>),	Jarzynowa z ziemniakami (*)-podstawa. 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki () 200 g , Kotlet drobiowy panierowany 100 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u>), Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g (<u>GOR</u>), Marchew oprószana z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ</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>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Majonez 20 g (<u>JAJ</u> , <u>GOR</u>), Pomidor 150 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml ,
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Papryka świeża 100 g ,	Podwieczorek: Śliwka szt 2 szt ,	

Wartości odżywcze: E: 2457.08 kcal; B: 85.84 g; T: 101.78 g; Kw. tł. nasy.: 32.3 g; W: 320.13 g; W tym cukry: 63.21 g; Bł.: 43.85 g; Sól: 8.85 g; WW: 27.75 Por; Ener. z B: 13.97 %; Ener. z W: 44.98 %; Ener. z T: 37.28 %; Ener. z Bł.: 3.57 %; K: 5396.47 mg;

wtorek 2023-11-21 Jadłospis dla diety: SZ-UL Łatwo strawna		
Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g , Cukinia pieczona z olejem * 150 g , Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JECZ</u>),	Jarzynowa z ziemniakami (*)-dieta b/brokula i kalafiora. 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki () 250 g , Filet z kurczaka duszony 80 g (<u>GLU PSZ</u>), Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u>), Marchew oprószana z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ</u>), 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>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
	Podwieczorek: Herbatniki 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt ,	

Wartości odżywcze: E: 2304.66 kcal; B: 90.17 g; T: 76.52 g; Kw. tł. nasy.: 27.55 g; W: 326.68 g; W tym cukry: 75.95 g; Bł.: 25.53 g; Sól: 6.02 g; WW: 30.21 Por; Ener. z B: 15.65 %; Ener. z W: 52.27 %; Ener. z T: 29.88 %; Ener. z Bł.: 2.22 %; K: 4979.23 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2023-11-21 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dzieci łatwo strawna		
Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g, Pomidor 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>), Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ</u>),	Jarzynowa z ziemniakami (*)-dieta b/brokula i kalafiora 400 ml, Ziemniaki () 200 g, Filet z kurczaka duszony 80 g (<u>GLU PSZ</u>), Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Marchew oprószana z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ</u>), 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>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Szywnka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 50 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Galaretką o smaku truskawkowym 250 g,	Podwieczerek: Herbatniki 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2348.71 kcal; B: 107.63 g; T: 67.69 g; Kw. tł. nasy.: 30.08 g; W: 337.04 g; W tym cukry: 81.91 g; Bł.: 21.02 g; Sól: 6.74 g; WW: 31.79 Por; Ener. z B: 18.33 %; Ener. z W: 53.82 %; Ener. z T: 25.94 %; Ener. z Bł.: 1.79 %; K: 3744.46 mg;

wtorek 2023-11-21 Jadłospis dla diety: SZ-UL Trzustkowa/Wątrobową		
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, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Jarzynowa z ziemniakami (*)-dieta b/brokula i kalafiora 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Pulpet drobiowy z indyka 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Marchew gotowana (bez oleju)* 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>), Pasta z białek z koperkiem 100 g (<u>JAJ, MLE</u>), Dynia z wody 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml,
II Śniadanie: Galaretką o smaku truskawkowym 250 g,	Podwieczerek: Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Twarożek 50 g (<u>MLE</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2263.87 kcal; B: 108.73 g; T: 48.77 g; Kw. tł. nasy.: 19.41 g; W: 356.6 g; W tym cukry: 57.26 g; Bł.: 26.4 g; Sól: 7.31 g; WW: 33 Por; Ener. z B: 19.21 %; Ener. z W: 58.34 %; Ener. z T: 19.39 %; Ener. z Bł.: 2.33 %; K: 4691.98 mg;

wtorek 2023-11-21 Jadłospis dla diety: SZ-UL Żołądkowa		
Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g, Cukinia pieczona z olejem * 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Jarzynowa z ziemniakami (*)-dieta b/brokula i kalafiora. 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Pulpet drobiowy z indyka 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Marchew oprószana z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ</u>), 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 wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE</u>), Dżem 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml,
	Podwieczerek: Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Baton szynkowy z kurcząt 30 g,	

Wartości odżywcze: E: 2245.9 kcal; B: 95.48 g; T: 80.71 g; Kw. tł. nasy.: 31.45 g; W: 296.65 g; W tym cukry: 68.48 g; Bł.: 20.1 g; Sól: 7.72 g; WW: 27.81 Por; Ener. z B: 17.01 %; Ener. z W: 49.25 %; Ener. z T: 32.34 %; Ener. z Bł.: 1.79 %; K: 3677.06 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2023-11-21 Jadłospis dla diety: SZ-UL Specjalna bezmleczna		
Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g, Cukinia pieczona z olejem * 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml,	Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Filet z kurczaka duszony 80 g (<u>GLU PSZ</u>), Sos pietruszkowy (bez mleka)* 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Marchew oprószana z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ</u> , Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml, Sos pietruszkowy (bez mleka)* 100 ml (<u>GLU PSZ</u>),	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Pasta z kurczaka 100 g, Dynia z wody 100 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml,
II Śniadanie: Galaretka o smaku truskawkowym 200 g,	Podwieczorek: Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 40 g,	

Wartości odżywcze: E: 2337.29 kcal; B: 114.72 g; T: 63.49 g; Kw. tł. nasy.: 18.03 g; W: 337.31 g; W tym cukry: 41.26 g; Bł.: 22.67 g; Sól: 7.87 g; WW: 31.53 Por; Ener. z B: 19.63 %; Ener. z W: 53.85 %; Ener. z T: 24.45 %; Ener. z Bł.: 1.94 %; K: 4564.05 mg;

wtorek 2023-11-21 Jadłospis dla diety: SZ-UL Papkowata		
Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ</u>), Bulka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pasta z wędliną i natką pietruszki. 100 g (<u>SOJ, GOR</u>), Cukinia pieczona z olejem * 50 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</u>),	Jarzynowa z ziemniakami (*)-dieta b/brokula i kalafiora. 400 ml (<u>GLU PSZ MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ MLE</u>), Marchew oprószana z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Ryż na wywarze jarzynowym. 300 ml (<u>SEL</u>), Bulka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE</u>), Dżem 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
	Podwieczorek: Sok pomidorowy 0,3l 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2612.53 kcal; B: 107.29 g; T: 100.81 g; Kw. tł. nasy.: 33.57 g; W: 331.11 g; W tym cukry: 74.82 g; Bł.: 23.81 g; Sól: 9.14 g; WW: 30.92 Por; Ener. z B: 16.43 %; Ener. z W: 47.05 %; Ener. z T: 34.73 %; Ener. z Bł.: 1.82 %; K: 4499.9 mg;

wtorek 2023-11-21 Jadłospis dla diety: SZ-UL Papkowata cukrzycowa		
Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL, GLU JECZ</u>), Bulka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pasta z wędliną i natką pietruszki. 100 g (<u>SOJ, GOR</u> , Cukinia pieczona z olejem * 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml, <i>kawa z ml</i>	Jarzynowa z ziemniakami (*)-dieta b/brokula i kalafiora. 400 ml (<u>GLU PSZ MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ MLE</u>), Marchew oprószana z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Ryż na wywarze jarzynowym. 300 ml (<u>SEL</u>), Bulka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE</u>), Dynia z wody 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml,
II Śniadanie: Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Sok pomidorowy 0,3l 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2324.87 kcal; B: 96.69 g; T: 93.86 g; Kw. tł. nasy.: 29.46 g; W: 285.8 g; W tym cukry: 29.91 g; Bł.: 25.19 g; Sól: 8.96 g; WW: 26.2 Por; Ener. z B: 16.64 %; Ener. z W: 44.84 %; Ener. z T: 36.34 %; Ener. z Bł.: 2.17 %; K: 4192.12 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2023-11-21 Jadłospis dla diety: SZ-UL Płynna cukrzycowa		
Mięso drobiowe gotowane 100g 1 szt , Masło extra 82% 20 g (MLE,), Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,), Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL, GLU JECZ,),	Ziemniaczana * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Ziemniaki () 50 g , Pulpet drobiowy 90 g (GLU PSZ, JAJ,), Marchew gotowana z olejem* 100 g , Olej rzepakowy 10 g ,	Ryż na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL,), Mięso drobiowe gotowane 100g 1 szt , Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL,), Masło extra 82% 20 g (MLE,), Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,),
II Śniadanie: Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (MLE,),	Podwieczorek: Kisiel z czarnej porzeczki b/c* 200 ml ,	

Wartości odżywcze: E: 1990.17 kcal; B: 103.6 g; T: 107.38 g; Kw. tł. nasy.: 35.71 g; W: 161.7 g; W tym cukry: 15.17 g; Bł.: 19.54 g; Sól: 3.69 g; WW: 14.22 Por; Ener. z B: 20.82 %; Ener. z W: 28.57 %; Ener. z T: 48.56 %; Ener. z Bł.: 1.96 %; K: 3784.47 mg;

wtorek 2023-11-21 Jadłospis dla diety: SZ-UL Płynna wysokobiałkowa		
Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,), Mleko w proszku 25 g (MLE,), Masło extra 82% 20 g (MLE,), Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,), Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ,),	Ziemniaczana * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Ziemniaki () 50 g , Pulpet drobiowy 90 g (GLU PSZ, JAJ,), Marchew gotowana z olejem* 100 g , Olej rzepakowy 10 g ,	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL,), Mięso drobiowe gotowane 100g 1 szt , Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL,), Masło extra 82% 20 g (MLE,), Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,),
II Śniadanie: Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE,),	Podwieczorek: Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt ,	

Wartości odżywcze: E: 2104.72 kcal; B: 98.57 g; T: 101.99 g; Kw. tł. nasy.: 35.87 g; W: 206.77 g; W tym cukry: 42.77 g; Bł.: 21.15 g; Sól: 4.15 g; WW: 18.62 Por; Ener. z B: 18.73 %; Ener. z W: 35.28 %; Ener. z T: 43.61 %; Ener. z Bł.: 2.01 %; K: 4171.74 mg;

wtorek 2023-11-21 Jadłospis dla diety: SZ-UL Przecierana		
Bułka pszenna długa krojona 75 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 20 g (MLE,), Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,), Mleko w proszku 10 g (MLE,), Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ,),	Ziemniaczana * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Ziemniaki () 150 g , Pulpet drobiowy 90 g (GLU PSZ, JAJ,), Marchew gotowana z olejem* 100 g , Olej rzepakowy 10 g ,	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL,), Masło extra 82% 20 g (MLE,), Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g , Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL,),
II Śniadanie: Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE,),	Podwieczorek: Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt ,	

Wartości odżywcze: E: 2174.94 kcal; B: 92.03 g; T: 97.46 g; Kw. tł. nasy.: 34.32 g; W: 242.22 g; W tym cukry: 35.85 g; Bł.: 23.92 g; Sól: 4.34 g; WW: 21.93 Por; Ener. z B: 16.93 %; Ener. z W: 40.15 %; Ener. z T: 40.33 %; Ener. z Bł.: 2.2 %; K: 4563.61 mg;

wtorek 2023-11-21 Jadłospis dla diety: SZ-UL Niskokaloryczna		
Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g , Papryka konserwowa 50 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,	Jarzynowa z ziemniakami ()* -dieta b/brokula i kalafiora 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Ziemniaki () 200 g , Filet z kurczaka duszony 80 g (GLU PSZ,), Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g (GOR,), Marchew oprószana z olejem* 100 g (GLU PSZ,), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml , Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE,),	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (MLE,), Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml ,
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE,),	Podwieczorek: Śliwka szt 2 szt ,	

Wartości odżywcze: E: 1591.45 kcal; B: 86.16 g; T: 52.2 g; Kw. tł. nasy.: 18.64 g; W: 210.32 g; W tym cukry: 30.22 g; Bł.: 26.75 g; Sól: 7.93 g; WW: 18.43 Por; Ener. z B: 21.66 %; Ener. z W: 46.14 %; Ener. z T: 29.52 %; Ener. z Bł.: 3.36 %; K: 4251.34 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2023-11-21 Jadłospis dla diety: SZ-UL Wysokobiałkowa/Wysokokaloryczna		
Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ, </u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE, </u>), Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g , Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE, </u>), Cukinia pieczona z olejem * 100 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml ,	Jarzynowa z ziemniakami ()*-dieta b/brokula i kalafiora. 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>), Ziemniaki () 250 g , Kotlet drobiowy panierowany 100 g (<u>GLU PSZ JAJ, </u>), Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, </u>), Marchew oprószana z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ, </u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 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>), Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml ,
II Śniadanie: Kefir 1,5% t 150g 1 Por (<u>MLE, </u>),	Podwieczorek: Kasza manna z jabłkiem prażonym 300 g (<u>GLU PSZ, MLE, </u>),	

Wartości odżywcze: E: 2897.77 kcal; B: 117.45 g; T: 95.73 g; Kw. tł. nasy.: 32.47 g; W: 407.37 g; W tym cukry: 76.15 g; Bł.: 31.12 g; Sól: 9.05 g; WW: 37.8 Por; Ener. z B: 16.21 %; Ener. z W: 51.94 %; Ener. z T: 29.73 %; Ener. z Bł.: 2.15 %; K: 5021.87 mg;

wtorek 2023-11-21 Jadłospis dla diety: SZ-UL Hematologiczna		
Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ, </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>), Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g , Cukinia pieczona z olejem * 50 g , Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, </u>),	Jarzynowa z ziemniakami ()*-podstawa (z mięsem) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>), Ziemniaki () 200 g , Kotlet drobiowy panierowany 100 g (<u>GLU PSZ JAJ, </u>), Marchew oprószana z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ, </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>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ, </u>), Majonez 20 g (<u>JAJ, GOR, </u>), Dynia z wody 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml ,
II Śniadanie: Galaretka o smaku truskawkowym 200 g ,	Podwieczorek: Herbatniki 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, </u>), Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE, </u>),	

Wartości odżywcze: E: 3111.97 kcal; B: 115.3 g; T: 103.07 g; Kw. tł. nasy.: 35.18 g; W: 443.37 g; W tym cukry: 97.3 g; Bł.: 31.81 g; Sól: 9.21 g; WW: 41.31 Por; Ener. z B: 14.82 %; Ener. z W: 52.9 %; Ener. z T: 29.81 %; Ener. z Bł.: 2.04 %; K: 5012.36 mg;

wtorek 2023-11-21 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>), Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g , Ogórek świeży 50 g , 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>),	Jarzynowa z ziemniakami ()*-podstawa (z mięsem) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>), Ziemniaki () 200 g , Kotlet drobiowy panierowany 100 g (<u>GLU PSZ JAJ, </u>), Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, </u>), Marchew oprószana z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ, </u>), Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g (<u>GOR, </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>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ, </u>), Majonez 20 g (<u>JAJ, GOR, </u>), Szynka wędzona-pr.dr.wędzony, parzony 50 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Galaretka o smaku truskawkowym 250 g , Śliwka szt 2 szt ,	Podwieczorek: Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE, </u>),	

Wartości odżywcze: E: 2852.65 kcal; B: 114.31 g; T: 96.9 g; Kw. tł. nasy.: 32.82 g; W: 387.97 g; W tym cukry: 80.78 g; Bł.: 25.48 g; Sól: 10.05 g; WW: 36.25 Por; Ener. z B: 16.03 %; Ener. z W: 50.83 %; Ener. z T: 30.57 %; Ener. z Bł.: 1.79 %; K: 4425.76 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2023-11-21 Jadłospis dla diety: SZ- UL Hematologiczna cukrzyca wysokobiałkowa/wys		
Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>), Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g, Cukinia pieczona z olejem * 50 g, Kawa z mlekiem instant. b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Jarzynowa z ziemniakami (*)-podstawa (z mięsem) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g, Filet z kurczaka duszony 80 g (<u>GLU PSZ.</u>), Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>), Marchew oprószana z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ.</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>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>), Dynia z wody 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 2,5% t 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),	Podwieczorek: Chleb Graham 40 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE.</u>),	Posiłek nocny: Chleb Graham 40 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Szyńka wiejska wieprzowa, wędzona parzona 50 g,

Wartości odżywcze: E: 2882.08 kcal; B: 158.1 g; T: 103.51 g; Kw. tł. nasy.: 47.85 g; W: 349.85 g; W tym cukry: 44.4 g; Bł.: 38.55 g; Sól: 11.78 g; WW: 31.3 Por; Ener. z B: 21.94 %; Ener. z W: 43.2 %; Ener. z T: 32.32 %; Ener. z Bł.: 2.68 %; K: 5403.14 mg;

wtorek 2023-11-21 Jadłospis dla diety: SZ- UL Hematologiczna łatwo strawna		
Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>), Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g, Cukinia pieczona z olejem * 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Jarzynowa z ziemniakami (*)-dieta b/brokuła i kalafiora (z mięsem) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g, Filet z kurczaka duszony 80 g (<u>GLU PSZ.</u>), Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>), Marchew oprószana z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ.</u>), 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 wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE.</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml, Dynia z wody 50 g,
II Śniadanie: Galaretko o smaku truskawkowym 200 g,	Podwieczorek: Kasza manna na wodzie z jabłkiem 300 ml (<u>GLU PSZ.</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2603.71 kcal; B: 129.63 g; T: 80.69 g; Kw. tł. nasy.: 34.92 g; W: 352.61 g; W tym cukry: 69.14 g; Bł.: 24.84 g; Sól: 8.17 g; WW: 32.87 Por; Ener. z B: 19.91 %; Ener. z W: 50.35 %; Ener. z T: 27.89 %; Ener. z Bł.: 1.91 %; K: 4981.98 mg;

wtorek 2023-11-21 Jadłospis dla diety: SZ- UL Hematologiczna wysokobiałkowa		
Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</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>), Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g, Cukinia pieczona z olejem * 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Jarzynowa z ziemniakami (*)-podstawa (z mięsem) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki () 250 g, Filet z kurczaka duszony 80 g (<u>GLU PSZ.</u>), Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>), Marchew oprószana z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ.</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>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>), Szyńka wędzona-pr.dr.wędzony, parzony 50 g, Dynia z wody 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml,
II Śniadanie: Galaretko o smaku truskawkowym 200 g, Jogurt naturalny 2,5% t 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),	Podwieczorek: Kasza manna na wodzie z jabłkiem 300 ml (<u>GLU PSZ.</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2795.57 kcal; B: 129.27 g; T: 73.08 g; Kw. tł. nasy.: 33.19 g; W: 418.53 g; W tym cukry: 65.02 g; Bł.: 35.41 g; Sól: 10.04 g; WW: 38.4 Por; Ener. z B: 18.5 %; Ener. z W: 54.82 %; Ener. z T: 23.53 %; Ener. z Bł.: 2.53 %; K: 5478.07 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2023-11-21 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa niskocholesterolowa		
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 , Ogórek świeży 50 g , Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, </u>),	Jarzynowa z ziemniakami (*)-podstawa. 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>), Ziemniaki () 200 g , Filet z kurczaka duszony 80 g (<u>GLU PSZ, </u>), Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, </u>), Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g (<u>GOR, </u>), Fasolka szparagowa z wody* 100 g , Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml ,	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, </u>), Pasta z białek z koperkiem 100 g (<u>JAJ, MLE, </u>), Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml ,
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, </u>), Papryka świeża 100 g ,	Podwieczorek: Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ, </u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, </u>), Twarożek 50 g (<u>MLE, </u>), Pomidor 100 g ,	

Wartości odżywcze: E: 2216.09 kcal; B: 109.81 g; T: 72.83 g; Kw. tł. nasy.: 28.68 g; W: 301.04 g; W tym cukry: 34.79 g; Bł.: 41.77 g; Sól: 8.62 g; WW: 26.08 Por; Ener. z B: 19.82 %; Ener. z W: 46.8 %; Ener. z T: 29.58 %; Ener. z Bł.: 3.77 %; K: 5411.68 mg;

wtorek 2023-11-21 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa wysokolaryczna/wysokobiałkowa		
Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ, </u>), Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ, </u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE, </u>), Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g , Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE, </u>), Papryka konserwowa 50 g , Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, </u>),	Jarzynowa z ziemniakami (*)-podstawa. 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>), Ziemniaki () 200 g , Filet z kurczaka duszony 80 g (<u>GLU PSZ, </u>), Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, </u>), Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g (<u>GOR, </u>), Fasolka szparagowa z wody* 100 g , 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>), Jajko gotowane ki M 2 szt (<u>JAJ, </u>), Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml ,
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, </u>), Papryka świeża 100 g ,	Podwieczorek: Chleb Graham 35 g (<u>GLU PSZ, </u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, </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 topiony 50 g (<u>MLE, </u>), Pomidor 50 g ,

Wartości odżywcze: E: 3035.24 kcal; B: 152.65 g; T: 116.36 g; Kw. tł. nasy.: 53.29 g; W: 368.63 g; W tym cukry: 49.58 g; Bł.: 44.73 g; Sól: 13.23 g; WW: 32.64 Por; Ener. z B: 20.12 %; Ener. z W: 42.68 %; Ener. z T: 34.5 %; Ener. z Bł.: 2.95 %; K: 5802.24 mg;

wtorek 2023-11-21 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa wątrobowa/trzustkowa		
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 100 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml , Cukinia pieczona z olejem (bez oleju)* 150 g ,	Jarzynowa z ziemniakami (*)-dieta b/brokuła i kalafiora bt. 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>), Ziemniaki () 250 g , Pulpet drobiowy z indyka 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, </u>), Marchew gotowana (bez oleju)* 200 g , Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml ,	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ, </u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, </u>), Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE, </u>), Dynia z wody 200 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE, </u>), Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ, </u>),	Podwieczorek: Kasza manna na wodzie z jabłkiem 400 ml (<u>GLU PSZ, </u>),	

Wartości odżywcze: E: 2232.38 kcal; B: 115.61 g; T: 41.38 g; Kw. tł. nasy.: 16.36 g; W: 364.4 g; W tym cukry: 44.64 g; Bł.: 32.53 g; Sól: 10.05 g; WW: 33.25 Por; Ener. z B: 20.71 %; Ener. z W: 59.46 %; Ener. z T: 16.68 %; Ener. z Bł.: 2.91 %; K: 5036.8 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2023-11-21 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa ciężarnych		
Chleb razowy żytnio-pszeniczny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, </u>), Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE, </u>), Ogórek świeży 150 g , Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, </u>),	Jarzynowa z ziemniakami (*)-podstawa. 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>), Ziemniaki () 200 g , Filet z kurczaka duszony 80 g (<u>GLU PSZ, </u>), Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, </u>), Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g (<u>GOR, </u>), Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL, </u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml ,	Chleb razowy żytnio-pszeniczny 80 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>), Pomidor 150 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml ,
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszeniczny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, </u>), Papryka świeża 100 g ,	Podwieczorek: Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ, </u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, </u>), Twarożek 50 g (<u>MLE, </u>), Rzodkiew biała 100 g ,	Posiłek nocny: Chleb razowy żytnio-pszeniczny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, </u>), Ser topiony 50 g (<u>MLE, </u>), Sałata zielona 20 g ,

Wartości odżywcze: E: 2659.17 kcal; B: 126.12 g; T: 105.79 g; Kw. tł. nasy.: 45.77 g; W: 327.9 g; W tym cukry: 50.86 g; Bł.: 51.25 g; Sól: 10.25 g; WW: 27.72 Por; Ener. z B: 18.97 %; Ener. z W: 41.62 %; Ener. z T: 35.81 %; Ener. z Bł.: 3.85 %; K: 6427.22 mg;

wtorek 2023-11-21 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa dla matek karmiących		
Chleb razowy żytnio-pszeniczny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, </u>), Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE, </u>), Ogórek świeży 150 g , Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, </u>),	Jarzynowa z ziemniakami (*)-podstawa. 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>), Ziemniaki () 200 g , Filet z kurczaka duszony 80 g (<u>GLU PSZ, </u>), Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, </u>), Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g (<u>GOR, </u>), Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL, </u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml ,	Chleb razowy żytnio-pszeniczny 80 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>), Pomidor 150 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml ,
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszeniczny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, </u>), Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 25 g , Papryka świeża 100 g ,	Podwieczorek: Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ, </u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, </u>), Twarożek 50 g (<u>MLE, </u>), Rzodkiew biała 100 g ,	Posiłek nocny: Chleb razowy żytnio-pszeniczny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, </u>), Ser topiony 50 g (<u>MLE, </u>), Sałata zielona 20 g ,

Wartości odżywcze: E: 2680.9 kcal; B: 130.89 g; T: 106 g; Kw. tł. nasy.: 46.09 g; W: 328.3 g; W tym cukry: 50.86 g; Bł.: 51.25 g; Sól: 10.84 g; WW: 27.78 Por; Ener. z B: 19.53 %; Ener. z W: 41.34 %; Ener. z T: 35.59 %; Ener. z Bł.: 3.82 %; K: 6427.22 mg;

wtorek 2023-11-21 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>), Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g , Ogórek kiszony 50 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,	Jarzynowa z ziemniakami (*)-podstawa. 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>), Ziemniaki () 200 g , Filet z kurczaka duszony 80 g (<u>GLU PSZ, </u>), Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, </u>), Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g (<u>GOR, </u>), Marchew oprószana z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ, </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>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ, </u>), Ser żółty 50 g (<u>MLE, </u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml , Pomidor 50 g ,
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszeniczny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, </u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE, </u>), Papryka świeża 50 g , Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt , Śliwka szt 2 szt ,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszeniczny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, </u>), Twarożek 50 g (<u>MLE, </u>), Ogórek świeży 50 g ,	Posiłek nocny: Chleb razowy żytnio-pszeniczny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, </u>), Ser topiony 50 g (<u>MLE, </u>), Sałata zielona 20 g ,

Wartości odżywcze: E: 2888.32 kcal; B: 137.99 g; T: 115.03 g; Kw. tł. nasy.: 52.6 g; W: 349 g; W tym cukry: 31.66 g; Bł.: 43.67 g; Sól: 12.04 g; WW: 30.68 Por; Ener. z B: 19.11 %; Ener. z W: 42.28 %; Ener. z T: 35.84 %; Ener. z Bł.: 3.02 %; K: 5102.6 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2023-11-21 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa bezmleczna		
Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g, Papryka konserwowa 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,	Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Ziemniaki () 250 g, Filet z kurczaka duszony 80 g (<u>GLU PSZ,</u>), Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g (<u>GOR,</u>), Marchew oprószana z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u>), Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Papryka świeża 100 g,	Podwieczorek: Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Pomidor 100 g, Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 50 g,	

Wartości odżywcze: E: 2313.83 kcal; B: 96.22 g; T: 86.17 g; Kw. tł. nasy.: 23.85 g; W: 311.47 g; W tym cukry: 23.03 g; Bł.: 42.71 g; Sól: 10.47 g; WW: 26.96 Por; Ener. z B: 16.63 %; Ener. z W: 46.46 %; Ener. z T: 33.52 %; Ener. z Bł.: 3.69 %; K: 5178.78 mg;

wtorek 2023-11-21 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzyca nerkowa		
Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 120 g, Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE,</u>), Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g, Cukinia pieczona z olejem * 100 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>),	Jarzynowa z ziemniakami (*)-dieta b/brokula i kalafiora. 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Risotto wegetariańskie* 350 g (<u>SEL,</u>), Sos pietruszkowy (bez mleka)* 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>), Dynia z wody 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>), Twarożek 30 g (<u>MLE,</u>), Marchew gotowana z olejem* 150 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt,	Podwieczorek: Kasza manna na wodzie z jabłkiem 400 ml (<u>GLU PSZ,</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2207.59 kcal; B: 45.77 g; T: 78.54 g; Kw. tł. nasy.: 24.49 g; W: 329.04 g; W tym cukry: 43.96 g; Bł.: 45.32 g; Sól: 7.42 g; WW: 28.36 Por; Ener. z B: 8.29 %; Ener. z W: 51.41 %; Ener. z T: 32.02 %; Ener. z Bł.: 4.11 %; K: 3217.43 mg;

wtorek 2023-11-21 Jadłospis dla diety: SZ-UL Nerkowa		
Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 120 g, Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE,</u>), Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g, Cukinia pieczona z olejem * 200 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml,	Jarzynowa z ziemniakami (*)-dieta b/brokula i kalafiora. 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki () 300 g, Filet z kurczaka duszony 40 g (<u>GLU PSZ,</u>), Sos pietruszkowy (bez mleka)* 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>), Marchew oprószana z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ,</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 120 g, Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE,</u>), Twarożek 30 g (<u>MLE,</u>), Dynia z wody 200 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml,
	Podwieczorek: Kasza manna na wodzie z jabłkiem 400 ml (<u>GLU PSZ,</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2288.46 kcal; B: 51.68 g; T: 73.43 g; Kw. tł. nasy.: 22.11 g; W: 356.99 g; W tym cukry: 58.08 g; Bł.: 45.16 g; Sól: 7.95 g; WW: 31.17 Por; Ener. z B: 9.03 %; Ener. z W: 54.5 %; Ener. z T: 28.88 %; Ener. z Bł.: 3.95 %; K: 5275.59 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2023-11-21 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dna moczanowa		
Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Tofu 100 g (<u>SOJ</u>), Ogórek kiszony 100 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Jarzynowa z ziemniakami (*)-dieta b/brokuła i kalafiora. 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki () 250 g, Frittata z jajkiem 200 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u>), Marchew oprószana z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ</u>), 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 wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE</u>), Dynia z wody 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Herbatniki 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>),	Podwieczorek: Sok pomidorowy 0,3l 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2297.94 kcal; B: 78.86 g; T: 84.24 g; Kw. tł. nasy.: 29.42 g; W: 319.67 g; W tym cukry: 60.25 g; Bł.: 24.8 g; Sól: 8.59 g; WW: 29.62 Por; Ener. z B: 13.73 %; Ener. z W: 51.33 %; Ener. z T: 32.99 %; Ener. z Bł.: 2.16 %; K: 4485.25 mg;

wtorek 2023-11-21 Jadłospis dla diety: SZ-UL Atopowa		
Wafle ryżowe 40 g, Margaryna porcjowa 15g 2 szt, Filet z indyka gotowany 100 g, Ogórek kiszony 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka, bez selera)*() 400 ml (<u>GLU</u> , <u>JECZ</u>), Ziemniaki () 200 g, Gołąbki zawijane z kapustą ryżem i mięsem z indyka (bez jaj) ATOPOWA 240 g, Sos jarzynowy (bez selera, bez glutenu) 100 ml, Brokuł gotowany* 150 g, Woda źródłana 250 ml,	Zapiekanka z ziemników i warzyw*- dieta Atopowa 400 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Kisiel z jabłek z/c* 200 ml,	Podwieczorek: Ryż na wodzie 200 ml, Mus z jabłek () z/c 150 g,	

Wartości odżywcze: E: 2103.5 kcal; B: 110.25 g; T: 58.82 g; Kw. tł. nasy.: 14.18 g; W: 294.06 g; W tym cukry: 39.94 g; Bł.: 27.76 g; Sól: 6.26 g; WW: 26.62 Por; Ener. z B: 20.96 %; Ener. z W: 50.64 %; Ener. z T: 25.17 %; Ener. z Bł.: 2.64 %; K: 5743.43 mg;

wtorek 2023-11-21 Jadłospis dla diety: SZ-UL Niemowlaki		
Płatki jęczmienne na mleku 200 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> , <u>JECZ</u>), Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g, Pomidor b/skórki 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Jarzynowa z ziemniakami (*)-dieta b/brokuła i kalafiora. 200 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki () 100 g, Filet z kurczaka duszony 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Sos pietruszkowy* 50 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u>), Marchew gotowana z olejem* 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Szyńka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 50 g, Dynia z wody 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Galaretko o smaku truskawkowym 200 g,	Podwieczorek: Banan 1szt. 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 1547.18 kcal; B: 72.06 g; T: 32.26 g; Kw. tł. nasy.: 11.75 g; W: 251.2 g; W tym cukry: 80.44 g; Bł.: 19.65 g; Sól: 5.24 g; WW: 23.31 Por; Ener. z B: 18.63 %; Ener. z W: 59.86 %; Ener. z T: 18.76 %; Ener. z Bł.: 2.54 %; K: 3489.23 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2023-11-21 Jadłospis dla diety: SZ-UL papkowata niemowlaki		
Płatki jęczmienne na mleku 200 ml (<u>MLE, GLU JECZ</u>), Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Pasta z wędliną i natką pietruszki. 50 g (<u>SOJ, GOR</u>), Cukinia pieczona z olejem * 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Jarzynowa z ziemniakami (*)-dieta b/brokuła i kalafiora. 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 100 g, Pulpet drobiowy 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos pietruszkowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE</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>), Pasta z jaj 100 g (<u>JAJ, MLE</u>), Dynia z wody 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Galaretką o smaku truskawkowym 200 g,	Podwieczorek: Banan 1szt. 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 1743.89 kcal; B: 64.6 g; T: 49.83 g; Kw. tł. nasy.: 14 g; W: 267.38 g; W tym cukry: 81.68 g; Bł.: 20.63 g; Sól: 4.44 g; WW: 24.73 Por; Ener. z B: 14.82 %; Ener. z W: 56.6 %; Ener. z T: 25.72 %; Ener. z Bł.: 2.37 %; K: 3582.29 mg;

wtorek 2023-11-21 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dieta Mamy I trymestr		
Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g, Ogórek świeży 150 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Jarzynowa z ziemniakami (*)-podstawa. 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 250 g, Filet z kurczaka duszony 80 g (<u>GLU PSZ</u>), Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g (<u>GOR</u>), Marchew oprószana z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 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>), Pomidor 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/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>), Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>), Miód (25g) 1 szt,	Podwieczorek: Śliwka szt 2 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2287.36 kcal; B: 96.09 g; T: 74.8 g; Kw. tł. nasy.: 31.09 g; W: 326.59 g; W tym cukry: 61.02 g; Bł.: 38.36 g; Sól: 7.44 g; WW: 28.88 Por; Ener. z B: 16.8 %; Ener. z W: 50.41 %; Ener. z T: 29.43 %; Ener. z Bł.: 3.35 %; K: 5666.75 mg;

wtorek 2023-11-21 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dieta Mamy II trymestr		
Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g, Ogórek świeży 150 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Jarzynowa z ziemniakami (*)-podstawa. 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 250 g, Filet z kurczaka duszony 80 g (<u>GLU PSZ</u>), Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g (<u>GOR</u>), Marchew oprószana z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ</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>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Pomidor 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/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>), Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE</u>), Miód (25g) 2 szt,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Śliwka szt 2 szt, Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Ser topiony 50 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2780.31 kcal; B: 116.37 g; T: 95.86 g; Kw. tł. nasy.: 43.5 g; W: 384.8 g; W tym cukry: 64.77 g; Bł.: 44.24 g; Sól: 9.31 g; WW: 34.14 Por; Ener. z B: 16.74 %; Ener. z W: 49 %; Ener. z T: 31.03 %; Ener. z Bł.: 3.18 %; K: 5951.8 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2023-11-21 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dieta Mamy III trymestr		
Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ, </u>), Chleb razowy żytnio-pszeny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE, </u>), Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g , Ogórek świeży 150 g , Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, </u>),	Jarzynowa z ziemniakami (*)-podstawa. 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>), Ziemniaki () 250 g , Filet z kurczaka duszony 80 g (<u>GLU PSZ, </u>), Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, </u>), Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g (<u>GOR, </u>), Marchew oprószana z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ, </u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Chleb razowy żytnio-pszeny 80 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>), Pomidor 150 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszeny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, </u>), Twaróg półtusty 100 g (<u>MLE, </u>), Miód (25g) 2 szt ,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszeny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, </u>), Ser topiony 50 g (<u>MLE, </u>), Śliwka szt 2 szt ,	

Wartości odżywcze: E: 2928.11 kcal; B: 125.25 g; T: 101.26 g; Kw. tł. nasy.: 46.6 g; W: 400.39 g; W tym cukry: 76.68 g; Bł.: 43.76 g; Sól: 9.62 g; WW: 35.77 Por; Ener. z B: 17.11 %; Ener. z W: 48.72 %; Ener. z T: 31.13 %; Ener. z Bł.: 2.99 %; K: 6309.1 mg;

wtorek 2023-11-21 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dieta Mamy Okres Laktacji		
Chleb razowy żytnio-pszeny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ, </u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE, </u>), Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g , Ogórek świeży 150 g , Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, </u>),	Jarzynowa z ziemniakami (*)-podstawa. 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>), Ziemniaki () 250 g , Filet z kurczaka duszony 80 g (<u>GLU PSZ, </u>), Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g (<u>GOR, </u>), Marchew oprószana z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ, </u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Chleb razowy żytnio-pszeny 100 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>), Pomidor 150 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszeny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, </u>), Twaróg półtusty 50 g (<u>MLE, </u>), Miód (25g) 2 szt ,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszeny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Śliwka szt 2 szt , Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, </u>), Ser topiony 50 g (<u>MLE, </u>),	

Wartości odżywcze: E: 3004.88 kcal; B: 119.06 g; T: 103.1 g; Kw. tł. nasy.: 48.11 g; W: 424.15 g; W tym cukry: 75.73 g; Bł.: 48.55 g; Sól: 10.17 g; WW: 37.67 Por; Ener. z B: 15.85 %; Ener. z W: 50 %; Ener. z T: 30.88 %; Ener. z Bł.: 3.23 %; K: 6404.66 mg;

wtorek 2023-11-21 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cięża mnoga (wysokobiałkowa)		
Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ, </u>), Chleb razowy żytnio-pszeny 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>), Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g , Ogórek świeży 150 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,	Jarzynowa z ziemniakami (*)-podstawa. 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>), Ziemniaki () 200 g , Filet z kurczaka duszony 80 g (<u>GLU PSZ, </u>), Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g (<u>GOR, </u>), Marchew oprószana z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ, </u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Chleb razowy żytnio-pszeny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Chleb Graham 40 g (<u>GLU PSZ, </u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, </u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ, </u>), Pomidor 150 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Chleb razowy pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, </u>), Twaróg półtusty 100 g (<u>MLE, </u>), Miód (25g) 2 szt ,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszeny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, </u>), Ser topiony 50 g (<u>MLE, </u>), Śliwka szt 2 szt ,	

Wartości odżywcze: E: 2944.9 kcal; B: 124.03 g; T: 99.99 g; Kw. tł. nasy.: 46.26 g; W: 409.63 g; W tym cukry: 68.14 g; Bł.: 44.48 g; Sól: 10.3 g; WW: 36.61 Por; Ener. z B: 16.85 %; Ener. z W: 49.6 %; Ener. z T: 30.56 %; Ener. z Bł.: 3.02 %; K: 5783 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2023-11-21		Jadłospis dla diety: SZ-UL Posiłki regeneracyjne
	300 g	Jarzynowa z ziemniakami (*)-podstawa. 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>), Ziemniaki () 250 g , Kotlet drobiowy panierowany 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, </u>), Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g (<u>GOR, </u>), Marchew oprószana z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ, </u>),

Wartości odżywcze: E: 1040.11 kcal; B: 38.92 g; T: 34.74 g; Kw. tł. nasy.: 2.91 g; W: 149.99 g; W tym cukry: 9.57 g; Bł.: 16.1 g; Sól: 3.25 g; WW: 13.45 Por; Ener. z B: 14.97 %; Ener. z W: 51.49 %; Ener. z T: 30.06 %; Ener. z Bł.: 3.1 %; K: 3532.88 mg;

wtorek 2023-11-21		Jadłospis dla diety: SZ-UL Normalna Broniewskiego
Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ, </u>), 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>), Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 100 g , Papryka konserwowa 50 g , Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, </u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE, </u>),		Jarzynowa z ziemniakami (*)-podstawa. 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>), Ziemniaki () 250 g , Kotlet drobiowy panierowany 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, </u>), Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g (<u>GOR, </u>), Marchew oprószana z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ, </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>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ, </u>), Szywna wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 100 g , Majonez 20 g (<u>JAJ, GOR, </u>), Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
		Podwieczorek: Herbatniki 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, </u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,

Wartości odżywcze: E: 3180.46 kcal; B: 145.69 g; T: 114.73 g; Kw. tł. nasy.: 34.57 g; W: 407.81 g; W tym cukry: 74.06 g; Bł.: 35.48 g; Sól: 13.65 g; WW: 37.45 Por; Ener. z B: 18.32 %; Ener. z W: 46.83 %; Ener. z T: 32.47 %; Ener. z Bł.: 2.23 %; K: 4868.43 mg;

wtorek 2023-11-21		Jadłospis dla diety: SZ-UL Lekkostrawna Broniewskiego
Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ, </u>), Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ, </u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE, </u>), Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g , Cukinia pieczona z olejem * 50 g , Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, </u>),		Jarzynowa z ziemniakami (*)-dieta b/brokula i kalafiora. 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>), Ziemniaki () 250 g , Filet z kurczaka duszony 80 g (<u>GLU PSZ, </u>), Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, </u>), Marchew oprószana z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ, </u>), 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>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ, </u>), Pomidor 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
		Podwieczorek: Herbatniki 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, </u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,

Wartości odżywcze: E: 2440.5 kcal; B: 99.7 g; T: 77.01 g; Kw. tł. nasy.: 30.46 g; W: 350.19 g; W tym cukry: 77.92 g; Bł.: 25.46 g; Sól: 6.54 g; WW: 32.63 Por; Ener. z B: 16.34 %; Ener. z W: 53.22 %; Ener. z T: 28.4 %; Ener. z Bł.: 2.09 %; K: 5072.74 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2023-11-21 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa CH Broniewskiego		
Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>), Chleb razowy żytnio-pszeny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 70 g, Ogórek świeży 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml,	Jarzynowa z ziemniakami (*)-podstawa. 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki () 250 g, Filet z kurczaka duszony 80 g (<u>GLU PSZ.</u>), Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>), Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g (<u>GOR.</u>), Marchew oprószana z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszeny 120 g, Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE.</u>), Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml,
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszeny 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Papryka świeża 100 g,	Podwieczorek: Chleb Graham 35 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2273.75 kcal; B: 115.68 g; T: 74.35 g; Kw. tł. nasy.: 29.68 g; W: 307.71 g; W tym cukry: 41.41 g; Bł.: 39.33 g; Sól: 10.14 g; WW: 27.07 Por; Ener. z B: 20.35 %; Ener. z W: 47.21 %; Ener. z T: 29.43 %; Ener. z Bł.: 3.46 %; K: 5358.23 mg;

wtorek 2023-11-21 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa NCH Police Diabetologia		
Chleb Graham 90 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g, Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>), Ogórek świeży 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml,	Jarzynowa z ziemniakami (*)-podstawa. 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki () 250 g, Filet z kurczaka duszony 80 g (<u>GLU PSZ.</u>), Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>), Surówka z selera i jabłka b/c 150 g (<u>MLE, SEL.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb Graham 90 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE.</u>), Szynka wędzona-pr.dr.wędzony, parzony 50 g, Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml,
II Śniadanie: Papryka świeża 100 g,	Podwieczorek: Rzodkiew biała 100 g,	

Wartości odżywcze: E: 1960.07 kcal; B: 121.06 g; T: 58.73 g; Kw. tł. nasy.: 21.1 g; W: 258 g; W tym cukry: 26.59 g; Bł.: 35.5 g; Sól: 8.49 g; WW: 22.5 Por; Ener. z B: 24.71 %; Ener. z W: 45.41 %; Ener. z T: 26.97 %; Ener. z Bł.: 3.62 %; K: 5163.94 mg;

wtorek 2023-11-21 Jadłospis dla diety: SZ-UL Lekkostrawna Police		
Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>), Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g, Cukinia pieczona z olejem * 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Jarzynowa z ziemniakami (*)-dieta b/brokuła i kalafiora. 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g, Filet z kurczaka duszony 80 g (<u>GLU PSZ.</u>), Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>), Marchew oprószana z olejem*. 150 g (<u>GLU PSZ.</u>), 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>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>), Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
	Podwieczorek: Herbatniki 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2344.88 kcal; B: 98.14 g; T: 76.85 g; Kw. tł. nasy.: 30.39 g; W: 327.03 g; W tym cukry: 71.99 g; Bł.: 23.22 g; Sól: 6.41 g; WW: 30.53 Por; Ener. z B: 16.74 %; Ener. z W: 51.83 %; Ener. z T: 29.5 %; Ener. z Bł.: 1.98 %; K: 4683.06 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2023-11-21 Jadłospis dla diety: SZ-UL Neutropeniczna		
Płatki jęczmienna na mleku /p 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ,</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>), Kielbasa biała luksusowa-produkt bezglutenowy z kurczaka średnio rozdrobniony, parzony, w osłonce jadalnej-kolagen wołowy 80 g, Ketchup saszetka 20g 2 szt, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ryż na sypko 200 g, Potrawka drobiowa z warzywami * 250 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kapusta czerwona z wody 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/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>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u>), Kisiel instant 1 szt. 200 ml, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
	Podwieczorek: Rogal maślany 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>), Miód (25g) 1 szt, Sok owocowo warzywny 0,175L 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2839.73 kcal; B: 108.46 g; T: 84.22 g; Kw. tł. nasy.: 38.45 g; W: 427.13 g; W tym cukry: 74.83 g; Bł.: 25.26 g; Sól: 8.52 g; WW: 40.11 Por; Ener. z B: 15.28 %; Ener. z W: 56.61 %; Ener. z T: 26.69 %; Ener. z Bł.: 1.78 %; K: 2854.14 mg;

wtorek 2023-11-21 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa OTS neutropeniczna		
Płatki jęczmienna na mleku /p 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ,</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>), Kielbasa biała luksusowa-produkt bezglutenowy z kurczaka średnio rozdrobniony, parzony, w osłonce jadalnej-kolagen wołowy 80 g, Ketchup saszetka 20g 2 szt, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ryż na sypko 200 g, Potrawka drobiowa z warzywami * 250 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kapusta czerwona z wody 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>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u>), Kisiel o smaku truskawkowym b/c 1 szt. 200 ml, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
	Podwieczorek: Kasza manna na wodzie z jabłkiem prażonym 200 ml (<u>GLU PSZ,</u>), Sok owocowo warzywny 0,175L 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2533.02 kcal; B: 106.66 g; T: 73.38 g; Kw. tł. nasy.: 33.02 g; W: 378.39 g; W tym cukry: 58.6 g; Bł.: 26.03 g; Sól: 8.57 g; WW: 35.15 Por; Ener. z B: 16.84 %; Ener. z W: 55.64 %; Ener. z T: 26.07 %; Ener. z Bł.: 2.06 %; K: 2891.17 mg;

wtorek 2023-11-21 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,	Ryżowa* 400 ml (<u>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: 1600.24 kcal; B: 42.61 g; T: 23.43 g; Kw. tł. nasy.: .81 g; W: 309.78 g; W tym cukry: 15.21 g; Bł.: 16.87 g; Sól: 1.48 g; WW: 29.4 Por; Ener. z B: 10.65 %; Ener. z W: 73.22 %; Ener. z T: 13.18 %; Ener. z Bł.: 2.11 %; K: 2351.66 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2023-11-21 Jadłospis dla diety: SZ-UL Ścisła		
Bulka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Polędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g,		Bulka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g,

Wartości odżywcze: E: 763.02 kcal; B: 33.72 g; T: 31.61 g; Kw. tł. nasy.: 19.7 g; W: 87.58 g; W tym cukry: 2 g; Bł.: 2.7 g; Sól: 3.61 g; WW: 8.54 Por; Ener. z B: 17.68 %; Ener. z W: 44.5 %; Ener. z T: 37.28 %; Ener. z Bł.: .71 %; K: 176.34 mg;

wtorek 2023-11-21 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;

wtorek 2023-11-21 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;

wtorek 2023-11-21 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, Pulpet drobiowy z indyka 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: 1302.15 kcal; B: 48.77 g; T: 18.23 g; Kw. tł. nasy.: .95 g; W: 239.88 g; W tym cukry: 6.84 g; Bł.: 11.95 g; Sól: 1.68 g; WW: 22.9 Por; Ener. z B: 14.98 %; Ener. z W: 70.02 %; Ener. z T: 12.6 %; Ener. z Bł.: 1.84 %; K: 1923.26 mg;

wtorek 2023-11-21 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

wtorek 2023-11-21 Jadłospis dla diety: SZ-UL NZJ I (nieswoiste zapalenie jelit)		
Jarzynowa z ziemniakami (*)-dieta b/brokula i kalafiora. 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>),	Zupa jarzynowa z drobiem * 400 ml (<u>SEL, </u>),	Jarzynowa z ziemniakami (*)-dieta b/brokula i kalafiora. 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>),
II Śniadanie: Kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem 300 ml , Kisiel z jagód b/c * 200 ml ,	Podwieczorek: Marchwianka. 150 ml , Kleik ryżowy na wodzie 200 g ,	

Wartości odżywcze: E: 1159.7 kcal; B: 36.94 g; T: 33.39 g; Kw. tł. nasy.: 2.67 g; W: 187.61 g; W tym cukry: 20.56 g; Bł.: 19.92 g; Sól: 1.75 g; WW: 16.77 Por; Ener. z B: 12.74 %; Ener. z W: 57.84 %; Ener. z T: 25.91 %; Ener. z Bł.: 3.43 %; K: 3214.34 mg;

wtorek 2023-11-21 Jadłospis dla diety: SZ-UL NZJ II (nieswoiste zapalenie jelit)		
Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml , Risotto z mięs drob i warzywami* 350 g (<u>SEL, </u>),	Grycikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL, </u>), Ziemniaki () 200 g , Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, </u>), Marchew gotowana z olejem* 100 g , Kompot owocowy* b/c 200 ml ,	Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ, </u>), Ryba gotowana (Dorsz) 60 g (<u>RYB, </u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (<u>SEL, </u>),
II Śniadanie: Kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem 300 ml , Kisiel z jagód b/c * 200 ml ,	Podwieczorek: Jarzynowa z ryżem dieta* 200 ml (<u>MLE, SEL, </u>),	

Wartości odżywcze: E: 1723.68 kcal; B: 80.22 g; T: 35.55 g; Kw. tł. nasy.: 5.02 g; W: 283.15 g; W tym cukry: 24.14 g; Bł.: 25.12 g; Sól: 4.29 g; WW: 25.82 Por; Ener. z B: 18.62 %; Ener. z W: 59.88 %; Ener. z T: 18.56 %; Ener. z Bł.: 2.91 %; K: 3826.11 mg;

wtorek 2023-11-21 Jadłospis dla diety: SZ-UL NZJ III (nieswoiste zapalenie jelit)		
Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ, </u>), Pasta z mięsa drobiowego 60 g , Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL, </u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, </u>),	Ziemniaczana * (). 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>), Ziemniaki () 200 g , Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, </u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL, </u>), Buraczki gotowane () 100 g , Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml ,	Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml , Kasza jaglana na sypko 120 g , Potrawka drobiowa z fileta 200 g (<u>GLU PSZ, SEL, </u>),
II Śniadanie: Bułka maślana 1 szt 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, </u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, </u>), Mus z jabłek () b/c 200 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,	Podwieczorek: Banan 1szt. 1 szt , Marchwianka 200 ml ,	

Wartości odżywcze: E: 2433.23 kcal; B: 100.32 g; T: 54.73 g; Kw. tł. nasy.: 13.97 g; W: 404.7 g; W tym cukry: 74.87 g; Bł.: 38.72 g; Sól: 5.15 g; WW: 36.52 Por; Ener. z B: 16.49 %; Ener. z W: 60.16 %; Ener. z T: 20.24 %; Ener. z Bł.: 3.18 %; K: 6084.41 mg;

wtorek 2023-11-21 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>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ, </u>), Marchew gotowana z olejem* 100 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,	Kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera) (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, </u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ, </u>), Gulasz z udźca z indyka z warzywami (bez selera) ATOPOWA 200 ml (<u>GLU PSZ, </u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g , Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt ,	Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE, </u>), Filet z indyka gotowany 100 g , Brokuł gotowany* 100 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Gruszka 2szt. 300 g ,	Podwieczorek: Kasza manna na mleku 200 ml , Mus z jabłek () z/c 150 g ,	

Wartości odżywcze: E: 2040.83 kcal; B: 95.67 g; T: 56.39 g; Kw. tł. nasy.: 25.27 g; W: 305 g; W tym cukry: 66.84 g; Bł.: 36.56 g; Sól: 5.37 g; WW: 26.68 Por; Ener. z B: 18.75 %; Ener. z W: 52.61 %; Ener. z T: 24.87 %; Ener. z Bł.: 3.58 %; K: 3913.79 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2023-11-21		Jadłospis dla diety: SZ-UL Uboga w alergeny	
Wafle ryżowe 40 g , Margaryna porcjowa 15g 2 szt , Filet z indyka gotowany 100 g , Ogórek kiszony 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 ,	Podwieczerek: Ryż na wodzie 300 ml ,		

Wartości odżywcze: E: 1989.2 kcal; B: 106.62 g; T: 63.95 g; Kw. tł. nasy.: 19.47 g; W: 254.66 g; W tym cukry: 28.09 g; Bł.: 18.36 g; Sól: 5.86 g; WW: 23.44 Por; Ener. z B: 21.44 %; Ener. z W: 47.52 %; Ener. z T: 28.93 %; Ener. z Bł.: 1.85 %; K: 4448.39 mg;