

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SSPSK Nr 1 PUM Szczecin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2023-11-27 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>), Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g, Ogórek kiszony 50 g, Kawa z mlekiem instant 250 ml,	Dyniowa z ziemniakami*(<u>)</u> 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>), Gulasz warzywny z ciecierzycą * 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Surówka wykwinna z olejem b/c 150 g (<u>JAJ, 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>), Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
	Podwieczorek: Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ,</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>), Miód (25g) 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2342.58 kcal; B: 67.63 g; T: 87.53 g; Kw. tł. nasy.: 28.69 g; W: 333.41 g; W tym cukry: 34.85 g; Bł.: 30.03 g; Sól: 8.24 g; WW: 30.28 Por; Ener. z B: 11.55 %; Ener. z W: 51.8 %; Ener. z T: 33.63 %; Ener. z Bł.: 2.56 %; K: 2677.72 mg;

poniedziałek 2023-11-27 Jadłospis dla diety: SZ-UL Normalna dla dzieci		
Bułka pszenna 75g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ,</u>), Masło extra 82% 16.67g (<u>MLE,</u>), Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g, Ogórek świeży 50 g, Kawa z mlekiem instant 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>),	Dyniowa z ziemniakami*(<u>)</u> . 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>), Gulasz warzywny z ciecierzycą * 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Surówka wykwinna z olejem b/c 150 g (<u>JAJ, 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>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>), Majonez 20 g (<u>JAJ, GOR,</u>), Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Podpłomyki b/c 30 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt,	Podwieczorek: Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>), Miód (25g) 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2662.48 kcal; B: 85.64 g; T: 94.12 g; Kw. tł. nasy.: 28.57 g; W: 374.93 g; W tym cukry: 41.18 g; Bł.: 24.69 g; Sól: 7.34 g; WW: 34.97 Por; Ener. z B: 12.87 %; Ener. z W: 52.62 %; Ener. z T: 31.82 %; Ener. z Bł.: 1.85 %; K: 2450.2 mg;

poniedziałek 2023-11-27 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>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>), Ogórek kiszony 150 g, Kawa z mlekiem instant 250 ml,	Dyniowa z ziemniakami*(<u>)</u> 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>), Gulasz warzywny z ciecierzycą * 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Surówka wykwinna z olejem b/c 150 g (<u>JAJ, 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>), Pomidor 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, Podpłomyki b/c 30 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>),	Podwieczorek: Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ,</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>), Miód (25g) 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2591.67 kcal; B: 77.99 g; T: 93.75 g; Kw. tł. nasy.: 28.18 g; W: 372.05 g; W tym cukry: 44.68 g; Bł.: 31.83 g; Sól: 8.94 g; WW: 33.99 Por; Ener. z B: 12.04 %; Ener. z W: 52.51 %; Ener. z T: 32.55 %; Ener. z Bł.: 2.46 %; K: 3095.82 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2023-11-27 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bezmleczna		
Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Chleb razowy żytnio-pszenno 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g, Ogórek kiszony 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka, bez glutenu)*() 400 ml (<u>SEL,</u>), Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>), Gulasz warzywny z ciecierzycą * 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Cukinia pieczona z olejem * 150 g, 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>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u>), Majonez 20 g (<u>JAJ, GOR,</u>), Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Galaretka o smaku truskawkowym 200 g,	Podwieczorek: Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Miód (25g) 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2453.42 kcal; B: 69.82 g; T: 85.25 g; Kw. tł. nasy.: 19.77 g; W: 362.75 g; W tym cukry: 37.56 g; Bł.: 27.54 g; Sól: 9.13 g; WW: 33.37 Por; Ener. z B: 11.38 %; Ener. z W: 54.65 %; Ener. z T: 31.27 %; Ener. z Bł.: 2.24 %; K: 2703.89 mg;

poniedziałek 2023-11-27 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bez laktozy		
Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Chleb razowy żytnio-pszenno 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g, Ogórek kiszony 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka, bez glutenu)*() 400 ml (<u>SEL,</u>), Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>), Gulasz warzywny z ciecierzycą * 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Cukinia pieczona z olejem * 150 g, 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>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u>), Majonez 20 g (<u>JAJ, GOR,</u>), Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Galaretka o smaku truskawkowym 200 g,	Podwieczorek: Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Miód (25g) 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2453.42 kcal; B: 69.82 g; T: 85.25 g; Kw. tł. nasy.: 19.77 g; W: 362.75 g; W tym cukry: 37.56 g; Bł.: 27.54 g; Sól: 9.13 g; WW: 33.37 Por; Ener. z B: 11.38 %; Ener. z W: 54.65 %; Ener. z T: 31.27 %; Ener. z Bł.: 2.24 %; K: 2703.89 mg;

poniedziałek 2023-11-27 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bezglutenowa		
Chleb bezglutenowy 100 g, Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE,</u>), Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g, Ogórek kiszony 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Dyniowa z ziemniakami (bez glutenu)*() 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>), Ziemniaki () 200 g, Gulasz z udźca kurczaka z warzywami (bez glutenu)* 250 g (<u>SEL,</u>), Surówka wykwinna z olejem b/c 150 g (<u>JAJ, GOR,</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb bezglutenowy 100 g, 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, Majonez 20 g (<u>JAJ, GOR,</u>),
II Śniadanie: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt,	Podwieczorek: Chleb bezglutenowy 50 g, Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Miód (25g) 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2402.6 kcal; B: 64.84 g; T: 103.99 g; Kw. tł. nasy.: 32.23 g; W: 306.82 g; W tym-cukry: 36.66 g; Bł.: 17.78 g; Sól: 4.76 g; WW: 28.83 Por; Ener. z B: 10.8 %; Ener. z W: 48.12 %; Ener. z T: 38.95 %; Ener. z Bł.: 1.48 %; K: 3863.25 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2023-11-27 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bezglutenowa, bez mleka		
Chleb bezglutenowy 100 g , Margaryna porcjowa 15g 1 szt , Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g , Ogórek kiszony 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka, bez glutenu)*() 400 ml (<u>SEL</u>), Ziemniaki () 200 g , Gulasz z udźca kurczaka z warzywami (bez glutenu)* 250 g (<u>SEL</u>), Surówka wykwinna z olejem b/c 150 g (<u>JAJ, GOR</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Chleb bezglutenowy 100 g , Margaryna porcjowa 15g 1 szt , Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Majonez 20 g (<u>JAJ, GOR</u>), Pomidor 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Galaretka o smaku truskawkowym 200 g ,	Podwieczerek: Chleb bezglutenowy 50 g , Margaryna porcjowa 15g 1 szt , Miód (25g) 1 szt ,	

Wartości odżywcze: E: 2477.75 kcal; B: 67.02 g; T: 102.94 g; Kw. tł. nasy.: 20.91 g; W: 325.95 g; W tym cukry: 35.91 g; Bł.: 17.68 g; Sól: 5.16 g; WW: 30.71 Por; Ener. z B: 10.82 %; Ener. z W: 49.77 %; Ener. z T: 37.39 %; Ener. z Bł.: 1.43 %; K: 3838.31 mg;

poniedziałek 2023-11-27 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bogatoresztkowa		
Chleb razowy żytnio-pszeniczny 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g , Ogórek kiszony 150 g , Kawa z mlekiem instant 250 ml ,	Dyniowa z ziemniakami*() 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>), Gulasz warzywny z ciecierzycą * 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Surówka wykwinna z olejem b/c 150 g (<u>JAJ, GOR</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Chleb razowy żytnio-pszeniczny 90 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 , Majonez 20 g (<u>JAJ, GOR</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 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 200 g ,	Podwieczerek: Chleb razowy żytnio-pszeniczny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Miód (25g) 1 szt , Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2408.3 kcal; B: 71.63 g; T: 93.7 g; Kw. tł. nasy.: 31.72 g; W: 340.23 g; W tym cukry: 51.36 g; Bł.: 45.87 g; Sól: 9.26 g; WW: 29.49 Por; Ener. z B: 11.9 %; Ener. z W: 48.89 %; Ener. z T: 35.02 %; Ener. z Bł.: 3.81 %; K: 4157.45 mg;

poniedziałek 2023-11-27 Jadłospis dla diety: SZ-UL Łatwo strawna		
Bulka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g , Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt , Kawa z mlekiem instant 250 ml ,	Dyniowa z ziemniakami*() 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>), Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Cukinia pieczona z olejem * 150 g , Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Bulka 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>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Pomidor b/skórki 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
	Podwieczerek: Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Miód (25g) 1 szt ,	

Wartości odżywcze: E: 2291.44 kcal; B: 95.83 g; T: 82.16 g; Kw. tł. nasy.: 31.24 g; W: 300.89 g; W tym cukry: 42.91 g; Bł.: 19.11 g; Sól: 5 g; WW: 28.12 Por; Ener. z B: 16.73 %; Ener. z W: 49.19 %; Ener. z T: 32.27 %; Ener. z Bł.: 1.67 %; K: 2908.13 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2023-11-27 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dzieci łatwo strawna		
Kasza jaglana 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>), Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g, Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt, Kawa z mlekiem instant 250 ml,	Dyniowa z ziemniakami*() 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>), Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 250 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Cukinia pieczona 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>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Pomidor b/skórki 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Podpłomyki b/c 50 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Podwieczorek: Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Miód (25g) 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2823.03 kcal; B: 115.44 g; T: 89.43 g; Kw. tł. nasy.: 33.56 g; W: 398.18 g; W tym cukry: 63.12 g; Bł.: 21.16 g; Sól: 5.54 g; WW: 37.69 Por; Ener. z B: 16.36 %; Ener. z W: 53.42 %; Ener. z T: 28.51 %; Ener. z Bł.: 1.5 %; K: 3441.25 mg;

poniedziałek 2023-11-27 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>), Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g, Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt, Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Dyniowa z ziemniakami*() 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Makaron drobny. 200 g (<u>GLU PSZ</u>), Gulasz z udźca kurczaka z warzywami. 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Cukinia pieczona (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 drobiowo-warzywna ów z kurczaka (). 100 g (<u>SEL</u>), Buraczki gotowane () 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt, Podpłomyki b/c 30 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>),	Podwieczorek: Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>), Miód (25g) 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2249.64 kcal; B: 99.26 g; T: 45.38 g; Kw. tł. nasy.: 14.67 g; W: 371.79 g; W tym cukry: 66.81 g; Bł.: 24.78 g; Sól: 5.73 g; WW: 34.66 Por; Ener. z B: 17.65 %; Ener. z W: 61.7 %; Ener. z T: 18.16 %; Ener. z Bł.: 2.2 %; K: 3728.22 mg;

poniedziałek 2023-11-27 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>), Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g, Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt, Kawa z mlekiem instant 250 ml,	Dyniowa z ziemniakami*() 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Makaron drobny. 200 g (<u>GLU PSZ</u>), Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 250 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Cukinia pieczona 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>), Pasta drobiowo-warzywna ów z kurczaka (). 100 g (<u>SEL</u>), Buraczki gotowane () 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
	Podwieczorek: Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1:sz, Miód (25g) 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2503.5 kcal; B: 99.68 g; T: 85.42 g; Kw. tł. nasy.: 32.76 g; W: 343.34 g; W tym cukry: 80.4 g; Bł.: 24.96 g; Sól: 5.62 g; WW: 31.81 Por; Ener. z B: 15.93 %; Ener. z W: 50.87 %; Ener. z T: 30.71 %; Ener. z Bł.: 1.99 %; K: 3746.36 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2023-11-27		Jadłospis dla diety: SZ-UL Specjalna bezmleczna	
Margaryna porcjowa 15g 1 szt , Pasta z warzyw i szynki drobiowej 100 g (<u>SEL</u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml , Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ</u>),	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka, bez glutenu)*(). 400 ml (<u>SEL</u>), Ziemniaki () 250 g , Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 250 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Cukinia pieczona z olejem * 150 g , Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt , Połędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 50 g , Pasta warzywna* 150 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,	
II Śniadanie: Sok pomidorowy 0,3l 1 szt ,	Podwieczorek: Galaretka o smaku truskawkowym 200 g , Chrupki kukurydziane 30 g ,		

Wartości odżywcze: E: 2389.52 kcal; B: 85.83 g; T: 77.41 g; Kw. tł. nasy.: 14.82 g; W: 352.69 g; W tym cukry: 56.5 g; Bł.: 32.32 g; Sól: 7.64 g; WW: 31.93 Por; Ener. z B: 14.37 %; Ener. z W: 53.63 %; Ener. z T: 29.15 %; Ener. z Bł.: 2.71 %; K: 5010.28 mg;

poniedziałek 2023-11-27		Jadłospis dla diety: SZ-UL Pakowata	
Kasza jaglana 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 warzyw i szynki drobiowej 100 g (<u>SEL</u>), Marchew gotowana z olejem* 50 g , Kawa z mlekiem instant 250 ml ,	Dyniowa z ziemniakami*(). 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 250 g , Cukinia pieczona z olejem * 150 g , Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml , Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>),	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>), Serek homo naturalny 150g 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: 2328 kcal; B: 86.3 g; T: 81.74 g; Kw. tł. nasy.: 26.51 g; W: 322.73 g; W tym cukry: 60.68 g; Bł.: 22.73 g; Sól: 5.91 g; WW: 30.12 Por; Ener. z B: 14.83 %; Ener. z W: 51.55 %; Ener. z T: 31.6 %; Ener. z Bł.: 1.95 %; K: 4635.5 mg;

poniedziałek 2023-11-27		Jadłospis dla diety: SZ-UL Pakowata cukrzycowa	
Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 400 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 warzyw i szynki drobiowej 100 g (<u>SEL</u>), Marchew gotowana z olejem* 50 g , Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Dyniowa z ziemniakami*() 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 250 g , Cukinia pieczona z olejem * 150 g , Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml , Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>),	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>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Buraczki gotowane () 100 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,	
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Sok pomidorowy 0,3l 1 szt ,		

Wartości odżywcze: E: 2319.28 kcal; B: 92.05 g; T: 83.68 g; Kw. tł. nasy.: 25.87 g; W: 312.15 g; W tym cukry: 38.75 g; Bł.: 26.66 g; Sól: 6.27 g; WW: 28.6 Por; Ener. z B: 15.88 %; Ener. z W: 49.24 %; Ener. z T: 32.47 %; Ener. z Bł.: 2.3 %; K: 5251.74 mg;

poniedziałek 2023-11-27		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 2 szt (<u>JAJ</u>), Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL</u>),	Dyniowa z ziemniakami*() 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 50 g , Pulpet drobiowy 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 , Buraczki gotowane () 100 g , Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>),	
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Sok pomidorowy 0,3l 1 szt ,		

Wartości odżywcze: E: 1972.84 kcal; B: 116.63 g; T: 105.05 g; Kw. tł. nasy.: 35.88 g; W: 147.82 g; W tym cukry: 21.77 g; Bł.: 16.22 g; Sól: 4.16 g; WW: 13.06 Por; Ener. z B: 23.65 %; Ener. z W: 26.68 %; Ener. z T: 47.92 %; Ener. z Bł.: 1.64 %; K: 4072.42 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2023-11-27 Jadłospis dla diety: SZ-UL Płynna wysokobiałkowa		
Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Mleko w proszku 50 g (<u>MLE</u>), Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Kasza jaglana na mleku 400 ml (<u>MLE</u>),	Dyniowa z ziemniakami*() 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 50 g, Pulpet drobiowy 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, Buraczki gotowane () 100 g, Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>),
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Sok pomidorowy 0,3l 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2254.67 kcal; B: 119.18 g; T: 100.09 g; Kw. tł. nasy.: 36.93 g; W: 228.15 g; W tym cukry: 63.32 g; Bł.: 16.46 g; Sól: 4.98 g; WW: 21.14 Por; Ener. z B: 21.14 %; Ener. z W: 37.55 %; Ener. z T: 39.95 %; Ener. z Bł.: 1.46 %; K: 4950 mg;

poniedziałek 2023-11-27 Jadłospis dla diety: SZ-UL Przecierana		
Bulka 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>), Kasza jaglana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>), Mleko w proszku 10 g (<u>MLE</u>),	Dyniowa z ziemniakami*() 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 150 g, Pulpet drobiowy 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, Buraczki gotowane () 100 g, Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>),
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Sok pomidorowy 0,3l 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2109.42 kcal; B: 99.3 g; T: 91.52 g; Kw. tł. nasy.: 33.98 g; W: 231.17 g; W tym cukry: 39.19 g; Bł.: 18.48 g; Sól: 4.72 g; WW: 21.28 Por; Ener. z B: 18.83 %; Ener. z W: 40.33 %; Ener. z T: 39.05 %; Ener. z Bł.: 1.75 %; K: 4705.35 mg;

poniedziałek 2023-11-27 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>), Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadanej. 50 g, Ogórek kiszony 50 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Dyniowa z ziemniakami*() 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Makaron pełnoziarnisty 150 g (<u>GLU PSZ</u>), Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Cukinia pieczona z olejem * 150 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>), Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,3l 1 szt,	Podwieczorek: Sałatka z kalafiorem ziemn.rzodkiewką i jajkiem 150 g (<u>JAJ, MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 1558.44 kcal; B: 87.58 g; T: 52.19 g; Kw. tł. nasy.: 14.01 g; W: 190.26 g; W tym cukry: 27.51 g; Bł.: 27.78 g; Sól: 5.32 g; WW: 16.24 Por; Ener. z B: 22.48 %; Ener. z W: 41.7 %; Ener. z T: 30.14 %; Ener. z Bł.: 3.57 %; K: 3158.63 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2023-11-27 Jadłospis dla diety: SZ-UL Wysokobiałkowa/Wysokokaloryczna		
Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE,), Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 16.67 g (MLE,), Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g , Jabłko, pieczone 1 szt. 1 szt , Kawa z mlekiem instant 250 ml , Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (MLE,),	Dyniowa z ziemniakami*() 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Makaron 200 g (GLU PSZ,), Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 250 g (GLU PSZ, SEL,), Cukinia pieczona z olejem * 150 g , Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 16.67 g (MLE,), Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ,), Pomidor 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Chleb Graham 35 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 5 g (MLE,), Twarożek 50 g (MLE,), Salata zielona 20 g ,	Podwieczorek: Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Miód (25g) 1 szt ,	

Wartości odżywcze: E: 3023.78 kcal; B: 133.17 g; T: 107.63 g; Kw. tł. nasy.: 44.54 g; W: 394.38 g; W tym cukry: 62.71 g; Bł.: 27.87 g; Sól: 9.94 g; WW: 36.57 Por; Ener. z B: 17.62 %; Ener. z W: 48.48 %; Ener. z T: 32.03 %; Ener. z Bł.: 1.84 %; K: 3607.78 mg;

poniedziałek 2023-11-27 Jadłospis dla diety: SZ-UL Hematologiczna		
Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE,), Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Chleb Graham 40 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 16.67 g (MLE,), Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g , Marchew gotowana z olejem* 50 g , Kawa z mlekiem instant 250 ml ,	Dyniowa z ziemniakami*()z mięsem 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml , Makaron 250 g (GLU PSZ,), Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 250 g (GLU PSZ, SEL,), Cukinia pieczona z olejem * 150 g ,	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Chleb Graham 40 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 16.67 g (MLE,), Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ,), Majonez 20 g (JAJ, GOR,), Buraczki gotowane () 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Serek homo owocowy 150g 1 szt (MLE,),	Podwieczorek: Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Miód (25g) 1 szt ,	

Wartości odżywcze: E: 3034.09 kcal; B: 124.67 g; T: 109.03 g; Kw. tł. nasy.: 38.32 g; W: 402.09 g; W tym cukry: 45.96 g; Bł.: 27.45 g; Sól: 7.93 g; WW: 37.42 Por; Ener. z B: 16.44 %; Ener. z W: 49.39 %; Ener. z T: 32.34 %; Ener. z Bł.: 1.81 %; K: 3583.69 mg;

poniedziałek 2023-11-27 Jadłospis dla diety: SZ-UL Hematologiczna dziecięca		
Bułka pszenna 75g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ,), Masło extra 82% 16.67 g (MLE,), Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g , Salata zielona 20 g , Kawa z mlekiem instant 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,),	Dyniowa z ziemniakami*()z mięsem 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Makaron 200 g (GLU PSZ,), Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 250 g (GLU PSZ, SEL,), Surówka wykwinna z olejem b/c 150 g (JAJ, GOR,), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Bułka pszenna 75g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ,), Masło extra 82% 16.67 g (MLE,), Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE,), Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,), Majonez 20 g (JAJ, GOR,), Pomidor 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Galaretka o smaku truskawkowym 200 g ,	Podwieczorek: Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 5 g (MLE,), Miód (25g) 1 szt ,	

Wartości odżywcze: E: 2693.8 kcal; B: 107 g; T: 99.45 g; Kw. tł. nasy.: 30.65 g; W: 349.16 g; W tym cukry: 36.32 g; Bł.: 22.19 g; Sól: 6.97 g; WW: 32.66 Por; Ener. z B: 15.89 %; Ener. z W: 48.55 %; Ener. z T: 33.23 %; Ener. z Bł.: 1.65 %; K: 2620.31 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2023-11-27		Jadłospis dla diety: SZ- UL Hematologiczna cukrzyca wysokobiałkowa/wys	
Kasza jaglana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>), Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g, Marchew gotowana z olejem* 50 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ</u>),	Dyniowa z ziemniakami*(z mięsem 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>), Cukinia pieczona z olejem* 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml, Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 250 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>),	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>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Ogórek kiszony 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,	
II Śniadanie: Chleb Graham 40 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Pasta warzywna* 100 g (<u>SEL</u>),	Podwieczorek: Chleb Graham 40 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Ser żółty 25 g (<u>MLE</u>), Kalafior gotowany* 50 g,	Posiłek nocny: Chleb Graham 40 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Ser topiony 50 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 3207.17 kcal; B: 154.72 g; T: 131.14 g; Kw. tł. nasy.: 54.52 g; W: 371.9 g; W tym cukry: 44.57 g; Bł.: 41.3 g; Sól: 11.07 g; WW: 33.02 Por; Ener. z B: 19.3 %; Ener. z W: 41.23 %; Ener. z T: 36.8 %; Ener. z Bł.: 2.58 %; K: 4613.22 mg;

poniedziałek 2023-11-27		Jadłospis dla diety: SZ- UL Hematologiczna łatwo strawna	
Kasza jaglana 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>), Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g, Marchew gotowana z olejem* 50 g, Kawa z mlekiem instant 250 ml,	Dyniowa z ziemniakami*(z mięsem 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>), Cukinia pieczona z olejem* 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml, Gulasz z udźca kurczaka z warzywami: 250 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>),	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>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, Pasta warzywna* 100 g (<u>SEL</u>),	
II Śniadanie: Podpłomyki b/c 50 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>),	Podwieczorek: Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>), Miód (25g) 2 szt, Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>),		

Wartości odżywcze: E: 2728.11 kcal; B: 111.07 g; T: 91.52 g; Kw. tł. nasy.: 32.76 g; W: 374.7 g; W tym cukry: 46.96 g; Bł.: 22.19 g; Sól: 5.35 g; WW: 35.27 Por; Ener. z B: 16.28 %; Ener. z W: 51.68 %; Ener. z T: 30.19 %; Ener. z Bł.: 1.63 %; K: 3484.82 mg;

poniedziałek 2023-11-27		Jadłospis dla diety: SZ- UL Hematologiczna wysokobiałkowa	
Kasza jaglana 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>), Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g, Marchew gotowana z olejem* 50 g, Kawa z mlekiem instant 250 ml,	Dyniowa z ziemniakami*(z mięsem 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>), Cukinia pieczona z olejem* 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml, Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 250 g (<u>GLU PSZ, SEL</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>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Dżem 25 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	
II Śniadanie: Podpłomyki b/c 50 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>),	Podwieczorek: Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),		

Wartości odżywcze: E: 2918.29 kcal; B: 130.45 g; T: 100.04 g; Kw. tł. nasy.: 35.69 g; W: 384.85 g; W tym cukry: 49.3 g; Bł.: 25.67 g; Sól: 7.64 g; WW: 35.88 Por; Ener. z B: 17.88 %; Ener. z W: 49.23 %; Ener. z T: 30.85 %; Ener. z Bł.: 1.76 %; K: 3503.23 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2023-11-27 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>), Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g, Ogórek kiszony 50 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>),	Dyniowa z ziemniakami*(<u>)</u> 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ,</u>), Gulasz warzywny z ciecierzycą * 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Surówka wykwinna z olejem b/c 150 g (<u>JAJ, GOR,</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb Graham 80 g (<u>GLU PSZ,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Pasta drobiowo-warzywna ów z kurczaka (<u>)</u> . 100 g (<u>SEL,</u>), Pomidor 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>), Papryka świeża 100 g,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>), Surówka z selera i jabłka b/c (<u>)</u> 100 g (<u>MLE, SEL,</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2231.72 kcal; B: 89.85 g; T: 80.01 g; Kw. tł. nasy.: 27.88 g; W: 306.25 g; W tym cukry: 48.79 g; Bł.: 52.64 g; Sól: 8 g; WW: 25.53 Por; Ener. z B: 16.1 %; Ener. z W: 45.46 %; Ener. z T: 32.27 %; Ener. z Bł.: 4.72 %; K: 4727.28 mg;

poniedziałek 2023-11-27 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa wysokolaryczna/wysokobiałkowa		
Kasza jaglana na mleku 300 ml (<u>MLE,</u>), Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ,</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE,</u>), Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g, Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>), Ogórek kiszony 50 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>),	Dyniowa z ziemniakami*(<u>)</u> 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>), Surówka wykwinna z olejem b/c 150 g (<u>JAJ, GOR,</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml, Gulasz warzywny z ciecierzycą * 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>),	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>), Pomidor 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>), Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g, Papryka świeża 100 g	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>), Surówka z selera i jabłka b/c (<u>)</u> 100 g (<u>MLE, SEL,</u>),	Posiłek nocny: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>), Sałata zielona 20 g,

Wartości odżywcze: E: 2935.93 kcal; B: 122.04 g; T: 101.14 g; Kw. tł. nasy.: 41.87 g; W: 407.93 g; W tym cukry: 54.86 g; Bł.: 51.61 g; Sól: 10.08 g; WW: 35.85 Por; Ener. z B: 16.63 %; Ener. z W: 48.55 %; Ener. z T: 31 %; Ener. z Bł.: 3.52 %; K: 4644.67 mg;

poniedziałek 2023-11-27 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa wątrobowa/trzustkowa		
Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ,</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>), Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g, Marchew gotowana (bez oleju)* 50 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>),	Dyniowa z ziemniakami*(<u>)</u> 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Makaron drobny. 250 g (<u>GLU PSZ,</u>), Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 250 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Cukinia pieczona (bez oleju)* 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>), Buraczki gotowane (<u>)</u> 100 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Sok pomidorowy 0,3l 1 szt,	Podwieczorek: Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ,</u>), Pasta warzywna* b/oleju 100 g (<u>SEL,</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2180.15 kcal; B: 107.93 g; T: 44.8 g; Kw. tł. nasy.: 12.66 g; W: 348.58 g; W tym cukry: 42.26 g; Bł.: 26.69 g; Sól: 7.04 g; WW: 32.18 Por; Ener. z B: 19.8 %; Ener. z W: 59.06 %; Ener. z T: 18.5 %; Ener. z Bł.: 2.45 %; K: 3809.91 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2023-11-27 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>), Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g , Ogórek kiszony 150 g , Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, </u>),	Dyniowa z ziemniakami*() 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>), Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ, </u>), Surówka wykwintra z olejem b/c 150 g (<u>JAJ, GOR, </u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml , Gulasz warzywny z ciecierzycą * 200 g (<u>GLU PSZ, SEL, </u>),	Chleb razowy żytnio-pszeniczny 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>), Pomidor 150 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszeniczny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, </u>), Ogórek świeży 100 g ,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszeniczny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, </u>), Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE, SEL, </u>),	Posiłek nocny: Chleb razowy żytnio-pszeniczny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, </u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ, </u>), Sałata zielona 20 g ,

Wartości odżywcze: E: 2308.21 kcal; B: 89.37 g; T: 79.3 g; Kw. tł. nasy.: 28.26 g; W: 328.18 g; W tym cukry: 45.5 g; Bł.: 54.23 g; Sól: 9.8 g; WW: 27.45 Por; Ener. z B: 15.49 %; Ener. z W: 47.47 %; Ener. z T: 30.92 %; Ener. z Bł.: 4.7 %; K: 4519.57 mg;

poniedziałek 2023-11-27 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>), Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g , Rzodkiew biała 150 g , Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, </u>),	Dyniowa z ziemniakami*() 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>), Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ, </u>), Gulasz warzywny z ciecierzycą * 200 g (<u>GLU PSZ, SEL, </u>), Surówka wykwintra z olejem b/c 150 g (<u>JAJ, GOR, </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>), Pomidor 150 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml , Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE, </u>),
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 razowy żytnio-pszeniczny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, </u>), Ogórek świeży 100 g ,	Posiłek nocny: Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ, </u>), Chleb razowy żytnio-pszeniczny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, </u>), Sałata zielona 20 g ,

Wartości odżywcze: E: 2423.65 kcal; B: 95.66 g; T: 88.24 g; Kw. tł. nasy.: 32.33 g; W: 331.73 g; W tym cukry: 51.75 g; Bł.: 55.57 g; Sól: 7.06 g; WW: 27.76 Por; Ener. z B: 15.79 %; Ener. z W: 45.58 %; Ener. z T: 32.77 %; Ener. z Bł.: 4.59 %; K: 4902.39 mg;

poniedziałek 2023-11-27 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>), Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g , Ogórek świeży 50 g , Kawa z mlekiem instant b/c. 200 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, </u>),	Dyniowa z ziemniakami*() 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>), Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ, </u>), Surówka wykwintra z olejem b/c 150 g (<u>JAJ, GOR, </u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml , Gulasz warzywny z ciecierzycą * 200 g (<u>GLU PSZ, SEL, </u>),	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>), Pomidor 50 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,
II Śniadanie: 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>), Jabłko 1 szt 1 szt , Sok warzywno-owocowy tioczony 100% 0,2l 1 szt ,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszeniczny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, </u>), Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE, </u>), Papryka świeża 50 g , Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE, </u>),	Posiłek nocny: Chleb razowy żytnio-pszeniczny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, </u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ, </u>), Sałata zielona 20 g ,

Wartości odżywcze: E: 2999.44 kcal; B: 133.65 g; T: 112.82 g; Kw. tł. nasy.: 45.89 g; W: 381.28 g; W tym cukry: 59.71 g; Bł.: 49.99 g; Sól: 9.91 g; WW: 33.28 Por; Ener. z B: 17.82 %; Ener. z W: 44.18 %; Ener. z T: 33.85 %; Ener. z Bł.: 3.33 %; K: 4158.22 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2023-11-27 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa bezmleczna		
Margaryna porcjowa 15g 1 szt , Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g , Ogórek kiszony 50 g , Herbata czarna ekspresowa b/c. 200 ml , Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>),	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka, bez glutenu)*() 400 ml (<u>SEL.</u>), Makaron pełnoziarnisty 250 g (<u>GLU PSZ.</u>), Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 250 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Surówka wykwinna z olejem b/c 150 g (<u>JAJ, GOR.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml ,	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt , Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>), Pomidor 50 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 żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt , Ogórek świeży 100 g ,	

Wartości odżywcze: E: 2300.87 kcal; B: 88.74 g; T: 99.5 g; Kw. tł. nasy.: 25.66 g; W: 277.73 g; W tym cukry: 29.63 g; Bł.: 43.6 g; Sól: 7.57 g; WW: 23.31 Por; Ener. z B: 15.43 %; Ener. z W: 40.7 %; Ener. z T: 38.92 %; Ener. z Bł.: 3.79 %; K: 3830.54 mg;

poniedziałek 2023-11-27 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzyca nerkowa		
Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g , Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 25 g , Marchew gotowana z olejem* 150 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka, bez glutenu)*(). 400 ml (<u>SEL.</u>), Ziemniaki () 250 g , Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Cukinia pieczona z olejem * 150 g ; Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml ,	Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g , Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>), Buraczki gotowane () 150 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>), Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt ,	Podwieczorek: Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 50 g , Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Pasta warzywna* 100 g (<u>SEL.</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2342.17 kcal; B: 54.65 g; T: 101.37 g; Kw. tł. nasy.: 34.61 g; W: 307.48 g; W tym cukry: 38.17 g; Bł.: 45.87 g; Sól: 7.97 g; WW: 26.05 Por; Ener. z B: 9.33 %; Ener. z W: 44.68 %; Ener. z T: 38.95 %; Ener. z Bł.: 3.92 %; K: 5331.78 mg;

poniedziałek 2023-11-27 Jadłospis dla diety: SZ-UL Nerkowa		
Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g , Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g , Miód (25g) 2 szt , Cukinia pieczona z olejem * 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,	Dyniowa z ziemniakami*() 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki () 250 g , Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Cukinia pieczona z olejem * 150 g , Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g , Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>), Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>), Buraczki gotowane () 150 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
	Podwieczorek: Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 50 g , Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Miód (25g) 1 szt ,	

Wartości odżywcze: E: 2355.85 kcal; B: 54.3 g; T: 79.26 g; Kw. tł. nasy.: 28.95 g; W: 356.53 g; W tym cukry: 48.67 g; Bł.: 37.58 g; Sól: 7.65 g; WW: 31.82 Por; Ener. z B: 9.22 %; Ener. z W: 54.16 %; Ener. z T: 30.28 %; Ener. z Bł.: 3.19 %; K: 4640.21 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2023-11-27 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dna moczanowa		
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>), Twarożek 100 g (<u>MLE,</u>), Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Dyniowa z ziemniakami*() 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>), Cukinia pieczona z olejem * 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml, Gulasz warzywny z ciecierzycą * 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</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>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>), Sałata zielona z olejem 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
	Podwieczorek: Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Miód (25g) 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2341.4 kcal; B: 75.9 g; T: 79.62 g; Kw. tł. nasy.: 29.53 g; W: 341.67 g; W tym cukry: 42.8 g; Bł.: 28.5 g; Sól: 5.76 g; WW: 31.42 Por; Ener. z B: 12.97 %; Ener. z W: 53.5 %; Ener. z T: 30.6 %; Ener. z Bł.: 2.43 %; K: 2802.69 mg;

poniedziałek 2023-11-27 Jadłospis dla diety: SZ-UL Atopowa		
Margaryna porcjowa 15g 2 szt, Filet z indyka gotowany 100 g, Marchew gotowana z olejem* 100 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, Wafle ryżowe 40 g,	Kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu)* 400 ml, Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ,</u>), Gulasz z udźca z indyka z warzywami (bez selera, bez glutenu) ATOPOWA 200 ml, Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g, Woda źródłana 250 ml,	Wafle ryżowe 40 g, Margaryna porcjowa 15g 2 szt, Pulpet drobiowy z indyka (bez glutenu, bez jaj) 100 g, Brokuł gotowany* 100 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Gruszka 2szt. 300 g,	Podwieczorek: Kasza jaglana na wodzie 200 ml, Mus z jabłek () z/c 150 g,	

Wartości odżywcze: E: 2122.03 kcal; B: 100.04 g; T: 73.97 g; Kw. tł. nasy.: 21.1 g; W: 278.56 g; W tym cukry: 60.1 g; Bł.: 33.32 g; Sól: 3.34 g; WW: 24.33 Por; Ener. z B: 18.86 %; Ener. z W: 46.23 %; Ener. z T: 31.37 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 3512.64 mg;

poniedziałek 2023-11-27 Jadłospis dla diety: SZ-UL Niemowlaki		
Kasza jaglana 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>), Piers delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g, Jabłko pieczone 1szt. 1 szt, Kawa z mlekiem instant 250 ml,	Dyniowa z ziemniakami*() 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki () 100 g, Cukinia pieczona z olejem * 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml, Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 250 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>),	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>), Pomidor b/skórki 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt,	Podwieczorek: Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ,</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>), Miód (25g) 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 1813.06 kcal; B: 80.21 g; T: 58.75 g; Kw. tł. nasy.: 20.13 g; W: 249.13 g; W tym cukry: 67.18 g; Bł.: 16.9 g; Sól: 4.16 g; WW: 23.25 Por; Ener. z B: 17.7 %; Ener. z W: 51.24 %; Ener. z T: 29.17 %; Ener. z Bł.: 1.86 %; K: 3396.49 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2023-11-27 Jadłospis dla diety: SZ-UL papkowata niemowlaki		
Masło extra 82% 10 g (MLE), Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 10 g (MLE), Pasta z warzyw i szynki drobiowej 100 g (SEL), Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt, Kawa z makiem instant 250 ml,	Dyniowa z ziemniakami*() 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Ziemniaki () 100 g, Cukinia pieczona z olejem * 150 g, Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 250 g (GLU PSZ, SEL), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Ryż na wywarze jarzynowym 200 ml (SEL), Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 10 g (MLE), Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE), Buraczki gotowane () 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (MLE),	Podwieczorek: Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 5 g (MLE), Miód (25g) 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2023.7 kcal; B: 86.54 g; T: 69.28 g; Kw. tł. nasy.: 21.91 g; W: 272.86 g; W tym cukry: 63.06 g; Bł.: 20.89 g; Sól: 4.5 g; WW: 25.24 Por; Ener. z B: 17.1 %; Ener. z W: 49.81 %; Ener. z T: 30.81 %; Ener. z Bł.: 2.06 %; K: 3728.23 mg;

poniedziałek 2023-11-27 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dieta Mamy I trymestr		
Masło extra 82% 10 g (MLE), Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g, Ogórek kiszony 150 g, Kawa z mlekiem instant 250 ml, Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT),	Dyniowa z ziemniakami*(). 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Gulasz warzywny z ciecierzycą * 200 g (GLU PSZ, SEL), Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ), Surówka wykwinna z olejem b/c 150 g (JAJ, GOR), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 82% 10 g (MLE), Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ), Majonez 20 g (JAJ, GOR), Pomidor 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 szt,	Podwieczorek: Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 10 g (MLE), Miód (25g) 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2297.03 kcal; B: 69.02 g; T: 86.88 g; Kw. tł. nasy.: 24.55 g; W: 322.67 g; W tym cukry: 55.91 g; Bł.: 41.99 g; Sól: 8.92 g; WW: 28.02 Por; Ener. z B: 12.02 %; Ener. z W: 48.88 %; Ener. z T: 34.04 %; Ener. z Bł.: 3.66 %; K: 3675.2 mg;

poniedziałek 2023-11-27 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dieta Mamy II trymestr		
Masło extra 82% 16.67 g (MLE), Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g, Ogórek kiszony 150 g, Kawa z mlekiem instant 250 ml, Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT),	Dyniowa z ziemniakami*(). 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Makaron pełnoziarnisty 250 g (GLU PSZ), Gulasz warzywny z ciecierzycą * 200 g (GLU PSZ, SEL), Surówka wykwinna z olejem b/c 150 g (JAJ, GOR), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 82% 16.67 g (MLE), Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ), Majonez 20 g (JAJ, GOR), Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE), Pomidor 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 szt,	Podwieczorek: Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 10 g (MLE), Miód (25g) 2 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2678.81 kcal; B: 86.75 g; T: 104.31 g; Kw. tł. nasy.: 31.98 g; W: 360.69 g; W tym cukry: 57.01 g; Bł.: 43.39 g; Sól: 9.02 g; WW: 31.75 Por; Ener. z B: 12.95 %; Ener. z W: 47.38 %; Ener. z T: 35.04 %; Ener. z Bł.: 3.24 %; K: 3742.84 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2023-11-27 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dieta Mamy III trymestr		
Kasza jaglana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>), Chleb razowy żytnio-pszeniczny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g, Ogórek kiszony 150 g, Kawa z mlekiem instant 250 ml,	Dyniowa z ziemniakami*(<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Makaron pełnoziarnisty 250 g (<u>GLU PSZ</u>), Gulasz warzywny z ciecierzycą * 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Surówka wykwintra z olejem b/c 150 g (<u>JAJ, GOR</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/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>), Majonez 20 g (<u>JAJ, GOR</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Pomidor 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 szt,	Podwieczorek: Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Miód (25g) 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2808.09 kcal; B: 97.63 g; T: 110.06 g; Kw. tł. nasy.: 35.15 g; W: 369.41 g; W tym cukry: 69.03 g; Bł.: 44.11 g; Sól: 9.3 g; WW: 32.56 Por; Ener. z B: 13.91 %; Ener. z W: 46.34 %; Ener. z T: 35.27 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 4140.39 mg;

poniedziałek 2023-11-27 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dieta Mamy Okres Laktacji		
Kasza jaglana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>), Chleb razowy żytnio-pszeniczny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g, Ogórek kiszony 150 g, Kawa z mlekiem instant 250 ml,	Dyniowa z ziemniakami*(<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Makaron pełnoziarnisty 250 g (<u>GLU PSZ</u>), Gulasz warzywny z ciecierzycą * 300 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Surówka wykwintra z olejem b/c 150 g (<u>JAJ, GOR</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/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>), Majonez 20 g (<u>JAJ, GOR</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Pomidor 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 szt,	Podwieczorek: Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Miód (25g) 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2897.08 kcal; B: 101.05 g; T: 114.13 g; Kw. tł. nasy.: 35.43 g; W: 378.96 g; W tym cukry: 71.98 g; Bł.: 45.06 g; Sól: 9.47 g; WW: 33.41 Por; Ener. z B: 13.95 %; Ener. z W: 46.1 %; Ener. z T: 35.45 %; Ener. z Bł.: 3.11 %; K: 4347.21 mg;

poniedziałek 2023-11-27 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cięża mnoga (wysokobiałkowa)		
Kasza jaglana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>), Chleb razowy żytnio-pszeniczny 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>), Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g, Ogórek kiszony 150 g, Kawa z mlekiem instant 250 ml,	Dyniowa z ziemniakami*(<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Makaron pełnoziarnisty 250 g (<u>GLU PSZ</u>), Gulasz warzywny z ciecierzycą * 300 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Surówka wykwintra z olejem b/c 150 g (<u>JAJ, GOR</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszeniczny 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>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Pomidor 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 szt,	Podwieczorek: Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Miód (25g) 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2899.99 kcal; B: 107.87 g; T: 95.9 g; Kw. tł. nasy.: 31.02 g; W: 416.22 g; W tym cukry: 71.78 g; Bł.: 49.6 g; Sól: 10.15 g; WW: 36.71 Por; Ener. z B: 14.88 %; Ener. z W: 50.57 %; Ener. z T: 29.76 %; Ener. z Bł.: 3.42 %; K: 4514.55 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2023-11-27		Jadłospis dla diety: SZ-UL Posiłki regeneracyjne
	Dyniowa z ziemniakami*(<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Makaron 250 g (<u>GLU PSZ,</u>), Gulasz warzywny z ciecierzycą * 300 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Surówka wykwinna z olejem b/c 150 g (<u>JAJ, GOR,</u>),	

Wartości odżywcze: E: 1093.29 kcal; B: 31.84 g; T: 32.57 g; Kw. tł. nasy.: 2.63 g; W: 174.67 g; W tym cukry: 21.43 g; Bł.: 18.36 g; Sól: 2.19 g; WW: 15.62 Por; Ener. z B: 11.65 %; Ener. z W: 57.19 %; Ener. z T: 26.81 %; Ener. z Bł.: 3.36 %; K: 2290.54 mg;

poniedziałek 2023-11-27		Jadłospis dla diety: SZ-UL Normalna Broniewskiego
Kasza jaglana 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>), Piers delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g , Ogórek kiszony 50 g , Kawa z mlekiem instant 250 ml ,	Dyniowa z ziemniakami*(<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) 400 ml (<u>GLU PSZ,</u>), Makaron 250 g (<u>GLU PSZ,</u>), Gulasz warzywny z ciecierzycą * 250 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Surówka wykwinna z olejem b/c 150 g (<u>JAJ, 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-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>), Majonez 20 g (<u>JAJ, GOR,</u>), Pomidor 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
	Podwieczorek: Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ,</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE,</u>), Miód (25g) 2 szt , Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	

Wartości odżywcze: E: 3022.51 kcal; B: 87.68 g; T: 106.97 g; Kw. tł. nasy.: 38.72 g; W: 441.43 g; W tym cukry: 55.87 g; Bł.: 34.46 g; Sól: 9.13 g; WW: 40.67 Por; Ener. z B: 11.6 %; Ener. z W: 53.86 %; Ener. z T: 31.85 %; Ener. z Bł.: 2.28 %; K: 3349.05 mg;

poniedziałek 2023-11-27		Jadłospis dla diety: SZ-UL Lekkostrawna Broniewskiego
Kasza jaglana 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>), Piers delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g , Jabłko pieczone 1szt. 1 szt , Kawa z mlekiem instant 250 ml ,	Dyniowa z ziemniakami*(<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) 400 ml (<u>GLU PSZ,</u>), Makaron 250 g (<u>GLU PSZ,</u>), Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 250 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Cukinia pieczona 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>), Pomidor b/skórki 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
	Podwieczorek: Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Miód (25g) 1 szt , Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	

Wartości odżywcze: E: 2508.79 kcal; B: 101.27 g; T: 82.63 g; Kw. tł. nasy.: 32.1 g; W: 350.05 g; W tym cukry: 61.54 g; Bł.: 21.82 g; Sól: 4.88 g; WW: 32.83 Por; Ener. z B: 16.15 %; Ener. z W: 52.33 %; Ener. z T: 29.64 %; Ener. z Bł.: 1.74 %; K: 3369.31 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2023-11-27 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa CH Broniewskiego		
Kasza jaglana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g, Ogórek kiszony 50 g, Kawa z młkiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Dyniowa z ziemniakami*() 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Makaron pełnoziarnisty 250 g (<u>GLU PSZ</u>), Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 250 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Surówka wykwinna z olejem b/c 150 g (<u>JAJ, GOR</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Serek homo naturalny 150g. 1 szt (<u>MLE</u>), Pomidor 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>), Papryka świeża 100 g,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Kalafior gotowany* 150 g,	

Wartości odżywcze: E: 2662.17 kcal; B: 118.1 g; T: 84.58 g; Kw. tł. nasy.: 28.24 g; W: 376.08 g; W tym cukry: 55.16 g; Bł.: 54.63 g; Sól: 8.21 g; WW: 32.28 Por; Ener. z B: 17.75 %; Ener. z W: 48.3 %; Ener. z T: 28.59 %; Ener. z Bł.: 4.1 %; K: 4742.98 mg;

poniedziałek 2023-11-27 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa NCH Police Diabetologia		
Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g, Ogórek świeży 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,	Dyniowa z ziemniakami*() 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 250 g, Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 250 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Brokuł gotowany* 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g, Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Papryka świeża 100 g,	Podwieczorek: Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 150 g (<u>SEL</u>),	

Wartości odżywcze: E: 1946.45 kcal; B: 104.15 g; T: 50.43 g; Kw. tł. nasy.: 16.42 g; W: 290.31 g; W tym cukry: 24.17 g; Bł.: 41.96 g; Sól: 8 g; WW: 24.95 Por; Ener. z B: 21.4 %; Ener. z W: 51.04 %; Ener. z T: 23.32 %; Ener. z Bł.: 4.31 %; K: 5468.51 mg;

poniedziałek 2023-11-27 Jadłospis dla diety: SZ-UL Lekkostrawna Police		
Kasza jaglana 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>), Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g, Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt, Kawa z młkiem instant 250 ml,	Dyniowa z ziemniakami*() 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>), Cukinia pieczona z olejem * 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml, Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 250 g (<u>GLU PSZ, SEL</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>), Pomidor b/skórki 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
	Podwieczorek: Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Miód (25g) 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2411.39 kcal; B: 96.16 g; T: 85.93 g; Kw. tł. nasy.: 34.92 g; W: 322.35 g; W tym cukry: 55.73 g; Bł.: 20.26 g; Sól: 5.18 g; WW: 30.11 Por; Ener. z B: 15.95 %; Ener. z W: 50.11 %; Ener. z T: 32.07 %; Ener. z Bł.: 1.68 %; K: 3438.81 mg;