

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SSPSK Nr 1 PUM Szczecin

Sniadanie II Sniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
---------------------------	-----------------------	--------------------------

poniedziałek 2023-12-04 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>) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 50 g , Salata zielona 20 g , Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Mus z jabłek prażonych 200 g , Sos jogurtowo-truskawkowy* 150 g (<u>MLE,</u>) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u>) Papryka świeża 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml , Majonez 20 g (<u>JAJ, GOR,</u>)
--	--	---

	Podwieczorek: Śliwka szt 2 szt ,	
--	----------------------------------	--

Wartości odżywcze: E: 2368.31 kcal; B: 79.43 g; T: 73.25 g; Kw. tł. nasy.: 28.14 g; W: 368.21 g; W tym cukry: 110.77 g; Bł.: 30.9 g; Sól: 6.52 g; WW: 33.68 Por; Ener. z B: 13.42 %; Ener. z W: 56.97 %; Ener. z T: 27.83 %; Ener. z Bł.: 2.61 %; K: 2869.16 mg;

poniedziałek 2023-12-04 Jadłospis dla diety: SZ-UL Normalna dla dzieci

Bułka pszenna 75g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ,</u>) Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE,</u>) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 50 g , Salata zielona 20 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>)	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Naleśniki z serem 250 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Sos jogurtowo truskawkowy*b/c 150 g (<u>MLE,</u>) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna 75g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ,</u>) Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Majonez 20 g (<u>JAJ, GOR,</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
--	--	---

II Sniadanie: Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 250 ml ,	Podwieczorek: Śliwka szt 2 szt ,	
--	----------------------------------	--

Wartości odżywcze: E: 2707.5 kcal; B: 103.67 g; T: 96.99 g; Kw. tł. nasy.: 41.24 g; W: 363.69 g; W tym cukry: 98.29 g; Bł.: 23.93 g; Sól: 7.1 g; WW: 33.98 Por; Ener. z B: 15.32 %; Ener. z W: 50.2 %; Ener. z T: 32.24 %; Ener. z Bł.: 1.77 %; K: 2611.86 mg;

poniedziałek 2023-12-04 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>) Ogórek świeży 100 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Mus z jabłek prażonych 200 g , Sos jogurtowo truskawkowy*b/c 150 g (<u>MLE,</u>) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u>) Rzodkiew biała 100 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml , Majonez 20 g (<u>JAJ, GOR,</u>)
--	---	--

II Sniadanie: Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 200 ml ,	Podwieczorek: Śliwka szt 2 szt ,	
--	----------------------------------	--

Wartości odżywcze: E: 2432.89 kcal; B: 70.21 g; T: 81.53 g; Kw. tł. nasy.: 33.46 g; W: 377.47 g; W tym cukry: 109.52 g; Bł.: 34.47 g; Sól: 6.35 g; WW: 34.14 Por; Ener. z B: 11.54 %; Ener. z W: 56.39 %; Ener. z T: 30.16 %; Ener. z Bł.: 2.83 %; K: 3024.38 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2023-12-04 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bezmleczna		
Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb razowy żytnio-pszeniczny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Szyunka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 50 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>), Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Dynia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g (<u>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-pszeniczny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>), Majonez 20 g (<u>JAJ, GOR.</u>), Papryka świeża 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 200 ml,	Podwieczorek: Śliwka szt 2 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2408.44 kcal; B: 87.34 g; T: 79.41 g; Kw. tł. nasy.: 17.11 g; W: 353.61 g; W tym cukry: 58.71 g; Bł.: 39.12 g; Sól: 7.24 g; WW: 31.37 Por; Ener. z B: 14.5 %; Ener. z W: 52.23 %; Ener. z T: 29.68 %; Ener. z Bł.: 3.25 %; K: 3284.79 mg;

poniedziałek 2023-12-04 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bez laktozy		
Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb razowy żytnio-pszeniczny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Szyunka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 50 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>), Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Dynia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g (<u>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-pszeniczny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>), Majonez 20 g (<u>JAJ, GOR.</u>), Papryka świeża 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 200 ml,	Podwieczorek: Śliwka szt 2 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2408.44 kcal; B: 87.34 g; T: 79.41 g; Kw. tł. nasy.: 17.11 g; W: 353.61 g; W tym cukry: 58.71 g; Bł.: 39.12 g; Sól: 7.24 g; WW: 31.37 Por; Ener. z B: 14.5 %; Ener. z W: 52.23 %; Ener. z T: 29.68 %; Ener. z Bł.: 3.25 %; K: 3284.79 mg;

poniedziałek 2023-12-04 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bezglutenowa		
Chleb bezglutenowy 100 g, Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Szyunkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Grochowa z ziemniakami (bez glutenu) * 400 ml (<u>SEL.</u>), Makaron bezglutenowy 250 g, Mus z jabłek prażonych 200 g, Sos jogurtowo truskawkowy*b/c 150 g (<u>MLE.</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>), Papryka świeża 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, Majonez 20 g (<u>JAJ, GOR.</u>),
II Śniadanie: Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 200 ml,	Podwieczorek: Śliwka szt 2 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2224.37 kcal; B: 54.1 g; T: 76.1 g; Kw. tł. nasy.: 25.05 g; W: 344.16 g; W tym cukry: 105.47 g; Bł.: 19.7 g; Sól: 3.03 g; WW: 32.3 Por; Ener. z B: 9.73 %; Ener. z W: 58.35 %; Ener. z T: 30.79 %; Ener. z Bł.: 1.77 %; K: 2059.49 mg;

poniedziałek 2023-12-04 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bezglutenowa, bez mleka		
Chleb bezglutenowy 120 g, Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Szyunkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Dżem 50 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,	Grochowa z ziemniakami (bez glutenu) * 400 ml (<u>SEL.</u>), Ziemniaki () 250 g, Pulpet drobiowy (bez glutenu) 90 g (<u>JAJ.</u>), Sos jarzynowy* (bez glutenu) 100 ml (<u>SEL.</u>), Dynia z wody 100 g, Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb bezglutenowy 120 g, Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>), Majonez 20 g (<u>JAJ, GOR.</u>), Papryka świeża 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Kisiel z czarnej porzeczki b/c* 250 ml,	Podwieczorek: Śliwka szt 2-szt,	

Wartości odżywcze: E: 2272.33 kcal; B: 72.54 g; T: 82.85 g; Kw. tł. nasy.: 16.2 g; W: 319.82 g; W tym cukry: 48.22 g; Bł.: 30.15 g; Sól: 4.74 g; WW: 28.87 Por; Ener. z B: 12.77 %; Ener. z W: 50.99 %; Ener. z T: 32.82 %; Ener. z Bł.: 2.65 %; K: 4610.29 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2023-12-04 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bogatoresztkowa		
Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE,</u>), Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Ogórek świeży 150 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>),	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ,</u>), Mus z jabłek prażonych 200 g, Sos jogurtowo truskawkowy*b/c 150 g (<u>MLE,</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 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>), Salata zielona 20 g, Papryka świeża 100 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, Majonez 20 g (<u>JAJ, GOR,</u>),
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>), Rzodkiew biała 50 g,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Surówka z selera i marchwi b/c() 150 g (<u>MLE, SEL,</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2540.74 kcal; B: 85.92 g; T: 89.25 g; Kw. tł. nasy.: 37.51 g; W: 376.55 g; W tym cukry: 117.2 g; Bł.: 55.71 g; Sól: 6.85 g; WW: 32.07 Por; Ener. z B: 13.53 %; Ener. z W: 50.51 %; Ener. z T: 31.62 %; Ener. z Bł.: 4.39 %; K: 4468.49 mg;

poniedziałek 2023-12-04 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>), Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 70 g, Salata zielona 20 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>),	Solferino * (). 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>), Mus z jabłek prażonych 200 g, Sos jogurtowo truskawkowy*b/c 150 g (<u>MLE,</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 b/skórki 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>), Pasta warzywna* 100 g (<u>SEL,</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2238.5 kcal; B: 78.08 g; T: 75.23 g; Kw. tł. nasy.: 33.06 g; W: 327.78 g; W tym cukry: 104.65 g; Bł.: 18.79 g; Sól: 5.66 g; WW: 30.79 Por; Ener. z B: 13.95 %; Ener. z W: 55.22 %; Ener. z T: 30.25 %; Ener. z Bł.: 1.68 %; K: 2929.01 mg;

poniedziałek 2023-12-04 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dzieci łatwo strawna		
Płatki cwsiane na mleku. 300 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>), Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ,</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE,</u>), Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 70 g, Salata zielona 20 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>),	Solferino * (). 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>), Mus z jabłek prażonych 200 g, Sos jogurtowo truskawkowy*b/c 150 g (<u>MLE,</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ,</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE,</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>), Pomidor b/skórki 50 g, Twarożek 50 g (<u>MLE,</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 200 ml,	Podwieczorek: Banan 1szt. 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2694.89 kcal; B: 96.18 g; T: 67.28 g; Kw. tł. nasy.: 30.71 g; W: 443.21 g; W tym cukry: 164.07 g; Bł.: 21.93 g; Sól: 5.86 g; WW: 42.16 Por; Ener. z B: 14.28 %; Ener. z W: 62.53 %; Ener. z T: 22.47 %; Ener. z Bł.: 1.63 %; K: 3960.12 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2023-12-04 Jadłospis dla diety: SZ-UL Trzustkowa/Wątrobową		
Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Cukinia pieczona z olejem * 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Solferino * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Makaron drobny 200 g (<u>GLU PSZ</u>), Mus z jabłek prażonych 200 g, Sos jogurtowy naturalny 150 g (<u>MLE</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Pasta drobiowo-warzywna ćw z kurczaka () 100 g (<u>SEL</u>), Marchew gotowana z olejem* 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 200 ml,	Podwieczorek: Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Pasta warzywna* 100 g (<u>SEL</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2298.69 kcal; B: 92.32 g; T: 50.49 g; Kw. tł. nasy.: 16.05 g; W: 387.52 g; W tym cukry: 122.11 g; Bł.: 25.49 g; Sól: 6.25 g; WW: 36.16 Por; Ener. z B: 16.06 %; Ener. z W: 63 %; Ener. z T: 19.77 %; Ener. z Bł.: 2.22 %; K: 3767.26 mg;

poniedziałek 2023-12-04 Jadłospis dla diety: SZ-UL Żołądkowa		
Bulka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Cukinia pieczona z olejem * 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>), Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 200 ml,	Solferino * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Makaron drobny 200 g (<u>GLU PSZ</u>), Mus z jabłek prażonych 200 g, Sos jogurtowy naturalny 150 g (<u>MLE</u>), 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>), Pasta drobiowo-warzywna ćw z kurczaka () 100 g (<u>SEL</u>), Marchew gotowana z olejem* 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
	Podwieczorek: Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Pasta warzywna* 50 g (<u>SEL</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2354.39 kcal; B: 87.27 g; T: 72.95 g; Kw. tł. nasy.: 31.39 g; W: 354.51 g; W tym cukry: 119.51 g; Bł.: 22.65 g; Sól: 5.61 g; WW: 33.16 Por; Ener. z B: 14.83 %; Ener. z W: 56.38 %; Ener. z T: 27.89 %; Ener. z Bł.: 1.92 %; K: 3571.18 mg;

poniedziałek 2023-12-04 Jadłospis dla diety: SZ-UL Specjalna bezmleczna		
Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Cukinia pieczona z olejem * 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Solferino (bez mleka, bez glutenu)*() 400 ml (<u>SEL</u>), Ryż na sypko 250 g, Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Dynia duszona z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Marchew gotowana z olejem* 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 200 ml,	Podwieczorek: Biszkopty b/m 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2335.78 kcal; B: 80.25 g; T: 71.23 g; Kw. tł. nasy.: 15.9 g; W: 350.83 g; W tym cukry: 49.48 g; Bł.: 19.38 g; Sól: 5.52 g; WW: 33.05 Por; Ener. z B: 13.74 %; Ener. z W: 56.76 %; Ener. z T: 27.45 %; Ener. z Bł.: 1.66 %; K: 2859.34 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2023-12-04 Jadłospis dla diety: SZ-UL Papkowata		
Płatki cwsiane na mleku. 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>), Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Cukinia pieczona z olejem* 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>), Pasta z wędliną drob wp i natką pietruszki. 100 g (<u>SOJ, GOR.</u>),	Solferino* () 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>), Dynia duszona 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>), Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Pasta z jaj 100 g (<u>JAJ, MLE.</u>), Marchew gotowana z olejem* 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
Podwieczerek: Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 200 ml		

Wartości odżywcze: E: 2506.58 kcal; B: 100.99 g; T: 86.41 g; Kw. tł. nasy.: 31.53 g; W: 338.4 g; W tym cukry: 75.28 g; Bł.: 24.63 g; Sól: 6.42 g; WW: 31.36 Por; Ener. z B: 16.12 %; Ener. z W: 50.07 %; Ener. z T: 31.03 %; Ener. z Bł.: 1.97 %; K: 5018.87 mg;

poniedziałek 2023-12-04 Jadłospis dla diety: SZ-UL Papkowata cukrzycowa		
Płatki cwsiane na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>), Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Cukinia pieczona z olejem* 100 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>), Pasta z wędliną drob wp i natką pietruszki. 100 g (<u>SOJ, GOR.</u>),	Ziemniaki () 200 g, Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Sos jarzynowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Dynia duszona z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml, Solferino* () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</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>), Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (<u>JAJ, MLE.</u>), Marchew gotowana z olejem* 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Kisiel z czarnej porzeczki b/c* 200 ml,	Podwieczerek: Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2391.4 kcal; B: 95.03 g; T: 87.72 g; Kw. tł. nasy.: 28.71 g; W: 312.13 g; W tym cukry: 35.85 g; Bł.: 29.27 g; Sól: 6.36 g; WW: 28.23 Por; Ener. z B: 15.9 %; Ener. z W: 47.31 %; Ener. z T: 33.01 %; Ener. z Bł.: 2.45 %; K: 4904.86 mg;

poniedziałek 2023-12-04 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>), Płatek owsiane na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>),	Solferino* () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki () 50 g, Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL.</u>), Olej rzepakowy 10 g,	Ryż na wywarze jarzynowym. 400 ml (<u>SEL.</u>), Mięso drobiowe gotowane 100g 1 szt, Marchew gotowana z olejem* 100 g, Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>),
II Śniadanie: Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),	Podwieczerek: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2103.49 kcal; B: 122.59 g; T: 115.24 g; Kw. tł. nasy.: 38.91 g; W: 153.27 g; W tym cukry: 17.66 g; Bł.: 17.87 g; Sól: 3.38 g; WW: 13.44 Por; Ener. z B: 23.31 %; Ener. z W: 25.75 %; Ener. z T: 49.31 %; Ener. z Bł.: 1.7 %; K: 4109.48 mg;

poniedziałek 2023-12-04 Jadłospis dla diety: SZ-UL Płynna wysokobiałkowa		
Bułka 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>), Płatki owsiane na mleku. 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>),	Solferino* () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki () 50 g, Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL.</u>), Olej rzepakowy 10 g,	Ryż na wywarze jarzynowym. 400 ml (<u>SEL.</u>), Mięso drobiowe gotowane 100g 1 szt, Marchew gotowana z olejem* 100 g, Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>),
II Śniadanie: Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),	Podwieczerek: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt	

Wartości odżywcze: E: 2264.82 kcal; B: 113.62 g; T: 102.69 g; Kw. tł. nasy.: 38.53 g; W: 232.26 g; W tym cukry: 59.11 g; Bł.: 18.57 g; Sól: 4.18 g; WW: 21.37 Por; Ener. z B: 20.07 %; Ener. z W: 37.74 %; Ener. z T: 40.81 %; Ener. z Bł.: 1.64 %; K: 4744.64 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2023-12-04 Jadłospis dla diety: SZ-UL Przecierana		
Płatki owsiane na mleku. 300 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>), Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ,</u>), Masło extra 82% 20 g (<u>MLE,</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>), Mleko w proszku 10 g (<u>MLE,</u>),	Solferino * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki () 150 g, Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL,</u>), Olej rzepakowy 10 g,	Ryż na wywarze jarzynowym. 300 ml (<u>SEL,</u>), Mięso drobiowe gotowane 100g 1 szt, Marchew gotowana z olejem* 100g, Masło extra 82% 20 g (<u>MLE,</u>),
II Śniadanie: Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 200 ml,	Podwieczorek: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2059.72 kcal; B: 87.78 g; T: 85.01 g; Kw. tł. nasy.: 32.65 g; W: 247.12 g; W tym cukry: 45.7 g; Bł.: 21.04 g; Sól: 3.75 g; WW: 22.65 Por; Ener. z B: 17.05 %; Ener. z W: 43.9 %; Ener. z T: 37.14 %; Ener. z Bł.: 2.04 %; K: 4521.64 mg;

poniedziałek 2023-12-04 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>), Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g, Salata zielona 20 g, Kawa z mlekiem instant. b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>),	Solferino * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ,</u>), Mus z jabłek () b/c 200 g, Sos jogurtowy naturalny 150 g (<u>MLE,</u>), 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>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u>), Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Kisiel z czarnej porzeczki b/c* 200 ml,	Podwieczorek: Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 1485.68 kcal; B: 62.71 g; T: 35.89 g; Kw. tł. nasy.: 15.28 g; W: 234.04 g; W tym cukry: 29.12 g; Bł.: 30.4 g; Sól: 4.11 g; WW: 20.33 Por; Ener. z B: 16.88 %; Ener. z W: 54.83 %; Ener. z T: 21.74 %; Ener. z Bł.: 4.09 %; K: 2678.24 mg;

poniedziałek 2023-12-04 Jadłospis dla diety: SZ-UL Wysokobiałkowa/Wysokokaloryczna		
Płatki owsiane na mleku. 300 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>), Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ,</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE,</u>), Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g, Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>), Salata zielona 20 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>),	Solferino * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>), Mus z jabłek prażonych 200 g, Sos jogurtowo truskawkowy*b/c 150 g (<u>MLE,</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ,</u>), Masło extra 32% 16.67 g (<u>MLE,</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u>), Majonez 20 g (<u>JAJ, GOR,</u>), Marchew gotowana z olejem* 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 200 ml,	Podwieczorek: Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>), Pasta warzywna* 100 g (<u>SEL,</u>), Ser żółty 40 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2955.69 kcal; B: 111.04 g; T: 103.17 g; Kw. tł. nasy.: 44.93 g; W: 419.39 g; W tym cukry: 127.94 g; Bł.: 33.75 g; Sól: 8.3 g; WW: 38.53 Por; Ener. z B: 15.03 %; Ener. z W: 52.19 %; Ener. z T: 31.41 %; Ener. z Bł.: 2.28 %; K: 3754.13 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2023-12-04 Jadłospis dla diety: SZ-UL Hematologiczna		
Płatki owsiane na mleku. 300 ml (<u>MLE, GLU OW, </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>) Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g , Ogórek kiszony 50 g , Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, </u>),	Solferino * () z mięsem 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ, </u>) Mus z jabłek prażonych 200 g , Sos jogurtowy naturalny 150 g (<u>MLE, </u>) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>) Chleb Graham 40 g (<u>GLU PSZ, </u>) Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE, </u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ, </u>) Marchew gotowana z olejem* 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml , Majonez 20 g (<u>JAJ, GOR, </u>),
II Śniadanie: Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 200 ml ,	Podwieczorek: Bułka maślana 1 szt 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, </u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, </u>),	

Wartości odżywcze: E: 2923.54 kcal; B: 100.51 g; T: 89.42 g; Kw. tł. nasy.: 36.62 g; W: 447.25 g; W tym cukry: 129.9 g; Bł.: 26 g; Sól: 9.17 g; WW: 42.02 Por; Ener. z B: 13.75 %; Ener. z W: 57.63 %; Ener. z T: 27.53 %; Ener. z Bł.: 1.78 %; K: 3338.58 mg;

poniedziałek 2023-12-04 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>) Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g , Sałata zielona 20 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>),	Solferino * () z mięsem 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>) Naleśniki z serem 250 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, </u>) Sos jogurtowo truskawkowy*b/c 150 g (<u>MLE, </u>) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ;	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>) Bułka pszenna 75g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ, </u>) Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE, </u>) Serek a'la homogenizowany 150 g (<u>MLE, </u>) Papryka świeża 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 250 ml ,	Podwieczorek: Drożdżówka różne 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, </u>),	

Wartości odżywcze: E: 2806.09 kcal; B: 112.19 g; T: 78.74 g; Kw. tł. nasy.: 36.17 g; W: 417.79 g; W tym cukry: 97.17 g; Bł.: 17.44 g; Sól: 6.52 g; WW: 40.17 Por; Ener. z B: 15.99 %; Ener. z W: 57.07 %; Ener. z T: 25.25 %; Ener. z Bł.: 1.24 %; K: 2586.56 mg;

poniedziałek 2023-12-04 Jadłospis dla diety: SZ- UL Hematologiczna cukrzyca wysokobiałkowa/wys		
Płatki owsiane na mleku. 300 ml (<u>MLE, GLU OW, </u>), Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ, </u>) Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE, </u>) Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g , Ogórek kiszony 50 g , Kawa z mlekiem instant.b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, </u>),	Solferino * () z mięsem 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ, </u>) Mus z jabłek () b/c 200 g , Sos jogurtowy naturalny 150 g (<u>MLE, </u>) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml ,	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ, </u>) Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE, </u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ, </u>) Marchew gotowana z olejem* 50 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml , Chleb Graham 40 g (<u>GLU PSZ, </u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, </u>) Majonez 20 g (<u>JAJ, GOR, </u>),
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE, </u>),	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, </u>) Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE, </u>),	Posiłek nocny: Chleb Graham 40 g (<u>GLU PSZ, </u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, </u>) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g ,

Wartości odżywcze: E: 2937 kcal; B: 131.94 g; T: 104.37 g; Kw. tł. nasy.: 42.55 g; W: 383.38 g; W tym cukry: 42.12 g; Bł.: 42.82 g; Sól: 10.25 g; WW: 34.14 Por; Ener. z B: 17.97 %; Ener. z W: 46.38 %; Ener. z T: 31.98 %; Ener. z Bł.: 2.92 %; K: 3907.08 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2023-12-04 Jadłospis dla diety: SZ- UL Hematologiczna łatwo strawna		
Płatki owsiane na mleku. 300 ml (<u>MLE, GLU OW, </u>), Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ, </u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE, </u>), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g , Cukinia pieczona z olejem * 50 g , Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, </u>),	Solferino * () z mięsem 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>), Makaron 200 g (<u>GLU PSZ, </u>), Mus z jabłek prażonych : 200 g , Sos jogurtowy naturalny 150 g (<u>MLE, </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>), Marchew gotowana z olejem* 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 200 ml ,	Podwieczorek: Bułka maślana 1 szt 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, </u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, </u>),	

Wartości odżywcze: E: 2680.89 kcal; B: 97.2 g; T: 80.95 g; Kw. tł. nasy.: 38.19 g; W: 406.18 g; W tym cukry: 132.58 g; Bł.: 19.24 g; Sól: 6.04 g; WW: 38.6 Por; Ener. z B: 14.5 %; Ener. z W: 57.73 %; Ener. z T: 27.18 %; Ener. z Bł.: 1.44 %; K: 3445.83 mg;

poniedziałek 2023-12-04 Jadłospis dla diety: SZ- UL Hematologiczna wysokobiałkowa		
Płatki owsiane na mleku. 300 ml (<u>MLE, GLU OW, </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>), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g , Ogórek kiszony 50 g , Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, </u>),	Solferino * () z mięsem 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>), Makaron 200 g (<u>GLU PSZ, </u>), Mus z jabłek prażonych 200 g , Sos jogurtowy naturalny 150 g (<u>MLE, </u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Chleb Graham 40 g (<u>GLU PSZ, </u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE, </u>), Jajko gotowane k. M 2 szt. (<u>JAJ, </u>), Marchew gotowana z olejem* 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 200 ml ,	Podwieczorek: Bułka maślana 1 szt 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, </u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, </u>),	

Wartości odżywcze: E: 2793.94 kcal; B: 100.33 g; T: 75.42 g; Kw. tł. nasy.: 35.62 g; W: 446.55 g; W tym cukry: 129.5 g; Bł.: 25.98 g; Sól: 8.89 g; WW: 41.96 Por; Ener. z B: 14.36 %; Ener. z W: 60.21 %; Ener. z T: 24.3 %; Ener. z Bł.: 1.86 %; K: 3335.58 mg;

poniedziałek 2023-12-04 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa niskocholesterolowa		
Chleb razowy żytnio-pszeny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, </u>), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g , Sałata zielona 20 g , Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, </u>),	Solferino * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>), Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ, </u>), Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, </u>), Sos jarzynowy * 150 ml (<u>GLU PSZ, SEL, </u>), Dynia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ, </u>), Surówka z s selera i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE, SEL, </u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml ,	Chleb razowy żytnio-pszeny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, </u>), Pasta drobiowo-warzywna c w z kurczaka () 100 g (<u>SEL, </u>), Papryka świeża 50 g , Herbata czarna ekspresowa b/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>), Rzodkiew biała 100 g ,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszeny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, </u>), Surówka z selera i marchwi b/c () 150 g (<u>MLE, SEL, </u>),	

Wartości odżywcze: E: 2264.57 kcal; B: 102.33 g; T: 75.56 g; Kw. tł. nasy.: 29.34 g; W: 316.46 g; W tym cukry: 50.14 g; Bł.: 60.74 g; Sól: 7.29 g; WW: 25.72 Por; Ener. z B: 18.07 %; Ener. z W: 45.17 %; Ener. z T: 30.03 %; Ener. z Bł.: 5.36 %; K: 5486.04 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2023-12-04 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa wysokolaryczna/wysokobiałkowa		
Płatki owsiane na mleku. 300 ml (<u>MLE, GLU OW, </u>), Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ, </u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE, </u>), Szykowna dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g , Sałata zielona 20 g , Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, </u>),	Solferino * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>), Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ, </u>), Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, </u>), Sos jarzynowy * 150 ml (<u>GLU PSZ, SEL, </u>), Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE, SEL, </u>), Dynia duszona 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>), Pasta drobiowo-warzywna ćw z kurczaka () 100 g (<u>SEL, </u>), Papryka świeża 50 g , Herbata czarna ekspresowa b/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>), Rzodkiew biała 100 g ,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszeny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, </u>), Surówka z selera i marchwi b/c() 150 g (<u>MLE, SEL, </u>),	Posiłek nocny: Chleb razowy żytnio-pszeny 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: 3070.17 kcal; B: 135.08 g; T: 113.2 g; Kw. tł. nasy.: 51.17 g; W: 403.57 g; W tym cukry: 62.34 g; Bł.: 66.79 g; Sól: 10.13 g; WW: 33.87 Por; Ener. z B: 17.6 %; Ener. z W: 43.88 %; Ener. z T: 33.18 %; Ener. z Bł.: 4.35 %; K: 6194.7 mg;

poniedziałek 2023-12-04 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa wątrobowa/trzustkowa		
Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ, </u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, </u>), Szykowna dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g , Cukiernia pieczona z olejem * 50 g , Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, </u>),	Solferino * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>), Ziemniaki () 250 g , Pulpet drobiowy 180 g (<u>GLU PSZ, JAJ, </u>), Dynia z wody 150 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 a'la homogenizowany 150 g (<u>MLE, </u>), Marchew gotowana z olejem* 50 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,
II Śniadanie: Kisiel z czarnej porzeczki b/c* 200 ml ,	Podwieczorek: Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ, </u>), Pasta warzywna* (bez oleju) 100 g (<u>SEL, </u>),	

Wartości odżywcze: E: 2243.73 kcal; B: 118.1 g; T: 50.39 g; Kw. tł. nasy.: 19.72 g; W: 339.98 g; W tym cukry: 41.96 g; Bł.: 27.53 g; Sól: 7.31 g; WW: 31.26 Por; Ener. z B: 21.05 %; Ener. z W: 55.7 %; Ener. z T: 20.21 %; Ener. z Bł.: 2.45 %; K: 5490.69 mg;

poniedziałek 2023-12-04 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa ciężarnych		
Chleb razowy żytnio-pszeny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE, </u>), Szykowna dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g , Sałata zielona 20 g , Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, </u>), Ogórek świeży 100 g ,	Solferino * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>), Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ, </u>), Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, </u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL, </u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml , Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE, SEL, </u>), Dynia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ, </u>),	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>), Papryka świeża 150 g , Herbata czarna ekspresowa b/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>), Rzodkiew biała 100 g ,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszeny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, </u>), Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt ,	Posiłek nocny: Chleb razowy żytnio-pszeny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, </u>), Ser żółty 25 g (<u>MLE, </u>), Sałata zielona 20 g ,

Wartości odżywcze: E: 2473.91 kcal; B: 101.9 g; T: 89.93 g; Kw. tł. nasy.: 42.53 g; W: 332.59 g; W tym cukry: 45.92 g; Bł.: 56.82 g; Sól: 7.52 g; WW: 27.66 Por; Ener. z B: 16.48 %; Ener. z W: 44.59 %; Ener. z T: 32.72 %; Ener. z Bł.: 4.59 %; K: 4831.18 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2023-12-04 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa dla matek karmiących		
Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Sałata zielona 20 g, Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>), Ogórek świeży 100 g,	Solferino * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ.</u>), Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml, Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>), Dynia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>),	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>), Papryka świeża 150 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>), Rzodkiew biała 100 g,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt,	Posiłek nocny: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>), Sałata zielona 20 g,

Wartości odżywcze: E: 2567.96 kcal; B: 108.5 g; T: 97.36 g; Kw. tł. nasy.: 47.48 g; W: 333.42 g; W tym cukry: 45.92 g; Bł.: 56.82 g; Sól: 8.04 g; WW: 27.74 Por; Ener. z B: 16.9 %; Ener. z W: 43.08 %; Ener. z T: 34.12 %; Ener. z Bł.: 4.42 %; K: 4831.18 mg;

poniedziałek 2023-12-04 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>), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,	Solferino * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ.</u>), -Mus z jabłek () b/c 200 g, Sos jogurtowo truskawkowy*b/c 150 g (<u>MLE.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), 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>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>), Papryka świeża 150 g, Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt, Jabłko 1 szt 1 szt,	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 marchwi b/c() 150 g (<u>MLE, SEL.</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<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>), Sałata zielona 20 g,

Wartości odżywcze: E: 2861.93 kcal; B: 115.98 g; T: 104.2 g; Kw. tł. nasy.: 53.4 g; W: 390.16 g; W tym cukry: 51.53 g; Bł.: 58.38 g; Sól: 9.57 g; WW: 33.33 Por; Ener. z B: 16.21 %; Ener. z W: 46.37 %; Ener. z T: 32.77 %; Ener. z Bł.: 4.08 %; K: 4277.58 mg;

poniedziałek 2023-12-04 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa bezmleczna		
Margaryna porcjowa 15g, 1 szt, Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml, Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>),	Solferino (bez mleka)*() 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ.</u>), Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Dynia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 0 g (<u>SEL.</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>), Papryka świeża 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Rzodkiew biała 100 g,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Ogórek świeży 100 g,	

Wartości odżywcze: E: 2197.01 kcal; B: 82.51 g; T: 82.77 g; Kw. tł. nasy.: 24.1 g; W: 297.36 g; W tym cukry: 26.36 g; Bł.: 46.1 g; Sól: 7.23 g; WW: 25.01 Por; Ener. z B: 15.02 %; Ener. z W: 45.74 %; Ener. z T: 33.9 %; Ener. z Bł.: 4.2 %; K: 3847.46 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2023-12-04 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzyca nerkowa		
Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g , Masło extra 82% 16.67 g (MLE,), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g , Cukinia pieczona z olejem* 150 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml ,	Solferino * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Makaron 200 g (GLU PSZ,), Mus z jabłek () b/c 250 g , Sos jogurtowy naturalny 50 g (MLE,), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml ,	Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 120 g , Masło extra 82% 16.67 g (MLE,), Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (MLE,), Marchew gotowana z olejem* 150 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,
II Śniadanie: Kisiel z czarnej porzeczki b/c* 200 ml , Podplotnyki b/c 50 g (GLU PSZ, MLE,),	Podwieczorek: Sok wielowarzywny pasteryzowany, 0,33l 1 szt , Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 30 g , Masło extra 82% 5 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: E: 2251.56 kcal; B: 46.98 g; T: 73.17 g; Kw. tł. nasy.: 26.26 g; W: 351.05 g; W tym cukry: 23.28 g; Bł.: 42.62 g; Sól: 6.35 g; WW: 30.82 Por; Ener. z B: 8.35 %; Ener. z W: 54.79 %; Ener. z T: 29.25 %; Ener. z Bł.: 3.79 %; K: 2434.51 mg;

poniedziałek 2023-12-04 Jadłospis dla diety: SZ-UL Nerkowa		
Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 120 g , Masło extra 82% 16.67 g (MLE,), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g , Cukinia pieczona z olejem* 100 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,	Solferino * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Ziemniaki () 250 g , Pulpet drobiowy (bez soli) 40 g (GLU PSZ, JAJ,), Sos jarzynowy* (bez soli) 100 ml (GLU PSZ, SEL,), Dynia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ,), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 120 g , Masło extra 82% 16.67 g (MLE,), Serek a'la homogenizowany 50 g (MLE,), Marchew gotowana z olejem* 100 g , Miód (25g) 2 szt , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
	Podwieczorek: Banan 1szt. 1 szt ,	

Wartości odżywcze: E: 2322.94 kcal; B: 46.36 g; T: 65.97 g; Kw. tł. nasy.: 22.47 g; W: 386.25 g; W tym cukry: 85 g; Bł.: 41.89 g; Sól: 6.64 g; WW: 34.45 Por; Ener. z B: 7.98 %; Ener. z W: 59.3 %; Ener. z T: 25.56 %; Ener. z Bł.: 3.61 %; K: 5290.02 mg;

poniedziałek 2023-12-04 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dna moczaniowa		
Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 16.67 g (MLE,), Serek wiejski ziemisty 200g 1 szt (MLE,), Cukinia pieczona z olejem* 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,	Solferino * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Makaron 200 g (GLU PSZ,), Mus z jabłek prażonych 200 g , Sos jogurtowo truskawkowy*b/c 150 g (MLE,), 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,), 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: Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 200 ml ,	Podwieczorek: Śliwka szt 2 szt ,	

Wartości odżywcze: E: 2264.54 kcal; B: 78.93 g; T: 66.23 g; Kw. tł. nasy.: 29.39 g; W: 358.65 g; W tym cukry: 116.2 g; Bł.: 25.96 g; Sól: 6.99 g; WW: 33.17 Por; Ener. z B: 13.94 %; Ener. z W: 58.77 %; Ener. z T: 26.32 %; Ener. z Bł.: 2.29 %; K: 2939.3 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2023-12-04 Jadłospis dla diety: SZ-UL Atcpowa		
Wafle ryżowe 40 g , Margaryna porcjowa 15g 2 szt , Filet z indyka gotowany 100 g , Ogórek-świeży 150 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,	Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka, bez selera)*() 400 ml (<u>GLU 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 ziemniaków 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: 2118.71 kcal; B: 110.25 g; T: 58.88 g; Kw. tł. nasy.: 14.2 g; W: 298.23 g; W tym cukry: 43.15 g; Bł.: 28.09 g; Sól: 3.69 g; WW: 26.98 Por; Ener. z B: 20.81 %; Ener. z W: 51 %; Ener. z T: 25.01 %; Ener. z Bł.: 2.65 %; K: 5862.92 mg;

poniedziałek 2023-12-04 Jadłospis dla diety: SZ-UL Niemowlaki		
Płatki owsiane na mleku. 200 ml (<u>MLE, GLU OW</u>), Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,	Solferino *() 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Makaron drobny 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Mus z jabłek prażonych 200 g , Sos jogurtowo truskawkowy*b/c 50 g (<u>MLE</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Serek a'la homogenizowany 50 g (<u>MLE</u>), Pomidor 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 150 ml ,	Podwieczorek: Bułka maślana 1 szt 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 1615.57 kcal; B: 58.82 g; T: 31.94 g; Kw. tł. nasy.: 14.93 g; W: 285.88 g; W tym cukry: 106.11 g; Bł.: 12.79 g; Sól: 4.08 g; WW: 27.28 Por; Ener. z B: 14.56 %; Ener. z W: 67.62 %; Ener. z T: 17.79 %; Ener. z Bł.: 1.58 %; K: 1810.05 mg;

poniedziałek 2023-12-04 Jadłospis dla diety: SZ-UL papkowata niemowlaki		
Płatki owsiane na mleku. 200 ml (<u>MLE, GLU OW</u>), Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Pasta z wędliną drob wp i natką pietruszki. 100 g (<u>SOJ, GOR</u>), Cukinia pieczona z olejem * 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,	Solferino *() 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Makaron drobny 200 g (<u>GLU PSZ</u>), Mus z jabłek prażonych 200 g , Sos jogurtowo truskawkowy*b/c 50 g (<u>MLE</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Ryż na wywarze jarzynowym 200 ml (<u>SEL</u>), Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Serek a'la homogenizowany 50 g (<u>MLE</u>), Marchew gotowana z olejem* 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 150 ml ,	Podwieczorek: Bułka maślana 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 1857.41 kcal; B: 66.7 g; T: 47.44 g; Kw. tł. nasy.: 13.92 g; W: 301.87 g; W tym cukry: 100.27 g; Bł.: 14.2 g; Sól: 3.97 g; WW: 28.77 Por; Ener. z B: 14.36 %; Ener. z W: 61.95 %; Ener. z T: 22.99 %; Ener. z Bł.: 1.53 %; K: 1895.78 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2023-12-04 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dieta Mamy I trymestr		
Chleb razowy żytnio-pszeniczny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Ogórek świeży 150 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>),	Solferino * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ,</u>), Mus z jabłek () b/c 200 g, Sos jogurtowo truskawkowy*b/c 150 g (<u>MLE,</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% 10 g (<u>MLE,</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u>), Papryka świeża 100 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, Sałata zielona 20 g,
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszeniczny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>), Ser żółty 25 g (<u>MLE,</u>), Rzodkiew biała 50 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 marchwi b/c() 150 g (<u>MLE, SEL,</u>), Śliwka szt 2 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2233.7 kcal; B: 81.23 g; T: 64.68 g; Kw. tł. nasy.: 32.25 g; W: 353.58 g; W tym cukry: 78.32 g; Bł.: 54.85 g; Sól: 6.69 g; WW: 29.86 Por; Ener. z B: 14.55 %; Ener. z W: 53.5 %; Ener. z T: 26.06 %; Ener. z Bł.: 4.91 %; K: 4505.71 mg;

poniedziałek 2023-12-04 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dieta Mamy II trymestr		
Chleb razowy żytnio-pszeniczny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE,</u>), Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Ogórek świeży 150 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>),	Solferino * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ,</u>), Mus z jabłek () b/c 200 g, Sos jogurtowo truskawkowy*b/c 150 g (<u>MLE,</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszeniczny 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>), Papryka świeża 100 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszeniczny 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>), Ser żółty 50 g (<u>MLE,</u>), Rzodkiew biała 50 g,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszeniczny 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>), Surówka z selera i marchwi b/c() 150 g (<u>MLE, SEL,</u>), Śliwka szt 2 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2627.93 kcal; B: 91.71 g; T: 91.13 g; Kw. tł. nasy.: 45.15 g; W: 385.22 g; W tym cukry: 79.36 g; Bł.: 59.89 g; Sól: 7.9 g; WW: 32.54 Por; Ener. z B: 13.96 %; Ener. z W: 49.52 %; Ener. z T: 31.21 %; Ener. z Bł.: 4.56 %; K: 4676.45 mg;

poniedziałek 2023-12-04 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dieta Mamy III trymestr		
Płatki cwiślane na mleku. 300 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>), Chleb razowy żytnio-pszeniczny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE,</u>), Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Ogórek świeży 150 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>),	Solferino * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ,</u>), Mus z jabłek () b/c 200 g, Sos jogurtowo truskawkowy*b/c 150 g (<u>MLE,</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>), Papryka świeża 100 g, Sałata zielona 20 g, 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>), Ser żółty 50 g (<u>MLE,</u>), Rzodkiew biała 50 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 marchwi b/c() 150 g (<u>MLE, SEL,</u>), Śliwka szt 2 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2731.73 kcal; B: 100.02 g; T: 97.27 g; Kw. tł. nasy.: 48.33 g; W: 387.54 g; W tym cukry: 90.92 g; Bł.: 56.92 g; Sól: 7.49 g; WW: 33.07 Por; Ener. z B: 14.65 %; Ener. z W: 48.41 %; Ener. z T: 32.05 %; Ener. z Bł.: 4.17 %; K: 4975.25 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2023-12-04 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dieta Mamy Okres Laktacji		
Płatki owsiane na mleku. 300 ml (<u>MLE, GLU OW, </u>), Chleb razowy żytnio-pszeniczny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE, </u>), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Ogórek świeży 150 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, </u>),	Solferino * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>), Makaron pełnoziarnisty 250 g (<u>GLU PSZ, </u>), Mus z jabłek () b/c 200 g, Sos jogurtowo truskawkowy*b/c 150 g (<u>MLE, </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>), Papryka świeża 100 g, Sałata zielona 20 g, 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>), Ser żółty 50 g (<u>MLE, </u>), Rzodkiew biała 50 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 marchwi b/c() 200 g (<u>MLE, SEL, </u>), Śliwka szt 2 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2836.63 kcal; B: 103.67 g; T: 99.12 g; Kw. tł. nasy.: 48.79 g; W: 406.77 g; W tym cukry: 93.95 g; Bł.: 61.3 g; Sól: 7.7 g; WW: 34.57 Por; Ener. z B: 14.62 %; Ener. z W: 48.72 %; Ener. z T: 31.45 %; Ener. z Bł.: 4.32 %; K: 5242.45 mg;

poniedziałek 2023-12-04 Jadłospis dla diety: SZ-UL Ciąża mnoga (wysokobiałkowa)		
Płatki owsiane na mleku. 300 ml (<u>MLE, GLU OW, </u>), Chleb razowy żytnio-pszeniczny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, </u>), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Ogórek świeży 150 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, </u>),	Solferino * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>), Makaron pełnoziarnisty 250 g (<u>GLU PSZ, </u>), Mus z jabłek () b/c 200 g, Sos jogurtowo truskawkowy*b/c 150 g (<u>MLE, </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% 10 g (<u>MLE, </u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ, </u>), Serek a'la homogenizowany 150 g (<u>MLE, </u>), Papryka świeża 100 g, Sałata zielona 20 g, 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>), Ser żółty 70 g (<u>MLE, </u>), Rzodkiew biała 50 g,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszeniczny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, </u>), Surówka z selera i marchwi b/c() 200 g (<u>MLE, SEL, </u>), Śliwka szt 2 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2961.74 kcal; B: 132.59 g; T: 97.3 g; Kw. tł. nasy.: 51.51 g; W: 413.22 g; W tym cukry: 99.12 g; Bł.: 61.3 g; Sól: 8.19 g; WW: 35.25 Por; Ener. z B: 17.94 %; Ener. z W: 47.53 %; Ener. z T: 29.57 %; Ener. z Bł.: 4.14 %; K: 5416.86 mg;

poniedziałek 2023-12-04 Jadłospis dla diety: SZ-UL Posiłki regeneracyjne		
	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL, </u>), Ziemniaki () 250 g, Kielbasa Śląska wieprzowa średnio rozdrobniona wędzona parzona w osłonce jadalnej 100 g (<u>SOJ, </u>), Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE, SEL, </u>), Dynia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ, </u>),	

Wartości odżywcze: E: 1023.32 kcal; B: 24.87 g; T: 29.64 g; Kw. tł. nasy.: 9.26 g; W: 159.57 g; W tym cukry: 11.74 g; Bł.: 24.22 g; Sól: 3.97 g; WW: 13.52 Por; Ener. z B: 9.72 %; Ener. z W: 52.91 %; Ener. z T: 26.07 %; Ener. z Bł.: 4.73 %; K: 3672.07 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2023-12-04 Jadłospis dla diety: SZ-UL Normalna Broniewskiego		
Płatki owsiane na mleku. 300 ml (<u>MLE, GLU OW, </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>), Szyunka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 100 g , Sałata zielona 20 g , Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, </u>),	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL, </u>), Makaron 250 g (<u>GLU PSZ, </u>), Mus z jabłek prażonych 200 g , Sos jogurtowo truskawkowy*b/c 150 g (<u>MLE, </u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Chleb razowy żytnio-pszenno 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE, </u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ, </u>), Ser żółty 50 g (<u>MLE, </u>), Majonez 20 g (<u>JAJ, GOR, </u>), Pomidor 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
	Podwieczorek: Śliwka szt 2 szt , Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 250 ml , Chrupki kukurydziane 30 g ,	

Wartości odżywcze: E: 3063.89 kcal; B: 120.51 g; T: 98.48 g; Kw. tł. nasy.: 42.09 g; W: 448.18 g; W tym cukry: 126.32 g; Bł.: 36.54 g; Sól: 8.96 g; WW: 41.1 Por; Ener. z B: 15.73 %; Ener. z W: 53.74 %; Ener. z T: 28.93 %; Ener. z Bł.: 2.39 %; K: 3470.93 mg;

poniedziałek 2023-12-04 Jadłospis dla diety: SZ-UL Lekkostrawna Broniewskiego		
Płatki owsiane na mleku. 300 ml (<u>MLE, GLU OW, </u>), Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ, </u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE, </u>), Szyunka dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g , Sałata zielona 20 g , Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, </u>),	Solferino * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>), Makaron 200 g (<u>GLU PSZ, </u>), Mus z jabłek prażonych 200 g , Sos jogurtowo truskawkowy*b/c 150 g (<u>MLE, </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 b/skórki 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
	Podwieczorek: Banan 1szt. 1 szt , Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	

Wartości odżywcze: E: 2328.5 kcal; B: 82.51 g; T: 61.23 g; Kw. tł. nasy.: 30.12 g; W: 378.19 g; W tym cukry: 156.1 g; Bł.: 20.57 g; Sól: 4.66 g; WW: 35.74 Por; Ener. z B: 14.17 %; Ener. z W: 61.43 %; Ener. z T: 23.67 %; Ener. z Bł.: 1.77 %; K: 3866.07 mg;

poniedziałek 2023-12-04 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa CH.Broniewskiego		
Płatki owsiane na mleku. 300 ml (<u>MLE, GLU OW, </u>), Chleb razowy żytnio-pszenno 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, </u>), Szyunka dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g , Sałata zielona 20 g , Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, </u>),	Solferino * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>), Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ, </u>), Mus z jabłek () b/c 200 g , Sos jogurtowo truskawkowy*b/c 150 g (<u>MLE, </u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml ,	Chleb razowy żytnio-pszenno 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, </u>), Pasta drobiowo-warzywna ów z kurczaka () 100 g (<u>SEL, </u>), Papryka świeża 50 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszenno 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, </u>), Rzodkiew biała 100 g ,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenno 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, </u>), Surówka z selera i marchwi b/c() 150 g (<u>MLE, SEL, </u>),	

Wartości odżywcze: E: 2348.29 kcal; B: 96.13 g; T: 71.27 g; Kw. tł. nasy.: 31.64 g; W: 354.09 g; W tym cukry: 60.52 g; Bł.: 59.19 g; Sól: 6.39 g; WW: 29.64 Por; Ener. z B: 16.37 %; Ener. z W: 50.23 %; Ener. z T: 27.31 %; Ener. z Bł.: 5.04 %; K: 5114.5 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2023-12-04 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa NCH Police Diabetologia		
Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, </u>), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g , Ogórek świeży 50 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,	Soiferino * () 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>), Surówka z selera i jabłka b/c () 150 g (<u>MLE, SEL, </u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml ,	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, </u>), Serek a'la homogenizowany 100 g (<u>MLE, </u>), Pomidor 50 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,
II Śniadanie: Papryka świeża 100 g ,	Podwieczorek: Surówka z selera i marchwi b/c() 150 g (<u>MLE, SEL, </u>),	

Wartości odżywcze: E: 1803.75 kcal; B: 80.96 g; T: 44.45 g; Kw. tł. nasy.: 19.79 g; W: 296.87 g; W tym cukry: 36.66 g; Bł.: 53.03 g; Sól: 6.83 g; WW: 24.56 Por; Ener. z B: 17.95%; Ener. z W: 54.07%; Ener. z T: 22.18%; Ener. z Bł.: 5.88%; K: 5641.48 mg;

poniedziałek 2023-12-04 Jadłospis dla diety: SZ-UL Lekkostrawna Police		
Płatki owsiane na mleku. 300 ml (<u>MLE, GLU OW, </u>), Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ, </u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE, </u>), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g , Salata zielona 20 g , Kawa z makiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, </u>),	Soiferino * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>), Makaron 200 g (<u>GLU PSZ, </u>), Mus z jabłek prażonych 200 g , Sos jogurtowo truskawkowy*b/c 150 g (<u>MLE, </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 b/skórki 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
	Podwieczorek: Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ, </u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, </u>), Pasta warzywna* 100 g (<u>SEL, </u>),	

Wartości odżywcze: E: 2358.91 kcal; B: 86.39 g; T: 70.76 g; Kw. tł. nasy.: 33.07 g; W: 360.49 g; W tym cukry: 116.97 g; Bł.: 20.86 g; Sól: 5.44 g; WW: 33.88 Por; Ener. z B: 14.65%; Ener. z W: 57.59%; Ener. z T: 27%; Ener. z Bł.: 1.77%; K: 3393.96 mg;

poniedziałek 2023-12-04 Jadłospis dla diety: SZ-UL Neutropeniczna		
Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE, </u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Bułka pszenna 75g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ, </u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE, </u>), Ser żółty Gouda plastry 100g 1 szt (<u>MLE, </u>), Miód (25g) 1 szt , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	Kalaforowa z ziemniakami () * OTS 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL, </u>), Risotto wegetariańskie* 400 g (<u>SEL, </u>), Sos pomidorowy OTS 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, </u>), 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>), Krakowska sucha wieprzowa 100g-kielbasa wieprzowa grubo rozdrobniona, wędzona, parzona, suszona w plastrach 1 szt , Jabłko pieczone 1szt. 1 szt , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
	Podwieczorek: Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml , Biskopki b/m 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, </u>), Serek o smaku waniliowym termizowany 100g 1 szt (<u>MLE, </u>),	

Wartości odżywcze: E: 3277.03 kcal; B: 117.21 g; T: 107.41 g; Kw. tł. nasy.: 53.21 g; W: 469.25 g; W tym cukry: 71.11 g; Bł.: 25.01 g; Sól: 9.62 g; WW: 44.34 Por; Ener. z B: 14.31%; Ener. z W: 54.22%; Ener. z T: 29.5%; Ener. z Bł.: 1.53%; K: 2563.42 mg;