

Jadłospisy dla oddziałów

Szpital SPSK Nr 1 PUM Szczecin		
Sniadanie II Sniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
sobota 2023-12-23 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>), Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 80 g, Ketchup 20 g (<u>SEL, </u>), Pomidor 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, </u>),	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>), Ziemniaki () 200 g, Kociołek meksykański z wieprzowiną i fasolą 300 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-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE, </u>), Ser żółty 50 g (<u>MLE, </u>), Ogórek kiszony 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
	Podwieczorek: Makaron drobny z jabłkiem prażonym 200 g (<u>GLU PSZ, MLE, </u>),	

Wartości odżywcze: E: 2440.65 kcal; B: 82.11 g; T: 89.81 g; Kw. tł. nasy.: 44.12 g; W: 339.05 g; W tym cukry: 65.36 g; Bł.: 29.46 g; Sól: 9.98 g; WW: 31.07 Por; Ener. z B: 273.19 %; Ener. z W: 1009.27 %; Ener. z T: 470.39 %; Ener. z Bł.: 71.73 %; K: 4034.07 mg;

sobota 2023-12-23 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>), Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 80 g, Ketchup 20 g (<u>SEL, </u>), Pomidor 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, </u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>),	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>), Ziemniaki () 200 g, Kociołek meksykański z wieprzowiną i fasolą 300 g (<u>SEL, </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>), Ser żółty 50 g (<u>MLE, </u>), Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Sniadanie: Bułka maślana 1 szt 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, </u>),	Podwieczorek: Makaron drobny z jabłkiem prażonym 200 g (<u>GLU PSZ, MLE, </u>),	

Wartości odżywcze: E: 2795.97 kcal; B: 94.87 g; T: 97.07 g; Kw. tł. nasy.: 46.83 g; W: 393.84 g; W tym cukry: 78.95 g; Bł.: 25.49 g; Sól: 9.99 g; WW: 36.89 Por; Ener. z B: 302.97 %; Ener. z W: 1091.69 %; Ener. z T: 497.15 %; Ener. z Bł.: 77.69 %; K: 3930.55 mg;

sobota 2023-12-23 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 żółty 50 g (<u>MLE, </u>), Pomidor 100 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, </u>),	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ, </u>), Gulasz ziemniaczano-jarzynowy * 300 g (<u>SEL, </u>), Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE, SEL, </u>), Buraczki oprószone () 100 g (<u>GLU PSZ, </u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE, </u>), Tofu 50 g (<u>SOJ, </u>), Ogórek kiszony 100 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Sniadanie: Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE, </u>),	Podwieczorek: Makaron drobny z jabłkiem prażonym 200 g (<u>GLU PSZ, MLE, </u>),	

Wartości odżywcze: E: 2715.16 kcal; B: 88.72 g; T: 83.74 g; Kw. tł. nasy.: 35.64 g; W: 424.92 g; W tym cukry: 75.45 g; Bł.: 42.2 g; Sól: 9.22 g; WW: 38.4 Por; Ener. z B: 396.79 %; Ener. z W: 1422.95 %; Ener. z T: 528.24 %; Ener. z Bł.: 119.88 %; K: 4965.93 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2023-12-23 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bezmleczna		
Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 80 g, Ketchup 20 g (<u>SEL.</u>), Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka, bez glutenu)*(). 400 ml (<u>SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g, Kociołek meksykański z wieprzowiną i fasolą 300 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-pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Tofu 150 g (<u>SOJ.</u>), Ogórek kiszony 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Dżem 25 g 2 szt,	Podwieczorek: Sok pomidorowy 0,3l 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2384.28 kcal; B: 76.66 g; T: 90.7 g; Kw. tł. nasy.: 27.17 g; W: 327.12 g; W tym cukry: 51.6 g; Bł.: 29.35 g; Sól: 10.78 g; WW: 30.02 Por; Ener. z B: 309.07 %; Ener. z W: 1190.84 %; Ener. z T: 661.08 %; Ener. z Bł.: 71.62 %; K: 3558.29 mg;

sobota 2023-12-23 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bez laktozy		
Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 80 g, Ketchup 20 g (<u>SEL.</u>), Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka, bez glutenu)*(). 400 ml (<u>SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g, Kociołek meksykański z wieprzowiną i fasolą 300 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-pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Ogórek kiszony 50 g, Ser żółty b/laktozy dojrzewający pi. Gouda 70 g (<u>MLE b/LAK.</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Dżem 25 g 1 szt,	Podwieczorek: Sok pomidorowy 0,3l 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2381.58 kcal; B: 75.58 g; T: 95.99 g; Kw. tł. nasy.: 37.42 g; W: 315.87 g; W tym cukry: 42.1 g; Bł.: 29.35 g; Sól: 11.6 g; WW: 28.77 Por; Ener. z B: 236.19 %; Ener. z W: 1085.02 %; Ener. z T: 579.41 %; Ener. z Bł.: 71.62 %; K: 3558.29 mg;

sobota 2023-12-23 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bezglutenowa		
Chleb bezglutenowy 100 g, Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 80 g, Ketchup 20 g (<u>SEL.</u>), Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Koperkowa z ziemniakami (bez glutenu) ()* 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>), Ziemniaki () 250 g, Kociołek meksykański z wieprzowiną i fasolą 300 g (<u>SEL.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb bezglutenowy 100 g, Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>), Ogórek kiszony 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 40 g, Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Dżem 25 g 1 szt,	Podwieczorek: Sok pomidorowy 0,3l 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2262.73 kcal; B: 57.18 g; T: 96.97 g; Kw. tł. nasy.: 43.05 g; W: 293.92 g; W tym cukry: 41.76 g; Bł.: 16.86 g; Sól: 6.95 g; WW: 27.88 Por; Ener. z B: 195.37 %; Ener. z W: 1072.7 %; Ener. z T: 460.01 %; Ener. z Bł.: 59.64 %; K: 3714.75 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2023-12-23 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bezglutenowa, bez mleka		
Chleb bezglutenowy 100 g , Margaryna porcjowa 15g 1 szt , Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 80 g , Ketchup 20 g (SEL,), Pomidor 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka, bez glutenu)*() 400 ml (SEL,), Ziemniaki () 200 g , Kociołek meksykański z wieprzowiną i fasolą 300 g (SEL,), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Chleb bezglutenowy 100 g , Margaryna porcjowa 15g 1 szt , Tofu 100 g (SOJ,), Ogórek kiszony 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 40 g , Margaryna porcjowa 15g 1 szt , Dżem 25 g 2 szt ,	Podwieczorek: Sok pomidorowy 0,3l 1 szt ,	

Wartości odżywcze: E: 2203.28 kcal; B: 54.58 g; T: 93.87 g; Kw. tł. nasy.: 25.75 g; W: 287.68 g; W tym cukry: 50.32 g; Bł.: 15.7 g; Sól: 6.4 g; WW: 27.4 Por; Ener. z B: 245.02 %; Ener. z W: 1149.43 %; Ener. z T: 627.61 %; Ener. z Bł.: 58.72 %; K: 3335.09 mg;

sobota 2023-12-23 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bogatoresztkowa		
Chleb razowy żytnio-pszenno-żytniowy 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) , Masło extra 82% 16.67 g (MLE,) , Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 80 g , Ogórek świeży 150 g , Ketchup 20 g (SEL,) , Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) ,	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) , Ziemniaki () 200 g , Kociołek meksykański z wieprzowiną i fasolą 300 g (SEL,) , Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytniowy 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) , Masło extra 82% 16.67 g (MLE,) , Ser żółty 50 g (MLE,) , Ogórek kiszony 150 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszenno-żytniowy 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) , Masło extra 82% 5 g (MLE,) , Papryka świeża 100 g ,	Podwieczorek: Makaron razowy z jabłkiem prażonym 200 g (GLU PSZ, MLE,) ,	

Wartości odżywcze: E: 2454.22 kcal; B: 85 g; T: 95.22 g; Kw. tł. nasy.: 47 g; W: 331.04 g; W tym cukry: 75.5 g; Bł.: 40.81 g; Sól: 10.89 g; WW: 29.1 Por; Ener. z B: 378.69 %; Ener. z W: 1272.14 %; Ener. z T: 539.31 %; Ener. z Bł.: 118.58 %; K: 4981.48 mg;

sobota 2023-12-23 Jadłospis dla diety: SZ-UL Łatwo strawna		
Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) , Masło extra 82% 16.67 g (MLE,) , Parówki z fileta z kurczaka wyrób drobiowy: homogenizowany, wędzony, parzony bez osłonki 80 g , Pomidor 50 g , Ketchup 20 g (SEL,) , Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) ,	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) , Ziemniaki () 200 g , Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g (GLU PSZ, SEL,) , Buraczki oprószone () 150 g (GLU PSZ,) , Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) , Masło extra 82% 16.67 g (MLE,) , Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 50 g , Salata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
	Podwieczorek: Makaron drobny z jabłkiem prażonym 250 g (GLU PSZ, MLE,) ,	

Wartości odżywcze: E: 2302.5 kcal; B: 93.5 g; T: 61.91 g; Kw. tł. nasy.: 23.98 g; W: 353.15 g; W tym cukry: 82.83 g; Bł.: 23.62 g; Sól: 7.47 g; WW: 33.01 Por; Ener. z B: 396.4 %; Ener. z W: 1094.39 %; Ener. z T: 430.87 %; Ener. z Bł.: 86.43 %; K: 4691.29 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2023-12-23 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dzieci łatwo strawna		
Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW, </u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ, </u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE, </u>), Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 80 g , Pomidor b/skórki 50 g , Ketchup 20 g (<u>SEL, </u>), Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, </u> <u>GLU JECZ, </u>),	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>), Ziemniaki () 200 g , Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g (<u>GLU PSZ, SEL, </u>), Buraczki oprószone () 150 g (<u>GLU PSZ, </u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ, </u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE, </u>), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt ,	Podwieczorek: Drożdżówka różne 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, </u>),	

Wartości odżywcze: E: 2761.16 kcal; B: 99.73 g; T: 84.78 g; Kw. tł. nasy.: 38.06 g; W: 410.63 g; W tym cukry: 83.19 g; Bł.: 26.62 g; Sól: 7.89 g; WW: 38.51 Por; Ener. z B: 413.62 %; Ener. z W: 1103.32 %; Ener. z T: 533.93 %; Ener. z Bł.: 84.76 %; K: 5099.8 mg;

sobota 2023-12-23 Jadłospis dla diety: SZ-UL Trzustkowa/Wątrobowa		
Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ, </u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, </u>), Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g , Seler z pietruszką gotowany (bez oleju) () 50 g (<u>GLU PSZ, </u> <u>SEL, </u>), Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU </u> <u>ŻYT, GLU JECZ, </u>),	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>), Ziemniaki () 200 g , Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g (<u>GLU PSZ, SEL, </u>), Buraczki * gotowane () 150 g , Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ, </u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, </u>), Pasta z kurczaka 100 g , Cukinia pieczona z olejem * 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Bułka maślana 1 szt 1 szt (<u>GLU PSZ, </u> <u>JAJ, MLE, </u>),	Podwieczorek: Makaron drobny z jabłkiem prażonym 200 g (<u>GLU PSZ, </u> <u>MLE, </u>),	

Wartości odżywcze: E: 2430.25 kcal; B: 117.6 g; T: 45.62 g; Kw. tł. nasy.: 15.8 g; W: 402.92 g; W tym cukry: 87.18 g; Bł.: 27.72 g; Sól: 7.29 g; WW: 37.47 Por; Ener. z B: 366.01 %; Ener. z W: 857.61 %; Ener. z T: 335.96 %; Ener. z Bł.: 36.49 %; K: 5514.6 mg;

sobota 2023-12-23 Jadłospis dla diety: SZ-UL Żołądkowa		
Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ, </u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE, </u>), Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g , Seler z pietruszką gotowany z olejem () 50 g (<u>GLU </u> <u>PSZ, SEL, </u>), Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, </u> <u>GLU ŻYT, GLU JECZ, </u>),	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>), Ziemniaki () 200 g , Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g (<u>GLU PSZ, SEL, </u>), Buraczki oprószone () 150 g (<u>GLU PSZ, </u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ, </u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE, </u>), Pasta z kurczaka 100 g , Cukinia pieczona z olejem * 150 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
	Podwieczorek: Makaron drobny z jabłkiem prażonym 200 g (<u>GLU PSZ, </u> <u>MLE, </u>),	

Wartości odżywcze: E: 2334.24 kcal; B: 109.64 g; T: 68.44 g; Kw. tł. nasy.: 27.06 g; W: 334.56 g; W tym cukry: 79.89 g; Bł.: 26.12 g; Sól: 6.29 g; WW: 30.81 Por; Ener. z B: 440.75 %; Ener. z W: 975.45 %; Ener. z T: 524.22 %; Ener. z Bł.: 63.41 %; K: 5645.68 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2023-12-23 Jadłospis dla diety: SZ-UL Specjalna bezmleczna		
Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Szykowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL,</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, *	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka, bez glutenu)*(), 400 ml (<u>SEL,</u>), Ziemniaki () 250 g, Potrawka drobiowa z warzywami * 250 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Buraczki gotowane () 150 g, 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, Pasta z kurczaka 100 g, Cukinia pieczona z olejem * 100 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Bulka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ,</u>), Dżem 50 g,	Podwieczorek: Sok pomidorowy 0,3l 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2294.45 kcal; B: 105.57 g; T: 63.08 g; Kw. tł. nasy.: 15.12 g; W: 342.61 g; W tym cukry: 70.07 g; Bł.: 30.43 g; Sól: 7.67 g; WW: 31.16 Por; Ener. z B: 334.59 %; Ener. z W: 960.42 %; Ener. z T: 470.91 %; Ener. z Bł.: 52.76 %; K: 5855.04 mg;

sobota 2023-12-23 Jadłospis dla diety: SZ-UL Papkowata		
Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>), Bulka 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>), Seler z pietruszką gotowany z olejem () 50 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>),	Koperkowa z ziemniakami ()* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki () 200 g, Potrawka drobiowa () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Buraczki gotowane () 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL,</u>), Bulka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ,</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE,</u>), Pasta z wędliną drob wp i natką pietruszki 100 g, Pasta warzywna* 100 g (<u>SEL,</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
	Podwieczorek: Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2539.93 kcal; B: 113.67 g; T: 87.1 g; Kw. tł. nasy.: 30.32 g; W: 338.16 g; W tym cukry: 74.04 g; Bł.: 30.74 g; Sól: 6.5 g; WW: 30.84 Por; Ener. z B: 342.59 %; Ener. z W: 1014.24 %; Ener. z T: 576.02 %; Ener. z Bł.: 60.47 %; K: 5404.76 mg;

sobota 2023-12-23 Jadłospis dla diety: SZ-UL Papkowata cukrzycowa		
Ryż na wywarze jarzynowym. 300 ml (<u>SEL,</u>), Bulka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ,</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE,</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>), Seler z pietruszką gotowany z olejem () 50 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,	Koperkowa z ziemniakami ()* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki () 200 g, Buraczki gotowane () 150 g, Potrawka drobiowa () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL,</u>), Bulka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ,</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE,</u>), Pasta z wędliną drob wp i natką pietruszki 100 g, Pasta warzywna* 100 g (<u>SEL,</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2353.77 kcal; B: 102.35 g; T: 86.92 g; Kw. tł. nasy.: 25.55 g; W: 304.21 g; W tym cukry: 32.32 g; Bł.: 29.58 g; Sól: 6.15 g; WW: 27.51 Por; Ener. z B: 248.06 %; Ener. z W: 792.99 %; Ener. z T: 464.75 %; Ener. z Bł.: 74.31 %; K: 4931.9 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2023-12-23 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>), Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL</u> , <u>GLU OW</u>),	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki () 50 g , Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u>), Buraczki gotowane () 100 g , Olej rzepakowy 10 g ,	Ryż na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL</u>), Mięso drobiowe gotowane 100g 1 szt , Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>),
II Śniadanie: Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Kisiel z czarnej porzeczki b/c* 200 ml ,	

Wartości odżywcze: E: 2033.09 kcal; B: 118.57 g; T: 102.89 g; Kw. tł. nasy.: 38.23 g; W: 167.41 g; W tym cukry: 20.18 g; Bł.: 18.29 g; Sól: 3.49 g; WW: 14.74 Por; Ener. z B: 385.65 %; Ener. z W: 517.86 %; Ener. z T: 815.95 %; Ener. z Bł.: 33.65 %; K: 4142.49 mg;

sobota 2023-12-23 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</u> , <u>GLU OW</u>),	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki () 50 g , Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u>), Buraczki gotowane () 100 g , Olej rzepakowy 10 g ,	Ryż na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL</u>), Mięso drobiowe gotowane 100g 1 szt , Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL</u>), Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>),
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt ,	

Wartości odżywcze: E: 2184.8 kcal; B: 107.3 g; T: 87.81 g; Kw. tł. nasy.: 33.71 g; W: 252.06 g; W tym cukry: 79.28 g; Bł.: 18.06 g; Sól: 3.92 g; WW: 23.35 Por; Ener. z B: 343.08 %; Ener. z W: 689.48 %; Ener. z T: 690.68 %; Ener. z Bł.: 25.39 %; K: 5261.87 mg;

sobota 2023-12-23 Jadłospis dla diety: SZ-UL Przecierana		
Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE</u> , <u>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>),	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki () 150 g , Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u>), Buraczki gotowane () 100 g , Olej rzepakowy 10 g ,	Ryż na wywarze jarzynowym 200 ml (<u>SEL</u>), Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g , Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt ,	

Wartości odżywcze: E: 2140.97 kcal; B: 102.78 g; T: 87.52 g; Kw. tł. nasy.: 32.3 g; W: 246.04 g; W tym cukry: 54.88 g; Bł.: 19.28 g; Sól: 3.76 g; WW: 22.69 Por; Ener. z B: 335.87 %; Ener. z W: 584.54 %; Ener. z T: 678.5 %; Ener. z Bł.: 25.34 %; K: 4860.04 mg;

sobota 2023-12-23 Jadłospis dla diety: SZ-UL Niskokaloryczna		
Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g , Pomidor 50 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,	Koperkowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki () 200 g , Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Buraczki gotowane () 100 g , Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml ,	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Szynek tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g , Ogórek kiszony 50 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,
II Śniadanie: Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Makaron drobny z jabłkiem prażonym 200 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 1522.36 kcal; B: 83.9 g; T: 36.86 g; Kw. tł. nasy.: 14.9 g; W: 230.24 g; W tym cukry: 43.53 g; Bł.: 30.67 g; Sól: 6.52 g; WW: 19.98 Por; Ener. z B: 388.82 %; Ener. z W: 640.8 %; Ener. z T: 320.38 %; Ener. z Bł.: 88.48 %; K: 4210.2 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2023-12-23 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>), Kielbasa biała luksusowa-produkt bezglutenowy z kurczaka średnio rozdrobniony, parzony, w osłonce jadalnej-kolagen wołowy 100 g, Ketchup 20 g (<u>SEL, </u>), Pomidor 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, </u>),	Koperkowa z ziemniakami(*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>), Ziemniaki () 200 g, Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g (<u>GLU PSZ, SEL, </u>), Buraczki oprószane () 150 g (<u>GLU PSZ, </u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ, </u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE, </u>), Ser żółty 50 g (<u>MLE, </u>), Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Serek truskawkowy termizowany 100g 1 szt (<u>MLE, </u>),	Podwieczorek: Drożdżówka różne 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, </u>),	

Wartości odżywcze: E: 3010.94 kcal; B: 122.83 g; T: 99.08 g; Kw. tł. nasy.: 46.94 g; W: 423.92 g; W tym cukry: 67.33 g; Bł.: 34.17 g; Sól: 9.8 g; WW: 39.1 Por; Ener. z B: 455 %; Ener. z W: 1214.26 %; Ener. z T: 586.73 %; Ener. z Bł.: 95.46 %; K: 5224.85 mg;

sobota 2023-12-23 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>), Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 80 g, Musztarda 20 g (<u>GOR, </u>), Ogórek kiszony 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, </u>),	Koperkowa z ziemniakami (*) (z mięsem) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>), Ziemniaki () 200 g, Kociołek meksykański z wieprzowiną i fasolą 300 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 Graham 40 g (<u>GLU PSZ, </u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE, </u>), Ser żółty 50 g (<u>MLE, </u>), Cukinia pieczona z olejem * 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE, </u>),	Podwieczorek: Drożdżówka różne 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, </u>),	

Wartości odżywcze: E: 3127.06 kcal; B: 111.02 g; T: 121.24 g; Kw. tł. nasy.: 53.54 g; W: 412.27 g; W tym cukry: 58.8 g; Bł.: 29.09 g; Sól: 11.21 g; WW: 38.45 Por; Ener. z B: 408.01 %; Ener. z W: 1079.79 %; Ener. z T: 804.85 %; Ener. z Bł.: 63.92 %; K: 4669.97 mg;

sobota 2023-12-23 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>), Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g, Pomidor 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, </u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>),	Koperkowa z ziemniakami (*) (z mięsem) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>), Ziemniaki () 200 g, Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g (<u>GLU PSZ, SEL, </u>), Buraczki oprószane () 100 g (<u>GLU PSZ, </u>), Surówka z selera i jabłka () 100 g (<u>MLE, SEL, </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>), Ser żółty 50 g (<u>MLE, </u>), Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Serek truskawkowy termizowany 100g 1 szt (<u>MLE, </u>),	Podwieczorek: Drożdżówka różne 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, </u>),	

Wartości odżywcze: E: 2795.03 kcal; B: 104.04 g; T: 89.39 g; Kw. tł. nasy.: 43.31 g; W: 406.73 g; W tym cukry: 59 g; Bł.: 28.65 g; Sól: 9.25 g; WW: 37.86 Por; Ener. z B: 367.65 %; Ener. z W: 1079.76 %; Ener. z T: 500.74 %; Ener. z Bł.: 81.48 %; K: 4387.85 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2023-12-23 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>), Ser żółty 50 g (<u>MLE, </u>), Seler z pietruszką gotowany z olejem () 50 g (<u>GLU PSZ SEL, </u>), Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, </u>),	Koperkowa z ziemniakami (*) (z mięsem) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>), Ziemniaki () 200 g, Kociołek meksykański z wieprzowiną i fasolą 300 g (<u>SEL, </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>), Szyunka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 50 g, Cukinia pieczona z olejem * 150 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE, </u>),	Podwieczorek: Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ, </u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, </u>), Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g,	Posiłek nocny: Chleb Graham 40 g (<u>GLU PSZ, </u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, </u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ, </u>),

Wartości odżywcze: E: 2760.65 kcal; B: 133.63 g; T: 107.02 g; Kw. tł. nasy.: 46.2 g; W: 334.01 g; W tym cukry: 39.74 g; Bł.: 39.25 g; Sól: 9.89 g; WW: 29.63 Por; Ener. z B: 511.2 %; Ener. z W: 891.26 %; Ener. z T: 798.49 %; Ener. z Bł.: 74.95 %; K: 5378.4 mg;

sobota 2023-12-23 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>), Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 80 g, Ketchup 20 g (<u>SEL, </u>), Seler z pietruszką gotowany z olejem () 50 g (<u>GLU PSZ, SEL, </u>), Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, </u>),	Koperkowa z ziemniakami (*) (z mięsem) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>), Ziemniaki () 200 g, Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g (<u>GLU PSZ, SEL, </u>), Buraczki oprószone () 150 g (<u>GLU PSZ, </u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ, </u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE, </u>), Szyunka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 50 g, Cukinia pieczona z olejem * 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE, </u>),	Podwieczorek: Makaron drobny z jabłkiem prażonym 300 g (<u>GLU PSZ, MLE, </u>),	

Wartości odżywcze: E: 2917.55 kcal; B: 125.26 g; T: 97.77 g; Kw. tł. nasy.: 37.27 g; W: 397.46 g; W tym cukry: 104.79 g; Bł.: 29.41 g; Sól: 8.17 g; WW: 36.87 Por; Ener. z B: 489.95 %; Ener. z W: 1188.17 %; Ener. z T: 690.19 %; Ener. z Bł.: 71.74 %; K: 5800.69 mg;

sobota 2023-12-23 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>), Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 80 g, Ketchup 20 g (<u>SEL, </u>), Seler z pietruszką gotowany z olejem () 50 g (<u>GLU PSZ, SEL, </u>), Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, </u>),	Koperkowa z ziemniakami (*) (z mięsem) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>), Ziemniaki () 200 g, Kociołek meksykański z wieprzowiną i fasolą 300 g (<u>SEL, </u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ, </u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE, </u>), Ser żółty 50 g (<u>MLE, </u>), Cukinia pieczona z olejem * 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE, </u>),	Podwieczorek: Makaron drobny z jabłkiem prażonym 300 g (<u>GLU PSZ, MLE, </u>),	

Wartości odżywcze: E: 3051.53 kcal; B: 125.16 g; T: 113.83 g; Kw. tł. nasy.: 48.87 g; W: 399.04 g; W tym cukry: 92.87 g; Bł.: 35.9 g; Sól: 9.81 g; WW: 36.48 Por; Ener. z B: 409.12 %; Ener. z W: 1131.37 %; Ener. z T: 723.48 %; Ener. z Bł.: 67.18 %; K: 5323.88 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2023-12-23 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>), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Pomidor 50 g, Kawa z makiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g, Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>), Brokuł gotowany* 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Pasta z kurczaka 100 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), 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>), Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osionce niejadalnej 30 g, Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 150 g,	

Wartości odżywcze: E: 2121.29 kcal; B: 110.68 g; T: 65.19 g; Kw. tł. nasy.: 26.06 g; W: 297.83 g; W tym cukry: 41.97 g; Bł.: 50.28 g; Sól: 8.01 g; WW: 24.91 Por; Ener. z B: 580.83 %; Ener. z W: 1016.05 %; Ener. z T: 542.58 %; Ener. z Bł.: 166.94 %; K: 6307.25 mg;

sobota 2023-12-23 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>), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Pomidor 50 g, Kawa z makiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g, Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>), Brokuł gotowany* 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>), Papryka świeża 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Serek homio naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 150 g,	Posiłek nocny: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Jajko gotowane ki M 1 szt (<u>JAJ.</u>), Sałata zielona 20 g,

Wartości odżywcze: E: 2805.38 kcal; B: 132.16 g; T: 102.71 g; Kw. tł. nasy.: 48.38 g; W: 365.22 g; W tym cukry: 50.01 g; Bł.: 51.34 g; Sól: 9.28 g; WW: 31.56 Por; Ener. z B: 618.61 %; Ener. z W: 1114.01 %; Ener. z T: 792.32 %; Ener. z Bł.: 154.18 %; K: 6194.7 mg;

sobota 2023-12-23 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>), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 70 g, Seler z pietruszką gotowany z olejem () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Kawa z makiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g, Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Buraczki gotowane () 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% 10 g (<u>MLE.</u>), Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 70 g, Cukinia pieczona z olejem * 150 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Sok pomidorowy 0,3l 1 szt,	Podwieczorek: Makaron drobny z jabłkami b/c () 300 g (<u>GLU PSZ.</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2304.24 kcal; B: 102.42 g; T: 52.11 g; Kw. tł. nasy.: 17.99 g; W: 373.05 g; W tym cukry: 46.73 g; Bł.: 36.52 g; Sól: 8.85 g; WW: 33.59 Por; Ener. z B: 388.29 %; Ener. z W: 742.33 %; Ener. z T: 470.87 %; Ener. z Bł.: 59.68 %; K: 5528.15 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2023-12-23		
Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa ciężarnych		
Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE.</u>), Ogórek świeży 150 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g, Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>), Brokuł gotowany* 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g, Rzodkiew biała 150 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>), Papryka świeża 100 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 150 g,	Posiłek nocny: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>), Salata zielona 20 g,

Wartości odżywcze: E: 2528.09 kcal; B: 126.04 g; T: 87.39 g; Kw. tł. nasy.: 33.63 g; W: 340.57 g; W tym cukry: 54.82 g; Bł.: 59.99 g; Sól: 9.2 g; WW: 28.18 Por; Ener. z B: 646.54 %; Ener. z W: 1303.85 %; Ener. z T: 709.58 %; Ener. z Bł.: 260.67 %; K: 6775.94 mg;

sobota 2023-12-23		
Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa dla matek karmiących		
Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE.</u>), Ogórek świeży 150 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g, Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>), Brokuł gotowany* 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g, Rzodkiew biała 150 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>), Papryka świeża 100 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 150 g,	Posiłek nocny: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>), Salata zielona 20 g,

Wartości odżywcze: E: 2528.09 kcal; B: 126.02 g; T: 87.39 g; Kw. tł. nasy.: 33.63 g; W: 340.57 g; W tym cukry: 54.82 g; Bł.: 59.99 g; Sól: 9.2 g; WW: 28.18 Por; Ener. z B: 646.54 %; Ener. z W: 1303.85 %; Ener. z T: 709.58 %; Ener. z Bł.: 260.67 %; K: 6772.74 mg;

sobota 2023-12-23		
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>), Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE.</u>), Pomidor 50 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g, Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Brokuł gotowany* 100 g, Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>), Papryka świeża 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>), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Jabłko 1 szt 1 szt, Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 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 kapusty białej z olejem b/c () 150 g, Jogurt naturalny 2,5% tł 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>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>), Salata zielona 20 g,

Wartości odżywcze: E: 2964.28 kcal; B: 138.49 g; T: 109.43 g; Kw. tł. nasy.: 53.01 g; W: 387.36 g; W tym cukry: 59.28 g; Bł.: 55.73 g; Sól: 11.53 g; WW: 33.27 Por; Ener. z B: 580.38 %; Ener. z W: 1243.28 %; Ener. z T: 769 %; Ener. z Bł.: 165.86 %; K: 6201.1 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2023-12-23 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa bezmleczna		
Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt , Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g , Pomidor 50 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka, bez glutenu)*(), 400 ml (<u>SEL, </u>), Ziemniaki () 200 g , Potrawka drobiowa z warzywami * 250 g (<u>GLU PSZ, SEL, </u>), Brokuł gotowany* 100 g , Surówka z selerą i jabłkami z olejem b/c 100 g (<u>SEL, </u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml ,	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt , Szynekowa tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 70 g , Rzodkiew biała 50 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt , Papyrka świeża 100 g ,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt , Surówka z kapusty białej z olejem () 150 g ,	

Wartości odżywcze: E: 2315.76 kcal; B: 91.43 g; T: 79.61 g; Kw. tł. nasy.: 20.82 g; W: 337.7 g; W tym cukry: 36.12 g; Bł.: 58.43 g; Sól: 9.66 g; WW: 27.99 Por; Ener. z B: 477.81 %; Ener. z W: 1060.61 %; Ener. z T: 717.3 %; Ener. z Bł.: 187.56 %; K: 5876.51 mg;

sobota 2023-12-23 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzyca nerkowa		
Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 120 g , Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE, </u>), Pasta z kurczaka 30 g , Seler z pietruszką gotowany z olejem () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL, </u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,	Koperkowa z ziemniakami ()* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>), Gulasz ziemniaczano-jarzynowy* 400 g (<u>SEL, </u>), Buraczki gotowane () 150 g , Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml ,	Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g , Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE, </u>), Szynekowa tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g , Cukinia pieczona z olejem * 150 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,
II Śniadanie: Sok pomidorowy 0,3l 1 szt ,	Podwieczorek: Makaron drobny z jabłkami b/c () 250 g (<u>GLU PSZ, </u>),	

Wartości odżywcze: E: 2277.37 kcal; B: 51.89 g; T: 74.14 g; Kw. tł. nasy.: 21.85 g; W: 359.56 g; W tym cukry: 36.74 g; Bł.: 50.3 g; Sól: 7.96 g; WW: 30.85 Por; Ener. z B: 212.22 %; Ener. z W: 940.86 %; Ener. z T: 467.99 %; Ener. z Bł.: 99.05 %; K: 5638.65 mg;

sobota 2023-12-23 Jadłospis dla diety: SZ-UL Nerkowa		
Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g , Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE, </u>), Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 80 g , Seler z pietruszką gotowany z olejem () 50 g (<u>GLU PSZ, SEL, </u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	Koperkowa z ziemniakami ()* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>), Gulasz ziemniaczano-jarzynowy * 400 g (<u>SEL, </u>), Buraczki oprószane () 150 g (<u>GLU PSZ, </u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g , Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE, </u>), Szynekowa tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g , Cukinia pieczona z olejem * 150 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
	Podwieczorek: Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 50 g , Masło extra 82% 10g (<u>MLE, </u>), Miód (25g) 1 szt ,	

Wartości odżywcze: E: 2443.49 kcal; B: 39.48 g; T: 105.63 g; Kw. tł. nasy.: 34.91 g; W: 336.55 g; W tym cukry: 48.62 g; Bł.: 41.85 g; Sól: 8.62 g; WW: 29.43 Por; Ener. z B: 175.2 %; Ener. z W: 1265.32 %; Ener. z T: 519.67 %; Ener. z Bł.: 91.85 %; K: 4811.52 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2023-12-23 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dna moczanowa		
Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Chleb razowy żytnio-pszeny 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>), Pomidor 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>),	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Gulasz ziemniaczano-jarzynowy * 400 g (<u>SEL,</u>), Buraczki oprószone () 150 g (<u>GLU PSZ,</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Chleb razowy żytnio-pszeny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE,</u>), Twarożek 100 g (<u>MLE,</u>), Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 30 g,	Podwieczorek: Makaron drobny z jabłkiem prażonym 200 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2444.77 kcal; B: 82.88 g; T: 60.33 g; Kw. tł. nasy.: 26 g; W: 410.28 g; W tym cukry: 79.99 g; Bł.: 35.42 g; Sól: 5.86 g; WW: 37.59 Por; Ener. z B: 369.65 %; Ener. z W: 1365.46 %; Ener. z T: 406.36 %; Ener. z Bł.: 100.09 %; K: 5060.1 mg;

sobota 2023-12-23 Jadłospis dla diety: SZ-UL Atopowa		
Wafle ryżowe 40 g, Margaryna porcjowa 15g 2 szt, Pulpet drobiowy z indyka (bez jaj, bez glutenu) 100 g, Ogórek świeży 150 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera) (*) 400 ml, Ziemniaki () 250 g, Udziec z indyka b/s b/k 120 g, Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 150 g, Woda źródlana 250 ml,	Risotto z mięsa z udźca z indyka i warzywami* 400 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Banan 1szt. 1 szt, Marchwianka () 300 ml,	Podwieczorek: Płatki owsiane na wodzie 200 ml (<u>GLU OW,</u>), Mus z jabłek () b/c 150 g,	

Wartości odżywcze: E: 2257.93 kcal; B: 108.6 g; T: 58.42 g; Kw. tł. nasy.: 14.25 g; W: 340.65 g; W tym cukry: 67.44 g; Bł.: 36.97 g; Sól: 3.8 g; WW: 30.36 Por; Ener. z B: 561.01 %; Ener. z W: 955.75 %; Ener. z T: 464.22 %; Ener. z Bł.: 90.69 %; K: 6192.53 mg;

sobota 2023-12-23 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% 10 g (<u>MLE,</u>), Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 40 g, Pomidor b/skórki 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>),	Koperkowa z ziemniakami (*) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki () 100 g, Potrawka drobiowa z warzywami * 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Buraczki oprószone () 150 g (<u>GLU PSZ,</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 50 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Jabłko pieczone 1szt. 1 szt,	Podwieczorek: Jogurt naturalny 2,5% tł 150g. 1 szt (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: E: 1553.87 kcal; B: 64.82 g; T: 48.14 g; Kw. tł. nasy.: 23.52 g; W: 222.64 g; W tym cukry: 72.52 g; Bł.: 17.89 g; Sól: 4.54 g; WW: 20.51 Por; Ener. z B: 299.69 %; Ener. z W: 784.15 %; Ener. z T: 352.97 %; Ener. z Bł.: 65.89 %; K: 3239 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2023-12-23 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% 10 g (<u>MLE,</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>), Dżem 25 g 1 szt, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>),	Koperkowa z ziemniakami (*) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki () 100 g, Pulpet drobiowy 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>), Sos koperkowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Buraczki oprószone () 150 g (<u>GLU PSZ,</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% 10 g (<u>MLE,</u>), Pasta z wędliną drob wp i natką pietruszki 100 g, Pasta warzywna* 100 g (<u>SEL,</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Jabłko pieczone 1szt. 1 szt,	Podwieczorek: Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: E: 1933.4 kcal; B: 83.04 g; T: 61.07 g; Kw. tł. nasy.: 19.41 g; W: 271.24 g; W tym cukry: 92.29 g; Bł.: 21.09 g; Sól: 5.03 g; WW: 25.16 Por; Ener. z B: 235.5 %; Ener. z W: 965.05 %; Ener. z T: 411.96 %; Ener. z Bł.: 51.86 %; K: 3570 mg;

sobota 2023-12-23 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dieta Mamy I trymestr		
Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Kielbasa biała luksusowa-produkt bezglutenowy z kurczaka średnio rozdrobniony, parzony, w osłonce jadalnej-kolagen wołowy 100 g, Ogórek świeży 150 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>),	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki () 200 g, Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE, SEL,</u>), Buraczki oprószone () 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE,</u>), Ser żółty 50 g (<u>MLE,</u>), Ogórek kiszony 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>), Papryka świeża 100 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Podwieczorek: Makaron drobny z jabłkiem prażonym 200 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2501.05 kcal; B: 114.2 g; T: 79.18 g; Kw. tł. nasy.: 35.61 g; W: 357.72 g; W tym cukry: 88.21 g; Bł.: 44.04 g; Sól: 10.81 g; WW: 31.41 Por; Ener. z B: 515.58 %; Ener. z W: 1429.68 %; Ener. z T: 533.43 %; Ener. z Bł.: 136.94 %; K: 5665.52 mg;

sobota 2023-12-23 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dieta Mamy II trymestr		
Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE,</u>), Kielbasa biała luksusowa-produkt bezglutenowy z kurczaka średnio rozdrobniony, parzony, w osłonce jadalnej-kolagen wołowy 100 g, Ogórek świeży 150 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>),	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki () 250 g, Potrawka drobiowa z warzywami * 250 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE, SEL,</u>), Buraczki oprószone () 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE,</u>), Ser żółty 50 g (<u>MLE,</u>), Ogórek kiszony 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>), Papryka świeża 100 g, Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Podwieczorek: Makaron drobny z jabłkiem prażonym 200 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2699.97 kcal; B: 122.43 g; T: 85.91 g; Kw. tł. nasy.: 39.56 g; W: 385.86 g; W tym cukry: 89.48 g; Bł.: 47.54 g; Sól: 11.27 g; WW: 33.88 Por; Ener. z B: 544.15 %; Ener. z W: 1484.15 %; Ener. z T: 576.41 %; Ener. z Bł.: 143.52 %; K: 6234.74 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2023-12-23		
Jadłospis dla diety: SZ-UL Dieta Mamy III trymestr		
Chleb razowy żytnio-pszeniczny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Kielbasa biała luksusowa-produkt bezglutenowy z kurczaka średnio rozdrobniony, parzony, w osłonce jadalnej-kolagen wołowy 100 g, Ogórek świeży 150 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>), Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>),	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki () 250 g, Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>), Buraczki oprószone () 100 g (<u>GLU PSZ.</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>), Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>), Ogórek kiszony 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>), Chleb razowy żytnio-pszeniczny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Papryka świeża 100 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Podwieczorek: Makaron drobny z jabłkiem prażonym 200 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2901.02 kcal; B: 128.98 g; T: 92.26 g; Kw. tł. nasy.: 42.68 g; W: 415.91 g; W tym cukry: 101.3 g; Bł.: 48.95 g; Sól: 11.45 g; WW: 36.76 Por; Ener. z B: 592.12 %; Ener. z W: 1589.7 %; Ener. z T: 659.74 %; Ener. z Bł.: 141.01 %; K: 6545.16 mg;

sobota 2023-12-23		
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>), Kielbasa biała luksusowa-produkt bezglutenowy z kurczaka średnio rozdrobniony, parzony, w osłonce jadalnej-kolagen wołowy 100 g, Ogórek świeży 150 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g, Potrawka drobiowa z warzywami * 250 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>), Buraczki oprószone () 100 g (<u>GLU PSZ.</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>), Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>), Ogórek kiszony 150 g, Szyńka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszeniczny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>), Papryka świeża 100 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Podwieczorek: Makaron drobny z jabłkiem prażonym 200 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2945.7 kcal; B: 141.99 g; T: 96.11 g; Kw. tł. nasy.: 42.91 g; W: 404.03 g; W tym cukry: 101.79 g; Bł.: 48.45 g; Sól: 12.45 g; WW: 35.61 Por; Ener. z B: 665.36 %; Ener. z W: 1579.25 %; Ener. z T: 708.73 %; Ener. z Bł.: 143.65 %; K: 6344.97 mg;

sobota 2023-12-23		
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>), Kielbasa biała luksusowa-produkt bezglutenowy z kurczaka średnio rozdrobniony, parzony, w osłonce jadalnej-kolagen wołowy 100 g, Ogórek świeży 150 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki () 250 g, Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>), Buraczki oprószone () 100 g (<u>GLU PSZ.</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>), Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>), Ogórek kiszony 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszeniczny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>), Papryka świeża 100 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, Bułka maślana 1 szt 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>),	Podwieczorek: Makaron drobny z jabłkiem prażonym 200 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>),	

Wartości odżywcze: E: 3073.33 kcal; B: 136.97 g; T: 85.32 g; Kw. tł. nasy.: 40.19 g; W: 466.63 g; W tym cukry: 109.24 g; Bł.: 49.07 g; Sól: 12.22 g; WW: 41.79 Por; Ener. z B: 584.36 %; Ener. z W: 1534.16 %; Ener. z T: 632.38 %; Ener. z Bł.: 130.96 %; K: 6620.69 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2023-12-23		Jadłospis dla diety: SZ-UL Posiłki regeneracyjne
	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>) , Ziemniaki () 250 g , Kociołek meksykański z wieprzowiną i fasolą 350 g (<u>SEL, </u>) , Buraczki gotowane () 150 g , Surówka z selera i jabłka () 100 g (<u>MLE, SEL, </u>) ,	
Wartości odżywcze: E: 963.48 kcal; B: 39.21 g; T: 19.43 g; Kw. tł. nasy.: 4.87 g; W: 169.51 g; W tym cukry: 29.77 g; Bł.: 25.55 g; Sól: 2.92 g; WW: 14.43 Por; Ener. z B: 125.73 %; Ener. z W: 466.72 %; Ener. z T: 99.18 %; Ener. z Bł.: 57.44 %; K: 4571.56 mg;		

sobota 2023-12-23		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>) , Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 80 g , Ketchup 20 g (<u>SEL, </u>) , Pomidor 50 g , Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, </u>) ,	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>) , Ziemniaki () 250 g , Kociołek meksykański z wieprzowiną i fasolą 300 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-pszenno 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>) , Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE, </u>) , Ser żółty 100 g (<u>MLE, </u>) , Ogórek kiszony 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
	Podwieczorek: Makaron drobny z jabłkiem prażonymi 300 g (<u>GLU PSZ, MLE, </u>) , Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	
Wartości odżywcze: E: 3010.79 kcal; B: 112.61 g; T: 105.82 g; Kw. tł. nasy.: 57.38 g; W: 419.59 g; W tym cukry: 94.09 g; Bł.: 34.41 g; Sól: 11.53 g; WW: 38.65 Por; Ener. z B: 368.25 %; Ener. z W: 1186.95 %; Ener. z T: 625.6 %; Ener. z Bł.: 71.87 %; K: 4979.8 mg;		

sobota 2023-12-23		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>) , Parówki z fileta z kurczaka wyrób drobiowy homogenizowany, wędzony, parzony bez osionki 80 g , Pomidor 50 g , Ketchup 20 g (<u>SEL, </u>) , Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, </u>) ,	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>) , Ziemniaki () 250 g , Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g (<u>GLU PSZ, SEL, </u>) , Buraczki gotowane () 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>) , Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 50 g , Salata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
	Podwieczorek: Makaron drobny z jabłkami b/c () 200 g (<u>GLU PSZ, </u>) , Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	
Wartości odżywcze: E: 2388.52 kcal; B: 99.87 g; T: 60.5 g; Kw. tł. nasy.: 26.34 g; W: 371.91 g; W tym cukry: 77.05 g; Bł.: 29.28 g; Sól: 7.23 g; WW: 34.31 Por; Ener. z B: 416.26 %; Ener. z W: 1026.67 %; Ener. z T: 486.39 %; Ener. z Bł.: 80.89 %; K: 5463.26 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2023-12-23 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa CH Broniewskiego		
Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW, ŻYT.</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>), Pomidor 50 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki () 250 g; Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>), Brokuł gotowany* 100 g, 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>), Szyńka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), 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 kapuśty białej z olejem () 150 g,	

Wartości odżywcze: E: 2429.68 kcal; B: 103.82 g; T: 72.27 g; Kw. tł. nasy.: 35.96 g; W: 369.09 g; W tym cukry: 57.53 g; Bł.: 56.53 g; Sól: 8.39 g; WW: 31.46 Por; Ener. z B: 503.78 %; Ener. z W: 1096.06 %; Ener. z T: 620.75 %; Ener. z Bł.: 162 %; K: 6651.68 mg;

sobota 2023-12-23 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa NCH Police Diabetologia		
Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Szyńkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g, Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g (<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 Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Pasta z kurczaka 100 g, Sałata zielona z olejem 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Papryka świeża 100 g,	Podwieczorek: Surówka z kapuśty białej z olejem () 150 g,	

Wartości odżywcze: E: 1867.74 kcal; B: 97.41 g; T: 53.72 g; Kw. tł. nasy.: 18.59 g; W: 271.61 g; W tym cukry: 39.16 g; Bł.: 44.13 g; Sól: 6.5 g; WW: 22.95 Por; Ener. z B: 395.15 %; Ener. z W: 788.59 %; Ener. z T: 460.4 %; Ener. z Bł.: 122.61 %; K: 5737.14 mg;

sobota 2023-12-23 Jadłospis dla diety: SZ-UL Lekkostrawna Police		
Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW, ŻYT.</u>), Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Parówki z fileta z kurczaka wyrób drobiowy homogenizowany, wędzony, parzony bez osłonki 80 g, Ketchup 20 g (<u>SEL.</u>), Pomidor 50 g, Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g, Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Buraczki oprószone () 150 g (<u>GLU PSZ.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Szyńka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
	Podwieczorek: Makaron drobny z jabłkami b/c () 300 g (<u>GLU PSZ.</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2423.16 kcal; B: 101.7 g; T: 61 g; Kw. tł. nasy.: 26.57 g; W: 376.91 g; W tym cukry: 69.42 g; Bł.: 27.99 g; Sól: 7.14 g; WW: 34.94 Por; Ener. z B: 424.91 %; Ener. z W: 996.01 %; Ener. z T: 486.72 %; Ener. z Bł.: 77.35 %; K: 4988.6 mg;