

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SPSK Nr 1 PUM Szczecin		
Sniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-01-02		
Jadłospis dla diety: SZ-UL Normalna		
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 topiony 50 g (<u>MLE, </u>), Pomidor 50 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-pszenno 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE, </u>), Paprykarz szczeciński 100 g (<u>RYB, SOJ, </u>), Ogórek kiszony 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
	Podwieczorek: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE, </u>),	

Wartości odżywcze: E: 2377.85 kcal; B: 76.67 g; T: 76.03 g; Kw. tł. nasy.: 32.56 g; W: 366.39 g; W tym cukry: 99.34 g; Bł.: 28.86 g; Sól: 8.36 g; WW: 33.72 Por; Ener. z B: 276.53 %; Ener. z W: 1013.96 %; Ener. z T: 526.5 %; Ener. z Bł.: 47.99 %; K: 3029.29 mg;

wtorek 2024-01-02		
Jadłospis dla diety: SZ-UL Normalna dla dzieci		
Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE, </u>), Szyntka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 30 g , Ser topiony 50 g (<u>MLE, </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>), Bułka pszenna 75g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ, </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>), Baton szynkowy z kurcząt 50 g , Serek wiejski ziemisty 200g 1 szt (<u>MLE, </u>), Ogórek świeży 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Galaretką o smaku truskawkowym 200 g ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt. 150 g ,	

Wartości odżywcze: E: 2834.97 kcal; B: 119.53 g; T: 96.95 g; Kw. tł. nasy.: 41.68 g; W: 379.5 g; W tym cukry: 96.68 g; Bł.: 23.96 g; Sól: 9.21 g; WW: 35.51 Por; Ener. z B: 329.25 %; Ener. z W: 958.48 %; Ener. z T: 570.38 %; Ener. z Bł.: 42.69 %; K: 2659.36 mg;

wtorek 2024-01-02		
Jadłospis dla diety: SZ-UL Wegetariańska		
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 topiony 50 g (<u>MLE, </u>), Pomidor 100 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*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>), Ser żółty 50 g (<u>MLE, </u>), Ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Gruszka 1szt. 150 g ,	Podwieczorek: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE, </u>),	

Wartości odżywcze: E: 2477.3 kcal; B: 81.86 g; T: 79.44 g; Kw. tł. nasy.: 41.72 g; W: 381.21 g; W tym cukry: 112.21 g; Bł.: 32.21 g; Sól: 8.82 g; WW: 34.8 Por; Ener. z B: 314.76 %; Ener. z W: 1143.02 %; Ener. z T: 521.11 %; Ener. z Bł.: 69.49 %; K: 3081.81 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-01-02 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bezmleczna		
Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb razowy żytnio-pszenno 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt , Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g , Pomidor 50 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-pszenno 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt , Paprykarz szczeciński 100 g (<u>RYB, SOJ.</u>), Ogórek kiszony 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Galaretką o smaku truskawkowym 200 g ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt. 150 g ,	

Wartości odżywcze: E: 2386.7 kcal; B: 86.94 g; T: 66.74 g; Kw. tł. nasy.: 14.13 g; W: 376.66 g; W tym cukry: 50.9 g; Bł.: 39.54 g; Sól: 9.05 g; WW: 33.62 Por; Ener. z B: 285.73 %; Ener. z W: 1057.75 %; Ener. z T: 470.28 %; Ener. z Bł.: 75.62 %; K: 3383.21 mg;

wtorek 2024-01-02 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bez laktozy		
Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb razowy żytnio-pszenno 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt , Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g , Pomidor 50 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-pszenno 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt , Paprykarz szczeciński 100 g (<u>RYB, SOJ.</u>), Ogórek kiszony 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Galaretką o smaku truskawkowym 200 g ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt. 150 g ,	

Wartości odżywcze: E: 2386.7 kcal; B: 86.94 g; T: 66.74 g; Kw. tł. nasy.: 14.13 g; W: 376.66 g; W tym cukry: 50.9 g; Bł.: 39.54 g; Sól: 9.05 g; WW: 33.62 Por; Ener. z B: 285.73 %; Ener. z W: 1057.75 %; Ener. z T: 470.28 %; Ener. z Bł.: 75.62 %; K: 3383.21 mg;

wtorek 2024-01-02 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bezglutenowa		
Chleb bezglutenowy 120 g , Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Ser topiony 50 g (<u>MLE.</u>), Pomidor 50 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 120 g , Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Paprykarz szczeciński 100 g (<u>RYB, SOJ.</u>), Ogórek kiszony 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Galaretką o smaku truskawkowym 200 g ,	Podwieczorek: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2397.56 kcal; B: 55.93 g; T: 80.88 g; Kw. tł. nasy.: 29.54 g; W: 372.35 g; W tym cukry: 82.89 g; Bł.: 16.97 g; Sól: 4.71 g; WW: 35.44 Por; Ener. z B: 226.15 %; Ener. z W: 1203.93 %; Ener. z T: 488.18 %; Ener. z Bł.: 44.9 %; K: 2184.41 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-01-02 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bezglutenowa, bez mleka		
Chleb bezglutenowy 120 g , Margaryna porcjowa 15g 1 szt , Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 70 g , Pomidor 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/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 , Paprykarz szczeciński 150 g (<u>RYB, SOJ</u>), Ogórek kiszony 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Gaiaretką o smaku truskawkowym 200 g ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt. 150 g ,	

Wartości odżywcze: E: 2375.12 kcal; B: 82.42 g; T: 76.43 g; Kw. tł. nasy.: 13.93 g; W: 349.38 g; W tym cukry: 45.11 g; Bł.: 30.32 g; Sól: 7.57 g; WW: 31.83 Por; Ener. z B: 327.31 %; Ener. z W: 1128.68 %; Ener. z T: 519.66 %; Ener. z Bł.: 92.9 %; K: 4832.44 mg;

wtorek 2024-01-02 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bogatoresztkowa		
Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Ser topiony 50 g (<u>MLE</u>), Papryka świeża 150 g , Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</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>), Paprykarz szczeciński 100 g (<u>RYB, SOJ</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>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Pomidor 100 g ,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Fasolka szparagowa z wody* 150 g ,	

Wartości odżywcze: E: 2491.56 kcal; B: 81.21 g; T: 84.1 g; Kw. tł. nasy.: 38.48 g; W: 377.74 g; W tym cukry: 113.96 g; Bł.: 50.9 g; Sól: 9.95 g; WW: 32.87 Por; Ener. z B: 447.02 %; Ener. z W: 1432.39 %; Ener. z T: 622.27 %; Ener. z Bł.: 155.91 %; K: 4501.65 mg;

wtorek 2024-01-02 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>), Szyńka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 50 g , Dynia duszona z olejem* 50 g (<u>GLU PSZ</u>), 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>), Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE</u>), Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
	Podwieczorek: Herbatniki 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>), Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Miód (25g) 1 szt ,	

Wartości odżywcze: E: 2473.64 kcal; B: 86.71 g; T: 77.77 g; Kw. tł. nasy.: 32.36 g; W: 370.55 g; W tym cukry: 124.1 g; Bł.: 15.72 g; Sól: 6.38 g; WW: 35.5 Por; Ener. z B: 325.11 %; Ener. z W: 1210.19 %; Ener. z T: 495.37 %; Ener. z Bł.: 51.22 %; K: 2717.9 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-01-02 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dzieci łatwo strawna		
Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, </u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ, </u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE, </u>), Szyńka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g , Pomidor 50 g , Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, </u> <u>GLU JECZ, </u>),	Solferino * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, </u> <u>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 100 g (<u>GLU PSZ, </u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE, </u>), Baton szynkowy z kurczą 50 g , Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE, </u>), Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Galaretka o smaku truskawkowym 200 g ,	Podwieczorek: Jabłko pieczone 1szt. 1 szt , Herbatniki 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, </u> <u>MLE, </u>),	

Wartości odżywcze: E: 2957.17 kcal; B: 110.54 g; T: 86.12 g; Kw. tł. nasy.: 33 g; W: 452.02 g; W tym cukry: 154.93 g; Bł.: 21.62 g; Sól: 8.47 g; WW: 43.1 Por; Ener. z B: 457.81 %; Ener. z W: 1504.07 %; Ener. z T: 629.23 %; Ener. z Bł.: 67.72 %; K: 3400.52 mg;

wtorek 2024-01-02 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>), Szyńka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g , Dynia z wody 50 g , Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, </u> <u>GLU JECZ, </u>),	Solferino * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, </u> <u>SEL, </u>), Makaron drobny 200 g (<u>GLU </u> <u>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 100 g (<u>GLU PSZ, </u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, </u>), Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE, </u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Galaretka o smaku truskawkowym 200 g ,	Podwieczorek: Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ, </u>), Miód (25g) 1 szt , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,	

Wartości odżywcze: E: 2391.04 kcal; B: 93.1 g; T: 43.04 g; Kw. tł. nasy.: 16.38 g; W: 422.07 g; W tym cukry: 128.41 g; Bł.: 18.04 g; Sól: 6.91 g; WW: 40.37 Por; Ener. z B: 292.2 %; Ener. z W: 1272.31 %; Ener. z T: 302.47 %; Ener. z Bł.: 32.24 %; K: 2932.08 mg;

wtorek 2024-01-02 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>), Szyńka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g , Dynia z wody 50 g , Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, </u> <u>GLU JECZ, </u>),	Solferino * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, </u> <u>SEL, </u>), Makaron drobny 200 g (<u>GLU </u> <u>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 100 g (<u>GLU PSZ, </u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE, </u>), Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE, </u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
	Podwieczorek: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE, </u>),	

Wartości odżywcze: E: 2269.01 kcal; B: 90.82 g; T: 64.56 g; Kw. tł. nasy.: 29.01 g; W: 345.56 g; W tym cukry: 120.67 g; Bł.: 17.27 g; Sól: 6.57 g; WW: 32.78 Por; Ener. z B: 299.86 %; Ener. z W: 971.46 %; Ener. z T: 451.86 %; Ener. z Bł.: 31.59 %; K: 3040.48 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-01-02 Jadłospis dla diety: SZ-UL Specjalna bezmleczna		
Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ, _</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt , Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g , Pasta warzywna* 50 g (<u>SEL, _</u>), 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>), Szpinak gotowany z olejem* 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>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt , Pasta z kurczaka 100 g , Jabłko pieczone 1szt. 1 szt , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Galaretka o smaku truskawkowym 200 g ,	Podwieczorek: Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ, _</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt , Miód (25g) 1 szt ,	

Wartości odżywcze: E: 2549.95 kcal; B: 100.48 g; T: 79.16 g; Kw. tł. nasy.: 19.72 g; W: 369.78 g; W tym cukry: 46.24 g; Bł.: 20.42 g; Sól: 6.04 g; WW: 34.98 Por; Ener. z B: 338.14 %; Ener. z W: 1185 %; Ener. z T: 597.75 %; Ener. z Bł.: 55.57 %; K: 3146.47 mg;

wtorek 2024-01-02 Jadłospis dla diety: SZ-UL Papkowata		
Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, _</u>), Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ, _</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE, _</u>), Pasta z kurczaka 100 g , Jabłko pieczone 1szt. 1 szt , Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, _</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>), Dyńa duszona z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ, _</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL, _</u>), Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ, _</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE, _</u>), Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE, _</u>), Pasta warzywna* 50 g (<u>SEL, _</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
	Podwieczorek: Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE, _</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2636.35 kcal; B: 129.36 g; T: 87 g; Kw. tł. nasy.: 37.35 g; W: 346.27 g; W tym cukry: 84.85 g; Bł.: 27.21 g; Sól: 7.09 g; WW: 31.91 Por; Ener. z B: 419.5 %; Ener. z W: 1030.96 %; Ener. z T: 653.54 %; Ener. z Bł.: 50.16 %; K: 5576.39 mg;

wtorek 2024-01-02 Jadłospis dla diety: SZ-UL Papkowata cukrzycowa		
Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL, _</u>), Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ, _</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE, _</u>), Pasta z kurczaka 100 g , Jabłko pieczone 1szt. 1 szt , Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, _</u>),	Ziemniaki () 200 g , Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, _</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL, _</u>), Dyńa 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>),	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL, _</u>), Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ, _</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE, _</u>), Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE, _</u>), Pasta warzywna* 100 g (<u>SEL, _</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,
II Śniadanie: Sok pomidorowy 0,3l 1 szt ,	Podwieczorek: Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE, _</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2467.4 kcal; B: 122.31 g; T: 85.02 g; Kw. tł. nasy.: 34.62 g; W: 316.74 g; W tym cukry: 54.92 g; Bł.: 29.13 g; Sól: 7.59 g; WW: 28.73 Por; Ener. z B: 387.17 %; Ener. z W: 959.44 %; Ener. z T: 650.31 %; Ener. z Bł.: 73.6 %; K: 5397.65 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-01-02 Jadłospis dla diety: SZ-UL Płynna cukrzycowa		
Mięso drobiowe gotowane 100g 1 szt , Masło extra 82% 25 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>GLU PSZ SEL</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 ,	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 400 ml (<u>GLU PSZ SEL</u>), Mięso drobiowe gotowane 100g 1 szt , Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>),
II Śniadanie: Sok pomidorowy 0,3l 1 szt ,	Podwieczorek: Kisiel z czarnej porzeczki b/c* 200 ml ,	

Wartości odżywcze: E: 1914.78 kcal; B: 111.13 g; T: 102.82 g; Kw. tł. nasy.: 38.42 g; W: 144.62 g; W tym cukry: 15.08 g; Bł.: 16.24 g; Sól: 4.3 g; WW: 12.7 Por; Ener. z B: 369.86 %; Ener. z W: 511.45 %; Ener. z T: 818.72 %; Ener. z Bł.: 31.31 %; K: 3713.73 mg;

wtorek 2024-01-02 Jadłospis dla diety: SZ-UL Płynna wysokobiałkowa		
Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Mleko w proszku 50 g (<u>MLE</u>), Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Płatki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ MLE</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 ,	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 400 ml (<u>GLU PSZ SEL</u>), Mięso drobiowe gotowane 100g 1 szt , Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>),
II Śniadanie: Sok pomidorowy 0,3l 1 szt ,	Podwieczorek: Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 200 ml ,	

Wartości odżywcze: E: 2248.25 kcal; B: 119.11 g; T: 98.36 g; Kw. tł. nasy.: 38.16 g; W: 231.6 g; W tym cukry: 66.93 g; Bł.: 17.15 g; Sól: 5.42 g; WW: 21.37 Por; Ener. z B: 436.18 %; Ener. z W: 675.76 %; Ener. z T: 863.69 %; Ener. z Bł.: 23.56 %; K: 4661.78 mg;

wtorek 2024-01-02 Jadłospis dla diety: SZ-UL Przecierana		
Bulka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>), Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ MLE</u>), Mleko w proszku 10 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</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 ,	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 300 ml (<u>GLU PSZ SEL</u>), Mięso drobiowe gotowane 100g 1 szt , Pasta warzywna* 100 g (<u>SEL</u>), Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>),
II Śniadanie: Galaretka o smaku truskawkowym 200 g ,	Podwieczorek: Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2237.61 kcal; B: 102.37 g; T: 94.4 g; Kw. tł. nasy.: 36.2 g; W: 254.51 g; W tym cukry: 35.97 g; Bł.: 21.53 g; Sól: 4.65 g; WW: 23.25 Por; Ener. z B: 352.77 %; Ener. z W: 647.82 %; Ener. z T: 817.84 %; Ener. z Bł.: 37.9 %; K: 4598.47 mg;

wtorek 2024-01-02 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>), Szyntka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 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 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>), Serek wiejski ziemisty 200g 1 szt (<u>MLE</u>), Ogórek kiszony 50 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,
II Śniadanie: Sok pomidorowy 0,3l 1 szt ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt. 150 g ,	

Wartości odżywcze: E: 1592.81 kcal; B: 72.59 g; T: 42.76 g; Kw. tł. nasy.: 17.22 g; W: 238.57 g; W tym cukry: 47.89 g; Bł.: 29.23 g; Sól: 7.01 g; WW: 20.93 Por; Ener. z B: 323.73 %; Ener. z W: 839.89 %; Ener. z T: 354.84 %; Ener. z Bł.: 82.25 %; K: 2743.66 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-01-02 Jadłospis dla diety: SZ-UL Wysokobiałkowa/Wysokokaloryczna		
Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, </u>), Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ, </u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE, </u>), Szyńka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g , Pomidor 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 200 g (<u>GLU PSZ, </u>), Mus z jablek prażonych 200 g , Sos jogurtowo truskawkowy*b/c 150 g (<u>MLE, </u>), Kompot z czarnej porzeczki i jablek *z/c 200 ml ,	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>), Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Chleb Graham 35 g (<u>GLU PSZ, </u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE, </u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, </u>), Dżem 40 g ,	Podwieczerek: Chleb Graham 35 g (<u>GLU PSZ, </u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, </u>), Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE, </u>),	

Wartości odżywcze: E: 2845.69 kcal; B: 125.43 g; T: 85.49 g; Kw. tł. nasy.: 40.04 g; W: 416.72 g; W tym cukry: 133.67 g; Bł.: 32.23 g; Sól: 8.96 g; WW: 38.59 Por; Ener. z B: 474.12 %; Ener. z W: 1214.41 %; Ener. z T: 642.81 %; Ener. z Bł.: 63.05 %; K: 3595.92 mg;

wtorek 2024-01-02 Jadłospis dla diety: SZ-UL Hematologiczna		
Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, </u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Chleb Graham 40 g (<u>GLU PSZ, </u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE, </u>), Ser żółty 50 g (<u>MLE, </u>), Dynia z wody 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 jablek prażonych 200 g , Sos jogurtowy naturalny 150 g (<u>MLE, </u>), Kompot z czarnej porzeczki i jablek *z/c 200 ml ,	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Chleb Graham 40 g (<u>GLU PSZ, </u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE, </u>), Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE, </u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Galaretką o smaku truskawkowym 200 g ,	Podwieczerek: Herbatniki 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, </u>), Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE, </u>),	

Wartości odżywcze: E: 3046.94 kcal; B: 118.29 g; T: 89.84 g; Kw. tł. nasy.: 45.56 g; W: 460.8 g; W tym cukry: 149.22 g; Bł.: 27.06 g; Sól: 9.44 g; WW: 43.4 Por; Ener. z B: 404.16 %; Ener. z W: 1432.8 %; Ener. z T: 614.1 %; Ener. z Bł.: 47.89 %; K: 3427.68 mg;

wtorek 2024-01-02 Jadłospis dla diety: SZ-UL Hematologiczna dziecięca		
Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE, </u>), Szyńka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 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>), Bułka pszenna 75g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ, </u>), Ser żółty 50 g (<u>MLE, </u>), Pomidor 50 g ,	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 jablek *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>), Szyńkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g , Ogórek świeży 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Galaretką o smaku truskawkowym 200 g ,	Podwieczerek: Jabłko pieczone 1szt. 1 szt , Herbatniki 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, </u>),	

Wartości odżywcze: E: 2765.96 kcal; B: 112.03 g; T: 84.05 g; Kw. tł. nasy.: 39.53 g; W: 395.29 g; W tym cukry: 109.02 g; Bł.: 19.38 g; Sól: 8.02 g; WW: 37.61 Por; Ener. z B: 410.13 %; Ener. z W: 1180.05 %; Ener. z T: 511.62 %; Ener. z Bł.: 51.7 %; K: 2683.57 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-01-02 Jadłospis dla diety: SZ- UL Hematologiczna cukrzyca wysokobiałkowa/wys		
Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, </u>), Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ, </u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE, </u>), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g , Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE, </u>), Dynia z wody 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 100 g (<u>GLU PSZ, </u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE, </u>), Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE, </u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml , Ogórek kiszony 50 g ,
II Śniadanie: Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt ,	Podwieczorek: Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE, </u>),	Posiłek nocny: Chleb Graham 35 g (<u>GLU PSZ, </u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, </u>), Ser żółty 70 g (<u>MLE, </u>), Pasta warzywna* 50 g (<u>SEL, </u>),

Wartości odżywcze: E: 2852.92 kcal; B: 144.86 g; T: 106.81 g; Kw. tł. nasy.: 52.84 g; W: 339.97 g; W tym cukry: 50.42 g; Bł.: 39.8 g; Sól: 10.84 g; WW: 30.12 Por; Ener. z B: 535.54 %; Ener. z W: 1082.04 %; Ener. z T: 774.59 %; Ener. z Bł.: 92.28 %; K: 3619.94 mg;

wtorek 2024-01-02 Jadłospis dla diety: SZ- UL Hematologiczna łatwo strawna		
Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, </u>), 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 , Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE, </u>), Dynia z wody 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>), Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE, </u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Galaretko o smaku truskawkowym 200 g ,	Podwieczorek: Herbatniki 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, </u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,	

Wartości odżywcze: E: 2828.08 kcal; B: 119.86 g; T: 79.25 g; Kw. tł. nasy.: 33.25 g; W: 424.1 g; W tym cukry: 157.56 g; Bł.: 19.92 g; Sól: 7.2 g; WW: 40.47 Por; Ener. z B: 444.83 %; Ener. z W: 1450.1 %; Ener. z T: 593.07 %; Ener. z Bł.: 42.4 %; K: 3436.62 mg;

wtorek 2024-01-02 Jadłospis dla diety: SZ- UL Hematologiczna wysokobiałkowa		
Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, </u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Chleb Graham 40 g (<u>GLU PSZ, </u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE, </u>), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g , Dynia z wody 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>), Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE, </u>), Ogórek kiszony 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Galaretko o smaku truskawkowym 200 g , Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE, </u>),	Podwieczorek: Herbatniki 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, </u>), Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE, </u>),	

Wartości odżywcze: E: 2999.94 kcal; B: 129.13 g; T: 83.56 g; Kw. tł. nasy.: 36.06 g; W: 449.6 g; W tym cukry: 134.67 g; Bł.: 24.31 g; Sól: 10.31 g; WW: 42.58 Por; Ener. z B: 496.87 %; Ener. z W: 1405.53 %; Ener. z T: 632.54 %; Ener. z Bł.: 45.84 %; K: 3276.18 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-01-02 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>), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g, Pomidor 50 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 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>), 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 selera i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Paprykarz szczeciński 100 g (<u>RYB, SOJ.</u>), Ogórek kiszony 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Fasolka szparagowa z wody* 150 g,	

Wartości odżywcze: E: 2043.41 kcal; B: 86.23 g; T: 65.02 g; Kw. tł. nasy.: 21.88 g; W: 289.7 g; W tym cukry: 35.96 g; Bł.: 46.66 g; Sól: 8.17 g; WW: 24.47 Por; Ener. z B: 419.04 %; Ener. z W: 1024.81 %; Ener. z T: 504.6 %; Ener. z Bł.: 145.87 %; K: 4291.88 mg;

wtorek 2024-01-02 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa wysokolaryczna/wysokobiałkowa		
Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>), Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g, Pomidor 50 g, Kawa z mlekiem instant. b/c 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>), 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>), Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE.</u>), Ogórek kiszony 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Jogurt naturalny 2% 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>), Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>), Sałata zielona 20 g,

Wartości odżywcze: E: 2823.13 kcal; B: 135.81 g; T: 94.77 g; Kw. tł. nasy.: 43.13 g; W: 370.62 g; W tym cukry: 53.61 g; Bł.: 49.16 g; Sól: 10.76 g; WW: 32.3 Por; Ener. z B: 539.14 %; Ener. z W: 1083.31 %; Ener. z T: 708.46 %; Ener. z Bł.: 121.34 %; K: 4512.5 mg;

wtorek 2024-01-02 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa wątrobowa/trzustkowa		
Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 70 g, Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>), Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</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>), Twarożek 150 g (<u>MLE.</u>), Baton szynkowy z kurcząt 50 g, Cukinia pieczona z olejem * 150 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Sok pomidorowy 0,3l 1 szt,	Podwieczorek: Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>), Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2560.1 kcal; B: 150.72 g; T: 64.26 g; Kw. tł. nasy.: 18.89 g; W: 351.88 g; W tym cukry: 51.46 g; Bł.: 25.32 g; Sól: 9.37 g; WW: 32.76 Por; Ener. z B: 543.65 %; Ener. z W: 854.24 %; Ener. z T: 538.45 %; Ener. z Bł.: 59.49 %; K: 5563.35 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-01-02 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa ciężarnych		
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 , Papryka świeża 150 g , Kawa z mlekiem instant b/c. 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>), 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>), Serek wiejski ziemisty 200g 1 szt (<u>MLE, .</u>), Ogórek kiszony 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>), Sok pomidorowy 0,3l 1 szt ,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, .</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, .</u>), Fasolka szparagowa z wody* 150 g ,	Posiłek nocny: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, .</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, .</u>), Twarożek 50 g (<u>MLE, .</u>), Sałata zielona 20 g ,

Wartości odżywcze: E: 2520.89 kcal; B: 114.76 g; T: 91.23 g; Kw. tł. nasy.: 40.77 g; W: 329.49 g; W tym cukry: 51.82 g; Bł.: 53.18 g; Sól: 11.93 g; WW: 27.89 Por; Ener. z B: 574.78 %; Ener. z W: 1251.05 %; Ener. z T: 685.51 %; Ener. z Bł.: 187.77 %; K: 4825.68 mg;

wtorek 2024-01-02 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>), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g , Pomidor 150 g , Kawa z mlekiem instant b/c. 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>), 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>), Serek wiejski ziemisty 200g 1 szt (<u>MLE, .</u>), Ogórek kiszony 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>), Sok pomidorowy 0,3l 1 szt ,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, .</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, .</u>), Fasolka szparagowa z wody* 150 g ,	Posiłek nocny: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, .</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, .</u>), Twarożek 50 g (<u>MLE, .</u>), Sałata zielona 20 g ,

Wartości odżywcze: E: 2494.92 kcal; B: 113.9 g; T: 90.65 g; Kw. tł. nasy.: 40.69 g; W: 324.43 g; W tym cukry: 48.19 g; Bł.: 51.57 g; Sól: 11.95 g; WW: 27.49 Por; Ener. z B: 580.29 %; Ener. z W: 1258.96 %; Ener. z T: 675.06 %; Ener. z Bł.: 187.98 %; K: 4831.4 mg;

wtorek 2024-01-02 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>), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g , Ser topiony 50 g (<u>MLE, .</u>), Sałata zielona 20 g , Kawa z mlekiem instant b/c. 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 *b/c 200 ml ,	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ, .</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE, .</u>), Serek wiejski ziemisty 200g 1 szt (<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>), Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE, .</u>), Gruszka 1szt. 150 g , 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>), Fasolka szparagowa z wody* 150 g , Serek homo owocowy 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 żółty 25 g (<u>MLE, .</u>), Sałata zielona 20 g ,

Wartości odżywcze: E: 3087.46 kcal; B: 136.24 g; T: 105.73 g; Kw. tł. nasy.: 54.49 g; W: 419.77 g; W tym cukry: 58.2 g; Bł.: 50.63 g; Sól: 10.48 g; WW: 37.16 Por; Ener. z B: 534.04 %; Ener. z W: 1353.49 %; Ener. z T: 709.41 %; Ener. z Bł.: 162.53 %; K: 3860.73 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-01-02 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa bezmleczna		
Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g, Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,	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 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Paprykarz szczeciński 150 g (<u>RYB, SOJ.</u>), Ogórek kiszony 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Fasolka szparagowa z wody* 150 g,	

Wartości odżywcze: E: 2070.4 kcal; B: 83.47 g; T: 76.57 g; Kw. tł. nasy.: 18.08 g; W: 272.71 g; W tym cukry: 22.05 g; Bł.: 40.99 g; Sól: 8.95 g; WW: 23.25 Por; Ener. z B: 378.76 %; Ener. z W: 905.36 %; Ener. z T: 587.06 %; Ener. z Bł.: 126.61 %; K: 3766.01 mg;

wtorek 2024-01-02 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzyca nerkowa		
Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g, Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>), Pasta warzywna* 150 g (<u>SEL.</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,	Solferino * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>), Mus z jabłek () b/c 250 g, Sos jogurtowy naturalny 50 g (<u>MLE.</u>), 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>), Baton szynkowy z kurcząt 30 g, Cukinia pieczona z olejem * 150 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 50 g, Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Sok pomidorowy 0,3l 1 szt,	Podwieczorek: Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 30 g, Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2250.46 kcal; B: 42.6 g; T: 90.08 g; Kw. tł. nasy.: 29.4 g; W: 318.15 g; W tym cukry: 20.05 g; Bł.: 41.58 g; Sól: 7.87 g; WW: 27.5 Por; Ener. z B: 188.67 %; Ener. z W: 804.95 %; Ener. z T: 745.32 %; Ener. z Bł.: 86.78 %; K: 2666.2 mg;

wtorek 2024-01-02 Jadłospis dla diety: SZ-UL Nerkowa		
Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g, Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>), Pasta warzywna* 150 g (<u>SEL.</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Solferino * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemiaki () 250 g, Pulpet drobiowy (bez soli) 40 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Sos jarzynowy* (bez soli) 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Dynia duszona z olejem* 200 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>), Baton szynkowy z kurcząt 30 g, Jabłko pieczone 1szt. 1 szt, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
	Podwieczorek: Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 60 g, Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Miód (25g) 2 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2329.68 kcal; B: 42.06 g; T: 77.23 g; Kw. tł. nasy.: 25.11 g; W: 366.32 g; W tym cukry: 57.95 g; Bł.: 43.97 g; Sól: 6.99 g; WW: 32.1 Por; Ener. z B: 157.27 %; Ener. z W: 1090.19 %; Ener. z T: 583.14 %; Ener. z Bł.: 76.36 %; K: 4584.4 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-01-02 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dna moczanowa		
Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Twarożek 100 g (<u>MLE.</u>), 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 mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>), Ogórek kiszony 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Galaretka o smaku truskawkowym 200 g,	Podwieczorek: Banan 1szt. 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2410.04 kcal; B: 84.21 g; T: 53.6 g; Kw. tł. nasy.: 26.23 g; W: 415.39 g; W tym cukry: 138.89 g; Bł.: 26.21 g; Sól: 5.77 g; WW: 39.02 Por; Ener. z B: 355.02 %; Ener. z W: 1186.24 %; Ener. z T: 405.41 %; Ener. z Bł.: 57.75 %; K: 3307.33 mg;

wtorek 2024-01-02 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,	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 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: 2295.5 kcal; B: 94.52 g; T: 63.07 g; Kw. tł. nasy.: 13.85 g; W: 353.96 g; W tym cukry: 67.2 g; Bł.: 38.16 g; Sól: 4.15 g; WW: 31.56 Por; Ener. z B: 388.18 %; Ener. z W: 1009.51 %; Ener. z T: 378.07 %; Ener. z Bł.: 118.12 %; K: 5589.39 mg;

wtorek 2024-01-02 Jadłospis dla diety: SZ-UL Niemowlaki		
Płatki pszenne na mleku 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>), Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Szyunka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 50 g, Pomidor b/skórki 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	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 wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE.</u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Galaretka o smaku truskawkowym 200 g,	Podwieczorek: Banan 1szt. 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 1886.16 kcal; B: 76.12 g; T: 40.03 g; Kw. tł. nasy.: 16.62 g; W: 320.26 g; W tym cukry: 159.25 g; Bł.: 17.27 g; Sól: 5.28 g; WW: 30.34 Por; Ener. z B: 288.25 %; Ener. z W: 1058.87 %; Ener. z T: 320.71 %; Ener. z Bł.: 36.99 %; K: 2964.78 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-01-02 Jadłospis dla diety: SZ-UL papkowata niemowlaki		
Płatki pszenne na mleku 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, </u>), Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ, </u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, </u>), Pasta z kurczaka 50 g , Jabłko pieczone 1szt. 1 szt , Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, </u>),	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 ,	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 200 ml (<u>GLU PSZ, SEL, </u>), Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ, </u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, </u>), Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE, </u>), Pasta warzywna* 50 g (<u>SEL, </u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Galaretką o smaku truskawkowym 200 g ,	Podwieczorek: Banan 1szt. 1 szt ,	

Wartości odżywcze: E: 2173.08 kcal; B: 88.95 g; T: 46.85 g; Kw. tł. nasy.: 18.28 g; W: 366.37 g; W tym cukry: 160.73 g; Bł.: 20.42 g; Sól: 4.74 g; WW: 34.61 Por; Ener. z B: 289.75 %; Ener. z W: 1127.38 %; Ener. z T: 365.58 %; Ener. z Bł.: 38.42 %; K: 3361.21 mg;

wtorek 2024-01-02 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dieta Mamy I trymestr		
Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE, </u>), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g , Pomidor 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 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-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE, </u>), Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE, </u>), 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>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, </u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE, </u>), Miód (25g) 1 szt ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt. 150 g ,	

Wartości odżywcze: E: 2326.75 kcal; B: 93.82 g; T: 72.21 g; Kw. tł. nasy.: 32.49 g; W: 340.26 g; W tym cukry: 75.35 g; Bł.: 40.51 g; Sól: 9.21 g; WW: 30.01 Por; Ener. z B: 415.29 %; Ener. z W: 1276.95 %; Ener. z T: 529.29 %; Ener. z Bł.: 106.66 %; K: 3531.46 mg;

wtorek 2024-01-02 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>), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g , Pomidor 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 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-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE, </u>), Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE, </u>), 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>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, </u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE, </u>), Miód (25g) 1 szt ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt. 150 g ,	

Wartości odżywcze: E: 2389.75 kcal; B: 93.82 g; T: 79.21 g; Kw. tł. nasy.: 32.96 g; W: 340.26 g; W tym cukry: 75.35 g; Bł.: 40.51 g; Sól: 9.21 g; WW: 30.01 Por; Ener. z B: 432.54 %; Ener. z W: 1385.06 %; Ener. z T: 539.3 %; Ener. z Bł.: 115.56 %; K: 3531.46 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-01-02		Jadłospis dla diety: SZ-UL Dieta Mamy III trymestr	
Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, </u>), Chleb razowy żytnio-pszeny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE, </u>), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g , Pomidor 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 200 g (<u>GLU PSZ, </u>), Mus z jabłek () b/c 200 g (<u>MLE, </u>), Sos jogurtowo truskawkowy*b/c 150 g (<u>MLE, </u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Chleb razowy żytnio-pszeny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE, </u>), Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE, </u>), Ogórek kiszony 150 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,	
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszeny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, </u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE, </u>), Miód (25g) 2 szt ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt. 150 g ,		

Wartości odżywcze: E: 2707.7 kcal; B: 105.03 g; T: 85.11 g; Kw. tł. nasy.: 36.19 g; W: 396.69 g; W tym cukry: 89.81 g; Bł.: 43.54 g; Sól: 9.97 g; WW: 35.39 Por; Ener. z B: 503.16 %; Ener. z W: 1604.83 %; Ener. z T: 627.46 %; Ener. z Bł.: 117.12 %; K: 4003.46 mg;

wtorek 2024-01-02		Jadłospis dla diety: SZ-UL Dieta Mamy Okres Laktacji	
Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, </u>), Chleb razowy żytnio-pszeny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE, </u>), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g , Pomidor 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 (<u>MLE, </u>), Sos jogurtowo truskawkowy*b/c 150 g (<u>MLE, </u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Chleb razowy żytnio-pszeny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE, </u>), Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE, </u>), Ogórek kiszony 150 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,	
II Śniadanie: Miód (25g) 2 szt , Chleb razowy pszenno-żytni 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>),	Podwieczorek: Gruszka 1szt. 150 g ,		

Wartości odżywcze: E: 2888.25 kcal; B: 110.71 g; T: 86.8 g; Kw. tł. nasy.: 36.44 g; W: 432.31 g; W tym cukry: 90.73 g; Bł.: 46.26 g; Sól: 10.67 g; WW: 38.69 Por; Ener. z B: 513.39 %; Ener. z W: 1666.61 %; Ener. z T: 633.45 %; Ener. z Bł.: 119.49 %; K: 4110.66 mg;

wtorek 2024-01-02		Jadłospis dla diety: SZ-UL Ciąża mnoga (wysokobiałkowa)	
Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, </u>), Chleb razowy żytnio-pszeny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, </u>), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 70 g , Pomidor 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 (<u>MLE, </u>), Sos jogurtowo truskawkowy*b/c 150 g (<u>MLE, </u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Chleb razowy żytnio-pszeny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, </u>), Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE, </u>), Ogórek kiszony 150 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,	
II Śniadanie: Miód (25g) 2 szt , Chleb razowy żytnio-pszeny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE, </u>),	Podwieczorek: Gruszka 1szt. 150 g ,		

Wartości odżywcze: E: 2612.31 kcal; B: 111 g; T: 65.4 g; Kw. tł. nasy.: 25.82 g; W: 410.1 g; W tym cukry: 90.22 g; Bł.: 44.94 g; Sól: 10.44 g; WW: 36.59 Por; Ener. z B: 509.79 %; Ener. z W: 1512 %; Ener. z T: 546.43 %; Ener. z Bł.: 109.12 %; K: 4051.67 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-01-02		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: 50.66 %; Ener. z W: 242.35 %; Ener. z T: 141.51 %; Ener. z Bł.: 34.12 %; K: 3672.07 mg;

wtorek 2024-01-02		Jadłospis dla diety: SZ-UL Normalna Broniewskiego	
Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb razowy żytnio-pszenno 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Ser topiony 50 g (<u>MLE</u>), 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>), Paprykarz szczeciński 100 g (<u>RYB, SOJ</u>), Ogórek kiszony 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	
	Podwieczorek: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Herbatniki 100 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>), Kompot z czarnej porzeczki* z/c 200 ml,		

Wartości odżywcze: E: 3154.52 kcal; B: 98.53 g; T: 93.98 g; Kw. tł. nasy.: 37.29 g; W: 501.16 g; W tym cukry: 151.78 g; Bł.: 34.65 g; Sól: 9.87 g; WW: 46.7 Por; Ener. z B: 403.09 %; Ener. z W: 1439.07 %; Ener. z T: 702.94 %; Ener. z Bł.: 65.84 %; K: 3579.54 mg;

wtorek 2024-01-02		Jadłospis dla diety: SZ-UL Lekkostrawna Broniewskiego	
Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Szyntka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 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>), Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE</u>), Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	
	Podwieczorek: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Herbatniki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>), Kompot z czarnej porzeczki* z/c 200 ml,		

Wartości odżywcze: E: 2442.28 kcal; B: 97.98 g; T: 71.73 g; Kw. tł. nasy.: 31.9 g; W: 367.39 g; W tym cukry: 137.61 g; Bł.: 18.31 g; Sól: 6.81 g; WW: 34.96 Por; Ener. z B: 428.28 %; Ener. z W: 1183.26 %; Ener. z T: 567.91 %; Ener. z Bł.: 63.14 %; K: 3226.63 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-01-02		
Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa CH Broniewskiego		
Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, ŻYT.</u>), Chleb razowy żytnio-pszeny 80 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, Kawa z mlekiem instant b/c. 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 *b/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszeny 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>), Sałata zielona 20 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>), Pomidor 100 g,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszeny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Fasolka szparagowa z wody* 150 g,	

Wartości odżywcze: E: 2256.69 kcal; B: 93.84 g; T: 66.53 g; Kw. tł. nasy.: 31.26 g; W: 338.7 g; W tym cukry: 56.61 g; Bł.: 46.92 g; Sól: 8.06 g; WW: 29.4 Por; Ener. z B: 507.18 %; Ener. z W: 1227.8 %; Ener. z T: 556.77 %; Ener. z Bł.: 165.98 %; K: 4036.44 mg;

wtorek 2024-01-02		
Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa NCH Police Diabetologia		
Chleb razowy żytnio-pszeny 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Szyńka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 70 g, Papryka świeża 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,	Solferino * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki () 250 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-pszeny 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Twarożek 100 g (<u>MLE.</u>), Ogórek świeży 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Pomidor 100 g,	Podwieczorek: Fasolka szparagowa z wody* 150 g,	

Wartości odżywcze: E: 1740.74 kcal; B: 82.26 g; T: 44.82 g; Kw. tł. nasy.: 18.4 g; W: 272.68 g; W tym cukry: 29.99 g; Bł.: 43.47 g; Sól: 6.37 g; WW: 23.17 Por; Ener. z B: 407.74 %; Ener. z W: 956.54 %; Ener. z T: 375.04 %; Ener. z Bł.: 152.33 %; K: 5540.69 mg;

wtorek 2024-01-02		
Jadłospis dla diety: SZ-UL Lekkostrawna Police		
Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>), 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, Pasta warzywna* 50 g (<u>SEL.</u>), Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</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>), Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE.</u>), Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
	Podwieczorek: Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Miód (25g) 1 szt, Herbatniki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2563.61 kcal; B: 95.87 g; T: 75.89 g; Kw. tł. nasy.: 34.89 g; W: 390.77 g; W tym cukry: 131.27 g; Bł.: 19.15 g; Sól: 7.11 g; WW: 37.2 Por; Ener. z B: 375.06 %; Ener. z W: 1179.73 %; Ener. z T: 596.24 %; Ener. z Bł.: 48.86 %; K: 3147.05 mg;