

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SPSK Nr 1 PUM Szczecin		
Sniadanie - II Sniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2024-01-10 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>), Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), Papryka świeża 50 g, Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*(<u>)</u> 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>), Ziemniaki (<u>)</u> 200 g, Kotlet mielony wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sałatka szwedzka z olejem 100 g (<u>GOR</u>), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem (<u>)</u> 100 g, 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>), Pasta z fasoli 100 g, Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
	Podwieczorek: Bułka maślana 1 szt 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2917.16 kcal; B: 99.43 g; T: 102.8 g; Kw. tł. nasy.: 39.03 g; W: 419.23 g; W tym cukry: 57.29 g; Bł.: 42.78 g; Sól: 9.84 g; WW: 37.69 Por; Ener. z B: 13.63 %; Ener. z W: 51.62 %; Ener. z T: 31.71 %; Ener. z Bł.: 2.93 %; K: 4842.84 mg;

środa 2024-01-10 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>), Serek Fromage 80 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Papryka świeża 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>),	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*(<u>)</u> 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>), Ziemniaki (<u>)</u> 200 g, Kotlet mielony wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sałatka szwedzka z olejem 100 g (<u>GOR</u>), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem (<u>)</u> 100 g, 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>), Szyunkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g, Pasta z fasoli 50 g, Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Sniadanie: Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Bułka maślana 1 szt 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 3172.45 kcal; B: 121.11 g; T: 117.96 g; Kw. tł. nasy.: 54.58 g; W: 411.66 g; W tym cukry: 81.27 g; Bł.: 31.08 g; Sól: 9.83 g; WW: 38.08 Por; Ener. z B: 15.27 %; Ener. z W: 47.98 %; Ener. z T: 33.46 %; Ener. z Bł.: 1.96 %; K: 4444.58 mg;

środa 2024-01-10 Jadłospis dla diety: SZ-UL Wegetariańska		
Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Serek Fromage 80 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Papryka świeża 100 g, Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka)*(<u>)</u> 400 ml (<u>SEL, GLU JECZ</u>), Zapiekanka z ziemniaków i warzyw* 400 g (<u>JAJ, MLE, SEL</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pasta z fasoli 100 g, Pomidor 100 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Sniadanie: Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2460.21 kcal; B: 86.25 g; T: 92.34 g; Kw. tł. nasy.: 54.55 g; W: 335.75 g; W tym cukry: 67.95 g; Bł.: 39.99 g; Sól: 6.65 g; WW: 29.74 Por; Ener. z B: 14.02 %; Ener. z W: 48.09 %; Ener. z T: 33.78 %; Ener. z Bł.: 3.25 %; K: 4171.13 mg;

środa 2024-01-10 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bezmleczna		
Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Majonez 20 g (<u>JAJ, GOR</u>), Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka)*(<u>)</u> 400 ml (<u>SEL, GLU JECZ</u>), Ziemniaki (<u>)</u> 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Sałatka szwedzka z olejem 100 g (<u>GOR</u>), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem (<u>)</u> 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Pasta z fasoli 100 g, Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Sniadanie: Banan 1szt. 1 szt,	Podwieczorek: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2461.56 kcal; B: 78.66 g; T: 76.21 g; Kw. tł. nasy.: 16.65 g; W: 387.04 g; W tym cukry: 76.07 g; Bł.: 42.77 g; Sól: 8.55 g; WW: 34.38 Por; Ener. z B: 12.78 %; Ener. z W: 55.94 %; Ener. z T: 27.86 %; Ener. z Bł.: 3.47 %; K: 5238.62 mg;

Jadłospis dla oddziałów

środa 2024-01-10 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bez laktozy		
Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt., Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>), Sałata zielona 20 g, Majonez 20 g (<u>JAJ, GOR.</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka)*() 400 ml (<u>SEL, GLU JECZ.</u>), Ziemniaki () 200 g, Kotlet mielony wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Sałatka szwedzka z olejem 100 g (<u>GOR.</u>), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g, 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>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt., Pasta z fasoli 100 g, Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>),	Podwieczorek: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt.,	

Wartości odżywcze: E: 2647.64 kcal; B: 90.28 g; T: 102.39 g; Kw. tł. nasy.: 19.75 g; W: 360.32 g; W tym cukry: 37.19 g; Bł.: 40.03 g; Sól: 8.74 g; WW: 31.96 Por; Ener. z B: 13.64 %; Ener. z W: 48.39 %; Ener. z T: 34.81 %; Ener. z Bł.: 3.02 %; K: 4509.68 mg;

środa 2024-01-10 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bezglutenowa		
Chleb bezglutenowy 90 g, 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,	Krupnik ryżowy z ziemniakami (bez mleka)*() 400 ml (<u>SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez glutenu) 180 g (<u>JAJ.</u>), Sos jarzynowy* (bez glutenu) 100 ml (<u>SEL.</u>), Sałatka szwedzka z olejem 100 g (<u>GOR.</u>), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb bezglutenowy 90 g, Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 70 g, Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),	Podwieczorek: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt.,	

Wartości odżywcze: E: 2303.38 kcal; B: 109.35 g; T: 91.51 g; Kw. tł. nasy.: 38.1 g; W: 263.58 g; W tym cukry: 53.31 g; Bł.: 14.58 g; Sól: 6.2 g; WW: 24.89 Por; Ener. z B: 18.99 %; Ener. z W: 43.24 %; Ener. z T: 35.76 %; Ener. z Bł.: 1.27 %; K: 3843.36 mg;

środa 2024-01-10 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bezglutenowa, bez mleka		
Chleb bezglutenowy 90 g, Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>), Sałata zielona 20 g, Majonez 20 g (<u>JAJ, GOR.</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Krupnik ryżowy z ziemniakami (bez mleka)*() 400 ml (<u>SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez glutenu) 90 g (<u>JAJ.</u>), Sos jarzynowy* (bez glutenu) 100 ml (<u>SEL.</u>), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g, Sałatka szwedzka z olejem 100 g (<u>GOR.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb bezglutenowy 90 g, Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g, Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Banan 1szt. 1 szt,	Podwieczorek: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt, Chrupki kukurydziane 40 g,	

Wartości odżywcze: E: 2296.71 kcal; B: 68.64 g; T: 85.6 g; Kw. tł. nasy.: 16.75 g; W: 321.85 g; W tym cukry: 72.56 g; Bł.: 21.04 g; Sól: 5.17 g; WW: 29.99 Por; Ener. z B: 11.95 %; Ener. z W: 52.39 %; Ener. z T: 33.54 %; Ener. z Bł.: 1.83 %; K: 4265.13 mg;

środa 2024-01-10 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bogatoresztkowa		
Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>), Papryka świeża 150 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*() 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>), Ziemniaki () 200 g, Kotlet mielony wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Sałatka szwedzka z olejem 100 g (<u>GOR.</u>), Buraczki oprószone () 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g, Pomidor 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Ogórek kiszony 150 g,	Podwieczorek: Surówka z selera i marchwi z olejem () b/c 150 g (<u>SEL.</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2497.96 kcal; B: 94.08 g; T: 100.75 g; Kw. tł. nasy.: 40.76 g; W: 328 g; W tym cukry: 65.87 g; Bł.: 49.48 g; Sól: 11.32 g; WW: 27.97 Por; Ener. z B: 15.07 %; Ener. z W: 44.6 %; Ener. z T: 36.3 %; Ener. z Bł.: 3.96 %; K: 5731.54 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-01-10 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>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*(<u>)</u> . 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>), Ziemniaki (<u>)</u> 250 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem (<u>)</u> 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>), Szynekowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 70 g , Pomidor b/skórki 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
	Podwieczorek: Bułka maślana 1 szt 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2362.39 kcal; B: 95.38 g; T: 70.09 g; Kw. tł. nasy.: 26.3 g; W: 349.38 g; W tym cukry: 67.79 g; Bł.: 24.18 g; Sól: 6.19 g; WW: 32.57 Por; Ener. z B: 16.15 %; Ener. z W: 55.06 %; Ener. z T: 26.7 %; Ener. z Bł.: 2.05 %; K: 4330.37 mg;

środa 2024-01-10 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dzieci łatwo strawna		
Platki 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>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*(<u>)</u> 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>), Ziemniaki (<u>)</u> 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem (<u>)</u> 150 g , Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Szynekowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g , Pomidor b/skórki 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ</u>),	Podwieczorek: Bułka maślana 1 szt 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2838.72 kcal; B: 113.74 g; T: 79.18 g; Kw. tł. nasy.: 33.27 g; W: 430.64 g; W tym cukry: 88.98 g; Bł.: 26.44 g; Sól: 6.61 g; WW: 40.49 Por; Ener. z B: 16.03 %; Ener. z W: 56.96 %; Ener. z T: 25.1 %; Ener. z Bł.: 1.86 %; K: 4766.34 mg;

środa 2024-01-10 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>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*(<u>)</u> 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>), Ziemniaki (<u>)</u> 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Buraczki oprószone (<u>)</u> 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% 5 g (<u>MLE</u>), Szynekowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g , Bukiet jarzyn gotowany z olejem (<u>)</u> 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Biszkopty b/m 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ</u>),	Podwieczorek: Bułka maślana 1 szt 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2473.26 kcal; B: 104.87 g; T: 47.68 g; Kw. tł. nasy.: 14.09 g; W: 419.98 g; W tym cukry: 83.22 g; Bł.: 28.32 g; Sól: 6.79 g; WW: 39.22 Por; Ener. z B: 16.96 %; Ener. z W: 63.34 %; Ener. z T: 17.35 %; Ener. z Bł.: 2.29 %; K: 4603.56 mg;

środa 2024-01-10 Jadłospis dla diety: SZ-UL Żołądkowa		
Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>),	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*(<u>)</u> 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>), Ziemniaki (<u>)</u> 250 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Buraczki oprószone (<u>)</u> 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>), Szynekowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g , Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
	Podwieczorek: Bułka maślana 1 szt 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2434.9 kcal; B: 97.12 g; T: 61.22 g; Kw. tł. nasy.: 25.56 g; W: 387.57 g; W tym cukry: 73.77 g; Bł.: 27.81 g; Sól: 6.6 g; WW: 35.98 Por; Ener. z B: 15.95 %; Ener. z W: 59.1 %; Ener. z T: 22.63 %; Ener. z Bł.: 2.28 %; K: 4579.08 mg;

Jadłospis dla oddziałów

środa 2024-01-10 Jadłospis dla diety: SZ-UL Specjalna bezmleczna		
Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Cukinia pieczona z olejem * 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka)*(), 400 ml (<u>SEL, GLU JECZ</u>), Ziemniaki () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos jarzynowy* (bez glutenu) 100 ml (<u>SEL</u>), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g, 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, Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g, Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>),	Podwieczorek: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2298.36 kcal; B: 88.42 g; T: 81.94 g; Kw. tł. nasy.: 20.75 g; W: 314.56 g; W tym cukry: 41.55 g; Bł.: 23.41 g; Sól: 7.8 g; WW: 28.94 Por; Ener. z B: 15.39 %; Ener. z W: 50.67 %; Ener. z T: 32.09 %; Ener. z Bł.: 2.04 %; K: 3883.85 mg;

środa 2024-01-10 Jadłospis dla diety: SZ-UL Papkowata		
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>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt, Kawa z makiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*() 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>), Ziemniaki () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Buraczki oprószone () 150 g (<u>GLU PSZ</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Ryż na wywarze jarzynowym. 300 ml (<u>SEL</u>), Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 100 g (<u>SEL</u>), Marchew gotowana z olejem* 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
	Podwieczorek: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2309.17 kcal; B: 96.36 g; T: 66.35 g; Kw. tł. nasy.: 28 g; W: 345.06 g; W tym cukry: 77.58 g; Bł.: 26.79 g; Sól: 4.54 g; WW: 31.91 Por; Ener. z B: 16.69 %; Ener. z W: 55.13 %; Ener. z T: 25.86 %; Ener. z Bł.: 2.32 %; K: 4771 mg;

środa 2024-01-10 Jadłospis dla diety: SZ-UL Papkowata cukrzycowa		
Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, GLU OW</u>), Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt, Kawa z makiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*() 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>), Ziemniaki () 250 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Buraczki oprószone () 150 g (<u>GLU PSZ</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Ryż na wywarze jarzynowym. 300 ml (<u>SEL</u>), Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 150 g (<u>SEL</u>), Marchew gotowana z olejem* 100 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Sok pomidorowy 0,3l 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2324.73 kcal; B: 102.16 g; T: 70.92 g; Kw. tł. nasy.: 28.26 g; W: 334.86 g; W tym cukry: 52.63 g; Bł.: 30.48 g; Sól: 5.53 g; WW: 30.55 Por; Ener. z B: 17.58 %; Ener. z W: 52.37 %; Ener. z T: 27.46 %; Ener. z Bł.: 2.62 %; K: 5095.32 mg;

środa 2024-01-10 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 1 szt (<u>JAJ</u>), Ryż na wywarze jarzynowym. 400 ml (<u>SEL</u>),	Ziemniaczana * (). 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Buraczki oprószone () 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Olej rzepakowy 10 g,	Ryż na wywarze jarzynowym. 400 ml (<u>SEL</u>), Mięso drobiowe gotowane 100g 1 szt, Marchew gotowana z olejem* 100 g, Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>),
II Śniadanie: Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Kisiel z czarnej porzeczki b/c* 200 ml,	

Wartości odżywcze: E: 2146.87 kcal; B: 114.13 g; T: 96.39 g; Kw. tł. nasy.: 36.05 g; W: 215.25 g; W tym cukry: 19.9 g; Bł.: 19.67 g; Sól: 3.76 g; WW: 19.58 Por; Ener. z B: 21.26 %; Ener. z W: 36.44 %; Ener. z T: 40.41 %; Ener. z Bł.: 1.83 %; K: 4945.96 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-01-10 Jadłospis dla diety: SZ-UL Płynna wysokobiałkowa		
Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW</u>), 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>),	Ziemniaczana * (), 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 50 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Buraczki oprószone () 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Olej rzepakowy 10 g,	Ryż na wywarze jarzynowym. 300 ml (<u>SEL</u>), Mięso drobiowe gotowane 100g 1 szt, Marchew gotowana z olejem* 100 g, Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>),
II Śniadanie: Jogurt naturalny 2,5% t 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2113.72 kcal; B: 98.86 g; T: 98.23 g; Kw. tł. nasy.: 42.04 g; W: 216.95 g; W tym cukry: 49.56 g; Bł.: 16.26 g; Sól: 3.71 g; WW: 20.13 Por; Ener. z B: 18.71 %; Ener. z W: 37.98 %; Ener. z T: 41.82 %; Ener. z Bł.: 1.54 %; K: 4317.59 mg;

środa 2024-01-10 Jadłospis dla diety: SZ-UL Przecierana		
Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW</u>), Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Mleko w proszku 10 g (<u>MLE</u>),	Ziemniaczana * (), 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Buraczki oprószone () 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Olej rzepakowy 10 g,	Ryż na wywarze jarzynowym. 300 ml (<u>SEL</u>), Mięso drobiowe gotowane 100g 1 szt, Marchew gotowana z olejem* 100 g, Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>),
II Śniadanie: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt,	Podwieczorek: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2118.45 kcal; B: 89.82 g; T: 83.29 g; Kw. tł. nasy.: 32.6 g; W: 263.36 g; W tym cukry: 36.26 g; Bł.: 20.29 g; Sól: 3.89 g; WW: 24.37 Por; Ener. z B: 16.96 %; Ener. z W: 45.9 %; Ener. z T: 35.39 %; Ener. z Bł.: 1.92 %; K: 4904.41 mg;

środa 2024-01-10 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>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Papryka świeża 50 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*() 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>), Ziemniaki () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Sałatka szwedzka z olejem 100 g (<u>GOR</u>), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g, Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 2,5% t 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 1548.63 kcal; B: 79.49 g; T: 43.32 g; Kw. tł. nasy.: 13.95 g; W: 222.42 g; W tym cukry: 29.8 g; Bł.: 25.09 g; Sól: 5.82 g; WW: 19.82 Por; Ener. z B: 20.53 %; Ener. z W: 50.97 %; Ener. z T: 25.17 %; Ener. z Bł.: 3.24 %; K: 3866.26 mg;

środa 2024-01-10 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>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Serek Fromage 80 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Papryka świeża 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*() 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>), Ziemniaki () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g, 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>), Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g, Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb Graham 35 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>), Sałata zielona 20 g,	Podwieczorek: Bułka maślana 1 szt 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Jogurt naturalny 2,5% t 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 3080.2 kcal; B: 134.94 g; T: 106.91 g; Kw. tł. nasy.: 55.41 g; W: 410.55 g; W tym cukry: 69.34 g; Bł.: 36.65 g; Sól: 9.64 g; WW: 37.56 Por; Ener. z B: 17.52 %; Ener. z W: 48.56 %; Ener. z T: 31.24 %; Ener. z Bł.: 2.38 %; K: 4910.3 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-01-10 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>), Serek Fromage 80 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt., Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*() z mięsem 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>), Ziemniaki () 200 g, Kotlet mielony wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</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 Graham 40 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g, Marchew gotowana z olejem* 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Bułka maślana 1 szt 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 3284.9 kcal; B: 129.47 g; T: 113.54 g; Kw. tł. nasy.: 56.41 g; W: 445.51 g; W tym cukry: 102.57 g; Bł.: 33.57 g; Sól: 8.87 g; WW: 41.27 Por; Ener. z B: 15.77 %; Ener. z W: 50.16 %; Ener. z T: 31.11 %; Ener. z Bł.: 2.04 %; K: 4846.1 mg;

środa 2024-01-10 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>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Serek Fromage 40 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Jabłko 1 szt 1 szt, 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>),	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*() z mięsem 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>), Ziemniaki () 200 g, Kotlet mielony wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g, Marchew gotowana z olejem* 100 g, 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>), Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g, Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Bułka maślana 1 szt 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 3186.61 kcal; B: 127.57 g; T: 110.54 g; Kw. tł. nasy.: 48.85 g; W: 424.77 g; W tym cukry: 112.95 g; Bł.: 29.2 g; Sól: 8.62 g; WW: 39.57 Por; Ener. z B: 16.01 %; Ener. z W: 49.65 %; Ener. z T: 31.22 %; Ener. z Bł.: 1.83 %; K: 4627.63 mg;

środa 2024-01-10 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>), Serek Fromage 80 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Ogórek kiszony 50 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*() z mięsem 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>), Ziemniaki () 200 g, Kotlet mielony wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Buraczki oprószone () 150 g (<u>GLU PSZ</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g, Marchew gotowana z olejem* 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>),	Podwieczorek: Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>),	Posiłek nocny: Chleb Graham 35 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: 3120.86 kcal; B: 140.94 g; T: 128.04 g; Kw. tł. nasy.: 61.23 g; W: 366.96 g; W tym cukry: 44.46 g; Bł.: 38.28 g; Sól: 10.05 g; WW: 33.02 Por; Ener. z B: 18.06 %; Ener. z W: 42.13 %; Ener. z T: 36.92 %; Ener. z Bł.: 2.45 %; K: 5026.77 mg;

środa 2024-01-10 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>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt., Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*() z mięsem 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>), Ziemniaki () 200 g, Zrazik drobiowy z udzca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<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>), Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g, Marchew gotowana z olejem* 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>),	Podwieczorek: Bułka maślana 1 szt 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2628.71 kcal; B: 118.47 g; T: 71.49 g; Kw. tł. nasy.: 32.35 g; W: 390.63 g; W tym cukry: 83.97 g; Bł.: 26.31 g; Sól: 7.73 g; WW: 36.49 Por; Ener. z B: 18.03 %; Ener. z W: 55.44 %; Ener. z T: 24.48 %; Ener. z Bł.: 2 %; K: 4610.1 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-01-10		
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 35 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Serek Fromage 80 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt., Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*(<u>)</u> z mięsem 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>), Ziemniaki (<u>)</u> 200 g, Kotlet mielony wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Buraczki oprószone (<u>)</u> 150 g (<u>GLU PSZ</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 35 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g, Marchew gotowana z olejem* 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Bułka maślana 1 szt 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 3262.1 kcal; B: 128.59 g; T: 113.38 g; Kw. tł. nasy.: 56.38 g; W: 440.76 g; W tym cukry: 102.54 g; Bł.: 33 g; Sól: 8.75 g; WW: 40.85 Por; Ener. z B: 15.77 %; Ener. z W: 50 %; Ener. z T: 31.28 %; Ener. z Bł.: 2.02 %; K: 4824.6 mg;

środa 2024-01-10		
Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa niskocholesterolowa		
Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Sałata zielona 20 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*(<u>)</u> 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>), Ziemniaki (<u>)</u> 250 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g (<u>GOR</u>), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 70 g, Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb razowy pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Papryka świeża 100 g,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Surówka z selera i marchwi z olejem (<u>)</u> b/c 150 g (<u>SEL</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2099.13 kcal; B: 93.31 g; T: 64.01 g; Kw. tł. nasy.: 23.18 g; W: 311.07 g; W tym cukry: 39.48 g; Bł.: 47.4 g; Sól: 8.41 g; WW: 26.57 Por; Ener. z B: 17.78 %; Ener. z W: 50.24 %; Ener. z T: 27.44 %; Ener. z Bł.: 4.52 %; K: 5380.03 mg;

środa 2024-01-10		
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>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Rzodkiew biała 50 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*(<u>)</u> 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>), Ziemniaki (<u>)</u> 250 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Sałatka szwedzka z olejem 100 g (<u>GOR</u>), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 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>), Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g, Pomidor 100 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Papryka świeża 100 g,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Surówka z selera i marchwi z olejem (<u>)</u> b/c 150 g (<u>SEL</u>),	Posiłek nocny: Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Sałata zielona 20 g,

Wartości odżywcze: E: 2816.21 kcal; B: 121.36 g; T: 93.12 g; Kw. tł. nasy.: 38.4 g; W: 402.25 g; W tym cukry: 55.11 g; Bł.: 57.76 g; Sól: 9.82 g; WW: 34.68 Por; Ener. z B: 17.24 %; Ener. z W: 48.93 %; Ener. z T: 29.76 %; Ener. z Bł.: 4.1 %; K: 6497.62 mg;

środa 2024-01-10		
Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa wątrobowa/trzustkowa		
Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Twarożek 100 g (<u>MLE</u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt., Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*(<u>)</u> 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>), Ziemniaki (<u>)</u> 250 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Buraczki oprószone (<u>)</u> 150 g (<u>GLU PSZ</u>), 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>), Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 100 g, Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt,	Podwieczorek: Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ</u>), Pasta z karczaka i warzyw gotowanych 100 g (<u>SEL</u>), Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2230.62 kcal; B: 119.98 g; T: 45.24 g; Kw. tł. nasy.: 15.58 g; W: 348.03 g; W tym cukry: 43.74 g; Bł.: 30.46 g; Sól: 7.25 g; WW: 31.74 Por; Ener. z B: 21.52 %; Ener. z W: 56.95 %; Ener. z T: 18.25 %; Ener. z Bł.: 2.73 %; K: 4659.17 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-01-10 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa ciężarnych		
Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 82% 10 g (MLE), Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE), Ogórek świeży 150 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ).	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*(<u>)</u> 400 ml (MLE, SEL, GLU JECZ), Ziemniaki (<u>)</u> 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (GLU PSZ, JAJ), Sos jarzynowy * 100 ml (GLU PSZ, SEL), Sałatka szwedzka z olejem 100 g (GOR), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 82% 10 g (MLE), Szynekowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 70 g, Pomidor 150 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 82% 10 g (MLE), Papryka świeża 100 g,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 82% 10 g (MLE), Surówka z selera i marchwi z olejem (<u>)</u> b/c 150 g (SEL),	Posiłek nocny: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 82% 5 g (MLE), Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ), Sałata zielona 20 g,

Wartości odżywcze: E: 2423.27 kcal; B: 108.92 g; T: 87.28 g; Kw. tł. nasy.: 34.62 g; W: 327.46 g; W tym cukry: 47.49 g; Bł.: 54.01 g; Sól: 8.97 g; WW: 27.42 Por; Ener. z B: 17.98 %; Ener. z W: 45.14 %; Ener. z T: 32.41 %; Ener. z Bł.: 4.46 %; K: 5903.65 mg;

środa 2024-01-10 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa dla matek karmiących		
Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 82% 10 g (MLE), Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE), Ogórek świeży 150 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ).	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*(<u>)</u> 400 ml (MLE, SEL, GLU JECZ), Ziemniaki (<u>)</u> 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (GLU PSZ, JAJ), Sos jarzynowy * 100 ml (GLU PSZ, SEL), Sałatka szwedzka z olejem 100 g (GOR), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 82% 16.67 g (MLE), Szynekowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g, Pomidor 150 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 82% 10 g (MLE), Papryka świeża 100 g,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 82% 10 g (MLE), Surówka z selera i marchwi z olejem (<u>)</u> b/c 150 g (SEL),	Posiłek nocny: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 82% 10 g (MLE), Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ), Sałata zielona 20 g,

Wartości odżywcze: E: 2489.36 kcal; B: 104.34 g; T: 96.65 g; Kw. tł. nasy.: 40.9 g; W: 327.54 g; W tym cukry: 47.56 g; Bł.: 54.01 g; Sól: 8.59 g; WW: 27.43 Por; Ener. z B: 16.77 %; Ener. z W: 43.95 %; Ener. z T: 34.94 %; Ener. z Bł.: 4.34 %; K: 5906.57 mg;

środa 2024-01-10 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa dla dzieci		
Chleb Graham 120 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 16.67 g (MLE), Serek Fromage 80 g (GLU PSZ, MLE), Papryka świeża 50 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ).	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*(<u>)</u> 400 ml (MLE, SEL, GLU JECZ), Ziemniaki (<u>)</u> 250 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (GLU PSZ, JAJ), Sałatka szwedzka z olejem 100 g (GOR), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g, Sos jarzynowy * 100 ml (GLU PSZ, SEL), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 16.67 g (MLE), Szynekowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g, Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 82% 10 g (MLE), Szynekowa gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siałce niejadalnej 30 g (GLU PSZ, SOJ), Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt, Banan 1szt. 1 szt,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 82% 10 g (MLE), Surówka wielowarzywna z olejem (<u>)</u> 150 g (SEL), Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE),	Posiłek nocny: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 82% 5 g (MLE), Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ), Sałata zielona 20 g,

Wartości odżywcze: E: 3090.72 kcal; B: 113.25 g; T: 116.26 g; Kw. tł. nasy.: 63.45 g; W: 420.9 g; W tym cukry: 78.98 g; Bł.: 50.32 g; Sól: 11.05 g; WW: 37.22 Por; Ener. z B: 14.66 %; Ener. z W: 47.96 %; Ener. z T: 33.85 %; Ener. z Bł.: 3.26 %; K: 6122.26 mg;

środa 2024-01-10 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa bezmleczna		
Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ), Rzodkiew biała 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,	Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka)*(<u>)</u> 400 ml (SEL, GLU JECZ), Ziemniaki z tłuszczem (<u>)</u> 250 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (GLU PSZ, JAJ), Sos jarzynowy * 100 ml (GLU PSZ, SEL), Buraczki oprószone (<u>)</u> 100 g (GLU PSZ), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Szynekowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g, Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb razowy pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Papryka świeża 100 g,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Surówka z selera i marchwi z olejem (<u>)</u> b/c 200 g (SEL),	

Wartości odżywcze: E: 2352.89 kcal; B: 84.57 g; T: 88.32 g; Kw. tł. nasy.: 25.1 g; W: 334.91 g; W tym cukry: 40.09 g; Bł.: 56.45 g; Sól: 8.29 g; WW: 27.86 Por; Ener. z B: 14.38 %; Ener. z W: 47.34 %; Ener. z T: 33.78 %; Ener. z Bł.: 4.8 %; K: 5958.52 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-01-10 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzyca nerkowa		
Salata zielona z olejem 50 g , Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 120 g , Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>), Baton szynkowy z kurczątką 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,	Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka)*() 400 ml (<u>SEL, GLU JECZ</u>), Ziemniaki z tłuszczem () 250 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g , Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml ,	Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 120 g , Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>), Twarożek 30 g (<u>MLE</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,
II Śniadanie: Jabłko pieczone 1szt. 1 szt ,	Podwieczorek: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt , Wafle ryżowe 60 g ,	

Wartości odżywcze: E: 2331.78 kcal; B: 46.83 g; T: 86.22 g; Kw. tł. nasy.: 27.76 g; W: 344.36 g; W tym cukry: 36.57 g; Bł.: 41.75 g; Sól: 6.82 g; WW: 30.21 Por; Ener. z B: 8.03 %; Ener. z W: 51.91 %; Ener. z T: 33.28 %; Ener. z Bł.: 3.58 %; K: 3870.36 mg;

środa 2024-01-10 Jadłospis dla diety: SZ-UL Nerkowa		
Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g , Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>), Baton szynkowy z kurczątką 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,	Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka)*() 400 ml (<u>SEL, GLU JECZ</u>), Ziemniaki z tłuszczem () 250 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g , Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g , Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>), Twarożek 30 g (<u>MLE</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
	Podwieczorek: Banan 1szt. 1 szt , Podpiomyki b/c 50 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2313.64 kcal; B: 45.31 g; T: 75.8 g; Kw. tł. nasy.: 26.46 g; W: 367.86 g; W tym cukry: 91.42 g; Bł.: 39.49 g; Sól: 6.12 g; WW: 32.81 Por; Ener. z B: 7.83 %; Ener. z W: 56.77 %; Ener. z T: 29.49 %; Ener. z Bł.: 3.41 %; K: 4559.27 mg;

środa 2024-01-10 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dna moczaniowa		
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>), Papryka świeża 50 g , Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*() 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>), Ziemniaki () 200 g , Kotlety z brokuła* 200 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g , Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Pomidor 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt ,	

Wartości odżywcze: E: 2538.26 kcal; B: 87.55 g; T: 89.23 g; Kw. tł. nasy.: 30.19 g; W: 358.29 g; W tym cukry: 70.48 g; Bł.: 34.7 g; Sól: 6.17 g; WW: 32.36 Por; Ener. z B: 13.8 %; Ener. z W: 50.99 %; Ener. z T: 31.64 %; Ener. z Bł.: 2.73 %; K: 4441.34 mg;

środa 2024-01-10 Jadłospis dla diety: SZ-UL Atopowa		
Wafle ryżowe 40 g , Margaryna porcjowa 15g 2 szt , Filet z indyka gotowany 100 g , Ogórek świeży 150 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,	Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka, bez selera)*() 400 ml (<u>GLU JECZ</u>), Ziemniaki () 200 g , Gołąbki zawijane z kapustą ryżem i mięsem z indyka (bez jaj) ATOPOWA 240 g , Sos jarzynowy (bez selera, bez glutenu) 100 ml , Brokuł gotowany* 150 g , Woda źródłana 250 ml ,	Zapiekanka z ziemniaków i warzyw*- dieta Atopowa 400 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,
II Śniadanie: Kisiel z jabłek z/c* 200 ml ,	Podwieczorek: Ryż na wodzie 200 ml , Mus z jabłek () z/c 150 g ,	

Wartości odżywcze: E: 2115.5 kcal; B: 110.25 g; T: 58.88 g; Kw. tł. nasy.: 14.2 g; W: 297.43 g; W tym cukry: 43.15 g; Bł.: 28.08 g; Sól: 3.69 g; WW: 26.9 Por; Ener. z B: 20.85 %; Ener. z W: 50.93 %; Ener. z T: 25.05 %; Ener. z Bł.: 2.65 %; K: 5862.78 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-01-10 Jadłospis dla diety: SZ-UL Niemowlaki		
Płatki owsiane na mleku 200 ml (<u>MLE, GLU OW</u>), Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*() 200 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>), Ziemniaki () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Buraczki oprószane () 150 g (<u>GLU PSZ</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Szynekowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g, Pomidor b/skórki 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Ryż na mleku z dżemem 200 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 1838.37 kcal; B: 89.29 g; T: 36.03 g; Kw. tł. nasy.: 19.72 g; W: 295.38 g; W tym cukry: 81.88 g; Bł.: 20.07 g; Sól: 4.38 g; WW: 27.57 Por; Ener. z B: 19.43 %; Ener. z W: 59.9 %; Ener. z T: 17.64 %; Ener. z Bł.: 2.18 %; K: 4025.24 mg;

środa 2024-01-10 Jadłospis dla diety: SZ-UL papkowata niemowlaki		
Płatki owsiane na mleku 200 ml (<u>MLE, GLU OW</u>), Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*() 200 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>), Ziemniaki () 150 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos jarzynowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Buraczki oprószane () 150 g (<u>GLU PSZ</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 100 g (<u>SEL</u>), Marchew gotowana z olejem* 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml, Ryż na wywarze jarzynowym 200 ml (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Ryż na mleku z dżemem 200 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 1929.99 kcal; B: 89.88 g; T: 45.63 g; Kw. tł. nasy.: 20.85 g; W: 297.12 g; W tym cukry: 84.3 g; Bł.: 21.95 g; Sól: 3.67 g; WW: 27.56 Por; Ener. z B: 18.63 %; Ener. z W: 57.03 %; Ener. z T: 21.28 %; Ener. z Bł.: 2.27 %; K: 4023.42 mg;

środa 2024-01-10 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>), Serek Fromage 80 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Papryka świeża 150 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*() 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>), Ziemniaki () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g, Sałatka szwedzka z olejem 100 g (<u>GOR</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>), Pasta z fasoli 100 g, Pomidor 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Surówka z selera i marchwi z olejem () 150 g (<u>SEL</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2699.05 kcal; B: 98.01 g; T: 110.27 g; Kw. tł. nasy.: 49.78 g; W: 350.62 g; W tym cukry: 89.36 g; Bł.: 54.87 g; Sól: 7.3 g; WW: 29.78 Por; Ener. z B: 14.53 %; Ener. z W: 43.83 %; Ener. z T: 36.77 %; Ener. z Bł.: 4.07 %; K: 6400.31 mg;

środa 2024-01-10 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>), Serek Fromage 80 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Papryka świeża 150 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*() 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>), Ziemniaki () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml, Sałatka szwedzka z olejem 100 g (<u>GOR</u>),	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pasta z fasoli 100 g, Pomidor 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Surówka z selera i marchwi z olejem () 150 g (<u>SEL</u>), Gruszka 1szt. 150 g,	

Wartości odżywcze: E: 2915.05 kcal; B: 101.47 g; T: 115.38 g; Kw. tł. nasy.: 52.69 g; W: 392.74 g; W tym cukry: 104.88 g; Bł.: 61.38 g; Sól: 7.76 g; WW: 33.31 Por; Ener. z B: 13.92 %; Ener. z W: 45.47 %; Ener. z T: 35.62 %; Ener. z Bł.: 4.21 %; K: 6690.16 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-01-10 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dieta Mamy III trymestr		
Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Serek Fromage 80 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Papryka świeża 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>),	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*() 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>), Ziemniaki () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml, Sałatka szwedzka z olejem 100 g (<u>GOR</u>),	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g, Pasta z fasoli 50 g, Pomidor 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Surówka z selera i marchwi z olejem () 200 g (<u>SEL</u>), Gruszka 1szt. 150 g,	

Wartości odżywcze: E: 3095.26 kcal; B: 113.46 g; T: 122.51 g; Kw. tł. nasy.: 56.17 g; W: 409.24 g; W tym cukry: 119.75 g; Bł.: 60.63 g; Sól: 8.37 g; WW: 35.04 Por; Ener. z B: 14.66 %; Ener. z W: 45.05 %; Ener. z T: 35.62 %; Ener. z Bł.: 3.92 %; K: 6919.59 mg;

środa 2024-01-10 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dieta Mamy Okres Laktacji		
Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Serek Fromage 80 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Papryka świeża 150 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*() 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>), Ziemniaki () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Sałatka szwedzka z olejem 100 g (<u>GOR</u>), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g, 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>), Pasta z fasoli 100 g, Pomidor 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Mieszanka studencka 20 g (<u>OZI, ORZ</u>), Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Surówka z selera i marchwi z olejem () 150 g (<u>SEL</u>), Gruszka 1szt. 150 g,	

Wartości odżywcze: E: 3225.75 kcal; B: 115.73 g; T: 128.17 g; Kw. tł. nasy.: 56.02 g; W: 429.66 g; W tym cukry: 117.24 g; Bł.: 62.61 g; Sól: 7.93 g; WW: 36.89 Por; Ener. z B: 14.35 %; Ener. z W: 45.52 %; Ener. z T: 35.76 %; Ener. z Bł.: 3.88 %; K: 7128.46 mg;

środa 2024-01-10 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cięża mnoga (wysokobiałkowa)		
Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW</u>), Chleb Graham 80 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Baton szynkowy z kurcząt 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Papryka świeża 150 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*() 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>), Ziemniaki () 250 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 180 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Sałatka szwedzka z olejem 100 g (<u>GOR</u>), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g, 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% 10 g (<u>MLE</u>), Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 60 g, Pomidor 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, Pasta z fasoli 100 g,
II Śniadanie: Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Chleb razowy pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Surówka z selera i marchwi z olejem () b/c 150 g (<u>SEL</u>), Gruszka 1szt. 150 g,	

Wartości odżywcze: E: 3223.3 kcal; B: 164.19 g; T: 98.25 g; Kw. tł. nasy.: 33.58 g; W: 447.62 g; W tym cukry: 112.13 g; Bł.: 60.94 g; Sól: 10.74 g; WW: 38.87 Por; Ener. z B: 20.38 %; Ener. z W: 47.99 %; Ener. z T: 27.43 %; Ener. z Bł.: 3.78 %; K: 7698.33 mg;

środa 2024-01-10 Jadłospis dla diety: SZ-UL Posiłki regeneracyjne		
	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*() 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>), Ziemniaki () 250 g, Kotlet mielony wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sałatka szwedzka z olejem 150 g (<u>GOR</u>), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g,	

Wartości odżywcze: E: 1216.17 kcal; B: 42.12 g; T: 46.76 g; Kw. tł. nasy.: 6.5 g; W: 164.16 g; W tym cukry: 17.97 g; Bł.: 17.15 g; Sól: 4.15 g; WW: 14.65 Por; Ener. z B: 13.85 %; Ener. z W: 48.35 %; Ener. z T: 34.6 %; Ener. z Bł.: 2.82 %; K: 3612.04 mg;

Jadłospis dla oddziałów

środa 2024-01-10 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>), Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), Papryka świeża 50 g, Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*(<u>)</u> 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>), Ziemniaki (<u>)</u> 200 g, Kottlet mielony wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Sałatka szwedzka z olejem 100 g (<u>GOR</u>), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem (<u>)</u> 100 g, 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>), Pasta z fasoli 100 g, Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
	Podwieczorek: Bułka maślana 1 szt 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	

Wartości odżywcze: E: 3229.82 kcal; B: 114.11 g; T: 111.15 g; Kw. tł. nasy.: 43.06 g; W: 465.64 g; W tym cukry: 75.09 g; Bł.: 46.69 g; Sól: 10.31 g; WW: 41.95 Por; Ener. z B: 14.13 %; Ener. z W: 51.89 %; Ener. z T: 30.97 %; Ener. z Bł.: 2.89 %; K: 5457.41 mg;

środa 2024-01-10 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>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Papryka świeża 50 g, Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*(<u>)</u> 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>), Ziemniaki (<u>)</u> 250 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem (<u>)</u> 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>), Szyunkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g, Pomidor b/skórki 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
	Podwieczorek: Bułka maślana 1 szt 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	

Wartości odżywcze: E: 2495.91 kcal; B: 103.16 g; T: 69.78 g; Kw. tł. nasy.: 29.14 g; W: 376.48 g; W tym cukry: 74.2 g; Bł.: 25.51 g; Sól: 6.09 g; WW: 35.2 Por; Ener. z B: 16.53 %; Ener. z W: 56.25 %; Ener. z T: 25.16 %; Ener. z Bł.: 2.04 %; K: 4780.45 mg;

środa 2024-01-10 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa CH Broniewskiego		
Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW</u>), Chleb razowy żytnio-pszenno 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Rzodkiew biała 50 g, Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*(<u>)</u> 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>), Ziemniaki (<u>)</u> 250 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Sałatka szwedzka z olejem 100 g (<u>GOR</u>), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenno 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Szyunkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g, Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb razowy pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Papryka świeża 100 g,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenno 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Surówka z selera i marchwi z olejem (<u>)</u> b/c 150 g (<u>SEL</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2516.4 kcal; B: 106.19 g; T: 72.38 g; Kw. tł. nasy.: 26.71 g; W: 388.81 g; W tym cukry: 55.45 g; Bł.: 57.81 g; Sól: 9.21 g; WW: 33.33 Por; Ener. z B: 16.88 %; Ener. z W: 52.61 %; Ener. z T: 25.89 %; Ener. z Bł.: 4.59 %; K: 6222.07 mg;

środa 2024-01-10 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa NCH Police Diabetologia		
Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Rzodkiew biała 50 g, Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*(<u>)</u> 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>), Ziemniaki (<u>)</u> 250 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 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 kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g,	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Szyunkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g, Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Papryka świeża 100 g,	Podwieczorek: Surówka z selera i marchwi z olejem (<u>)</u> b/c 150 g (<u>SEL</u>),	

Wartości odżywcze: E: 1964 kcal; B: 94.4 g; T: 51.35 g; Kw. tł. nasy.: 17.37 g; W: 304.05 g; W tym cukry: 38.26 g; Bł.: 44.89 g; Sól: 6.7 g; WW: 26.13 Por; Ener. z B: 19.23 %; Ener. z W: 52.78 %; Ener. z T: 23.53 %; Ener. z Bł.: 4.57 %; K: 5453.65 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-01-10 Jadłospis dla diety: SZ-UL Lekkostrawna Police		
Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW</u>), Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Jablko pieczone 1szt. 1 szt, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*() 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>), Ziemniaki () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Szyunkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g, Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
	Podwieczorek: Bułka maślana 1 szt 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	

Wartości odżywcze: E: 2489.27 kcal; B: 101.63 g; T: 70 g; Kw. tł. nasy.: 29.14 g; W: 375.95 g; W tym cukry: 85.87 g; Bł.: 26.19 g; Sól: 5.96 g; WW: 35.03 Por; Ener. z B: 16.33 %; Ener. z W: 56.2 %; Ener. z T: 25.31 %; Ener. z Bł.: 2.1 %; K: 4480.34 mg;

środa 2024-01-10 Jadłospis dla diety: SZ-UL Neutropeniczna		
Makaron na mleku/p. 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna 75g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ</u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>), Krakowska sucha wieprzowa 100g-kielbasa wieprzowa grubo rozdrobniona, wędzona, parzona, suszona w plasterach 1 szt, Kisiel instant 1 szt. 200 ml, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Pomidorowa z ryżem * OTS 400 ml (<u>MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Filet z indyka pieczony 150 g, Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Marchew gotowana z olejem* 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna 75g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ</u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>), Przymak owocowy do smarowania 25g 25 g, Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
	Podwieczorek: Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>), Galaretka o smaku truskawkowym 200 g, Rogal maślany 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	

Wartości odżywcze: E: 2963.99 kcal; B: 141.83 g; T: 74.52 g; Kw. tł. nasy.: 35.98 g; W: 440.13 g; W tym cukry: 58.15 g; Bł.: 24.38 g; Sól: 10.29 g; WW: 41.58 Por; Ener. z B: 19.14 %; Ener. z W: 56.11 %; Ener. z T: 22.63 %; Ener. z Bł.: 1.65 %; K: 3746.02 mg;

środa 2024-01-10 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa OTS neutropeniczna		
Makaron na mleku/p. 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna 75g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ</u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>), Krakowska sucha wieprzowa 100g-kielbasa wieprzowa grubo rozdrobniona, wędzona, parzona, suszona w plasterach 1 szt, Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,	Pomidorowa z ryżem * OTS 400 ml (<u>MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Filet z indyka pieczony 150 g, Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Marchew gotowana z olejem* 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna 75g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ</u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Marchwianka* 200 ml, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
	Podwieczorek: Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml, Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2498.19 kcal; B: 133.27 g; T: 66.79 g; Kw. tł. nasy.: 33.03 g; W: 353.21 g; W tym cukry: 56.67 g; Bł.: 28.25 g; Sól: 9.48 g; WW: 32.57 Por; Ener. z B: 21.34 %; Ener. z W: 52.03 %; Ener. z T: 24.06 %; Ener. z Bł.: 2.26 %; K: 4735.05 mg;

środa 2024-01-10 Jadłospis dla diety: SZ-UL Antydyspeptyczna		
Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml, Suchary b/c 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>), Kleik ryżowy na wodzie 250 g,	Grysikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Marchew gotowana z olejem* 100 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,	Kleik ryżowy na wodzie 200 g, Suchary b/c 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Kisiel z jagód b/c * 200 ml, Suchary b/c 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,	Podwieczorek: Marchwianka. 200 ml, Suchary b/c 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,	

Wartości odżywcze: E: 1573.79 kcal; B: 42.37 g; T: 22.34 g; Kw. tł. nasy.: .68 g; W: 305.17 g; W tym cukry: 12.94 g; Bł.: 15.64 g; Sól: 1.78 g; WW: 29.05 Por; Ener. z B: 10.77 %; Ener. z W: 73.59 %; Ener. z T: 12.78 %; Ener. z Bł.: 1.99 %; K: 2240.36 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-01-10 Jadłospis dla diety: SZ-UL Ściśła		
Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Szyunka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 50 g (<u>GLU PSZ. SOJ.</u>),		Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Szyunka z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g,

Wartości odżywcze: E: 766.37 kcal; B: 33.31 g; T: 32.01 g; Kw. tł. nasy.: 19.5 g; W: 87.48 g; W tym cukry: 2 g; Bł.: 2.7 g; Sól: 3.61 g; WW: 8.48 Por; Ener. z B: 17.38 %; Ener. z W: 44.25 %; Ener. z T: 37.59 %; Ener. z Bł.: .7 %; K: 176.34 mg;

środa 2024-01-10 Jadłospis dla diety: SZ-UL Ściśła I		
Kleik ryżowy na wodzie 300 g, Suchary b/c 50 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,	Kleik ryżowy na wodzie 300 g, Suchary b/c 50 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,	Kleik ryżowy na wodzie 300 g, Suchary b/c 50 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,

Wartości odżywcze: E: 1103.06 kcal; B: 29.98 g; T: 12.14 g; Kw. tł. nasy.: .23 g; W: 217.4 g; W tym cukry: .29 g; Bł.: 3.51 g; Sól: .32 g; WW: 21.47 Por; Ener. z B: 10.87 %; Ener. z W: 77.56 %; Ener. z T: 9.9 %; Ener. z Bł.: .64 %; K: 200.74 mg;

środa 2024-01-10 Jadłospis dla diety: SZ-UL Ściśła II		
Kleik ryżowy na wodzie 300 g, Suchary b/c 50 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u>), Grysikowa * 300 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,	Kleik ryżowy na wodzie 300 g, Suchary b/c 50 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u>), Grysikowa * 300 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,	Kleik ryżowy na wodzie 300 g, Suchary b/c 50 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u>), Grysikowa * 300 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,

Wartości odżywcze: E: 1362.02 kcal; B: 37.31 g; T: 13.19 g; Kw. tł. nasy.: .36 g; W: 274.26 g; W tym cukry: 2.88 g; Bł.: 7.45 g; Sól: 1.51 g; WW: 26.72 Por; Ener. z B: 10.96 %; Ener. z W: 78.36 %; Ener. z T: 8.72 %; Ener. z Bł.: 1.09 %; K: 451.3 mg;

środa 2024-01-10 Jadłospis dla diety: SZ-UL Ściśła III		
Kleik ryżowy na wodzie 300 g, Suchary b/c 50 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,	Grysikowa * 300 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g, Pulpet drobiowy z indyka 90 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>), Marchew gotowana z olejem* 100 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,	Kleik ryżowy na wodzie 300 g, Suchary b/c 50 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,

Wartości odżywcze: E: 1302.15 kcal; B: 48.77 g; T: 18.23 g; Kw. tł. nasy.: .95 g; W: 239.88 g; W tym cukry: 6.84 g; Bł.: 11.95 g; Sól: 1.68 g; WW: 22.9 Por; Ener. z B: 14.98 %; Ener. z W: 70.02 %; Ener. z T: 12.6 %; Ener. z Bł.: 1.84 %; K: 1923.26 mg;

środa 2024-01-10 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bariatryczna		
Zupa jarzynowa z drobiem *. 200 ml (<u>SEL.</u>), Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),	Zupa jarzynowa z drobiem *. 200 ml (<u>SEL.</u>),	Kisiel z jagód b/c * 200 ml, Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),
II Śniadanie: Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),	Podwieczorek: Kasza kukurydziana z jabłkiem prażonym 200 g (<u>MLE.</u>), Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),	

Wartości odżywcze: E: 881.75 kcal; B: 59.85 g; T: 31.95 g; Kw. tł. nasy.: 10.33 g; W: 91.49 g; W tym cukry: 18.88 g; Bł.: 4.54 g; Sól: .96 g; WW: 8.77 Por; Ener. z B: 27.15 %; Ener. z W: 39.45 %; Ener. z T: 32.61 %; Ener. z Bł.: 1.03 %; K: 998.17 mg;

środa 2024-01-10 Jadłospis dla diety: SZ-UL NZJ I (nieswoiste zapalenie jelit)		
Jarzynowa z ziemniakami (*)-dieta b/brokula i kalafiora. 400 ml (<u>SEL.</u>),	Zupa jarzynowa z drobiem * 400 ml (<u>SEL.</u>),	Jarzynowa z ziemniakami (*)-dieta b/brokula i kalafiora. 400 ml (<u>SEL.</u>),
II Śniadanie: Kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem prażonym 300 ml, Kisiel z jagód b/c * 200 ml,	Podwieczorek: Marchwianka. 150 ml, Kleik ryżowy na wodzie 200 g,	

Wartości odżywcze: E: 1107.78 kcal; B: 35.41 g; T: 30.64 g; Kw. tł. nasy.: 2.39 g; W: 183.04 g; W tym cukry: 26.3 g; Bł.: 18.19 g; Sól: 1.71 g; WW: 16.48 Por; Ener. z B: 12.79 %; Ener. z W: 59.52 %; Ener. z T: 24.89 %; Ener. z Bł.: 3.28 %; K: 3078.32 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-01-10 Jadłospis dla diety: SZ-UL NZJ II (nieswoiste zapalenie jelit)		
Makaron 150 g (<u>GLU PSZ</u>), Kurczak gotowany 80 g, Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,	Grysikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Ryba gotowana (Dorsz) 80 g (<u>RYB</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 60 g (<u>SEL</u>), Marchew gotowana z olejem* 100 g, Kompot owocowy* b/c 200 ml,	Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml, Ryż z jabłkami b/cukru 300 g,
II Śniadanie: Kasza manna na wodzie z jabłkiem prażonym 300 ml (<u>GLU PSZ</u>),	Podwieczorek: Makaron 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL</u>),	

Wartości odżywcze: E: 1839.32 kcal; B: 76.79 g; T: 39.71 g; Kw. tł. nasy.: 6.71 g; W: 310.07 g; W tym cukry: 33.2 g; Bł.: 29.74 g; Sól: 2.94 g; WW: 27.96 Por; Ener. z B: 16.7 %; Ener. z W: 60.96 %; Ener. z T: 19.43 %; Ener. z Bł.: 3.23 %; K: 3749.15 mg;

środa 2024-01-10 Jadłospis dla diety: SZ-UL NZJ III (nieswoiste zapalenie jelit)		
Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Szynka wieprzowa duszona 40 g, Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>),	Barszcz czerwony z ziemniakami - dieta (*) 400 ml (<u>SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Filet z kurczaka gotowany 80 g, Marchew gotowana z olejem* 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Ryż na sypko 100 g, Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g (<u>GLU PSZ SEL</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Biszkoty b/m 50 g (<u>GLU PSZ JAJ SOJ</u>), Kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem prażonym 200 ml,	Podwieczorek: Bułka maślana 50g 1 szt (<u>GLU PSZ JAJ MLE</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,	

Wartości odżywcze: E: 2074.53 kcal; B: 99.92 g; T: 51.32 g; Kw. tł. nasy.: 11.85 g; W: 316.04 g; W tym cukry: 29.69 g; Bł.: 24.44 g; Sól: 3.79 g; WW: 29.15 Por; Ener. z B: 19.27 %; Ener. z W: 56.23 %; Ener. z T: 22.26 %; Ener. z Bł.: 2.36 %; K: 4700.4 mg;

środa 2024-01-10 Jadłospis dla diety: SZ-UL Pokrzywkowa		
Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Marchew gotowana z olejem* 100 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera)* 400 ml (<u>GLU PSZ</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>), Gulasz z udźca z indyka z warzywami (bez selera) 200 ml (<u>GLU PSZ</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt,	Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Filet z indyka gotowany 100 g, Brokuł gotowany* 100 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Gruszka 2szt. 300 g,	Podwieczorek: Kasza manna na mleku 200 ml (<u>GLU PSZ MLE</u>), Mus z jabłek () z/c 150 g,	

Wartości odżywcze: E: 2121.57 kcal; B: 101.24 g; T: 59.84 g; Kw. tł. nasy.: 27.27 g; W: 311.28 g; W tym cukry: 74.67 g; Bł.: 35.76 g; Sól: 5.54 g; WW: 27.4 Por; Ener. z B: 19.09 %; Ener. z W: 51.95 %; Ener. z T: 25.39 %; Ener. z Bł.: 3.37 %; K: 3835.32 mg;

środa 2024-01-10 Jadłospis dla diety: SZ-UL Uboga w alergeny		
Waflę ryżowe 40 g, Margaryna porcjowa 15g 2 szt, Filet z indyka gotowany 100 g, Ogórek świeży 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml,	Kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera) (*) 400 ml (<u>GLU PSZ</u>), Ziemniaki () 200 g, Pulpet drobiowy z indyka (bez jaj) 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Brokuł gotowany* 150 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt,	Waflę ryżowe 40 g, Margaryna porcjowa 15g 2 szt, Udziec z indyka b/s b/k 100 g, Ogórek świeży 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml,
II Śniadanie: Kleik ryżowy na wodzie 300 g,	Podwieczorek: Ryż na wodzie 300 ml,	

Wartości odżywcze: E: 2044.7 kcal; B: 107.57 g; T: 64.06 g; Kw. tł. nasy.: 19.51 g; W: 268.28 g; W tym cukry: 31.45 g; Bł.: 19.48 g; Sól: 3.3 g; WW: 24.67 Por; Ener. z B: 21.04 %; Ener. z W: 48.67 %; Ener. z T: 28.2 %; Ener. z Bł.: 1.91 %; K: 4813.25 mg;

