

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: SSPSK Nr 1 PUM Szczecin		
Sniadanie - II Sniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2024-01-14 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>), Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 100 g (<u>MLE</u>), Pomidor 50 g, Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g, Kurczak pieczony 200 g, Surówka Coleslaw 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 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>), Salami kielbasa wieprzowo-wołowa drobno rozdrobniona surowo wędzona, dojrzewająca, wędzona. 50 g (<u>SOJ, SEL, GOR.</u>), Salata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
	Podwieczorek: Kefir 1,5% t 150g 1 Por (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2453.56 kcal; B: 123.05 g; T: 99.62 g; Kw. tł. nasy.: 41.75 g; W: 276.1 g; W tym cukry: 50.26 g; Bł.: 24.65 g; Sól: 7.8 g; WW: 25.35 Por; Ener. z B: 369.42 %; Ener. z W: 816.59 %; Ener. z T: 583.83 %; Ener. z Bł.: 66.45 %; K: 3988.28 mg;

niedziela 2024-01-14 Jadłospis dla diety: SZ-UL Normalna dla dzieci		
Bułka pszenna 75g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ.</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 100 g (<u>MLE</u>), Dżem 50 g, Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g, Kurczak pieczony 200 g, Surówka Coleslaw 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 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>), Salami kielbasa wieprzowo-wołowa drobno rozdrobniona surowo wędzona, dojrzewająca, wędzona. 70 g (<u>SOJ, SEL, GOR.</u>), Salata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Sniadanie: Gruszka 1szt. 150 g,	Podwieczorek: Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2740.79 kcal; B: 132.87 g; T: 107.4 g; Kw. tł. nasy.: 45.25 g; W: 316.15 g; W tym cukry: 91.38 g; Bł.: 22.12 g; Sól: 8.36 g; WW: 29.48 Por; Ener. z B: 375.84 %; Ener. z W: 940.95 %; Ener. z T: 612.04 %; Ener. z Bł.: 59.61 %; K: 4015.5 mg;

niedziela 2024-01-14 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>), Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 100 g (<u>MLE</u>), Pomidor 100 g, Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Bulion warzywny z makaronem *. 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g, Kotletry sojowe 100 g (<u>SOJ</u>), Surówka Coleslaw 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 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 ciecierzycy z warzywami () 100 g (<u>SEL</u>), Papryka świeża 100 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Sniadanie: Gruszka 1szt. 150 g,	Podwieczorek: Kefir 1,5% t 150g 1 Por (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2268 kcal; B: 89.35 g; T: 67.05 g; Kw. tł. nasy.: 27.23 g; W: 332.44 g; W tym cukry: 70.09 g; Bł.: 44.1 g; Sól: 5.67 g; WW: 29.08 Por; Ener. z B: 390.14 %; Ener. z W: 1008.33 %; Ener. z T: 528.33 %; Ener. z Bł.: 99.86 %; K: 3448.66 mg;

niedziela 2024-01-14 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bezmleczna		
Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb Graham 40 g (<u>GLU PSZ</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g, Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g, Kurczak pieczony 200 g, Surówka wielowarzynna z olejem b/c () 100 g (<u>SEL</u>), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 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 2 szt, Pasta z ciecierzycy z warzywami () 150 g (<u>SEL</u>), Salata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Sniadanie: Gruszka 1szt. 150 g,	Podwieczorek: Kisiel z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 250 ml,	

Wartości odżywcze: E: 2523.58 kcal; B: 108.35 g; T: 98.35 g; Kw. tł. nasy.: 25.26 g; W: 308.63 g; W tym cukry: 58.98 g; Bł.: 35.24 g; Sól: 7.57 g; WW: 27.41 Por; Ener. z B: 303.45 %; Ener. z W: 960.02 %; Ener. z T: 580.73 %; Ener. z Bł.: 88.84 %; K: 3539.24 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-01-14 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, Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g, Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Kurczak pieczony 200 g, Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (<u>SEL</u>), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 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 2 szt, Pasta z ciecierzycy z warzywami () 150 g (<u>SEL</u>), Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Gruszka 1szt. 150 g,	Podwieczorek: Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 200 ml,	

Wartości odżywcze: E: 2596.31 kcal; B: 109.83 g; T: 99.06 g; Kw. tł. nasy.: 25.38 g; W: 325.72 g; W tym cukry: 57.46 g; Bł.: 39.48 g; Sól: 8.01 g; WW: 28.7 Por; Ener. z B: 309.66 %; Ener. z W: 991.94 %; Ener. z T: 585.75 %; Ener. z Bł.: 94.7 %; K: 3667.64 mg;

niedziela 2024-01-14 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bezglutenowa		
Chleb bezglutenowy 100 g, Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g (<u>MLE</u>), Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Rosół z makaronem (bez glutenu)* 400 ml (<u>SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Kurczak pieczony 200 g, Surówka Coleslaw: 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR</u>), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml.	Chleb bezglutenowy 100 g, Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pasta z ciecierzycy z warzywami () 150 g (<u>SEL</u>), Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Gruszka 1szt. 150 g,	Podwieczorek: Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 200 ml,	

Wartości odżywcze: E: 2588.52 kcal; B: 102.93 g; T: 108.82 g; Kw. tł. nasy.: 32.91 g; W: 300.77 g; W tym cukry: 62.99 g; Bł.: 27.79 g; Sól: 2.85 g; WW: 27.44 Por; Ener. z B: 287.24 %; Ener. z W: 975.83 %; Ener. z T: 526.9 %; Ener. z Bł.: 81.4 %; K: 3525.45 mg;

niedziela 2024-01-14 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bezglutenowa, bez mleka		
Chleb bezglutenowy 100 g, Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Szynekowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g, Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Rosół z makaronem (bez glutenu)*. 400 ml (<u>SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Kurczak pieczony 200 g, Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml, Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (<u>SEL</u>),	Chleb bezglutenowy 100 g, Margaryna porcjowa 15g 2 szt, Pasta z ciecierzycy z warzywami () 150 g (<u>SEL</u>), Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Gruszka 1szt. 150 g,	Podwieczorek: Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 200 ml,	

Wartości odżywcze: E: 2572.76 kcal; B: 95.12 g; T: 113 g; Kw. tł. nasy.: 24.84 g; W: 294.86 g; W tym cukry: 56.47 g; Bł.: 27.68 g; Sól: 4.61 g; WW: 26.72 Por; Ener. z B: 271.39 %; Ener. z W: 954.35 %; Ener. z T: 626.61 %; Ener. z Bł.: 82.99 %; K: 3407.19 mg;

niedziela 2024-01-14 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>), Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 100 g (<u>MLE</u>), Pomidor 150 g, Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Kurczak pieczony 200 g, Surówka Coleslaw 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR</u>), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g, 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>), Pasta z ciecierzycy z warzywami () 100 g (<u>SEL</u>), Ogórek świeży 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Gruszka 1szt. 150 g,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Surówka z rzepy białej i jabłka () 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2631.46 kcal; B: 123.44 g; T: 102.38 g; Kw. tł. nasy.: 40.04 g; W: 319.96 g; W tym cukry: 75.89 g; Bł.: 48.93 g; Sól: 5.77 g; WW: 27.25 Por; Ener. z B: 404.29 %; Ener. z W: 1204.93 %; Ener. z T: 625.48 %; Ener. z Bł.: 128.9 %; K: 5328.46 mg;

niedziela 2024-01-14 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>), Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 150 g (<u>MLE</u>), Dżem 70 g, Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Kurczak gotowany 200 g, Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (<u>SEL</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>), Baton szynkowy z kurczak 100 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>), Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
	Podwieczorek: Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2429.37 kcal; B: 134.04 g; T: 98.7 g; Kw. tł. nasy.: 36.76 g; W: 262.61 g; W tym cukry: 75.54 g; Bł.: 19.04 g; Sól: 6.69 g; WW: 24.5 Por; Ener. z B: 432.84 %; Ener. z W: 822.2 %; Ener. z T: 674.18 %; Ener. z Bł.: 59.25 %; K: 3991.57 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-01-14 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dzieci łatwo strawna		
Płatki owsiane na mleku . 300 ml (MLE, GLU OW), Bułka pszenna długa krojona 75 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 16.67 g (MLE), Twarożek 100 g (MLE), Dżem 70 g , Kawa z mlekkiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ),	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL), Ziemniaki () 200 g , Kurczak gotowany 200 g , Sos koperkowy * 100 ml (GLU PSZ, MLE), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (SEL), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c - 200 ml ,	Bułka pszenna długa krojona 75 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 16.67 g (MLE), Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR), Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Gruszka 1szt. 150 g ,	Podwieczorek: Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE),	

Wartości odżywcze: E: 2643.41 kcal; B: 132.03 g; T: 97.32 g; Kw. tł. nasy.: 38.84 g; W: 321.14 g; W tym cukry: 105.43 g; Bł.: 23.96 g; Sól: 5.7 g; WW: 29.76 Por; Ener. z B: 400.48 %; Ener. z W: 1019.75 %; Ener. z T: 644.13 %; Ener. z Bł.: 66.54 %; K: 4686.55 mg;

niedziela 2024-01-14 Jadłospis dla diety: SZ-UL Trzustkowa/Wątrobowa		
Masło extra 82% 5 g (MLE), Twarożek 150 g (MLE), Dżem 50 g , Kawa z mlekkiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ), Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ),	Grycikowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL), Ziemniaki () 200 g , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g , Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (SEL), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 5 g (MLE), Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR), Cukinia pieczona z olejem * 100 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ), Miód (25g) 1 szt., Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt ,	Podwieczorek: Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE),	

Wartości odżywcze: E: 2308.54 kcal; B: 106.58 g; T: 50.12 g; Kw. tł. nasy.: 16.72 g; W: 368.02 g; W tym cukry: 70.5 g; Bł.: 21.59 g; Sól: 6.33 g; WW: 34.71 Por; Ener. z B: 396.07 %; Ener. z W: 1068.71 %; Ener. z T: 442.72 %; Ener. z Bł.: 54.77 %; K: 4171.59 mg;

niedziela 2024-01-14 Jadłospis dla diety: SZ-UL Żołądkowa		
Bułka pszenna długa krojona 75 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 16.67 g (MLE), Twarożek 150 g (MLE), Dżem 70 g , Kawa z mlekkiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ),	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL), Ziemniaki () 200 g , Kurczak gotowany 200 g , Sos koperkowy * 100 ml (GLU PSZ, MLE), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (SEL), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Bułka pszenna długa krojona 75 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 16.67 g (MLE), Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR), Cukinia pieczona z olejem * 150 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
	Podwieczorek: Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 200 ml ,	

Wartości odżywcze: E: 2458.7 kcal; B: 123.95 g; T: 97.38 g; Kw. tł. nasy.: 35.88 g; W: 281.06 g; W tym cukry: 86.45 g; Bł.: 20.68 g; Sól: 5.63 g; WW: 26.07 Por; Ener. z B: 314.92 %; Ener. z W: 858.74 %; Ener. z T: 640.24 %; Ener. z Bł.: 47.59 %; K: 4319.62 mg;

niedziela 2024-01-14 Jadłospis dla diety: SZ-UL Specjalna bezmleczna		
Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Margaryna porcjowa 15g 1 szt., Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g , Dynia z wody 100 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL), Ziemniaki () 200 g , Kurczak gotowany 200 g , Sos koperkowy *(bez mleka) 100 ml (GLU PSZ), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (SEL), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Margaryna porcjowa 15g 2 szt., Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g , Cukinia pieczona z olejem * 150 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Jabłko pieczone 1szt. 1 szt ,	Podwieczorek: Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 200 ml ,	

Wartości odżywcze: E: 2391.9 kcal; B: 112.51 g; T: 92.47 g; Kw. tł. nasy.: 24.85 g; W: 289.28 g; W tym cukry: 67.02 g; Bł.: 25.97 g; Sól: 7.7 g; WW: 26.16 Por; Ener. z B: 308.98 %; Ener. z W: 908.97 %; Ener. z T: 613.85 %; Ener. z Bł.: 66.58 %; K: 4369.75 mg;

niedziela 2024-01-14 Jadłospis dla diety: SZ-UL Papkowata		
Płatki owsiane na mleku . 300 ml (MLE, GLU OW), Bułka pszenna długa krojona 75 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 16.67 g (MLE), Twarożek 100 g (MLE), Dżem 50 g , Kawa z mlekkiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ),	Rosół z makaronem 400 ml (GLU PSZ, SEL), Ziemniaki () 200 g , Pulpet drobiowy 90 g (GLU PSZ, JAJ), Sos koperkowy * 100 ml (GLU PSZ, MLE), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (SEL), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Ryż na wywarze jarzynowym. 300 ml (SEL), Bułka pszenna długa krojona 75 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 16.67 g (MLE), Pasta z wędliną drob wp i natką pietruszki. 100 g (może zawierać: MLE, GOR), Cukinia pieczona z olejem * 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
	Podwieczorek: Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 200 ml ,	

Wartości odżywcze: E: 2512.51 kcal; B: 104.97 g; T: 90.02 g; Kw. tł. nasy.: 31.86 g; W: 329.33 g; W tym cukry: 86.06 g; Bł.: 22.41 g; Sól: 6.11 g; WW: 30.76 Por; Ener. z B: 326.58 %; Ener. z W: 963.85 %; Ener. z T: 609.06 %; Ener. z Bł.: 41.26 %; K: 3817.19 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-01-14 Jadłospis dla diety: SZ-UL Papkowata cukrzycowa		
Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL</u> , <u>GLU OW</u>), Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Twarożek 100 g (<u>MLE</u>), Dynia z wody 100 g, Kawa z mlekiem instant b/c 200 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JECZ</u>),	Rosół z makaronem 400 ml (<u>GLU PSZ SEL</u>), Ziemniaki () 250 g, Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU PSZ JAJ</u>), Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ SEL</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (<u>SEL</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 wędliną drob wp i natką pietruszki. 100 g (<u>może zawierać: MLE GOR</u>), Cukinia pieczona z olejem * 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Sok pomidorowy 0,3l 1 szt,	Podwieczorek: Jogurt naturalny 2,5% t 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2330.8 kcal; B: 103.75 g; T: 87.84 g; Kw. tł. nasy.: 30.71 g; W: 289.91 g; W tym cukry: 29.68 g; Bł.: 25.5 g; Sól: 7.11 g; WW: 26.45 Por; Ener. z B: 299.87 %; Ener. z W: 769.16 %; Ener. z T: 564.35 %; Ener. z Bł.: 66.32 %; K: 4009.49 mg;

niedziela 2024-01-14 Jadłospis dla diety: SZ-UL Płynna cukrzycowa		
Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL</u> , <u>GLU OW</u>), Mięso drobiowe gotowane 100g 1 szt, Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>),	Rosół z makaronem 400 ml (<u>GLU PSZ SEL</u>), Ziemniaki () 50 g, Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU PSZ JAJ</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL</u>), Olej rzepakowy 10 g,	Ryż na wywarze jarzynowym. 400 ml (<u>SEL</u>), Mięso drobiowe gotowane 100g 1 szt, Dynia z wody 100 g, Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>),
II Śniadanie: Kisiel z czarnej porzeczki b/c* 200 ml,	Podwieczorek: Jogurt naturalny 2,5% t 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2060.63 kcal; B: 121.36 g; T: 119.15 g; Kw. tł. nasy.: 40.26 g; W: 131.12 g; W tym cukry: 14.1 g; Bł.: 15.15 g; Sól: 3.62 g; WW: 11.41 Por; Ener. z B: 397.67 %; Ener. z W: 390.92 %; Ener. z T: 845.3 %; Ener. z Bł.: 44.93 %; K: 3017.22 mg;

niedziela 2024-01-14 Jadłospis dla diety: SZ-UL Płynna wysokobiałkowa		
Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Mleko w proszku 50 g (<u>MLE</u>), Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Płatki owsiane na mleku . 400 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU OW</u>),	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ SEL</u>), Ziemniaki () 50 g, Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL</u>), Olej rzepakowy 10 g, Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU PSZ JAJ</u>),	Ryż na wywarze jarzynowym. 400 ml (<u>SEL</u>), Mięso drobiowe gotowane 100g 1 szt, Dynia z wody 100 g, Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>),
II Śniadanie: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt,	Podwieczorek: Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 200 ml,	

Wartości odżywcze: E: 2193.96 kcal; B: 111.93 g; T: 98.92 g; Kw. tł. nasy.: 36.86 g; W: 221.08 g; W tym cukry: 65.43 g; Bł.: 15.69 g; Sól: 4.08 g; WW: 20.44 Por; Ener. z B: 366.58 %; Ener. z W: 638.09 %; Ener. z T: 740.38 %; Ener. z Bł.: 33.7 %; K: 3815.08 mg;

niedziela 2024-01-14 Jadłospis dla diety: SZ-UL Przecierana		
Płatki owsiane na mleku . 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU OW</u>), Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Mleko w proszku 10 g (<u>MLE</u>),	Rosół z makaronem 400 ml (<u>GLU PSZ SEL</u>), Ziemniaki () 150 g, Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU PSZ JAJ</u>), Surówka Coleslaw 100 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>GOR</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL</u>), Olej rzepakowy 10 g,	Ryż na wywarze jarzynowym. 200 ml (<u>SEL</u>), Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 50 g, Dynia z wody 100 g, Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>),
II Śniadanie: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt,	Podwieczorek: Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 200 ml,	

Wartości odżywcze: E: 1908.01 kcal; B: 78.06 g; T: 85.35 g; Kw. tł. nasy.: 29.49 g; W: 213.78 g; W tym cukry: 41.08 g; Bł.: 17.06 g; Sól: 3.63 g; WW: 19.62 Por; Ener. z B: 264.02 %; Ener. z W: 572.33 %; Ener. z T: 603.34 %; Ener. z Bł.: 38.21 %; K: 3309.72 mg;

niedziela 2024-01-14 Jadłospis dla diety: SZ-UL Niskokaloryczna		
Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 100 g (<u>MLE</u>), Pomidor 50 g, Kawa z mlekiem instant b/c 200 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JECZ</u>),	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU PSZ JAJ</u>), Surówka Coleslaw 100 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>GOR</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Baton szynkowy z kurcząt 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>GOR</u>), Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Gruszka 1szt. 150 g,	Podwieczorek: Kefir 1,5% t 150g 1 Por (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 1600.4 kcal; B: 73.57 g; T: 54.7 g; Kw. tł. nasy.: 19.94 g; W: 217.49 g; W tym cukry: 50.89 g; Bł.: 28.92 g; Sól: 4.94 g; WW: 18.94 Por; Ener. z B: 345.58 %; Ener. z W: 714.16 %; Ener. z T: 501.9 %; Ener. z Bł.: 93.46 %; K: 3674.41 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-01-14 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>), Pasta z twarogu i słońca z natką pietruszki 100 g (<u>MLE</u>), Ser topiony 50 g (<u>MLE</u>), Dżem 50 g, Kawa z mlekiem instant 200 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Kurczak pieczony 200 g, Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (<u>SEL</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Baton szynkowy z kurcząt 100 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>), Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Banan 1szt. 1 szt,	Podwieczorek: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 3060.54 kcal; B: 153.29 g; T: 121.52 g; Kw. tł. nasy.: 45.86 g; W: 355.54 g; W tym cukry: 109.49 g; Bł.: 34.39 g; Sól: 9.26 g; WW: 32.26 Por; Ener. z B: 465.45 %; Ener. z W: 973.41 %; Ener. z T: 789.5 %; Ener. z Bł.: 70.15 %; K: 5505.22 mg;

niedziela 2024-01-14 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>), Twarożek 150 g (<u>MLE</u>), Dżem 50 g, Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Rosół z makaronem * (z mięsem) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Kurczak pieczony 150 g, Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 40 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Baton szynkowy z kurcząt 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>), Ogórek kiszony 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 200 ml,	

Wartości odżywcze: E: 2722.69 kcal; B: 141.06 g; T: 91.96 g; Kw. tł. nasy.: 39.35 g; W: 339.9 g; W tym cukry: 85.11 g; Bł.: 21.68 g; Sól: 8.28 g; WW: 32 Por; Ener. z B: 459.65 %; Ener. z W: 994.21 %; Ener. z T: 593.06 %; Ener. z Bł.: 35.46 %; K: 3983.62 mg;

niedziela 2024-01-14 Jadłospis dla diety: SZ-UL Hematologiczna dziecięca		
Bułka pszenna 75g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pasta z twarogu i słońca z natką pietruszki 100 g (<u>MLE</u>), Dżem 50 g, Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Rosół z makaronem * (z mięsem) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Kurczak pieczony 150 g, Surówka Coleslaw 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR</u>), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 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>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g, Sałata zielona 20 g, Gruszka 1szt. 150 g,	Podwieczorek: Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2727.13 kcal; B: 137.63 g; T: 97.44 g; Kw. tł. nasy.: 42.36 g; W: 330.66 g; W tym cukry: 89.29 g; Bł.: 22.52 g; Sól: 7.75 g; WW: 30.85 Por; Ener. z B: 518.63 %; Ener. z W: 981.59 %; Ener. z T: 656.25 %; Ener. z Bł.: 74.05 %; K: 3847.62 mg;

niedziela 2024-01-14 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>), Twarożek 100 g (<u>MLE</u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt, Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Rosół z makaronem * (z mięsem) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Kurczak pieczony 150 g, Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 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>), Baton szynkowy z kurcząt 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>), Ogórek kiszony 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb Graham 40 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g,	Podwieczorek: Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE</u>),	Posilek nocny: Chleb mieszany 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>),

Wartości odżywcze: E: 3048.55 kcal; B: 186.65 g; T: 117.65 g; Kw. tł. nasy.: 48.3 g; W: 325.5 g; W tym cukry: 50.98 g; Bł.: 30.45 g; Sól: 11.67 g; WW: 29.75 Por; Ener. z B: 605.47 %; Ener. z W: 846.99 %; Ener. z T: 719.7 %; Ener. z Bł.: 57.59 %; K: 4383.34 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-01-14		
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>), Twarożek 100 g (<u>MLE</u>), Dżem 50 g , Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Rosół z makaronem * (z mięsem) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g , Kurczak gotowany 150 g , Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (<u>SEL</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>), Baton szynkowy z kurcząt 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>), Cukinia pieczona z olejem * 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Kisiel z czarnej porzeczki b/c* 200 ml ,	

Wartości odżywcze: E: 2545.3 kcal; B: 128.4 g; T: 96.39 g; Kw. tł. nasy.: 38.06 g; W: 300.83 g; W tym cukry: 83.19 g; Bł.: 20.85 g; Sól: 5.73 g; WW: 28.06 Por; Ener. z B: 384.13 %; Ener. z W: 953.24 %; Ener. z T: 679.85 %; Ener. z Bł.: 43.5 %; K: 4485.3 mg;

niedziela 2024-01-14		
Jadłospis dla diety: SZ- UL Hematologiczna wysokobiałkowa		
Płatki owsiane na mleku . 300 ml (<u>MLE, GLU OW</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 40 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Twarożek 100 g (<u>MLE</u>), Dżem 25 g , Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Rosół z makaronem * (z mięsem) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g , Kurczak pieczony 150 g , Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g , Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 40 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Baton szynkowy z kurcząt 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>), Cukinia pieczona z olejem * 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2699.33 kcal; B: 147.91 g; T: 97.56 g; Kw. tł. nasy.: 38.21 g; W: 314.69 g; W tym cukry: 64.93 g; Bł.: 21.06 g; Sól: 7.54 g; WW: 29.58 Por; Ener. z B: 453.53 %; Ener. z W: 848.86 %; Ener. z T: 639.73 %; Ener. z Bł.: 28.98 %; K: 3987.42 mg;

niedziela 2024-01-14		
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>), Pasta z twarogu i słońca z natką pietruszki 100 g (<u>MLE</u>), Pomidor 50 g , Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g , Kurczak gotowany 150 g , Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Surówka Colesław 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR</u>), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g , Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml ,	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Baton szynkowy z kurcząt 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>), Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,
II Śniadanie: Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<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 rzepy białej i jabłka () 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2066.85 kcal; B: 108.33 g; T: 76.22 g; Kw. tł. nasy.: 30.62 g; W: 252.28 g; W tym cukry: 41.6 g; Bł.: 34.99 g; Sól: 6.34 g; WW: 22.01 Por; Ener. z B: 405.2 %; Ener. z W: 868.67 %; Ener. z T: 567.24 %; Ener. z Bł.: 105.25 %; K: 4395.2 mg;

niedziela 2024-01-14		
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>), Pasta z twarogu i słońca z natką pietruszki 100 g (<u>MLE</u>), Ser topiony 50 g (<u>MLE</u>), Pomidor 50 g , Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g , Kurczak gotowany 150 g , Surówka Colesław 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR</u>), Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 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>), Baton szynkowy z kurcząt 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>), Papryka świeża 50 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,
II Śniadanie: Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<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 rzepy białej i jabłka () 150 g (<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: 2981.16 kcal; B: 148.08 g; T: 121.53 g; Kw. tł. nasy.: 57.45 g; W: 343.35 g; W tym cukry: 56.26 g; Bł.: 41.85 g; Sól: 9.71 g; WW: 30.49 Por; Ener. z B: 535.69 %; Ener. z W: 1077.8 %; Ener. z T: 873.52 %; Ener. z Bł.: 114.64 %; K: 5218.86 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-01-14 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 200 g (<u>MLE</u>), Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt., Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Filet z kurczaka gotowany 80 g, Bukiet jarzyn oprószone (bez oleju)* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g, Cukinia pieczona (bez oleju) * 200 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Pasta z wędliną drob w p i natką pietruszki 100 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2263.55 kcal; B: 135.9 g; T: 49.01 g; Kw. tł. nasy.: 19.13 g; W: 328.6 g; W tym cukry: 52.43 g; Bł.: 24.21 g; Sól: 8.02 g; WW: 30.49 Por; Ener. z B: 499.15 %; Ener. z W: 771.14 %; Ener. z T: 328.44 %; Ener. z Bł.: 53.52 %; K: 4590.74 mg;

niedziela 2024-01-14 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa ciężarnych		
Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 150 g (<u>MLE</u>), Pomidor 150 g, Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Kurczak pieczony 200 g, Surówka Coleslaw 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR</u>), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Baton szynkowy z kurcząt 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>), Ogórek świeży 150 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<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 rzepy białej i jabłka () 150 g (<u>MLE</u>),	Posiłek nocny: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), Sałata zielona 20 g,

Wartości odżywcze: E: 2670.09 kcal; B: 148.5 g; T: 113.82 g; Kw. tł. nasy.: 50.13 g; W: 282.45 g; W tym cukry: 49.96 g; Bł.: 40.54 g; Sól: 8.13 g; WW: 24.42 Por; Ener. z B: 543.86 %; Ener. z W: 1095.48 %; Ener. z T: 730.89 %; Ener. z Bł.: 141.09 %; K: 5372.7 mg;

niedziela 2024-01-14 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa dla matek karmiących		
Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 150 g (<u>MLE</u>), Pomidor 150 g, Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Kurczak pieczony 200 g, Surówka Coleslaw 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR</u>), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Baton szynkowy z kurcząt 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>), Ogórek świeży 150 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<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 rzepy białej i jabłka () 150 g (<u>MLE</u>),	Posiłek nocny: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), Sałata zielona 20 g,

Wartości odżywcze: E: 2670.09 kcal; B: 148.5 g; T: 113.82 g; Kw. tł. nasy.: 50.13 g; W: 282.45 g; W tym cukry: 49.96 g; Bł.: 40.54 g; Sól: 8.13 g; WW: 24.42 Por; Ener. z B: 543.86 %; Ener. z W: 1095.48 %; Ener. z T: 730.89 %; Ener. z Bł.: 141.09 %; K: 5372.7 mg;

niedziela 2024-01-14 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>), Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 100 g (<u>MLE</u>), Pomidor 50 g, Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Kurczak pieczony 200 g, Surówka Coleslaw 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR</u>), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 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>), Baton szynkowy z kurcząt 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</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>), Gruszka 1 szt. 150 g, Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), 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>), Kisiel z czarnej porzeczki b/c* 200 ml, Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g,	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: 3026.88 kcal; B: 161.53 g; T: 117.11 g; Kw. tł. nasy.: 48.8 g; W: 351.69 g; W tym cukry: 48.85 g; Bł.: 41.62 g; Sól: 9.41 g; WW: 31.3 Por; Ener. z B: 516.75 %; Ener. z W: 1125.51 %; Ener. z T: 689.75 %; Ener. z Bł.: 110.14 %; K: 4744.2 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-01-14 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa bezmleczna		
Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g, Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki () 250 g, Kurczak gotowany 200 g, Sos koperkowy *(bez mleka) 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (<u>SEL</u>), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g, 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, Pasta z ciecierzycy z warzywami () 100 g (<u>SEL</u>), Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Surówka z rzepy białej i jabłka z olejem () 150 g,	

Wartości odżywcze: E: 2553.62 kcal; B: 111.4 g; T: 111.05 g; Kw. tł. nasy.: 29.83 g; W: 292.85 g; W tym cukry: 21.21 g; Bł.: 49.7 g; Sól: 7.72 g; WW: 24.48 Por; Ener. z B: 360.19 %; Ener. z W: 909.13 %; Ener. z T: 678 %; Ener. z Bł.: 144.65 %; K: 4629.51 mg;

niedziela 2024-01-14 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzyca nerkowa		
Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g, Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Twarożek 50 g (<u>MLE</u>), Pomidor b/skórki 150 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml, Jabłko pieczone 1szt. 1 szt,	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Pulpet drobiowy 40 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (<u>SEL</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 (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>), Cukinia pieczona z olejem * 150 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 50 g, Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>), Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Kisiel z czarnej porzeczki b/c* 200 ml, Podplomyki b/c 60 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2271.6 kcal; B: 50.14 g; T: 89.08 g; Kw. tł. nasy.: 31.47 g; W: 318.4 g; W tym cukry: 41.96 g; Bł.: 39.28 g; Sól: 7.02 g; WW: 27.88 Por; Ener. z B: 248.75 %; Ener. z W: 1036.35 %; Ener. z T: 695.87 %; Ener. z Bł.: 103.67 %; K: 3629.84 mg;

niedziela 2024-01-14 Jadłospis dla diety: SZ-UL Nerkowa		
Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g, Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>), Twarożek 50 g (<u>MLE</u>), Dżem 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki z tłuszczem () 250 g, Pulpet drobiowy 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos koperkowy *(bez mleka) 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 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>), Baton szynkowy z kurcząt 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>), Cukinia pieczona z olejem * 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
	Podwieczorek: Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 50 g, Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Miód (25g) 2 szt, Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2296.08 kcal; B: 46.36 g; T: 84.8 g; Kw. tł. nasy.: 32.18 g; W: 332.03 g; W tym cukry: 49.83 g; Bł.: 29.63 g; Sól: 7.34 g; WW: 30.33 Por; Ener. z B: 193.14 %; Ener. z W: 1105.91 %; Ener. z T: 568.58 %; Ener. z Bł.: 44.33 %; K: 2852.44 mg;

niedziela 2024-01-14 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>), Twarożek 100 g (<u>MLE</u>), Pomidor 50 g, Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Bulion warzywny z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Kotlety sojowe 100 g (<u>SOJ</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (<u>SEL</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pasta z ciecierzycy z warzywami () 100 g (<u>SEL</u>), Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Gruszka 1szt. 150 g,	Podwieczorek: Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 200 ml,	

Wartości odżywcze: E: 2236.11 kcal; B: 80.83 g; T: 66.88 g; Kw. tł. nasy.: 25.78 g; W: 335.05 g; W tym cukry: 68.77 g; Bł.: 45.09 g; Sól: 5.39 g; WW: 29.04 Por; Ener. z B: 317.18 %; Ener. z W: 928.78 %; Ener. z T: 486.96 %; Ener. z Bł.: 99.7 %; K: 3099.96 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-01-14 Jadłospis dla diety: SZ-UL Atopowa		
Wafle ryżowe 40 g, Margaryna porcjowa 15g 2 szt, Pulpet drobiowy z indyka (bez jaj, bez glutenu) 100 g, Ogórek świeży 150 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) (*) 400 ml, Ziemniaki () 250 g, Udziec z indyka b/s b/k 120 g, Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 150 g, Woda źródłana 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 (GLU OW), Mus z jabłek () b/c 150 g,	

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

niedziela 2024-01-14 Jadłospis dla diety: SZ-UL Niemowlaki		
Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 5 g (MLE), Twarożek 50 g (MLE), Dżem 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, Płatki owsiane na mleku . 200 ml (MLE, GLU OW),	Rosół z makaronem * 200 ml (GLU PSZ, SEL), Ziemniaki () 150 g, Kurczak pieczony b/skóry 200 g, Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 5 g (MLE), Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR), Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Banan 1szt. 1 szt,	Podwieczorek: Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE),	

Wartości odżywcze: E: 1979.92 kcal; B: 107.59 g; T: 64.37 g; Kw. tł. nasy.: 21.15 g; W: 247.41 g; W tym cukry: 98.34 g; Bł.: 13.69 g; Sól: 4.15 g; WW: 23.55 Por; Ener. z B: 291.55 %; Ener. z W: 815.86 %; Ener. z T: 323.48 %; Ener. z Bł.: 39.46 %; K: 3838.85 mg;

niedziela 2024-01-14 Jadłospis dla diety: SZ-UL papkowata niemowlaki		
Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 5 g (MLE), Twarożek 50 g (MLE), Dżem 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, Płatki owsiane na mleku . 200 ml (MLE, GLU OW),	Rosół z makaronem * 200 ml (GLU PSZ, SEL), Ziemniaki () 150 g, Pulpet drobiowy 50 g (GLU PSZ, JAJ), Sos koperkowy * 100 ml (GLU PSZ, MLE), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Ryż na wywarze jarzynowym 200 ml (SEL), Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 5 g (MLE), Pasta z wędliną drob wp i natką pietruszki. 100 g (może zawierać: MLE, GOR), Cukinia pieczona z olejem * 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Mus z jabłek prażonych 100 g,	Podwieczorek: Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE),	

Wartości odżywcze: E: 1649.55 kcal; B: 72.8 g; T: 43.54 g; Kw. tł. nasy.: 12.93 g; W: 247 g; W tym cukry: 87.92 g; Bł.: 12.71 g; Sól: 4.69 g; WW: 23.54 Por; Ener. z B: 236.69 %; Ener. z W: 924.67 %; Ener. z T: 284.95 %; Ener. z Bł.: 26.29 %; K: 2533.1 mg;

niedziela 2024-01-14 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dieta Mamy I trymestr		
Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 82% 16.67 g (MLE), Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 150 g (MLE), Dżem 25 g 1 szt, Pomidor 150 g, Kawa z makiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ),	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL), Ziemniaki () 200 g, Kurczak pieczony 200 g, Surówka Coleslaw 100 g (JAJ, MLE, GOR), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 82% 16.67 g (MLE), Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR), Ogórek świeży 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Gruszka 1szt. 150 g,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 82% 5 g (MLE), Surówka z rzepy białej i jabłka () 150 g (MLE),	

Wartości odżywcze: E: 2556.59 kcal; B: 130.15 g; T: 99.42 g; Kw. tł. nasy.: 40.79 g; W: 303.72 g; W tym cukry: 86.09 g; Bł.: 39.95 g; Sól: 6.54 g; WW: 26.57 Por; Ener. z B: 455.29 %; Ener. z W: 1264.23 %; Ener. z T: 640.44 %; Ener. z Bł.: 116.05 %; K: 5281.1 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-01-14 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dieta Mamy II trymestr		
Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pasta z twarogu i słończnika z natką pietruszki 150 g (<u>MLE</u>), Dżem 25 g 1 szt., Pomidor 150 g, Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki () 250 g, Kurczak pieczony 200 g, Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Surówka Colesław 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR</u>), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Baton szynkowy z kurcząt 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>), Ogórek świeży 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Gruszka 1szt. 150 g,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Surówka z rzepy białej i jabłka () 200 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2770.89 kcal; B: 135.78 g; T: 101.97 g; Kw. tł. nasy.: 41.65 g; W: 349.2 g; W tym cukry: 89.32 g; Bł.: 46.51 g; Sól: 7.31 g; WW: 30.5 Por; Ener. z B: 482.11 %; Ener. z W: 1415.16 %; Ener. z T: 681.84 %; Ener. z Bł.: 128.81 %; K: 5917.41 mg;

niedziela 2024-01-14 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dieta Mamy III trymestr		
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>), Pasta z twarogu i słończnika z natką pietruszki 150 g (<u>MLE</u>), Dżem 25 g 2 szt., Pomidor 150 g, Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Kurczak pieczony 200 g, Surówka Colesław 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR</u>), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 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>), Baton szynkowy z kurcząt 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>), Ogórek świeży 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Gruszka 1szt. 150 g,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Surówka z rzepy białej i jabłka () 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2839.29 kcal; B: 142.37 g; T: 106.71 g; Kw. tł. nasy.: 44.15 g; W: 347.26 g; W tym cukry: 108.11 g; Bł.: 42.02 g; Sól: 6.82 g; WW: 30.78 Por; Ener. z B: 527.63 %; Ener. z W: 1482.25 %; Ener. z T: 734.3 %; Ener. z Bł.: 117.1 %; K: 5747.3 mg;

niedziela 2024-01-14 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dieta Mamy Okres Laktacji		
Płatki owsiane na mleku . 300 ml (<u>MLE, GLU OW</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pasta z twarogu i słończnika z natką pietruszki 200 g (<u>MLE</u>), Dżem 25 g 2 szt., Pomidor 150 g, Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki () 250 g, Kurczak pieczony 200 g, Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Surówka Colesław 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR</u>), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Baton szynkowy z kurcząt 100 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>), Ogórek świeży 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Gruszka 1szt. 150 g,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Surówka z rzepy białej i jabłka () 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 3176.71 kcal; B: 163.33 g; T: 116.37 g; Kw. tł. nasy.: 45.72 g; W: 391.26 g; W tym cukry: 110.96 g; Bł.: 46.89 g; Sól: 8.73 g; WW: 34.74 Por; Ener. z B: 626.89 %; Ener. z W: 1628.29 %; Ener. z T: 846.66 %; Ener. z Bł.: 124.28 %; K: 6316.88 mg;

niedziela 2024-01-14 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cięża mnoga (wysokobiałkowa)		
Płatki owsiane na mleku . 300 ml (<u>MLE, GLU OW</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pasta z twarogu i słończnika z natką pietruszki 150 g (<u>MLE</u>), Pomidor 150 g, Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Kurczak pieczony 200 g, Surówka Colesław 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR</u>), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Baton szynkowy z kurcząt 70 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>), Pasta z ciecierzycy z warzywami () 100 g (<u>SEL</u>), Ogórek świeży 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Gruszka 1szt. 150 g,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Surówka z rzepy białej i jabłka () 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 3057.06 kcal; B: 155.75 g; T: 114.9 g; Kw. tł. nasy.: 41.17 g; W: 367.57 g; W tym cukry: 90.39 g; Bł.: 52.76 g; Sól: 7.91 g; WW: 31.67 Por; Ener. z B: 569.22 %; Ener. z W: 1363.55 %; Ener. z T: 796.52 %; Ener. z Bł.: 132.26 %; K: 5918.86 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-01-14		Jadłospis dla diety: SZ-UL Posiłki regeneracyjne	
		Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g , Kurczak pieczony 200 g , Surówka Colesław 150 g (<u>JAJ, MLE, GOR</u>), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g ,	

Wartości odżywcze: E: 1111.26 kcal; B: 72.69 g; T: 45.03 g; Kw. tł. nasy.: 10.81 g; W: 107.48 g; W tym cukry: 15.72 g; Bł.: 11.26 g; Sól: 2.45 g; WW: 9.71 Por; Ener. z B: 116.22 %; Ener. z W: 268.21 %; Ener. z T: 157.59 %; Ener. z Bł.: 24.21 %; K: 2979.02 mg;

niedziela 2024-01-14		Jadłospis dla diety: SZ-UL Normalna Broniewskiego	
Platki 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>), Pasta z twarogu i siołeczniaka z natką pietruszki 200 g (<u>MLE</u>), Miód (25g) 1 szt, Pomidor 50 g , Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki () 250 g , Kurczak pieczony 200 g , Surówka Colesław 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR</u>), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 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>), Salami kielbasa wieprzowo-wołowa drobno rozdrobniona surowo wędzona, dojrzewająca, wędzona. 100 g (<u>SOJ, SEL, GOR</u>), Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,	
	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenno 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Dżem 50 g , Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,		

Wartości odżywcze: E: 3366.99 kcal; B: 162.77 g; T: 133.69 g; Kw. tł. nasy.: 58.17 g; W: 391.85 g; W tym cukry: 88.02 g; Bł.: 32.93 g; Sól: 10.27 g; WW: 36.16 Por; Ener. z B: 539.97 %; Ener. z W: 1231.73 %; Ener. z T: 849.14 %; Ener. z Bł.: 80.4 %; K: 5135.94 mg;

niedziela 2024-01-14		Jadłospis dla diety: SZ-UL Lekkostrawna Broniewskiego	
Platki 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>), Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g (<u>MLE</u>), Dżem 25 g , Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki () 250 g , Kurczak gotowany 200 g , Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (<u>SEL</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>), Baton szynkowy z kurcząt 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>), Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,	
	Podwieczorek: Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,		

Wartości odżywcze: E: 2548.03 kcal; B: 131.54 g; T: 97.68 g; Kw. tł. nasy.: 38.83 g; W: 298.24 g; W tym cukry: 75.66 g; Bł.: 22.74 g; Sól: 5.91 g; WW: 27.68 Por; Ener. z B: 427.8 %; Ener. z W: 978.54 %; Ener. z T: 677.53 %; Ener. z Bł.: 66.6 %; K: 4748.69 mg;

niedziela 2024-01-14		Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa CH Broniewskiego	
Platki 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>), Pasta z twarogu i siołeczniaka z natką pietruszki 100 g (<u>MLE</u>), Pomidor 50 g , Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki () 250 g , Kurczak gotowany 200 g , Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Surówka Colesław 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR</u>), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 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>), Baton szynkowy z kurcząt 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>), Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,	
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszenno 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Ogórek świeży 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 rzepy białej i jabłka () 150 g (<u>MLE</u>),		

Wartości odżywcze: E: 2786.49 kcal; B: 141.16 g; T: 96.3 g; Kw. tł. nasy.: 38.35 g; W: 361.1 g; W tym cukry: 54.33 g; Bł.: 49.02 g; Sól: 8.27 g; WW: 31.44 Por; Ener. z B: 510.16 %; Ener. z W: 1195.82 %; Ener. z T: 682.42 %; Ener. z Bł.: 130 %; K: 5861.25 mg;

niedziela 2024-01-14		Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa NCH Police Diabetologia	
Chleb Graham 90 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 150 g (<u>MLE</u>), Pomidor 50 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g , Kurczak gotowany 200 g , Surówka Colesław b/c 150 g (<u>JAJ, MLE, GOR</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml ,	Chleb Graham 90 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Baton szynkowy z kurcząt 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>), Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,	
II Śniadanie: Papryka świeża 100 g ,	Podwieczorek: Surówka z rzepy białej i jabłka () 150 g (<u>MLE</u>),		

Wartości odżywcze: E: 1997.6 kcal; B: 122.87 g; T: 77.61 g; Kw. tł. nasy.: 28 g; W: 220.66 g; W tym cukry: 31.48 g; Bł.: 32.27 g; Sól: 6.13 g; WW: 19.11 Por; Ener. z B: 372.37 %; Ener. z W: 665.96 %; Ener. z T: 490.65 %; Ener. z Bł.: 116.19 %; K: 4560.47 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-01-14 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>), Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g (<u>MLE</u>), Dżem 50 g, Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Kurczak gotowany 200 g, Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (<u>SEL</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>), Baton szynkowy z kurcząt 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>), Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
	Podwieczorek: Kefir 1,5% t 150g 1 Por (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2490.65 kcal; B: 130.04 g; T: 97.58 g; Kw. tł. nasy.: 38.76 g; W: 284.53 g; W tym cukry: 78.98 g; Bł.: 20.7 g; Sól: 5.78 g; WW: 26.51 Por; Ener. z B: 423.53 %; Ener. z W: 898.31 %; Ener. z T: 675.44 %; Ener. z Bł.: 59.37 %; K: 4374.76 mg;

niedziela 2024-01-14 Jadłospis dla diety: SZ-UL Neutropeniczna		
Płatki owsiane na mleku/p. 300 ml (<u>MLE, GLU OW</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>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Mus z jabłek i dyni () z/c 200 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, Przymak owocowy do smarowania 25g 25 g,	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Schab pieczony OTS 150 g (<u>GLU PSZ</u>), Sos potrawkowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Kapusta biała z wody 150 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 200 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna 75g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ</u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>), Szynka wieprzowa gotowana 100g-wędzonka wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w plastrach 1 szt, Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka) () * 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
	Podwieczorek: Herbatniki 100g (1op) 1 szt, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, Galaretko o smaku truskawkowym 200 g,	

Wartości odżywcze: E: 2690.6 kcal; B: 131.25 g; T: 67.73 g; Kw. tł. nasy.: 32.97 g; W: 398.06 g; W tym cukry: 63.12 g; Bł.: 27.47 g; Sól: 8.64 g; WW: 36.97 Por; Ener. z B: 407.76 %; Ener. z W: 1220.71 %; Ener. z T: 591.41 %; Ener. z Bł.: 65.18 %; K: 4129.39 mg;

niedziela 2024-01-14 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa OTS neutropeniczna		
Płatki owsiane na mleku/p. 300 ml (<u>MLE, GLU OW</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>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Mus z jabłek i dyni 200 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Schab pieczony OTS 150 g (<u>GLU PSZ</u>), Sos potrawkowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Kapusta biała z wody 150 g, Kompot owocowy z jabłkami* 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>), Szynka wieprzowa gotowana 100g-wędzonka wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w plastrach 1 szt, Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka) () * 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
	Podwieczorek: Sok pomidorowy 0,3l 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2391.98 kcal; B: 123.19 g; T: 67.15 g; Kw. tł. nasy.: 32.64 g; W: 333.52 g; W tym cukry: 35.98 g; Bł.: 27.47 g; Sól: 9.28 g; WW: 30.55 Por; Ener. z B: 395.39 %; Ener. z W: 809.95 %; Ener. z T: 612.21 %; Ener. z Bł.: 72.67 %; K: 4017.8 mg;

niedziela 2024-01-14 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 z ziemniakami* 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: 1663.64 kcal; B: 44.43 g; T: 22.5 g; Kw. tł. nasy.: .7 g; W: 326.66 g; W tym cukry: 14.96 g; Bł.: 18.34 g; Sól: 1.87 g; WW: 30.93 Por; Ener. z B: 88.63 %; Ener. z W: 672.69 %; Ener. z T: 98.18 %; Ener. z Bł.: 48.8 %; K: 2780.96 mg;

niedziela 2024-01-14 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>), Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g,		Bułka pszenna długa krojona 75 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>),

Wartości odżywcze: E: 793.68 kcal; B: 30.4 g; T: 35.9 g; Kw. tł. nasy.: 19.28 g; W: 89.14 g; W tym cukry: 2 g; Bł.: 2.7 g; Sól: 3.69 g; WW: 8.7 Por; Ener. z B: 141.3 %; Ener. z W: 136.68 %; Ener. z T: 240.78 %; Ener. z Bł.: 1.95 %; K: 176.34 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-01-14 Jadłospis dla diety: SZ-UL Ścisła 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: 46.19 %; Ener. z W: 345.65 %; Ener. z T: 39.93 %; Ener. z Bł.: 3.13 %; K: 200.74 mg;

niedziela 2024-01-14 Jadłospis dla diety: SZ-UL Ścisła 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: 71.68 %; Ener. z W: 529.57 %; Ener. z T: 48.21 %; Ener. z Bł.: 9.97 %; K: 451.3 mg;

niedziela 2024-01-14 Jadłospis dla diety: SZ-UL Ścisła 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 (I) 200 g , Pulpet drobiowy 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: 1321.05 kcal; B: 47.33 g; T: 21.11 g; Kw. tł. nasy.: 2.28 g; W: 239.88 g; W tym cukry: 6.84 g; Bł.: 11.95 g; Sól: 1.88 g; WW: 22.9 Por; Ener. z B: 96.1 %; Ener. z W: 425.7 %; Ener. z T: 114.92 %; Ener. z Bł.: 18.29 %; K: 2223.86 mg;

niedziela 2024-01-14 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: 256.51 %; Ener. z W: 401.1 %; Ener. z T: 224.64 %; Ener. z Bł.: 17.99 %; K: 998.17 mg;

niedziela 2024-01-14 Jadłospis dla diety: SZ-UL NZJ I (nieswoiste zapalenie jelit)		
Jarzynowa z ziemniakami (I)*-dieta b/brokula i kalafiora. 400 ml (<u>SEL</u>),	Zupa jarzynowa z drobiem * 400 ml (<u>SEL</u>),	Jarzynowa z ziemniakami (I)*-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: 1116.44 kcal; B: 35.68 g; T: 30.69 g; Kw. tł. nasy.: 2.4 g; W: 185.32 g; W tym cukry: 27.61 g; Bł.: 19.14 g; Sól: 1.76 g; WW: 16.61 Por; Ener. z B: 162.11 %; Ener. z W: 724.43 %; Ener. z T: 65.16 %; Ener. z Bł.: 76.35 %; K: 3152.34 mg;

niedziela 2024-01-14 Jadłospis dla diety: SZ-UL NZJ II (nieswoiste zapalenie jelit)		
Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Filet z kurczaka gotowany 80 g , Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,	Ziemniaczana * (I) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki (I) 200 g , Potrawka drobiowa (I) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL</u>), Kompot z czarnej porzeczki jabłek *b/c 200 ml ,	Makaron z jabłkami (I) 300 g (<u>GLU PSZ</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,
II Śniadanie: Kisiel z jagód b/c * 200 ml , Kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem prażonym 300 ml ,	Podwieczorek: Marchwianka. 200 ml ,	

Wartości odżywcze: E: 1833.58 kcal; B: 81.98 g; T: 29.06 g; Kw. tł. nasy.: 4.36 g; W: 329.16 g; W tym cukry: 37.06 g; Bł.: 33.14 g; Sól: 3.72 g; WW: 29.55 Por; Ener. z B: 214.74 %; Ener. z W: 683.49 %; Ener. z T: 191.63 %; Ener. z Bł.: 79.81 %; K: 4853.03 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-01-14		
Jadłospis dla diety: SZ-UL NZJ III (nieswoiste zapalenie jelit)		
Butka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Szynka delikatna z fileta wyrób drobiowy z piersi kurczaka, parzony, z połączonych kawałków mięsa z dodat. biał. ml.w osł. niej 60 g (<u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka i glutenu) (*) 400 ml (<u>SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Kurczak gotowany 200 g, Marchew gotowana z olejem* 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Knedle z jabłkami () 200 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Banan 1szt. 1 szt., Rogal maślany 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),	Podwieczorek: Kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem prażonym 200 ml,	

Wartości odżywcze: E: 2328.21 kcal; B: 104.05 g; T: 55.58 g; Kw. tł. nasy.: 15.68 g; W: 368.4 g; W tym cukry: 68.02 g; Bł.: 28.6 g; Sól: 5.33 g; WW: 34.11 Por; Ener. z B: 244.57 %; Ener. z W: 745.58 %; Ener. z T: 159.83 %; Ener. z Bł.: 60.61 %; K: 6050.51 mg;

niedziela 2024-01-14		
Jadłospis dla diety: SZ-UL Pokrzywkowa		
Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Twarożek 100 g (<u>MLE</u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt., 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) 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Brokuł gotowany* 150 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt,	Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pasta z jaj 100 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), Marchew gotowana z olejem* 100 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Banan 1szt. 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2212.25 kcal; B: 85.1 g; T: 66.63 g; Kw. tł. nasy.: 29.61 g; W: 333.86 g; W tym cukry: 90.07 g; Bł.: 32.74 g; Sól: 5.85 g; WW: 30.17 Por; Ener. z B: 335.39 %; Ener. z W: 995.74 %; Ener. z T: 397.72 %; Ener. z Bł.: 93.96 %; K: 4957.15 mg;

niedziela 2024-01-14		
Jadłospis dla diety: SZ-UL Uboga w alergeny		
Wafle 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,	Kalańtorowa 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,	Wafle 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: 618.61 %; Ener. z W: 1201.25 %; Ener. z T: 599.1 %; Ener. z Bł.: 82.3 %; K: 4813.25 mg;

PCL XL error
Warning: IllegalMediaSource

