

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-01-20 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bez laktozy		
Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb razowy żytnio-pszenney 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 80 g, Ketchup 20 g (<u>SEL.</u>), Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka, bez glutenu)*(). 400 ml (<u>SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g, Kociołek meksykański z wieprzowiną i fasolą 300 g (<u>SEL.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb razowy żytnio-pszenney 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Ogórek kiszony 50 g, Ser żółty b/laktozy dojrzewający pl. Gouda 70 g (<u>MLE b/LAK.</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Dżem 25 g 1 szt,	Podwieczorek: Sok pomidorowy 0,3l 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2381.58 kcal; B: 75.58 g; T: 95.99 g; Kw. tł. nasy.: 37.42 g; W: 315.87 g; W tym cukry: 42.1 g; Bł.: 29.35 g; Sól: 11.6 g; WW: 28.77 Por; Ener. z B: 12.69 %; Ener. z W: 48.12 %; Ener. z T: 36.27 %; Ener. z Bł.: 2.46 %; K: 3558.29 mg;

sobota 2024-01-20 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bezglutenowa		
Chleb bezglutenowy 100 g, Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 80 g, Ketchup 20 g (<u>SEL.</u>), Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Koperkowa z ziemniakami (bez glutenu)()* 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g, Kociołek meksykański z wieprzowiną i fasolą 300 g (<u>SEL.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb bezglutenowy 100 g, Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>), Ogórek kiszony 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 40 g, Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Dżem 25 g 1 szt,	Podwieczorek: Sok pomidorowy 0,3l 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2199.66 kcal; B: 55.8 g; T: 96.9 g; Kw. tł. nasy.: 43.04 g; W: 279.05 g; W tym cukry: 41.54 g; Bł.: 15.7 g; Sól: 6.81 g; WW: 26.5 Por; Ener. z B: 10.15 %; Ener. z W: 47.89 %; Ener. z T: 39.65 %; Ener. z Bł.: 1.43 %; K: 3358.77 mg;

sobota 2024-01-20 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bezglutenowa, bez mleka		
Chleb bezglutenowy 100 g, Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 80 g, Ketchup 20 g (<u>SEL.</u>), Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka, bez glutenu)()* 400 ml (<u>SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g, Kociołek meksykański z wieprzowiną i fasolą 300 g (<u>SEL.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb bezglutenowy 100 g, Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Tofu 100 g (<u>SOJ.</u>), Ogórek kiszony 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 40 g, Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Dżem 25 g 2 szt,	Podwieczorek: Sok pomidorowy 0,3l 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2203.28 kcal; B: 54.58 g; T: 93.87 g; Kw. tł. nasy.: 25.75 g; W: 287.68 g; W tym cukry: 50.32 g; Bł.: 15.7 g; Sól: 6.4 g; WW: 27.4 Por; Ener. z B: 9.91 %; Ener. z W: 49.38 %; Ener. z T: 38.34 %; Ener. z Bł.: 1.43 %; K: 3335.09 mg;

sobota 2024-01-20 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bogatoresztkowa		
Chleb razowy żytnio-pszenney 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 80 g, Ogórek świeży 150 g, Ketchup 20 g (<u>SEL.</u>), Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>),	Koperkowa z ziemniakami ()* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g, Kociołek meksykański z wieprzowiną i fasolą 300 g (<u>SEL.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenney 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>), Ogórek kiszony 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszenney 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Papryka świeża 100 g,	Podwieczorek: Makaron razowy z jabłkiem prażonym 200 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2454.22 kcal; B: 85 g; T: 95.22 g; Kw. tł. nasy.: 47 g; W: 331.04 g; W tym cukry: 75.5 g; Bł.: 40.81 g; Sól: 10.89 g; WW: 29.1 Por; Ener. z B: 13.85 %; Ener. z W: 47.3 %; Ener. z T: 34.92 %; Ener. z Bł.: 3.33 %; K: 4981.48 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-01-20 Jadłospis dla diety: SZ-UL Łatwo strawna		
Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Parówki z fileta z kurczaka wyrób drobiowy homogenizowany, wędzony, parzony bez osłonki 80 g, Pomidor 50 g, Ketchup 20 g (<u>SEL</u>), Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Buraczki oprószone () 150 g (<u>GLU PSZ</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>), Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
	Podwieczorek: Makaron drobny z jabłkiem prażonym 250 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2302.5 kcal; B: 93.5 g; T: 61.91 g; Kw. tł. nasy.: 23.98 g; W: 353.15 g; W tym cukry: 82.83 g; Bł.: 23.62 g; Sól: 7.47 g; WW: 33.01 Por; Ener. z B: 16.24 %; Ener. z W: 57.25 %; Ener. z T: 24.2 %; Ener. z Bł.: 2.05 %; K: 4691.29 mg;

sobota 2024-01-20 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dzieci łatwo strawna		
Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 80 g, Pomidor b/skórki 50 g, Ketchup 20 g (<u>SEL</u>), Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Buraczki oprószone () 150 g (<u>GLU PSZ</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>), Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt,	Podwieczorek: Drożdżówka różne 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2761.16 kcal; B: 99.73 g; T: 84.78 g; Kw. tł. nasy.: 38.06 g; W: 410.63 g; W tym cukry: 83.19 g; Bł.: 26.62 g; Sól: 7.89 g; WW: 38.51 Por; Ener. z B: 14.45 %; Ener. z W: 55.63 %; Ener. z T: 27.63 %; Ener. z Bł.: 1.93 %; K: 5099.8 mg;

sobota 2024-01-20 Jadłospis dla diety: SZ-UL Trzustkowa/Wątrobowa		
Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Seler z pietruszką gotowany (bez oleju) () 50 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Buraczki gotowane () 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Pasta z kurczaka 100 g, Cukinia pieczona z olejem * 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Bułka maślana 1 szt 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>),	Podwieczorek: Makaron drobny z jabłkiem prażonym 200 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2430.25 kcal; B: 117.6 g; T: 45.62 g; Kw. tł. nasy.: 15.8 g; W: 402.92 g; W tym cukry: 87.18 g; Bł.: 27.72 g; Sól: 7.29 g; WW: 37.47 Por; Ener. z B: 19.36 %; Ener. z W: 61.76 %; Ener. z T: 16.89 %; Ener. z Bł.: 2.28 %; K: 5514.6 mg;

sobota 2024-01-20 Jadłospis dla diety: SZ-UL Żołądkowa		
Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Seler z pietruszką gotowany z olejem () 50 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Buraczki oprószone () 150 g (<u>GLU PSZ</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pasta z kurczaka 100 g, Cukinia pieczona z olejem * 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
	Podwieczorek: Makaron drobny z jabłkiem prażonym 200 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2334.24 kcal; B: 109.64 g; T: 68.44 g; Kw. tł. nasy.: 27.06 g; W: 334.56 g; W tym cukry: 79.89 g; Bł.: 26.12 g; Sól: 6.29 g; WW: 30.81 Por; Ener. z B: 18.79 %; Ener. z W: 52.85 %; Ener. z T: 26.39 %; Ener. z Bł.: 2.24 %; K: 5645.68 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-01-20 Jadłospis dla diety: SZ-UL Specjalna bezmleczna		
Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Szywnowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka, bez glutenu)*(), 400 ml (<u>SEL</u>), Ziemniaki () 250 g, Potrawka drobiowa z warzywami * 250 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Buraczki gotowane () 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Pasta z kurczaka 100 g, Cukinia pieczona z olejem * 100 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Dzem 50 g,	Podwieczorek: Sok pomidorowy 0,3l 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2402.45 kcal; B: 105.72 g; T: 75.08 g; Kw. tł. nasy.: 19.32 g; W: 342.76 g; W tym cukry: 70.07 g; Bł.: 30.43 g; Sól: 7.82 g; WW: 31.16 Por; Ener. z B: 17.6 %; Ener. z W: 52 %; Ener. z T: 28.13 %; Ener. z Bł.: 2.53 %; K: 5855.04 mg;

sobota 2024-01-20 Jadłospis dla diety: SZ-UL Pakowata		
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>), Seler z pietruszką gotowany z olejem () 50 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Potrawka drobiowa () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Buraczki gotowane () 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>), 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>), Pasta warzywna* 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
	Podwieczorek: Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2539.93 kcal; B: 113.67 g; T: 87.1 g; Kw. tł. nasy.: 30.32 g; W: 338.16 g; W tym cukry: 74.04 g; Bł.: 30.74 g; Sól: 6.5 g; WW: 30.84 Por; Ener. z B: 17.9 %; Ener. z W: 48.41 %; Ener. z T: 30.86 %; Ener. z Bł.: 2.42 %; K: 5404.76 mg;

sobota 2024-01-20 Jadłospis dla diety: SZ-UL Pakowata cukrzycowa		
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>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Seler z pietruszką gotowany z olejem () 50 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Buraczki gotowane () 150 g, Potrawka drobiowa () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>), 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>), Pasta warzywna* 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2353.77 kcal; B: 102.35 g; T: 86.92 g; Kw. tł. nasy.: 25.55 g; W: 304.21 g; W tym cukry: 32.32 g; Bł.: 29.58 g; Sól: 6.15 g; WW: 27.51 Por; Ener. z B: 17.39 %; Ener. z W: 46.67 %; Ener. z T: 33.24 %; Ener. z Bł.: 2.51 %; K: 4931.9 mg;

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

Wartości odżywcze: E: 2033.09 kcal; B: 118.57 g; T: 102.89 g; Kw. tł. nasy.: 38.23 g; W: 167.41 g; W tym cukry: 20.18 g; Bł.: 18.29 g; Sól: 3.49 g; WW: 14.74 Por; Ener. z B: 23.33 %; Ener. z W: 29.34 %; Ener. z T: 45.54 %; Ener. z Bł.: 1.8 %; K: 4142.49 mg;

sobota 2024-01-20 Jadłospis dla diety: SZ-UL Płynna wysokobiałkowa		
Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Mleko w proszku 50 g (<u>MLE</u>), Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW</u>),	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 50 g, Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Buraczki gotowane () 100 g, Olej rzepakowy 10 g,	Ryż na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL</u>), Mięso drobiowe gotowane 100g 1 szt, Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL</u>), Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>),
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2184.8 kcal; B: 107.3 g; T: 87.81 g; Kw. tł. nasy.: 33.71 g; W: 252.06 g; W tym cukry: 79.28 g; Bł.: 18.06 g; Sól: 3.92 g; WW: 23.35 Por; Ener. z B: 19.65 %; Ener. z W: 42.84 %; Ener. z T: 36.17 %; Ener. z Bł.: 1.65 %; K: 5261.87 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-01-20		Jadłospis dla diety: SZ-UL Przecierana	
Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>), Bulka 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 () 150 g, Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Buraczki gotowane () 100 g, Olej rzepakowy 10 g,	Ryż na wywarze jarzynowym 200 ml (<u>SEL.</u>), Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 100 g, Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL.</u>),	
II Śniadanie: Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),	Podwieczorek: Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt,		

Wartości odżywcze: E: 2140.97 kcal; B: 102.78 g; T: 87.52 g; Kw. tł. nasy.: 32.3 g; W: 246.04 g; W tym cukry: 54.88 g; Bł.: 19.28 g; Sól: 3.76 g; WW: 22.69 Por; Ener. z B: 19.2 %; Ener. z W: 42.37 %; Ener. z T: 36.79 %; Ener. z Bł.: 1.8 %; K: 4860.04 mg;

sobota 2024-01-20		Jadłospis dla diety: SZ-UL Niskokaloryczna	
Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Szynekowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g, Pomidor 50 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Koperkowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g, Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Buraczki gotowane () 100 g, Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Szynek tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>), Ogórek kiszony 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,	
II Śniadanie: Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),	Podwieczorek: Makaron drobny z jabłkiem prażonym 200 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>),		

Wartości odżywcze: E: 1635.16 kcal; B: 90.56 g; T: 40.87 g; Kw. tł. nasy.: 17.28 g; W: 242.41 g; W tym cukry: 53.33 g; Bł.: 31.06 g; Sól: 6.74 g; WW: 21.18 Por; Ener. z B: 22.15 %; Ener. z W: 51.7 %; Ener. z T: 22.49 %; Ener. z Bł.: 3.8 %; K: 4479.4 mg;

sobota 2024-01-20		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>), Kiełbasa biała luksusowa-produkt bezglutenowy z kurczaka średnio rozdrobniony, parzony, w osłonce jadalnej-kolagen wołowy 100 g, Ketchup 20 g (<u>SEL.</u>), Pomidor 50 g, Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g, Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Buraczki oprószone () 150 g (<u>GLU PSZ.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Serek Fromage 80 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>), Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	
II Śniadanie: Serek truskawkowy termizowany 100g 1 szt (<u>MLE.</u>),	Podwieczorek: Drożdżówka różne 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>),		

Wartości odżywcze: E: 3107.64 kcal; B: 117.63 g; T: 109.83 g; Kw. tł. nasy.: 57.07 g; W: 425.87 g; W tym cukry: 69.01 g; Bł.: 34.17 g; Sól: 9.16 g; WW: 39.34 Por; Ener. z B: 15.14 %; Ener. z W: 50.42 %; Ener. z T: 31.81 %; Ener. z Bł.: 2.2 %; K: 5277.65 mg;

sobota 2024-01-20		Jadłospis dla diety: SZ-UL Hematologiczna	
Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb Graham 40 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 80 g, Musztarda 20 g (<u>GOR.</u>), Ogórek kiszony 50 g, Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Koperkowa z ziemniakami (*) (z mięsem) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g, Kociołek meksykański z wieprzowiną i fasolą 300 g (<u>SEL.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb Graham 40 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Serek Fromage 80 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>), Cukinia pieczona z olejem * 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	
II Śniadanie: Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),	Podwieczorek: Drożdżówka różne 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>),		

Wartości odżywcze: E: 3223.76 kcal; B: 105.82 g; T: 131.99 g; Kw. tł. nasy.: 63.67 g; W: 414.22 g; W tym cukry: 60.48 g; Bł.: 29.09 g; Sól: 10.57 g; WW: 38.68 Por; Ener. z B: 13.13 %; Ener. z W: 47.79 %; Ener. z T: 36.85 %; Ener. z Bł.: 1.8 %; K: 4722.77 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-01-20 Jadłospis dla diety: SZ-UL Hematologiczna dziecięca		
Bułka pszenna 75g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g, Pomidor 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>),	Koperkowa z ziemniakami (*) (z mięsem) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Buraczki oprószone () 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Surówka z selera i jabłka () 100 g (<u>MLE, SEL</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna 75g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Serek Fromage 80 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Serek truskawkowy termizowany 100g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Drożdżówka różne 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2891.73 kcal; B: 98.84 g; T: 100.14 g; Kw. tł. nasy.: 53.44 g; W: 408.68 g, W tym cukry: 60.68 g; Bł.: 28.65 g; Sól: 8.6 g; WW: 38.09 Por; Ener. z B: 13.67 %; Ener. z W: 52.57 %; Ener. z T: 31.17 %; Ener. z Bł.: 1.98 %; K: 4440.65 mg;

sobota 2024-01-20 Jadłospis dla diety: SZ- UL Hematologiczna cukrzyca wysokobiałkowa/wys		
Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW</u>), Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), Seler z pietruszką gotowany z olejem () 50 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Koperkowa z ziemniakami (*) (z mięsem) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Kociolatek meksykański z wieprzowiną i fasolą 300 g (<u>SEL</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Szynek tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>), Cukinia pieczona z olejem * 150 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>),	Positek nocny: Chleb Graham 40 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>),

Wartości odżywcze: E: 2796.08 kcal; B: 137.05 g; T: 108.73 g; Kw. tł. nasy.: 47.41 g; W: 335.61 g; W tym cukry: 41.34 g; Bł.: 39.25 g; Sól: 9.14 g; WW: 29.8 Por; Ener. z B: 19.61 %; Ener. z W: 42.4 %; Ener. z T: 35 %; Ener. z Bł.: 2.81 %; K: 5434.9 mg;

sobota 2024-01-20 Jadłospis dla diety: SZ- UL Hematologiczna łatwo strawna		
Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW</u>), Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 80 g, Ketchup 20 g (<u>SEL</u>), Seler z pietruszką gotowany z olejem () 50 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Koperkowa z ziemniakami (*) (z mięsem) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Buraczki oprószone () 150 g (<u>GLU PSZ</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Szynek tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>), Cukinia pieczona z olejem * 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Makaron drobny z jabłkiem prażonym 300 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2917.55 kcal; B: 125.26 g; T: 97.77 g; Kw. tł. nasy.: 37.27 g; W: 397.46 g; W tym cukry: 104.79 g; Bł.: 29.41 g; Sól: 8.17 g; WW: 36.87 Por; Ener. z B: 17.17 %; Ener. z W: 50.46 %; Ener. z T: 30.16 %; Ener. z Bł.: 2.02 %; K: 5800.69 mg;

sobota 2024-01-20 Jadłospis dla diety: SZ- UL Hematologiczna wysokobiałkowa		
Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 40 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 80 g, Ketchup 20 g (<u>SEL</u>), Seler z pietruszką gotowany z olejem () 50 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Koperkowa z ziemniakami (*) (z mięsem) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Kociolatek meksykański z wieprzowiną i fasolą 300 g (<u>SEL</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Serek Fromage 80 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Cukinia pieczona z olejem * 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Makaron drobny z jabłkiem prażonym 300 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 3148.23 kcal; B: 119.96 g; T: 124.58 g; Kw. tł. nasy.: 59 g; W: 400.99 g; W tym cukry: 94.55 g; Bł.: 35.9 g; Sól: 9.17 g; WW: 36.71 Por; Ener. z B: 15.24 %; Ener. z W: 46.39 %; Ener. z T: 35.62 %; Ener. z Bł.: 2.28 %; K: 5376.68 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-01-20 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa niskocholesterolowa		
Chleb razowy żytnio-pszeniczny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g, Pomidor 50 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE, SEL</u>), Brokuł gotowany* 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszeniczny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Pasta z kurczaka 100 g, Salata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszeniczny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osionce niejadalnej 30 g, Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 150 g,	

Wartości odżywcze: E: 2078.85 kcal; B: 121.59 g; T: 65.04 g; Kw. tł. nasy.: 23.09 g; W: 273.99 g; W tym cukry: 35.84 g; Bł.: 44.55 g; Sól: 7.58 g; WW: 23.09 Por; Ener. z B: 23.39 %; Ener. z W: 44.15 %; Ener. z T: 28.16 %; Ener. z Bł.: 4.29 %; K: 5892.04 mg;

sobota 2024-01-20 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa wysokolaryczna/wysokobiałkowa		
Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW</u>), Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g, Pomidor 50 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE, SEL</u>), Brokuł gotowany* 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), Papryka świeża 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszeniczny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 150 g,	Posiłek nocny: Chleb razowy żytnio-pszeniczny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Salata zielona 20 g,

Wartości odżywcze: E: 2805.38 kcal; B: 132.16 g; T: 102.71 g; Kw. tł. nasy.: 48.38 g; W: 365.22 g; W tym cukry: 50.01 g; Bł.: 51.34 g; Sól: 9.28 g; WW: 31.56 Por; Ener. z B: 18.84 %; Ener. z W: 44.75 %; Ener. z T: 32.95 %; Ener. z Bł.: 3.66 %; K: 6194.7 mg;

sobota 2024-01-20 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa wątrobowa/trzustkowa		
Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 70 g, Seler z pietruszką gotowany z olejem () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Buraczki gotowane () 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Pasta z kurczaka 100 g, Cukinia pieczona bez oleju * 150 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Sok pomidorowy 0.3l 1 szt,	Podwieczorek: Makaron drobny z jabłkami b/c () 300 g (<u>GLU PSZ</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2351.25 kcal; B: 119.78 g; T: 50.24 g; Kw. tł. nasy.: 19.96 g; W: 373.2 g; W tym cukry: 46.75 g; Bł.: 36.59 g; Sól: 7.94 g; WW: 33.61 Por; Ener. z B: 20.38 %; Ener. z W: 57.27 %; Ener. z T: 19.23 %; Ener. z Bł.: 3.11 %; K: 6096.4 mg;

sobota 2024-01-20 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa ciężarnych		
Chleb razowy żytnio-pszeniczny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE</u>), Ogórek świeży 150 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE, SEL</u>), Brokuł gotowany* 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszeniczny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>), Rzodkiew biała 150 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszeniczny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Papryka świeża 100 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszeniczny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 150 g,	Posiłek nocny: Chleb razowy żytnio-pszeniczny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Salata zielona 20 g,

Wartości odżywcze: E: 2528.09 kcal; B: 126.04 g; T: 87.39 g; Kw. tł. nasy.: 33.63 g; W: 340.57 g; W tym cukry: 54.82 g; Bł.: 59.99 g; Sól: 9.2 g; WW: 28.18 Por; Ener. z B: 19.94 %; Ener. z W: 44.39 %; Ener. z T: 31.11 %; Ener. z Bł.: 4.75 %; K: 6775.94 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-01-20		
Jadłospis dla diety: SZ-UL Dieta Mamy Okres Laktacji		
Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW</u>), Chleb razowy żytnio-pszeniczny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Kielbasa biała luksusowa-produkt bezglutenowy z kurczaka średnio rozdrobniony, parzony, w osłonce jadalnej-kolager wołowy 100 g, Ogórek świeży 150 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Potrawka drobiowa z warzywami * 250 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE, SEL</u>), Buraczki oprószone () 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszeniczny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Serek Fromage 80 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Ogórek kiszony 150 g, Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszeniczny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Papryka świeża 100 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Podwieczorek: Makaron drobny z jabłkiem prażonym 200 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 3042.4 kcal; B: 136.79 g; T: 106.86 g; Kw. tł. nasy.: 53.05 g; W: 405.98 g; W tym cukry: 103.47 g; Bł.: 48.45 g; Sól: 11.81 g; WW: 35.84 Por; Ener. z B: 17.98 %; Ener. z W: 47.01 %; Ener. z T: 31.61 %; Ener. z Bł.: 3.18 %; K: 6397.77 mg;

sobota 2024-01-20		
Jadłospis dla diety: SZ-UL Ciąża mnoga (wysokobiałkowa)		
Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW</u>), Chleb razowy żytnio-pszeniczny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Kielbasa biała luksusowa-produkt bezglutenowy z kurczaka średnio rozdrobniony, parzony, w osłonce jadalnej-kolager wołowy 100 g, Ogórek świeży 150 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 250 g, Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE, SEL</u>), Buraczki oprószone () 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszeniczny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), Ogórek kiszony 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszeniczny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Papryka świeża 100 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, Bulka masłana 1 szt 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>),	Podwieczorek: Makaron drobny z jabłkiem prażonym 200 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 3073.33 kcal; B: 136.97 g; T: 85.32 g; Kw. tł. nasy.: 40.19 g; W: 466.63 g; W tym cukry: 109.24 g; Bł.: 49.07 g; Sól: 12.22 g; WW: 41.79 Por; Ener. z B: 17.83 %; Ener. z W: 54.35 %; Ener. z T: 24.98 %; Ener. z Bł.: 3.19 %; K: 6620.69 mg;

sobota 2024-01-20		
Jadłospis dla diety: SZ-UL Posiłki regeneracyjne		
	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 250 g, Kociolatek meksykański z wieprzowiną i fasolą 350 g (<u>SEL</u>), Buraczki gotowane () 150 g, Surówka z selera i jabłka () 100 g (<u>MLE, SEL</u>),	

Wartości odżywcze: E: 963.48 kcal; B: 39.21 g; T: 19.43 g; Kw. tł. nasy.: 4.87 g; W: 169.51 g; W tym cukry: 29.77 g; Bł.: 25.55 g; Sól: 2.92 g; WW: 14.43 Por; Ener. z B: 16.28 %; Ener. z W: 59.77 %; Ener. z T: 18.15 %; Ener. z Bł.: 5.3 %; K: 4571.56 mg;

sobota 2024-01-20		
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-pszeniczny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 80 g, Ketchup 20 g (<u>SEL</u>), Pomidor 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 250 g, Kociolatek meksykański z wieprzowiną i fasolą 300 g (<u>SEL</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb razowy żytnio-pszeniczny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Ser żółty 100 g (<u>MLE</u>), Ogórek kiszony 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
	Podwieczorek: Makaron drobny z jabłkiem prażonym 300 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	

Wartości odżywcze: E: 3010.79 kcal; B: 112.61 g; T: 105.82 g; Kw. tł. nasy.: 57.38 g; W: 419.59 g; W tym cukry: 94.09 g; Bł.: 34.41 g; Sól: 11.53 g; WW: 38.65 Por; Ener. z B: 14.96 %; Ener. z W: 51.17 %; Ener. z T: 31.63 %; Ener. z Bł.: 2.29 %; K: 4979.8 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-01-20		
Jadłospis dla diety: SZ-UL Lekkostrawna Broniewskiego		
Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW</u>), Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Parówki z fileta z kurczaka wyrób drobiowy homogenizowany, wędzony, parzony bez osłonki 80 g, Pomidor 50 g, Ketchup 20 g (<u>SEL</u>), Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 250 g, Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Buraczki gotowane () 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>), Salata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
	Podwieczorek: Makaron drobny z jabłkami b/c () 200 g (<u>GLU PSZ</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	

Wartości odżywcze: E: 2388.52 kcal; B: 99.87 g; T: 60.5 g; Kw. tł. nasy.: 26.34 g; W: 371.91 g; W tym cukry: 77.05 g; Bł.: 29.28 g; Sól: 7.23 g; WW: 34.31 Por; Ener. z B: 16.73 %; Ener. z W: 57.38 %; Ener. z T: 22.8 %; Ener. z Bł.: 2.45 %; K: 5463.26 mg;

sobota 2024-01-20		
Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa CH Broniewskiego		
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% 10 g (<u>MLE</u>), Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), Pomidor 50 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 250 g, Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE, SEL</u>), Brokuł gotowany* 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>), Salata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Papryka świeża 100 g,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Surówka z kapusty białej z olejem () 150 g	

Wartości odżywcze: E: 2429.68 kcal; B: 103.82 g; T: 72.27 g; Kw. tł. nasy.: 35.96 g; W: 369.09 g; W tym cukry: 57.53 g; Bł.: 56.53 g; Sól: 8.39 g; WW: 31.46 Por; Ener. z B: 17.09 %; Ener. z W: 51.46 %; Ener. z T: 26.77 %; Ener. z Bł.: 4.65 %; K: 6651.68 mg;

sobota 2024-01-20		
Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa NCH Police Diabetologia		
Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Surówka z selera i jabłka b/c () 150 g (<u>MLE, SEL</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Pasta z kurczaka 100 g, Salata zielona z olejem 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Papryka świeża 100 g,	Podwieczorek: Surówka z kapusty białej z olejem () 150 g,	

Wartości odżywcze: E: 1867.74 kcal; B: 97.41 g; T: 53.72 g; Kw. tł. nasy.: 18.59 g; W: 271.61 g; W tym cukry: 39.16 g; Bł.: 44.13 g; Sól: 6.5 g; WW: 22.95 Por; Ener. z B: 20.86 %; Ener. z W: 48.72 %; Ener. z T: 25.88 %; Ener. z Bł.: 4.73 %; K: 5737.14 mg;

sobota 2024-01-20		
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>), Parówki z fileta z kurczaka wyrób drobiowy homogenizowany, wędzony, parzony bez osłonki 80 g, Ketchup 20 g (<u>SEL</u>), Pomidor 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Buraczki oprószone () 150 g (<u>GLU PSZ</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>), Salata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
	Podwieczorek: Makaron drobny z jabłkami b/c () 300 g (<u>GLU PSZ</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2423.16 kcal; B: 101.7 g; T: 61 g; Kw. tł. nasy.: 26.57 g; W: 376.91 g; W tym cukry: 69.42 g; Bł.: 27.99 g; Sól: 7.14 g; WW: 34.94 Por; Ener. z B: 16.79 %; Ener. z W: 57.6 %; Ener. z T: 22.66 %; Ener. z Bł.: 2.31 %; K: 4988.6 mg;