

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SPPSK Nr 1 PUM Szczecin		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2024-01-23 Jadłospis dla diety: SZ-UL Normalna		
Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (<u>MLE</u>), Dżem 50 g, Kawa z mlekem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Brokułowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Karczek pieczony 90 g (<u>GLU PSZ</u>), Sos meksykański 150 g (<u>GLU PSZ</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), Rzodkiew biała 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
Podwieczorek: Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 200 ml,		

Wartości odżywcze: E: 2419.5 kcal; B: 92.95 g; T: 83.7 g; Kw. tł. nasy.: 42.51 g; W: 338.75 g; W tym cukry: 76.07 g; Bł.: 32.2 g; Sól: 6.93 g; WW: 30.74 Por; Ener. z B: 15.37 %; Ener. z W: 50.68 %; Ener. z T: 31.13 %; Ener. z Bł.: 2.66 %; K: 4325.21 mg;

wtorek 2024-01-23 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>), Kawa z mlekem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>), Pasta z twarogu z koperkiem 150 g (<u>MLE</u>), Dżem 70 g, Pomidor 50 g,	Brokułowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Karczek pieczony 90 g (<u>GLU PSZ</u>), Sos meksykański 150 g (<u>GLU PSZ</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 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>), Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), Ogórek świeży 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Gruszka 1szt. 150 g, Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 250 ml,	

Wartości odżywcze: E: 2765.4 kcal; B: 110.86 g; T: 98.18 g; Kw. tł. nasy.: 47.88 g; W: 369.32 g; W tym cukry: 108.79 g; Bł.: 28.21 g; Sól: 7.11 g; WW: 33.99 Por; Ener. z B: 16.03 %; Ener. z W: 49.34 %; Ener. z T: 31.95 %; Ener. z Bł.: 2.04 %; K: 4220.02 mg;

wtorek 2024-01-23 Jadłospis dla diety: SZ-UL Wegetariańska		
Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (<u>MLE</u>), Dżem 50 g, Kawa z mlekem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Brokułowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Kotletry sojowe 100 g (<u>SOJ</u>), Sos meksykański 150 g (<u>GLU PSZ</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g, Buraczki gotowane () 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>), Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 50 g (<u>SEL</u>), Rzodkiew biała 50 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: 2423.86 kcal; B: 92.97 g; T: 63.59 g; Kw. tł. nasy.: 34.75 g; W: 384.5 g; W tym cukry: 101.76 g; Bł.: 46.18 g; Sól: 7.07 g; WW: 33.83 Por; Ener. z B: 15.34 %; Ener. z W: 55.84 %; Ener. z T: 23.61 %; Ener. z Bł.: 3.81 %; K: 4568.94 mg;

wtorek 2024-01-23 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bezmleczna		
Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Indyk pieczony z Bobrownik produkt blokowy drobiowo wpięprzowy średnio rozdrobniony, pieczony 50 g, Dżem 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Karczek pieczony 90 g (<u>GLU PSZ</u>), Sos meksykański 150 g (<u>GLU PSZ</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Tofu 100 g (<u>SOJ</u>), Rzodkiew biała 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Gruszka 1szt. 150 g,	Podwieczorek: Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 200 ml, Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2395.07 kcal; B: 84.15 g; T: 74.65 g; Kw. tł. nasy.: 19.65 g; W: 362.44 g; W tym cukry: 75.25 g; Bł.: 34.93 g; Sól: 6.91 g; WW: 32.76 Por; Ener. z B: 14.05 %; Ener. z W: 54.7 %; Ener. z T: 28.05 %; Ener. z Bł.: 2.92 %; K: 4089.57 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-01-23 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, Indyk pieczony z Bobrownik produkt blokowy drobiowo wpięprzowy średnio rozdrobniony, pieczony 50 g, Dżem 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Brokolowa z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Karczek pieczony 90 g (<u>GLU PSZ</u>), Sos meksykański 150 g (<u>GLU PSZ</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Tofu 100 g (<u>SOJ</u>), Rzodkiew biała 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Gruszka 1szt. 150 g,	Podwieczorek: Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 200 ml, Biszkoty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2395.07 kcal; B: 84.15 g; T: 74.65 g; Kw. tł. nasy.: 19.65 g; W: 362.44 g; W tym cukry: 75.25 g; Bł.: 34.93 g; Sól: 6.91 g; WW: 32.76 Por; Ener. z B: 14.05 %; Ener. z W: 54.7 %; Ener. z T: 28.05 %; Ener. z Bł.: 2.92 %; K: 4089.57 mg;

wtorek 2024-01-23 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bezglutenowa		
Chleb bezglutenowy 100 g, Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (<u>MLE</u>), Dżem 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Brokolowa z ziemniakami (bez glutenu) (*) 400 ml (<u>MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Bitka z fileta kurczaka (bez glutenu) 90 g, Sos koperkowy *(bez glutenu) 100 ml (<u>MLE</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g, Buraczki gotowane () 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>), Ser żółty 70 g (<u>MLE</u>), Rzodkiew biała 50 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: 2292.43 kcal; B: 81.11 g; T: 84.24 g; Kw. tł. nasy.: 36.7 g; W: 312.34 g; W tym cukry: 84.52 g; Bł.: 22.46 g; Sól: 3.9 g; WW: 28.96 Por; Ener. z B: 14.15 %; Ener. z W: 50.58 %; Ener. z T: 33.07 %; Ener. z Bł.: 1.96 %; K: 4247.86 mg;

wtorek 2024-01-23 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bezglutenowa, bez mleka		
Chleb bezglutenowy 120 g, Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Indyk pieczony z Bobrownik produkt blokowy drobiowo wpięprzowy średnio rozdrobniony, pieczony 50 g, Dżem 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Brokolowa z ziemniakami (bez mleka, glutenu) (*) 400 ml (<u>SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Bitka z fileta kurczaka (bez glutenu) 90 g, Sos koperkowy *(bez mleka, bez glutenu) 100 ml, Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g, Buraczki gotowane () 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb bezglutenowy 120 g, Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Tofu 100 g (<u>SOJ</u>), Rzodkiew biała 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Gruszka 1szt. 150 g,	Podwieczorek: Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 250 ml, Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2309.91 kcal; B: 71.59 g; T: 67.45 g; Kw. tł. nasy.: 11.89 g; W: 359.84 g; W tym cukry: 111.27 g; Bł.: 22.64 g; Sól: 3.8 g; WW: 33.7 Por; Ener. z B: 12.4 %; Ener. z W: 58.39 %; Ener. z T: 26.28 %; Ener. z Bł.: 1.96 %; K: 4106.21 mg;

wtorek 2024-01-23 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bogatoresztkowa		
Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (<u>MLE</u>), Ogórek świeży 150 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>),	Brokolowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Karczek pieczony 90 g (<u>GLU PSZ</u>), Sos meksykański 150 g (<u>GLU PSZ</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 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>), Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL</u>), Ogórek kiszony 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Pomidor 150 g,	Podwieczorek: Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 200 ml,	

Wartości odżywcze: E: 2424.25 kcal; B: 96.05 g; T: 93.77 g; Kw. tł. nasy.: 45.68 g; W: 320.26 g; W tym cukry: 70.46 g; Bł.: 43.3 g; Sól: 7.2 g; WW: 27.68 Por; Ener. z B: 15.85 %; Ener. z W: 45.7 %; Ener. z T: 34.81 %; Ener. z Bł.: 3.57 %; K: 5552.64 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-01-23 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 z koperkiem 100 g (<u>MLE</u>), Dżem 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Jarzynowa z ziemniakami (*)-dieta b/brokula i kalafiora 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Bitka z fileta kurczaka 80 g (<u>GLU PSZ</u>), Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), 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: Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 200 ml, Herbatniki 100 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>),		

Wartości odżywcze: E: 2419.65 kcal; B: 94.42 g; T: 69.48 g; Kw. tł. nasy.: 26.77 g; W: 363.26 g; W tym cukry: 107.03 g; Bł.: 21.19 g; Sól: 5.64 g; WW: 34.35 Por; Ener. z B: 15.61 %; Ener. z W: 56.55 %; Ener. z T: 25.84 %; Ener. z Bł.: 1.75 %; K: 4065.81 mg;

wtorek 2024-01-23 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dzieci łatwo strawna		
Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 80 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>), Pasta z twarogu z koperkiem 150 g (<u>MLE</u>), Dżem 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Jarzynowa z ziemniakami (*)-dieta b/brokula i kalafiora 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Bitka z fileta kurczaka 80 g (<u>GLU PSZ</u>), Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna 75g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ</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,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 200 ml,	

Wartości odżywcze: E: 2786 kcal; B: 122.88 g; T: 73.75 g; Kw. tł. nasy.: 33.97 g; W: 415.12 g; W tym cukry: 92.04 g; Bł.: 26.73 g; Sól: 8.69 g; WW: 38.9 Por; Ener. z B: 17.64 %; Ener. z W: 55.76 %; Ener. z T: 23.82 %; Ener. z Bł.: 1.92 %; K: 4238.53 mg;

wtorek 2024-01-23 Jadłospis dla diety: SZ-UL Trzustkowa/Wątrobowa		
Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Pasta z twarogu z koperkiem 150 g (<u>MLE</u>), Dżem 70 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Jarzynowa z ziemniakami (*)-dieta b/brokula i kalafiora 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Bitka z fileta kurczaka 80 g (<u>GLU PSZ</u>), Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</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% 10 g (<u>MLE</u>), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>), Bukiet jarzyn gotowany (bez oleju)* 150 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 200 ml, Herbatniki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2391.1 kcal; B: 110.98 g; T: 53.18 g; Kw. tł. nasy.: 22.14 g; W: 378.75 g; W tym cukry: 110.71 g; Bł.: 26.95 g; Sól: 6.43 g; WW: 35.21 Por; Ener. z B: 18.57 %; Ener. z W: 58.85 %; Ener. z T: 20.02 %; Ener. z Bł.: 2.25 %; K: 4890.98 mg;

wtorek 2024-01-23 Jadłospis dla diety: SZ-UL Żołądkowa		
Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pasta z twarogu z koperkiem 150 g (<u>MLE</u>), Dynia z wody 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Jarzynowa z ziemniakami (*)-dieta b/brokula i kalafiora 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Bitka z fileta kurczaka 80 g (<u>GLU PSZ</u>), Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</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% 16.67 g (<u>MLE</u>), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 70 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 50 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
Podwieczorek: Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 200 ml, Biskopki b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ</u>),		

Wartości odżywcze: E: 2309.15 kcal; B: 107.56 g; T: 62.6 g; Kw. tł. nasy.: 26.64 g; W: 337.29 g; W tym cukry: 72.8 g; Bł.: 23.42 g; Sól: 6.36 g; WW: 31.42 Por; Ener. z B: 18.63 %; Ener. z W: 54.37 %; Ener. z T: 24.4 %; Ener. z Bł.: 2.03 %; K: 4682.31 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-01-23 Jadłospis dla diety: SZ-UL Specjalna bezmleczna		
Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Margaryna porcjowa 15g 2 szt, Indyk pieczony z Bobrownik produkt blokowy drobiowo wpięprzowy średnio rozdrobniony, pieczony 50 g, Dżem 70 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Jarzynowa z ziemniakami (*-dieta b/brokula i kalafiora 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Bitka z fileta kurczaka 80 g (<u>GLU PSZ</u>), Sos koperkowy *(bez mleka) 100 ml (<u>GLU PSZ</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 2 szt, Pasta z kurczaka 100 g, Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Jablko pieczone 1szt. 1 szt,	Podwieczorek: Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 200 ml,	

Wartości odżywcze: E: 2419.71 kcal; B: 102.29 g; T: 78.34 g; Kw. tł. nasy.: 21.61 g; W: 341.25 g; W tym cukry: 95.71 g; Bł.: 27.31 g; Sól: 6.41 g; WW: 31.28 Por; Ener. z B: 16.81 %; Ener. z W: 51.9 %; Ener. z T: 29.14 %; Ener. z Bł.: 2.26 %; K: 5010.36 mg;

wtorek 2024-01-23 Jadłospis dla diety: SZ-UL Papkowata		
Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (<u>MLE</u>), Dynia z wody 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Jarzynowa z ziemniakami (*-dieta b/brokula i kalafiora 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Pulpet drobiowy z indyka 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Buraczki gotowane () 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, GLU OW</u>), Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pasta z kurczaka 100 g, Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 50 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
	Podwieczorek: Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 200 ml,	

Wartości odżywcze: E: 2413.2 kcal; B: 119.52 g; T: 68.13 g; Kw. tł. nasy.: 30.73 g; W: 341.61 g; W tym cukry: 84.02 g; Bł.: 25.76 g; Sól: 4.95 g; WW: 31.61 Por; Ener. z B: 19.81 %; Ener. z W: 52.35 %; Ener. z T: 25.41 %; Ener. z Bł.: 2.14 %; K: 5259.91 mg;

wtorek 2024-01-23 Jadłospis dla diety: SZ-UL Papkowata cukrzycowa		
Płatki owsiane na wywarze jarzynowym. 300 ml (<u>SEL, GLU OW</u>), Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (<u>MLE</u>), Dynia z wody 50 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Jarzynowa z ziemniakami (*-dieta b/brokula i kalafiora 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Pulpet drobiowy z indyka 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Buraczki gotowane () 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, GLU OW</u>), Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pasta z kurczaka 100 g, Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 50 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Sok pomidorowy 0,3l 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2260.96 kcal; B: 117.19 g; T: 73.29 g; Kw. tł. nasy.: 30.86 g; W: 294.76 g; W tym cukry: 41.71 g; Bł.: 26.45 g; Sól: 5.56 g; WW: 26.85 Por; Ener. z B: 20.73 %; Ener. z W: 47.47 %; Ener. z T: 29.17 %; Ener. z Bł.: 2.34 %; K: 4959.28 mg;

wtorek 2024-01-23 Jadłospis dla diety: SZ-UL Płynna cukrzycowa		
Mięso drobiowe gotowane 100g 1 szt, Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Płatki owsiane na wywarze jarzynowym. 400 ml (<u>SEL, GLU OW</u>),	Jarzynowa z ziemniakami (*-dieta b/brokula i kalafiora 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 50 g, Pulpet drobiowy z indyka 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>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>),
II Śniadanie: Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Sok pomidorowy 0,3l 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2079.98 kcal; B: 120.26 g; T: 113.86 g; Kw. tł. nasy.: 37.89 g; W: 152.32 g; W tym cukry: 20.58 g; Bł.: 17.86 g; Sól: 4.03 g; WW: 13.28 Por; Ener. z B: 23.13 %; Ener. z W: 25.86 %; Ener. z T: 49.27 %; Ener. z Bł.: 1.72 %; K: 3669.18 mg;

wtorek 2024-01-23 Jadłospis dla diety: SZ-UL Płynna wysokobiałkowa		
Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Mleko w proszku 50 g (<u>MLE</u>), Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>),	Jarzynowa z ziemniakami (*-dieta b/brokula i kalafiora 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 50 g, Pulpet drobiowy z indyka 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>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>),
II Śniadanie: Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Sok pomidorowy 0,3l 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2217.91 kcal; B: 116.24 g; T: 95.71 g; Kw. tł. nasy.: 36.68 g; W: 232.26 g; W tym cukry: 61.78 g; Bł.: 16.74 g; Sól: 4.66 g; WW: 21.5 Por; Ener. z B: 20.96 %; Ener. z W: 38.87 %; Ener. z T: 38.84 %; Ener. z Bł.: 1.51 %; K: 4404.94 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-01-23 Jadłospis dla diety: SZ-UL Przecierana		
Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Mleko w proszku 10 g (<u>MLE</u>),	Jarzynowa z ziemniakami (*)-dieta b/brokula i kaliafora 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 150 g, Pulpet drobiowy z indyka 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Buraczki gotowane () 100 g, Olej rzepakowy 10 g,	Ryż na wywarze jarzynowym. 300 ml (<u>SEL</u>), Mięso drobiowe gotowane 100g 1 szt, Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 200 ml,	

Wartości odżywcze: E: 2269.91 kcal; B: 108.07 g; T: 96.43 g; Kw. tł. nasy.: 36.65 g; W: 252.22 g; W tym cukry: 48.44 g; Bł.: 19.64 g; Sól: 4.06 g; WW: 23.16 Por; Ener. z B: 19.04 %; Ener. z W: 40.98 %; Ener. z T: 38.23 %; Ener. z Bł.: 1.73 %; K: 4335.54 mg;

wtorek 2024-01-23 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>), Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (<u>MLE</u>), Salata zielona 20 g, Kawa z mlekiem instant.b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Brokułowa z ziemniakami (*) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Bitka z fileta kurczaka 80 g (<u>GLU PSZ</u>), Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g, Buraczki gotowane () 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Szynka 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: Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 1613.78 kcal; B: 91.11 g; T: 51.72 g; Kw. tł. nasy.: 20.37 g; W: 206.42 g; W tym cukry: 31.21 g; Bł.: 24.7 g; Sól: 5.8 g; WW: 18.21 Por; Ener. z B: 22.58 %; Ener. z W: 45.04 %; Ener. z T: 28.84 %; Ener. z Bł.: 3.06 %; K: 4332.96 mg;

wtorek 2024-01-23 Jadłospis dla diety: SZ-UL Wysokobiałkowa/Wysokokaloryczna		
Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (<u>MLE</u>), Ser topiony 50 g (<u>MLE</u>), Dżem 25 g 1 szt, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Brokułowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Karczek pieczony 90 g (<u>GLU PSZ</u>), Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Buraczki gotowane () 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>), Salata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 200 ml, Herbatniki 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2860.6 kcal; B: 122.97 g; T: 95.65 g; Kw. tł. nasy.: 44.19 g; W: 391.87 g; W tym cukry: 103.87 g; Bł.: 31.72 g; Sól: 8.14 g; WW: 36.19 Por; Ener. z B: 17.2 %; Ener. z W: 50.36 %; Ener. z T: 30.09 %; Ener. z Bł.: 2.22 %; K: 5329.98 mg;

wtorek 2024-01-23 Jadłospis dla diety: SZ-UL Hematologiczna		
Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 40 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Twarożek 100 g (<u>MLE</u>), Dżem 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Brokułowa z ziemniakami (*) z mięsem 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Karczek pieczony 90 g (<u>GLU PSZ</u>), Sos meksykański 150 g (<u>GLU PSZ</u>), Buraczki gotowane () 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>), Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 50 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 200 ml,	

Wartości odżywcze: E: 2796.07 kcal; B: 120.53 g; T: 92.84 g; Kw. tł. nasy.: 48.44 g; W: 384 g; W tym cukry: 92.61 g; Bł.: 31.01 g; Sól: 7.61 g; WW: 35.36 Por; Ener. z B: 17.24 %; Ener. z W: 50.5 %; Ener. z T: 29.88 %; Ener. z Bł.: 2.22 %; K: 5128.81 mg;

wtorek 2024-01-23 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>), Dżem 50 g, Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (<u>MLE</u>), Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Brokułowa z ziemniakami (*) z mięsem 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Karczek pieczony 90 g (<u>GLU PSZ</u>), Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g, Buraczki gotowane () 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>), Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), Salata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Jablko 1 szt 1 szt, Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 200 ml, Herbatniki 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2841.66 kcal; B: 111.61 g; T: 95.18 g; Kw. tł. nasy.: 47.12 g; W: 395.39 g; W tym cukry: 117.6 g; Bł.: 28.01 g; Sól: 7.39 g; WW: 36.74 Por; Ener. z B: 15.71 %; Ener. z W: 51.71 %; Ener. z T: 30.14 %; Ener. z Bł.: 1.97 %; K: 4506.71 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-01-23		
Jadłospis dla diety: SZ- UL Hematologiczna cukrzyca wysokobiałkowa/wys		
Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Twarożek 100 g (<u>MLE</u>), Ser topiony 50 g (<u>MLE</u>), Dynia z wody 50 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Brokułowa z ziemniakami (*) z mięsem 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Karczek pieczony 90 g (<u>GLU PSZ</u>), Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Fasolka szparagowa z wody* 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>), Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 50 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE</u>), Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>),	Posiłek nocny: Chleb Graham 40 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Połudwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g,

Wartości odżywcze: E: 3150.17 kcal; B: 170.42 g; T: 131.75 g; Kw. tł. nasy.: 67.86 g; W: 340.23 g; W tym cukry: 46.26 g; Bł.: 36.23 g; Sól: 11.74 g; WW: 30.62 Por; Ener. z B: 21.64 %; Ener. z W: 38.6 %; Ener. z T: 37.64 %; Ener. z Bł.: 2.3 %; K: 5361.05 mg;

wtorek 2024-01-23		
Jadłospis dla diety: SZ- UL Hematologiczna łatwo strawna		
Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 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>),	Jarzynowa z ziemniakami (*)-dieta b/brokuła i kaliafora 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Bitka z fileta kurczaka 80 g (<u>GLU PSZ</u>), Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</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% 16.67 g (<u>MLE</u>), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 50 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 250 ml,	

Wartości odżywcze: E: 2544.35 kcal; B: 118.31 g; T: 68.64 g; Kw. tł. nasy.: 32.2 g; W: 373.14 g; W tym cukry: 97.39 g; Bł.: 23.58 g; Sól: 5.99 g; WW: 35.03 Por; Ener. z B: 18.6 %; Ener. z W: 54.95 %; Ener. z T: 24.28 %; Ener. z Bł.: 1.85 %; K: 4975.41 mg;

wtorek 2024-01-23		
Jadłospis dla diety: SZ- UL Hematologiczna wysokobiałkowa		
Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 40 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Twarożek 150 g (<u>MLE</u>), Dżem 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Brokułowa z ziemniakami (*) z mięsem 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Karczek pieczony 90 g (<u>GLU PSZ</u>), Sos meksykański 150 g (<u>GLU PSZ</u>), Buraczki gotowane () 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>), Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 50 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 200 ml, Herbatniki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 3164.13 kcal; B: 133.71 g; T: 107 g; Kw. tł. nasy.: 55.74 g; W: 431.56 g; W tym cukry: 104.42 g; Bł.: 32.72 g; Sól: 8.5 g; WW: 39.98 Por; Ener. z B: 16.9 %; Ener. z W: 50.42 %; Ener. z T: 30.43 %; Ener. z Bł.: 2.07 %; K: 5226.46 mg;

wtorek 2024-01-23		
Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzyca niskocholesterolowa		
Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Pasta z twarogu z koperkiem 150 g (<u>MLE</u>), Salata zielona 20 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Brokułowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Bitka z fileta kurczaka 80 g (<u>GLU PSZ</u>), Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g, Fasolka szparagowa z wody* 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 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>), Rządkiw biała 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>), Pomidor 50 g,	Podwieczorek: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 1932.79 kcal; B: 101.52 g; T: 56.67 g; Kw. tł. nasy.: 22.2 g; W: 271.36 g; W tym cukry: 31.1 g; Bł.: 37.9 g; Sól: 6.41 g; WW: 23.55 Por; Ener. z B: 21.01 %; Ener. z W: 48.32 %; Ener. z T: 26.39 %; Ener. z Bł.: 3.92 %; K: 5043.4 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-01-23		
Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa wysokolaryczna/wysokobiałkowa		
Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pasta z twarogu z koperkiem 150 g (<u>MLE</u>), Sałata zielona 20 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Brokułowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Bitka z fileta kurczaka 80 g (<u>GLU PSZ</u>), Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g, Fasolka szparagowa z wody* 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>), Ogórek kiszony 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb Graham 35 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Pomidor 50 g,	Podwieczorek: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Posiłek nocny: Chleb razowy żytnio-pszeny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Połędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g, Rzodkiew biała 50 g,

Wartości odżywcze: E: 2746.78 kcal; B: 143.32 g; T: 99.42 g; Kw. tł. nasy.: 46.63 g; W: 339.6 g; W tym cukry: 41.17 g; Bł.: 38.85 g; Sól: 9.82 g; WW: 30.23 Por; Ener. z B: 20.87 %; Ener. z W: 43.8 %; Ener. z T: 32.57 %; Ener. z Bł.: 2.83 %; K: 5393 mg;

wtorek 2024-01-23		
Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa wątrobowa/trzustkowa		
Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Pasta z twarogu z koperkiem 150 g (<u>MLE</u>), Dynia z wody 150 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Jarzynowa z ziemniakami (*)-dieta b/brokula i kalafiora 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Bitka z fileta kurczaka 80 g (<u>GLU PSZ</u>), Buraczki gotowane () 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Szyunka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 100 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 50 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Marchew gotowana z olejem* 100 g	Podwieczorek: Kisiel z czarnej porzeczki b/c* 300 ml,	

Wartości odżywcze: E: 2287.53 kcal; B: 116.27 g; T: 54.65 g; Kw. tł. nasy.: 22.21 g; W: 341.95 g; W tym cukry: 67.43 g; Bł.: 30.21 g; Sól: 7.94 g; WW: 31.2 Por; Ener. z B: 20.33 %; Ener. z W: 54.51 %; Ener. z T: 21.5 %; Ener. z Bł.: 2.64 %; K: 5260.05 mg;

wtorek 2024-01-23		
Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa ciężarnych		
Chleb razowy żytnio-pszeny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pasta z twarogu z koperkiem 150 g (<u>MLE</u>), Ogórek świeży 150 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Brokułowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Bitka z fileta kurczaka 80 g (<u>GLU PSZ</u>), Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g, Fasolka szparagowa z wody* 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszeny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), Pomidor 150 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszeny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Pomidor 50 g, Szyunka z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g,	Podwieczorek: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Posiłek nocny: Chleb razowy żytnio-pszeny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Połędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g, Sałata zielona 20 g,

Wartości odżywcze: E: 2401.87 kcal; B: 133.58 g; T: 86.64 g; Kw. tł. nasy.: 43.16 g; W: 292.63 g; W tym cukry: 37.67 g; Bł.: 40.6 g; Sól: 8.69 g; WW: 25.35 Por; Ener. z B: 22.25 %; Ener. z W: 41.97 %; Ener. z T: 32.47 %; Ener. z Bł.: 3.38 %; K: 5638.6 mg;

wtorek 2024-01-23		
Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa dla matek karmiących		
Chleb razowy żytnio-pszeny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pasta z twarogu z koperkiem 150 g (<u>MLE</u>), Ogórek świeży 150 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Brokułowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Bitka z fileta kurczaka 80 g (<u>GLU PSZ</u>), Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g, Fasolka szparagowa z wody* 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszeny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), Pomidor 150 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszeny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Pomidor 50 g, Szyunka z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g,	Podwieczorek: Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Posiłek nocny: Chleb razowy żytnio-pszeny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Połędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g, Sałata zielona 20 g,

Wartości odżywcze: E: 2451.37 kcal; B: 143.48 g; T: 88.89 g; Kw. tł. nasy.: 43.16 g; W: 290.08 g; W tym cukry: 37.67 g; Bł.: 40.6 g; Sól: 8.58 g; WW: 25.15 Por; Ener. z B: 23.41 %; Ener. z W: 40.71 %; Ener. z T: 32.64 %; Ener. z Bł.: 3.31 %; K: 5455.6 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-01-23 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa dla dzieci		
Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pasta z twarogu z koperkiem 150 g (<u>MLE</u>), Ogórek świeży 50 g, Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Brokułowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Bitka z fileta kurczaka 80 g (<u>GLU PSZ</u>), Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g, Fasolka szparagowa z wody* 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jablek *b/c 200 ml,	Chleb Graham 120 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>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml, Pomidor 50 g,
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Ser zółty 25 g (<u>MLE</u>), Gruszka 1szt. 150 g, Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Ser topiony 50 g (<u>MLE</u>), Papryka świeża 50 g,	Posiłek nocny: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Sałata zielona 20 g,

Wartości odżywcze: E: 2882.47 kcal; B: 133.63 g; T: 100.97 g; Kw. tł. nasy.: 49.68 g; W: 379.4 g; W tym cukry: 73.92 g; Bł.: 45.74 g; Sól: 9.85 g; WW: 33.55 Por; Ener. z B: 18.54 %; Ener. z W: 46.3 %; Ener. z T: 31.53 %; Ener. z Bł.: 3.17 %; K: 5344.9 mg;

wtorek 2024-01-23 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa bezmleczna		
Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Indyk pieczony z Bobrownik produkt biokowy drobiowo wpięprzowy średnio rozdrobniony, pieczony 50 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,	Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka) (*-dieta b/brokuła i kalafiora 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Bitka z fileta kurczaka 80 g (<u>GLU PSZ</u>), Sos koperkowy *(bez mleka) 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g, Fasolka szparagowa z wody* 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jablek *b/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Tofu 150 g (<u>SOJ</u>), Ogórek kiszony 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Pomidor 100 g, Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>),	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2264.35 kcal; B: 98.23 g; T: 90.57 g; Kw. tł. nasy.: 22.93 g; W: 287.05 g; W tym cukry: 21.05 g; Bł.: 45.54 g; Sól: 8.54 g; WW: 24.22 Por; Ener. z B: 17.35 %; Ener. z W: 42.66 %; Ener. z T: 36 %; Ener. z Bł.: 4.02 %; K: 4908.18 mg;

wtorek 2024-01-23 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzyca nerkowa		
Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 120 g, Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pasta z twarogu z koperkiem 30 g (<u>MLE</u>), Dynia z wody 150 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka) (*-dieta b/brokuła i kalafiora 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Pulpet drobiowy z indyka 40 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Buraczki gotowane () 200 g, Kompot z czarnej porzeczki i jablek *b/c 200 ml,	Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 120 g, Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 60 g, Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Pomidor 100 g,	Podwieczorek: Kisiel z czarnej porzeczki b/c* 250 ml,	

Wartości odżywcze: E: 2248.75 kcal; B: 50.32 g; T: 77.27 g; Kw. tł. nasy.: 28.58 g; W: 339.6 g; W tym cukry: 54.8 g; Bł.: 47.29 g; Sól: 7.68 g; WW: 29.07 Por; Ener. z B: 8.95 %; Ener. z W: 51.99 %; Ener. z T: 30.92 %; Ener. z Bł.: 4.21 %; K: 5135.16 mg;

wtorek 2024-01-23 Jadłospis dla diety: SZ-UL Nerkowa		
Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pasta z twarogu z koperkiem 30 g (<u>MLE</u>), Dżem 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 120 g,	Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka) (*-dieta b/brokuła i kalafiora 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Bitka z fileta kurczaka 40 g (<u>GLU PSZ</u>), Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Buraczki gotowane () 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jablek *z/c 200 ml,	Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 120 g, Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 50 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
	Podwieczorek: Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 200 ml, Herbatniki 100 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2327.9 kcal; B: 48.71 g; T: 66.48 g; Kw. tł. nasy.: 21.57 g; W: 384.51 g; W tym cukry: 104.15 g; Bł.: 36.41 g; Sól: 7.29 g; WW: 34.81 Por; Ener. z B: 8.37 %; Ener. z W: 59.81 %; Ener. z T: 25.7 %; Ener. z Bł.: 3.13 %; K: 3815.71 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-01-23 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dna moczanowa		
Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (<u>MLE</u>), Dżem 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Brokułowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Kotlety sojowe 100 g (<u>SOJ</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Buraczki gotowane () 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), Salata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczerek: Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 200 ml,	

Wartości odżywcze: E: 2292.3 kcal; B: 94.53 g; T: 60.04 g; Kw. tł. nasy.: 34.23 g; W: 354.64 g; W tym cukry: 84.16 g; Bł.: 36.72 g; Sól: 6.85 g; WW: 31.84 Por; Ener. z B: 16.5 %; Ener. z W: 55.48 %; Ener. z T: 23.57 %; Ener. z Bł.: 3.2 %; K: 4152.12 mg;

wtorek 2024-01-23 Jadłospis dla diety: SZ-UL Atopowa		
Wafle ryżowe 40 g, Margaryna porcjowa 15g 2 szt, Filet z indyka gotowany 100 g, Ogórek świeży 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka, bez selera)*() 400 ml (<u>GLU JECZ</u>), Ziemniaki () 200 g, Gołąbki zawijane z kapustą ryżem i mięsem z indyka (bez jaj) ATOPOWA 240 g, Sos jarzynowy (bez selera, bez glutenu) 100 ml, Brokuł gotowany* 150 g, Woda źródlana 250 ml,	Zapiekanka z ziemniaków i warzyw*-dieta Atopowa 400 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Kisiel z jabłek z/c* 200 ml,	Podwieczerek: Ryż na wodzie 200 ml, Mus z jabłek () z/c 150 g,	

Wartości odżywcze: E: 2117.14 kcal; B: 110.18 g; T: 58.86 g; Kw. tł. nasy.: 14.2 g; W: 297.84 g; W tym cukry: 42.93 g; Bł.: 27.94 g; Sól: 3.68 g; WW: 26.96 Por; Ener. z B: 20.82 %; Ener. z W: 50.99 %; Ener. z T: 25.02 %; Ener. z Bł.: 2.64 %; K: 5849.8 mg;

wtorek 2024-01-23 Jadłospis dla diety: SZ-UL Niemowlaki		
Zacierka na mleku 200 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (<u>MLE</u>), Pomidor b/skórki 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Jarzynowa z ziemniakami (*)-dieta b/brokuła i kalafiora 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 100 g, Bitka z fileta kurczaka 80 g (<u>GLU PSZ</u>), Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Buraczki gotowane () 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Szyńka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 50 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczerek: Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 200 ml,	

Wartości odżywcze: E: 1747.48 kcal; B: 92.64 g; T: 51.28 g; Kw. tł. nasy.: 22.27 g; W: 235.34 g; W tym cukry: 75.15 g; Bł.: 16.79 g; Sól: 4.51 g; WW: 21.9 Por; Ener. z B: 21.21 %; Ener. z W: 50.03 %; Ener. z T: 26.41 %; Ener. z Bł.: 1.92 %; K: 3557.45 mg;

wtorek 2024-01-23 Jadłospis dla diety: SZ-UL papkowata niemowlaki		
Zacierka na mleku 200 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (<u>MLE</u>), Dżem 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Jarzynowa z ziemniakami (*)-dieta b/brokuła i kalafiora 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 100 g, Pulpet drobiowy z indyka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Buraczki gotowane () 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Pasta z kurczaka 50 g, Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 50 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, Ryż na wywarze jarzynowym 200 ml (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczerek: Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 200 ml,	

Wartości odżywcze: E: 1731.85 kcal; B: 85.42 g; T: 39.39 g; Kw. tł. nasy.: 17.45 g; W: 266.69 g; W tym cukry: 92.77 g; Bł.: 17.47 g; Sól: 3.4 g; WW: 24.96 Por; Ener. z B: 19.73 %; Ener. z W: 57.56 %; Ener. z T: 20.47 %; Ener. z Bł.: 2.02 %; K: 3345.64 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-01-23 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dieta Mamy I trymestr		
Chleb razowy żytnio-pszeniczny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Ogórek świeży 150 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>), Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (<u>MLE</u>),	Brokułowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Karczek pieczony 90 g (<u>GLU PSZ</u>), Sos meksykański 150 g (<u>GLU PSZ</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g, 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% 10 g (<u>MLE</u>), Ser żółty 70 g (<u>MLE</u>), Ogórek kiszony 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszeniczny 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g, Pomidor 50 g, Gruszka 1szt. 150 g,	Podwieczorek: Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 200 ml,	

Wartości odżywcze: E: 2450.77 kcal; B: 112.32 g; T: 84.21 g; Kw. tł. nasy.: 42.27 g; W: 331.42 g; W tym cukry: 77.9 g; Bł.: 41.9 g; Sól: 10.05 g; WW: 28.87 Por; Ener. z B: 18.33 %; Ener. z W: 47.25 %; Ener. z T: 30.92 %; Ener. z Bł.: 3.42 %; K: 5239.87 mg;

wtorek 2024-01-23 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dieta Mamy II trymestr		
Chleb razowy żytnio-pszeniczny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (<u>MLE</u>), Ogórek świeży 150 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Brokułowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Karczek pieczony 90 g (<u>GLU PSZ</u>), Sos meksykański 150 g (<u>GLU PSZ</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszeniczny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Ser żółty 70 g (<u>MLE</u>), Ogórek kiszony 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszeniczny 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g, Pomidor 50 g, Gruszka 1szt. 150 g,	Podwieczorek: Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 200 ml,	

Wartości odżywcze: E: 2725.35 kcal; B: 116.23 g; T: 100.36 g; Kw. tł. nasy.: 52.48 g; W: 362.27 g; W tym cukry: 78.97 g; Bł.: 46.94 g; Sól: 10.73 g; WW: 31.47 Por; Ener. z B: 17.06 %; Ener. z W: 46.28 %; Ener. z T: 33.14 %; Ener. z Bł.: 3.44 %; K: 5411.85 mg;

wtorek 2024-01-23 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dieta Mamy III trymestr		
Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Chleb razowy żytnio-pszeniczny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (<u>MLE</u>), Ogórek świeży 150 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Brokułowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Karczek pieczony 90 g (<u>GLU PSZ</u>), Sos meksykański 150 g (<u>GLU PSZ</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszeniczny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Ser żółty 70 g (<u>MLE</u>), Ogórek kiszony 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g, Pomidor 50 g, Gruszka 1szt. 150 g,	Podwieczorek: Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 200 ml,	

Wartości odżywcze: E: 2936.65 kcal; B: 127.06 g; T: 105.56 g; Kw. tł. nasy.: 55.57 g; W: 390.38 g; W tym cukry: 90.03 g; Bł.: 42.98 g; Sól: 11.07 g; WW: 34.68 Por; Ener. z B: 17.31 %; Ener. z W: 47.32 %; Ener. z T: 32.35 %; Ener. z Bł.: 2.93 %; K: 5593.05 mg;

wtorek 2024-01-23 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dieta Mamy Okres Laktacji		
Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Chleb razowy żytnio-pszeniczny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (<u>MLE</u>), Ogórek świeży 150 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Brokułowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Karczek pieczony 90 g (<u>GLU PSZ</u>), Sos meksykański 150 g (<u>GLU PSZ</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszeniczny 120 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 mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g, Pomidor 50 g, Gruszka 1szt. 150 g,	Podwieczorek: Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 200 ml,	

Wartości odżywcze: E: 2935.76 kcal; B: 122.28 g; T: 106.92 g; Kw. tł. nasy.: 52.13 g; W: 391.84 g; W tym cukry: 90.23 g; Bł.: 44.03 g; Sól: 10.87 g; WW: 34.64 Por; Ener. z B: 16.66 %; Ener. z W: 47.39 %; Ener. z T: 32.78 %; Ener. z Bł.: 3 %; K: 5454.41 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-01-23 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cięża mnoga (wysokobiałkowa)		
Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Pasta z twarogu z koperkiem 150 g (<u>MLE</u>), Ogórek świeży 150 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Brokułowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Bitka z fileta kurczaka 80 g (<u>GLU PSZ</u>), Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g, Buraczki gotowane () 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Ser żółty 60 g (<u>MLE</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, Ogórek kiszony 150 g,
II Śniadanie: Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g, Gruszka 1 szt. 150 g,	Podwieczorek: Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 200 ml,	

Wartości odżywcze: E: 2951.99 kcal; B: 135.15 g; T: 95.79 g; Kw. tł. nasy.: 44.79 g; W: 411.8 g; W tym cukry: 105.17 g; Bł.: 49.67 g; Sól: 11.64 g; WW: 36.05 Por; Ener. z B: 18.31 %; Ener. z W: 49.07 %; Ener. z T: 29.2 %; Ener. z Bł.: 3.37 %; K: 6255.77 mg;

wtorek 2024-01-23 Jadłospis dla diety: SZ-UL Posiłki regeneracyjne		
	Brokułowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Karczek pieczony 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Sos meksykański 150 g (<u>GLU PSZ</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g,	

Wartości odżywcze: E: 985.99 kcal; B: 43.47 g; T: 40.49 g; Kw. tł. nasy.: 10.12 g; W: 119.08 g; W tym cukry: 10.66 g; Bł.: 16.22 g; Sól: 2 g; WW: 10.19 Por; Ener. z B: 17.63 %; Ener. z W: 41.73 %; Ener. z T: 36.95 %; Ener. z Bł.: 3.29 %; K: 3343.38 mg;

wtorek 2024-01-23 Jadłospis dla diety: SZ-UL Normalna Broniewskiego		
Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pasta z twarogu z koperkiem 150 g (<u>MLE</u>), Dżem 70 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Brokułowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Karczek pieczony 90 g (<u>GLU PSZ</u>), Sos meksykański 150 g (<u>GLU PSZ</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g, Buraczki gotowane () 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-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Ser żółty 70 g (<u>MLE</u>), Rzodkiew biała 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
	Podwieczorek: Herbatniki 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>), Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 200 ml, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	

Wartości odżywcze: E: 3135.69 kcal; B: 123.64 g; T: 108.54 g; Kw. tł. nasy.: 51.99 g; W: 433.19 g; W tym cukry: 128.59 g; Bł.: 35.86 g; Sól: 8.27 g; WW: 39.77 Por; Ener. z B: 15.77 %; Ener. z W: 50.69 %; Ener. z T: 31.15 %; Ener. z Bł.: 2.29 %; K: 5073.01 mg;

wtorek 2024-01-23 Jadłospis dla diety: SZ-UL Lekkostrawna Broniewskiego		
Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (<u>MLE</u>), Dżem 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Jarzynowa z ziemniakami (*)-dieta b/brokula i kalafiora 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Bitka z fileta kurczaka 80 g (<u>GLU PSZ</u>), Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 50 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
	Podwieczorek: Herbatniki 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	

Wartości odżywcze: E: 2433.83 kcal; B: 102.95 g; T: 72.42 g; Kw. tł. nasy.: 29.45 g; W: 352.42 g; W tym cukry: 99.48 g; Bł.: 23.08 g; Sól: 5.69 g; WW: 33.03 Por; Ener. z B: 16.92 %; Ener. z W: 54.13 %; Ener. z T: 26.78 %; Ener. z Bł.: 1.9 %; K: 4510.67 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-01-23 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa CH Broniewskiego		
Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Chleb razowy żytnio-pszeniczny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (<u>MLE</u>), Sałata zielona 20 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Brokułowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Karczek pieczony 90 g (<u>GLU PSZ</u>), Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g, Fasolka szparagowa z wody* 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>), Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>), Papryka świeża 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszeniczny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Pomidor 100 g,	Podwieczorek: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2182.56 kcal; B: 105.39 g; T: 72.98 g; Kw. tł. nasy.: 31.18 g; W: 292.74 g; W tym cukry: 44.04 g; Bł.: 36.68 g; Sól: 6.16 g; WW: 25.84 Por; Ener. z B: 19.32 %; Ener. z W: 46.93 %; Ener. z T: 30.1 %; Ener. z Bł.: 3.36 %; K: 5440.83 mg;

wtorek 2024-01-23 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa NCH Police Diabetologia		
Chleb razowy żytnio-pszeniczny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pasta z twarogu z koperkiem 150 g (<u>MLE</u>), Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,	Brokułowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Bitka z fileta kurczaka 90 g (<u>GLU PSZ</u>), Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszeniczny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 70 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>), Ogórek świeży 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Pomidor 100 g,	Podwieczorek: Fasolka szparagowa z wody* 100 g,	

Wartości odżywcze: E: 1885.33 kcal; B: 97.29 g; T: 67.59 g; Kw. tł. nasy.: 25.22 g; W: 237.96 g; W tym cukry: 22.97 g; Bł.: 35.59 g; Sól: 6.36 g; WW: 20.31 Por; Ener. z B: 20.64 %; Ener. z W: 42.94 %; Ener. z T: 32.26 %; Ener. z Bł.: 3.78 %; K: 4549.15 mg;

wtorek 2024-01-23 Jadłospis dla diety: SZ-UL Lekkostrawna Police		
Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (<u>MLE</u>), Dżem 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Jarzynowa z ziemniakami (*)-dieta b/brokuła i kalafiora 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Bitka z fileta kurczaka 80 g (<u>GLU PSZ</u>), Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 50 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
	Podwieczorek: Herbatniki 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>), Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 200 ml,	

Wartości odżywcze: E: 2478.38 kcal; B: 102.9 g; T: 72.37 g; Kw. tł. nasy.: 29.39 g; W: 363.59 g; W tym cukry: 104.49 g; Bł.: 22.82 g; Sól: 5.69 g; WW: 34.18 Por; Ener. z B: 16.61 %; Ener. z W: 55 %; Ener. z T: 26.28 %; Ener. z Bł.: 1.84 %; K: 4512.17 mg;

wtorek 2024-01-23 Jadłospis dla diety: SZ-UL Neutropeniczna		
Zacierka na mleku/p 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna 75g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ</u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>), Szynka wieprzowa gotowana 100g-wędzonka wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w plastrach 1 szt, Kisiel instant 1 szt. 200 ml, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Dyniowa z ziemniakami*() 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>), Gulasz wieprzowy z szynki 200 g (<u>GLU PSZ</u>), Buraczki gotowane () 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *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>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Przymak owocowy do smarowania 25g 25 g, Mus z truskawek* 200 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
	Podwieczorek: Drożdżówka z dżemem 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	

Wartości odżywcze: E: 2994.89 kcal; B: 123.16 g; T: 83.67 g; Kw. tł. nasy.: 36.14 g; W: 448.37 g; W tym cukry: 87.94 g; Bł.: 26.81 g; Sól: 9.21 g; WW: 42 Por; Ener. z B: 16.45 %; Ener. z W: 56.3 %; Ener. z T: 25.14 %; Ener. z Bł.: 1.79 %; K: 3648.37 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-01-23 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa OTS neutropeniczna		
Zacierka na mleku/p 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna 75g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ</u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>), Szynka wieprzowa gotowana 100g-wędzonka wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w plasterach 1 szt, Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,	Dyniowa z ziemniakami*() 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>), Gulasz wieprzowy z szynki 200 g (<u>GLU PSZ</u>), Buraczki gotowane () 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *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>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Mus z truskawek* b/c 200 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Sok pomidorowy 0,3l 1 szt, Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),		

Wartości odżywcze: E: 2791.75 kcal; B: 133.34 g; T: 86.52 g; Kw. tł. nasy.: 38.43 g; W: 381.51 g; W tym cukry: 75.29 g; Bł.: 30.19 g; Sól: 9.84 g; WW: 35.03 Por; Ener. z B: 19.1 %; Ener. z W: 50.34 %; Ener. z T: 27.89 %; Ener. z Bł.: 2.16 %; K: 3750.66 mg;

wtorek 2024-01-23 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,	Grycikowa *, 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: 1648.34 kcal; B: 42.72 g; T: 29.41 g; Kw. tł. nasy.: 1.16 g; W: 308.21 g; W tym cukry: 14.69 g; Bł.: 16.9 g; Sól: 1.85 g; WW: 29.22 Por; Ener. z B: 10.37 %; Ener. z W: 70.69 %; Ener. z T: 16.06 %; Ener. z Bł.: 2.05 %; K: 2339.06 mg;

wtorek 2024-01-23 Jadłospis dla diety: SZ-UL Ścisła		
Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Indyk pieczony z Bobrownik produkt blokowy drobiowo wpięprzowy średnio rozdrobniony, pieczony 50 g,		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>),

Wartości odżywcze: E: 784.73 kcal; B: 34.25 g; T: 33.53 g; Kw. tł. nasy.: 18.92 g; W: 86.78 g; W tym cukry: 2 g; Bł.: 2.7 g; Sól: 3.43 g; WW: 8.43 Por; Ener. z B: 17.46 %; Ener. z W: 42.86 %; Ener. z T: 38.45 %; Ener. z Bł.: .69 %; K: 176.34 mg;

wtorek 2024-01-23 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: 10.87 %; Ener. z W: 77.56 %; Ener. z T: 9.9 %; Ener. z Bł.: .64 %; K: 200.74 mg;

wtorek 2024-01-23 Jadłospis dla diety: SZ-UL Ścisła II		
Kleik ryżowy na wodzie 300 g, Suchary b/c 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>), Grycikowa * 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>), Grycikowa * 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>), Grycikowa * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,

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

wtorek 2024-01-23 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,	Grycikowa * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Pulpet drobiowy z indyka 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Marchew gotowana z olejem* 100 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,	Kleik ryżowy na wodzie 300 g, Suchary b/c 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,

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

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-01-23 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bariatryczna		
Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Kasza kukurydziana z jabłkiem prażonym 200 g (<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>),
	Podwieczorek: Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 625.11 kcal; B: 43.49 g; T: 21.16 g; Kw. tł. nasy.: 6.8 g; W: 66.63 g; W tym cukry: 17.51 g; Bł.: 2.84 g; Sól: .72 g; WW: 6.47 Por; Ener. z B: 27.83 %; Ener. z W: 40.82 %; Ener. z T: 30.46 %; Ener. z Bł.: .91 %; K: 633.93 mg;

wtorek 2024-01-23 Jadłospis dla diety: SZ-UL NZJ I (nieswoiste zapalenie jelit)		
Jarzynowa z ziemniakami (*)-dieta b/brokula i kalafiora. 400 ml (<u>SEL</u>),	Zupa jarzynowa z drobiem *. 400 ml (<u>SEL</u>),	Jarzynowa z ziemniakami (*)-dieta b/brokula i kalafiora. 400 ml (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: Kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem prażonym 300 ml , Kisiel z jagód b/c * 200 ml ,	Podwieczorek: Marchwianka 150 ml , Kleik ryżowy na wodzie 200 g ,	

Wartości odżywcze: E: 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: 12.78 %; Ener. z W: 59.54 %; Ener. z T: 24.74 %; Ener. z Bł.: 3.43 %; K: 3152.34 mg;

wtorek 2024-01-23 Jadłospis dla diety: SZ-UL NZJ II (nieswoiste zapalenie jelit)		
Filet z indyka gotowany 60 g , Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml , Makaron 100 g (<u>GLU PSZ</u>),	Grysikowa b/selera*. 400 ml (<u>GLU PSZ</u>), Ziemniaki () 200 g , Udziec drobiowy gotowany z/z 150 g , Marchew gotowana z olejem* 100 g , Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml ,	Ryż na sypko 150 g , Ryba gotowana (Dorsz) 80 g (<u>RYB</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 160 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,
II Śniadanie: Kasza manna na wodzie z jabłkiem prażonym 300 ml (<u>GLU PSZ</u>), Kisiel z jagód b/c * 200 ml ,	Podwieczorek: Jarzynowa z ziemniakami (*)-dieta b/brokula i kalafiora b/bi b/gl b/selera 200 ml ,	

Wartości odżywcze: E: 1919.17 kcal; B: 102.77 g; T: 57.67 g; Kw. tł. nasy.: 9.48 g; W: 263.1 g; W tym cukry: 35.8 g; Bł.: 28.07 g; Sól: 3.69 g; WW: 23.5 Por; Ener. z B: 21.42 %; Ener. z W: 48.99 %; Ener. z T: 27.05 %; Ener. z Bł.: 2.93 %; K: 4864.09 mg;

wtorek 2024-01-23 Jadłospis dla diety: SZ-UL NZJ III (nieswoiste zapalenie jelit)		
Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Szynka wieprzowa duszona 40 g , Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>),	Barszcz czerwony z ziemniakami - dieta (*) 400 ml (<u>SEL</u>), Ziemniaki () 200 g , Filet z kurczaka gotowany 80 g , Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ SEL</u>), Marchew gotowana z olejem* 100 g , Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml ,	Ryż na sypko 100 g , Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g (<u>GLU PSZ SEL</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,
II Śniadanie: Biskopki b/m 50 g (<u>GLU PSZ JAJ SOJ</u>), Kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem prażonym 200 ml ,	Podwieczorek: Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml , Indyk pieczony z Bobrovník produkt blokowy drobiowo wpleprzowy średnio rozdrobniony, pieczony 40 g ,	

Wartości odżywcze: E: 2118.31 kcal; B: 110.24 g; T: 49.84 g; Kw. tł. nasy.: 12.22 g; W: 321.06 g; W tym cukry: 30.9 g; Bł.: 25.97 g; Sól: 5.16 g; WW: 29.51 Por; Ener. z B: 20.82 %; Ener. z W: 55.72 %; Ener. z T: 21.18 %; Ener. z Bł.: 2.45 %; K: 4800.64 mg;

wtorek 2024-01-23 Jadłospis dla diety: SZ-UL Pokrzywkowa		
Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), 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 GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pasta z jaj 100 g (<u>JAJ 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: 15.39 %; Ener. z W: 54.45 %; Ener. z T: 27.11 %; Ener. z Bł.: 2.96 %; K: 4957.15 mg;