

<nazwa jednostki> <ulica>, <kod>

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SSPSK Nr 1 PUM Szczecin		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2024-01-24 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>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Chrzan ze śmietaną 20 g (<u>MLE, SO2</u>), Papryka konserwowa 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g, Kotlet mielony wieprzowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>), Marchewka z groszkiem*oprószana 100 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Paprykarz szczeciński 100 g (<u>RYB, SOJ.</u>), Ogórek kiszony 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
	Podwieczorek: Rogal maślany 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2587.35 kcal; B: 91.09 g; T: 96.98 g; Kw. tł. nasy.: 34.01 g; W: 351.66 g; W tym cukry: 46.25 g; Bł.: 33.67 g; Sól: 9.11 g; WW: 31.78 Por; Ener. z B: 314.73 %; Ener. z W: 917.51 %; Ener. z T: 788.53 %; Ener. z Bł.: 67.11 %; K: 3966.32 mg;

środa 2024-01-24 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>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE</u>), Papryka świeża 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>), Majonez 20 g (<u>JAJ, GOR.</u>),	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g, Kotlet mielony wieprzowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>), Marchewka z groszkiem*oprószana 100 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Bułka pszenna 75g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g, Paprykarz szczeciński 50 g (<u>RYB, SOJ.</u>), Ogórek świeży 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Koktajl bananowy. 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Rogal maślany 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Miód (25g) 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 3131.45 kcal; B: 123.01 g; T: 124.87 g; Kw. tł. nasy.: 45.81 g; W: 390.4 g; W tym cukry: 82.95 g; Bł.: 28.64 g; Sól: 10.35 g; WW: 36.2 Por; Ener. z B: 426.72 %; Ener. z W: 1114.73 %; Ener. z T: 889.11 %; Ener. z Bł.: 61.71 %; K: 4246.41 mg;

środa 2024-01-24 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>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Chrzan ze śmietaną 20 g (<u>MLE, SO2</u>), Papryka konserwowa 100 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Kotlety ziemniaczane () 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>), Marchewka z groszkiem*oprószana 100 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Paprykarz szczeciński 100 g (<u>RYB, SOJ.</u>), Ogórek kiszony 100 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Koktajl bananowy. 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Rogal maślany 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2748.37 kcal; B: 82.56 g; T: 95.78 g; Kw. tł. nasy.: 35.48 g; W: 403.89 g; W tym cukry: 67.8 g; Bł.: 37.07 g; Sól: 9.96 g; WW: 36.68 Por; Ener. z B: 375.59 %; Ener. z W: 1114.26 %; Ener. z T: 859.35 %; Ener. z Bł.: 83.13 %; K: 4222.67 mg;

środa 2024-01-24 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bezmleczna		
Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Papryka konserwowa 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, Majonez 20 g (<u>JAJ, GOR.</u>),	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)*. 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g, Kotlet mielony wieprzowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (<u>SEL.</u>), Marchew gotowana z olejem* 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Paprykarz szczeciński 100 g (<u>RYB, SOJ.</u>), Ogórek kiszony 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Banan 1szt. 1 szt,	Podwieczorek: Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Miód (25g) 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2729.29 kcal; B: 79.31 g; T: 108.87 g; Kw. tł. nasy.: 23.83 g; W: 375.41 g; W tym cukry: 73.05 g; Bł.: 35.62 g; Sól: 9.99 g; WW: 33.99 Por; Ener. z B: 236.82 %; Ener. z W: 971.72 %; Ener. z T: 900.9 %; Ener. z Bł.: 76.43 %; K: 4342.23 mg;

<nazwa jednostki> <ulica>, <kod>

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-01-24 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bez laktozy		
Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ), Papryka konserwowa 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, Majonez 20 g (JAJ, GOR.),	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)*. 400 ml (GLU PSZ, SEL.), Ziemiaki (I) 200 g, Kotlek mielony wieprzowy 90 g (GLU PSZ, JAJ.), Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (SEL.), Marchew gotowana z olejem* 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Paprykarz szczeciński 100 g (RYB, SOJ.), Ogórek kiszony 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Banan 1szt. 1 szt,	Podwieczorek: Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Miód (25g) 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2729.29 kcal; B: 79.31 g; T: 108.87 g; Kw. tł. nasy.: 23.83 g; W: 375.41 g; W tym cukry: 73.05 g; Bł.: 35.62 g; Sól: 9.99 g; WW: 33.99 Por; Ener. z B: 236.82 %; Ener. z W: 971.72 %; Ener. z T: 900.9 %; Ener. z Bł.: 76.43 %; K: 4342.23 mg;

środa 2024-01-24 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bezglutenowa		
Chleb bezglutenowy 100 g, Masło extra 82% 16.67 g (MLE.), Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ), Papryka konserwowa 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, Chrzan ze śmietaną 20 g (MLE, SOJ.),	Pomidorowa z makaronem (bez glutenu)*. 400 ml (MLE, SEL.), Ziemiaki (I) 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez glutenu) 90 g (JAJ), Sos szpinakowy (bez glutenu)* 100 ml, Surówka z selera i jabłka b/c (I) 100 g (MLE, SEL.), Marchew gotowana z olejem* 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb bezglutenowy 100 g, Masło extra 82% 16.67 g (MLE.), Paprykarz szczeciński 100 g (RYB, SOJ.), Ogórek kiszony 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Koktajl bananowy. 200 ml (MLE.),	Podwieczorek: Chleb bezglutenowy 50 g, Masło extra 82% 5 g (MLE.), Miód (25g) 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2367.76 kcal; B: 68.23 g; T: 97.92 g; Kw. tł. nasy.: 34.78 g; W: 310.21 g; W tym cukry: 56.24 g; Bł.: 20.61 g; Sól: 5.61 g; WW: 29.03 Por; Ener. z B: 308.88 %; Ener. z W: 1075.41 %; Ener. z T: 819.89 %; Ener. z Bł.: 66.22 %; K: 3932.84 mg;

środa 2024-01-24 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bezglutenowa, bez mleka		
Chleb bezglutenowy 100 g, Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ), Papryka konserwowa 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, Majonez 20 g (JAJ, GOR.),	Pomidorowa z makaronem (bez mleka, bez glutenu)*. 400 ml (SEL.), Ziemiaki (I) 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez glutenu) 90 g (JAJ), Marchew gotowana z olejem* 100 g, Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (SEL.), Sos szpinakowy (bez glutenu)* 100 ml, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb bezglutenowy 100 g, Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Paprykarz szczeciński 100 g (RYB, SOJ.), Ogórek kiszony 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Banan 1szt. 1 szt,	Podwieczorek: Chleb bezglutenowy 50 g, Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Miód (25g) 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2463.01 kcal; B: 62.82 g; T: 106.32 g; Kw. tł. nasy.: 21.09 g; W: 322.33 g; W tym cukry: 64.73 g; Bł.: 21.5 g; Sól: 6.01 g; WW: 30.07 Por; Ener. z B: 254.91 %; Ener. z W: 932.92 %; Ener. z T: 926.93 %; Ener. z Bł.: 66.71 %; K: 4139.64 mg;

środa 2024-01-24 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bogatoresztkowa		
Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło extra 82% 16.67 g (MLE.), Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ), Chrzan ze śmietaną 20 g (MLE, SOJ.), Papryka konserwowa 150 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.),	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Ziemiaki (I) 200 g, Kotlek mielony wieprzowy 90 g (GLU PSZ, JAJ.), Surówka z selera i jabłka b/c (I) 100 g (MLE, SEL.), Marchewka z groszkiem*oprószana 100 g (GLU PSZ, MLE.), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło extra 82% 16.67 g (MLE.), Paprykarz szczeciński 100 g (RYB, SOJ.), Pomidor 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Koktajl bananowy. 200 ml (MLE.),	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Masło extra 82% 5 g (MLE.), Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g,	

Wartości odżywcze: E: 2668.92 kcal; B: 95.72 g; T: 109.88 g; Kw. tł. nasy.: 41.58 g; W: 346.34 g; W tym cukry: 79.13 g; Bł.: 47.55 g; Sól: 8.33 g; WW: 29.94 Por; Ener. z B: 401.76 %; Ener. z W: 1178.72 %; Ener. z T: 984.35 %; Ener. z Bł.: 127.44 %; K: 5591.95 mg;

<nazwa jednostki> <ulica>, <kod>

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-01-24 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>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Dynia z wody 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Surówka z selera i jabłka () 150 g (<u>MLE, SEL</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Sałata zielona 20g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
	Podwieczorek: Rogal maślany 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Miód (25g) 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2319.23 kcal; B: 91.5 g; T: 76.01 g; Kw. tł. nasy.: 31.33 g; W: 327.62 g; W tym cukry: 50.8 g; Bł.: 23.14 g; Sól: 4.91 g; WW: 30.53 Por; Ener. z B: 364.37 %; Ener. z W: 961.31 %; Ener. z T: 565.57 %; Ener. z Bł.: 70.8 %; K: 3644.43 mg;

środa 2024-01-24 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dzieci łatwo strawna		
Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Serek wiejski ziemisty 200g 1 szt (<u>MLE</u>), Pomidor 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Surówka z selera i jabłka () 150 g (<u>MLE, SEL</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>), Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Koktajl bananowy. 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Rogal maślany 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Miód (25g) 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2876.05 kcal; B: 126.66 g; T: 97.83 g; Kw. tł. nasy.: 44.46 g; W: 385.82 g; W tym cukry: 89.97 g; Bł.: 24.18 g; Sól: 8.25 g; WW: 36.34 Por; Ener. z B: 564.61 %; Ener. z W: 1219.71 %; Ener. z T: 754.46 %; Ener. z Bł.: 76.53 %; K: 4613.72 mg;

środa 2024-01-24 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, Dynia z wody 150 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Marchew gotowana (bez oleju)* 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 wędliną drob wp i natką pietruszki. 100 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>), Cukinia pieczona (bez oleju)* 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Koktajl bananowy. 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Miód (25g) 2 szt, Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2310.53 kcal; B: 96.5 g; T: 52.23 g; Kw. tł. nasy.: 18.75 g; W: 371.1 g; W tym cukry: 80.85 g; Bł.: 24.83 g; Sól: 8.73 g; WW: 34.7 Por; Ener. z B: 320.75 %; Ener. z W: 1049.59 %; Ener. z T: 321.33 %; Ener. z Bł.: 55.08 %; K: 4519.1 mg;

środa 2024-01-24 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, Dynia z wody 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Marchew gotowana z olejem* 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>), Pasta z wędliną drob wp i natką pietruszki. 100 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>), Pasta warzywna* 50 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
	Podwieczorek: Rogal maślany 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Miód (25g) 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2331.14 kcal; B: 87.56 g; T: 71.57 g; Kw. tł. nasy.: 27.24 g; W: 342.87 g; W tym cukry: 49.29 g; Bł.: 23.06 g; Sól: 7.65 g; WW: 32.08 Por; Ener. z B: 272.7 %; Ener. z W: 938.05 %; Ener. z T: 468.48 %; Ener. z Bł.: 48.35 %; K: 4170.43 mg;

<nazwa jednostki> <ulica>, <kod>

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-01-24 Jadłospis dla diety: SZ-UL Specjalna bezmleczna		
Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Dynia z wody 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)*. 400 ml (<u>GLU PSZ SEL</u>), Ziemniaki () 250 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez glutenu) 90 g (<u>JAJ</u>), Sos szpinakowy (bez mleka)* 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Marchew gotowana z olejem* 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Filet z kurczaka gotowany 100 g, Cukinia pieczona z olejem * 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Jabłko pieczone 1szt. 1 szt,	Podwieczorek: Bulka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Miód (25g) 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2447.06 kcal; B: 107.35 g; T: 83.06 g; Kw. tł. nasy.: 20.71 g; W: 329.11 g; W tym cukry: 61.39 g; Bł.: 27.33 g; Sól: 6.52 g; WW: 30.07 Por; Ener. z B: 379.06 %; Ener. z W: 968.86 %; Ener. z T: 691.17 %; Ener. z Bł.: 69.02 %; K: 5127.24 mg;

środa 2024-01-24 Jadłospis dla diety: SZ-UL Papkowata		
Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>), Bulka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pasta z wędliną drob wp i koperkiem. 100 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>), Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>), Dynia z wody 50 g,	Pomidorowa z makaronem *. 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Marchew gotowana z olejem* 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Ryż na wywarze jarzynowym. 300 ml (<u>SEL</u>), Bulka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 100 g (<u>SEL</u>), Cukinia pieczona z olejem * 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
	Podwieczorek: Jabłko pieczone 1szt. 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2417.57 kcal; B: 95.4 g; T: 90.16 g; Kw. tł. nasy.: 29.34 g; W: 315.06 g; W tym cukry: 79.04 g; Bł.: 25.07 g; Sól: 6.48 g; WW: 29.1 Por; Ener. z B: 300.97 %; Ener. z W: 922.44 %; Ener. z T: 558.45 %; Ener. z Bł.: 60.04 %; K: 4371.43 mg;

środa 2024-01-24 Jadłospis dla diety: SZ-UL Papkowata cukrzycowa		
Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>), Bulka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pasta z wędliną drob wp i koperkiem. 100 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>), Pasta warzywna* 50 g (<u>SEL</u>), Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Pomidorowa z makaronem *. 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Marchew gotowana z olejem* 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Ryż na wywarze jarzynowym. 300 ml (<u>SEL</u>), Bulka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 100 g (<u>SEL</u>), Cukinia pieczona z olejem * 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt,	Podwieczorek: Jabłko pieczone 1szt. 1 szt, Kefir 2 % tł 200g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2364.28 kcal; B: 96.11 g; T: 91.77 g; Kw. tł. nasy.: 28.88 g; W: 297.02 g; W tym cukry: 55.46 g; Bł.: 29.33 g; Sól: 6.41 g; WW: 26.8 Por; Ener. z B: 292.81 %; Ener. z W: 861.12 %; Ener. z T: 566.82 %; Ener. z Bł.: 85.73 %; K: 4305.51 mg;

środa 2024-01-24 Jadłospis dla diety: SZ-UL Płynna cukrzycowa		
Mięso drobiowe gotowane 100g 1 szt, Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Ryż na wywarze jarzynowym. 400 ml (<u>SEL</u>),	Pomidorowa z makaronem *. 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 50 g, Pulpet drobiowy z indyka 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Marchew gotowana z olejem* 100 g, Olej rzepakowy 10 g,	Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL</u>), Ryż na wywarze jarzynowym. 400 ml (<u>SEL</u>), Mięso drobiowe gotowane 100g 1 szt, Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>),
II Śniadanie: Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt,	Podwieczorek: Kefir 2 % tł 200g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2044.47 kcal; B: 113.52 g; T: 116.6 g; Kw. tł. nasy.: 36.53 g; W: 139.96 g; W tym cukry: 25.24 g; Bł.: 17.28 g; Sól: 3.14 g; WW: 12.18 Por; Ener. z B: 366.37 %; Ener. z W: 319.93 %; Ener. z T: 782.1 %; Ener. z Bł.: 49.68 %; K: 2919.26 mg;

środa 2024-01-24 Jadłospis dla diety: SZ-UL Płynna wysokobiałkowa		
Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (<u>MLE</u>), Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Mleko w proszku 25 g (<u>MLE</u>), Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>),	Pomidorowa z makaronem *. 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 50 g, Pulpet drobiowy z indyka 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Marchew gotowana z olejem* 100 g, Olej rzepakowy 10 g,	Ryż na wywarze jarzynowym. 400 ml (<u>SEL</u>), Mięso drobiowe gotowane 100g 1 szt, Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>),
II Śniadanie: Koktajl bananowy. 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Kefir 2 % tł 200g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2191.63 kcal; B: 108.71 g; T: 106.29 g; Kw. tł. nasy.: 40.75 g; W: 204.57 g; W tym cukry: 70.55 g; Bł.: 11.54 g; Sól: 3.56 g; WW: 19.36 Por; Ener. z B: 401.92 %; Ener. z W: 535.52 %; Ener. z T: 798.25 %; Ener. z Bł.: 27.24 %; K: 3447.34 mg;

<nazwa jednostki> <ulica>, <kod>

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-01-24 Jadłospis dla diety: SZ-UL Przecierana		
Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>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>),	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki () 150 g, Pulpet drobiowy z indyka 90 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u>), Marchew gotowana z olejem* 100 g, Olej rzepakowy 10 g,	Ryż na wywarze jarzynowym. 300 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: Koktajl bananowy. 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Kefir 2 % 200g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2288.69 kcal; B: 105.56 g; T: 108.43 g; Kw. tł. nasy.: 39.94 g; W: 229.98 g; W tym cukry: 63.54 g; Bł.: 17.37 g; Sól: 4.04 g; WW: 21.28 Por; Ener. z B: 380.25 %; Ener. z W: 552.38 %; Ener. z T: 87.32 %; Ener. z Bł.: 37.15 %; K: 4029.71 mg;

środa 2024-01-24 Jadłospis dla diety: SZ-UL Niskokaloryczna		
Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Papryka konserwowa 50 g, Kawa z mlekiem instant b/c 200 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JECZ</u>),	Pomidorowa z makaronem * 300 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u>), Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Marchew gotowana z olejem* 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 szt,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g,	

Wartości odżywcze: E: 1651.83 kcal; B: 77.72 g; T: 56.08 g; Kw. tł. nasy.: 17.77 g; W: 227.96 g; W tym cukry: 47.45 g; Bł.: 37.78 g; Sól: 4.66 g; WW: 19.09 Por; Ener. z B: 329.24 %; Ener. z W: 711.29 %; Ener. z T: 525.18 %; Ener. z Bł.: 110.01 %; K: 4351.77 mg;

środa 2024-01-24 Jadłospis dla diety: SZ-UL Wysokobiałkowa/Wysokokaloryczna		
Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>), Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Pomidor 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JECZ</u>),	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u>), Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Marchewka z groszkiem*oprószana 150 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</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 homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Koktajl bananowy. 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Rogal maślany 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Miód (25g) 2 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2875.38 kcal; B: 121.55 g; T: 92.98 g; Kw. tł. nasy.: 39.46 g; W: 402.61 g; W tym cukry: 79.3 g; Bł.: 30.48 g; Sól: 7.27 g; WW: 37.33 Por; Ener. z B: 568.19 %; Ener. z W: 1336.01 %; Ener. z T: 771.88 %; Ener. z Bł.: 73.33 %; K: 4501.04 mg;

środa 2024-01-24 Jadłospis dla diety: SZ-UL Hematologiczna		
Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 40 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Dynia z wody 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JECZ</u>), Chrzan ze śmietaną 20 g (<u>MLE</u> , <u>S02</u>),	Pomidorowa z makaronem * z mięsem 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Kotlec mielony wieprzowy 90 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u>), Marchewka z groszkiem*oprószana 150 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 40 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Ogórek kiszony 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt,	Podwieczorek: Rogal maślany 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Miód (25g) 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2958.34 kcal; B: 113.09 g; T: 107.29 g; Kw. tł. nasy.: 39.27 g; W: 394.81 g; W tym cukry: 57.71 g; Bł.: 27.17 g; Sól: 7.66 g; WW: 36.78 Por; Ener. z B: 415.08 %; Ener. z W: 1147.87 %; Ener. z T: 831.55 %; Ener. z Bł.: 49.92 %; K: 3886.56 mg;

<nazwa jednostki> <ulica>, <kod>

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-01-24 Jadłospis dla diety: SZ-UL Hematologiczna dziecięca		
Bułka pszenna 75g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE</u>), Papryka świeża 50 g, Majonez 20 g (<u>JAJ, GOR.</u>), 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>),	Pomidorowa z makaronem * z mięsem 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki (I) 200 g, Kotlet mielony wieprzowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Marchewka z groszkiem*oprószana 150 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Bułka pszenna 75g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g, Salata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Koktajl bananowy. 250 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Rogal maślany 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Dżem 20 g,	

Wartości odżywcze: E: 3077.89 kcal; B: 122.44 g; T: 129.46 g; Kw. tł. nasy.: 46.47 g; W: 364.07 g; W tym cukry: 92.05 g; Bł.: 23.92 g; Sól: 9.56 g; WW: 34.01 Por; Ener. z B: 442.31 %; Ener. z W: 1003.87 %; Ener. z T: 884.77 %; Ener. z Bł.: 64.26 %; K: 3924.32 mg;

środa 2024-01-24 Jadłospis dla diety: SZ- UL Hematologiczna cukrzyca wysokobiałkowa/wys		
Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>), Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Ogórek kiszony 50 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>), Chrzan ze śmietaną 20 g (<u>MLE, SO2.</u>),	Pomidorowa z makaronem * z mięsem 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki (I) 200 g, Kotlet mielony wieprzowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>), Marchewka z groszkiem*oprószana 150 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Cukinia pieczona z olejem * 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml
II Śniadanie: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt,	Podwieczorek: Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>), Twarożek 50 g (<u>MLE</u>),	Posiłek nocny: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Ser żółty 25 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: E: 2945.34 kcal; B: 133.82 g; T: 118.2 g; Kw. tł. nasy.: 45.84 g; W: 352.95 g; W tym cukry: 39.22 g; Bł.: 35.85 g; Sól: 8.44 g; WW: 31.8 Por; Ener. z B: 488.03 %; Ener. z W: 1026.43 %; Ener. z T: 915.28 %; Ener. z Bł.: 70.16 %; K: 4491.33 mg;

środa 2024-01-24 Jadłospis dla diety: SZ- UL Hematologiczna łatwo strawna		
Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>), Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Dynia z wody 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Pomidorowa z makaronem * z mięsem 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki (I) 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 360 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>), Marchew gotowana 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>), Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g, Cukinia pieczona z olejem * 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml
II Śniadanie: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt,	Podwieczorek: Rogal maślany 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Miód (25g) 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2903.87 kcal; B: 151.68 g; T: 100.35 g; Kw. tł. nasy.: 38.53 g; W: 356.44 g; W tym cukry: 63.1 g; Bł.: 20.18 g; Sól: 7.39 g; WW: 33.7 Por; Ener. z B: 587.56 %; Ener. z W: 1142.98 %; Ener. z T: 794.94 %; Ener. z Bł.: 46.92 %; K: 4964.17 mg;

środa 2024-01-24 Jadłospis dla diety: SZ- UL Hematologiczna wysokobiałkowa		
Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>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>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Dynia z wody 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Pomidorowa z makaronem * z mięsem 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki (I) 200 g, Kotlet mielony wieprzowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Marchewka z groszkiem*oprószana 150 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb Graham 40 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Ogórek kiszony 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt,	Podwieczorek: Rogal maślany 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Miód (25g) 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2930.38 kcal; B: 112.69 g; T: 105.21 g; Kw. tł. nasy.: 38.19 g; W: 393.17 g; W tym cukry: 57.35 g; Bł.: 27.17 g; Sól: 7.62 g; WW: 36.6 Por; Ener. z B: 403.64 %; Ener. z W: 1100.95 %; Ener. z T: 697.65 %; Ener. z Bł.: 49.92 %; K: 3874.96 mg;

<nazwa jednostki> <ulica>, <kod>

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-01-24 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa niskocholesterolowa		
Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g, Papryka konserwowa 50 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki (t) 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>), Cukinia pieczona z olejem * 100 g, Surówka z selera i jabłka b/c (t) 100 g (<u>MLE, SEL.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Pasta z wędliną drob wp i natką pietruszki 100 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</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>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Jogurt naturalny 2,5% t 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g,	

Wartości odżywcze: E: 2112.84 kcal; B: 90.86 g; T: 79.18 g; Kw. tł. nasy.: 27.43 g; W: 278.03 g; W tym cukry: 35.11 g; Bł.: 42.4 g; Sól: 9.92 g; WW: 23.59 Por; Ener. z B: 366.98 %; Ener. z W: 859.07 %; Ener. z T: 564.22 %; Ener. z Bł.: 109.28 %; K: 4521.09 mg;

środa 2024-01-24 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa wysokolaryczna/wysokobiałkowa		
Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>), Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>), Papryka konserwowa 50 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki (t) 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>), Surówka z selera i jabłka b/c (t) 100 g (<u>MLE, SEL.</u>), Cukinia pieczona z olejem * 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>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>), Ogórek świeży 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>), Jogurt naturalny 2,5% t 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g,	Posiłek nocny: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>), Pomidor 50 g,

Wartości odżywcze: E: 2882.44 kcal; B: 125.22 g; T: 108.83 g; Kw. tł. nasy.: 47.93 g; W: 374.17 g; W tym cukry: 48.46 g; Bł.: 47.44 g; Sól: 8.71 g; WW: 32.77 Por; Ener. z B: 516.93 %; Ener. z W: 1101.93 %; Ener. z T: 913.61 %; Ener. z Bł.: 116.97 %; K: 5408.46 mg;

środa 2024-01-24 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa wątrobowa/trzustkowa		
Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g, Szpinak gotowany z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ.</u>), Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki (t) 250 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Cukinia pieczona z olejem * 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>), Pasta warzywna (bez oleju) * 150 g (<u>SEL.</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>), Jogurt naturalny 2,5% t 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),	Podwieczorek: Kefir 1,5% t 150g 1 Por (<u>MLE.</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2194.15 kcal; B: 106.34 g; T: 49.73 g; Kw. tł. nasy.: 15.6 g; W: 343.07 g; W tym cukry: 37.04 g; Bł.: 25.44 g; Sól: 7.43 g; WW: 31.83 Por; Ener. z B: 412.66 %; Ener. z W: 803 %; Ener. z T: 498.38 %; Ener. z Bł.: 72.61 %; K: 4457.52 mg;

środa 2024-01-24 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa ciężarnych		
Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>), Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>), Papryka świeża 150 g,	Pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki (t) 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>), Surówka z selera i jabłka b/c (t) 100 g (<u>MLE, SEL.</u>), Cukinia pieczona z olejem * 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>), Pomidor 150 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>), Jogurt naturalny 2,5% t 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g,	Posiłek nocny: Chleb Graham 35 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>), Sałata zielona 20 g,

Wartości odżywcze: E: 2400.52 kcal; B: 106.87 g; T: 91.51 g; Kw. tł. nasy.: 37.4 g; W: 311.64 g; W tym cukry: 47.25 g; Bł.: 47.7 g; Sól: 6.96 g; WW: 26.57 Por; Ener. z B: 508.51 %; Ener. z W: 1111.18 %; Ener. z T: 777.76 %; Ener. z Bł.: 165.95 %; K: 5543.13 mg;

<nazwa jednostki> <ulica>, <kod>

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-01-24 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa dla matek karmiących		
Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Papryka świeża 150 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JE CZ.</u>),	Pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), ziemniaki () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>), Cukinia pieczona z olejem * 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Pomidor 150 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>), Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Chleb Graham 35 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g,	Posiłek nocny: Chleb Graham 35 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), Sałata zielona 20 g,

Wartości odżywcze: E: 2482.77 kcal; B: 114.03 g; T: 98.82 g; Kw. tł. nasy.: 42.33 g; W: 308.61 g; W tym cukry: 46.71 g; Bł: 46.34 g; Sól: 7.45 g; WW: 26.41 Por; Ener. z B: 519.32 %; Ener. z W: 1095.59 %; Ener. z T: 805.76 %; Ener. z Bł: 163.5 %; K: 5508.78 mg;

środa 2024-01-24 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>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g, Papryka świeża 50 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JE CZ.</u>),	Pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), ziemniaki () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>), Marchewka z groszkiem*oprószana 100 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Ogórek świeży 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>), Ser topiony 50 g (<u>MLE</u>), Sok warzywno-owocowy łoczony 100% 0,2l 1 szt, Pomidor 50 g, Banan 1szt. 1 szt,	Podwieczorek: Chleb Graham 35 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g, Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Posiłek nocny: Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Ser żółty 25 g (<u>MLE</u>), Pomidor 50 g,

Wartości odżywcze: E: 3000.69 kcal; B: 129.49 g; T: 112.04 g; Kw. tł. nasy.: 53.15 g; W: 394.33 g; W tym cukry: 78.33 g; Bł: 48.97 g; Sól: 10.04 g; WW: 34.67 Por; Ener. z B: 527.36 %; Ener. z W: 1195.58 %; Ener. z T: 824.53 %; Ener. z Bł: 127.21 %; K: 5804.48 mg;

środa 2024-01-24 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa bezmleczna		
Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Papryka konserwowa 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)*. 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), ziemniaki () 250 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (<u>SEL.</u>), Marchew gotowana z olejem* 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Margaryna porcjowa 15g 2 szt, Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 70 g, Pasta warzywna* 100 g (<u>SEL.</u>), 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,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g,	

Wartości odżywcze: E: 2328.69 kcal; B: 82.23 g; T: 104.6 g; Kw. tł. nasy.: 28.87 g; W: 290.63 g; W tym cukry: 32.42 g; Bł: 49.37 g; Sól: 8.94 g; WW: 24.07 Por; Ener. z B: 404.85 %; Ener. z W: 880.2 %; Ener. z T: 1002.94 %; Ener. z Bł: 143.46 %; K: 5047.02 mg;

środa 2024-01-24 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzyca nerkowa		
Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 120 g, Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)*. 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), ziemniaki () 250 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Marchew gotowana z olejem* 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 120 g, Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Twaróg półtłusty 40 g (<u>MLE</u>), Pasta warzywna* 150 g (<u>SEL.</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 50 g, Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Sok pomidorowy 0,3l 1 szt,	Podwieczorek: Ryż z truskawkami b/c 300 g,	

Wartości odżywcze: E: 2205.23 kcal; B: 46.34 g; T: 82.72 g; Kw. tł. nasy.: 28.08 g; W: 321.71 g; W tym cukry: 26.79 g; Bł: 39.85 g; Sól: 7.8 g; WW: 28.28 Por; Ener. z B: 233.15 %; Ener. z W: 807.46 %; Ener. z T: 592.05 %; Ener. z Bł: 109.27 %; K: 3470.49 mg;

<nazwa jednostki> <ulica>, <kod>

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-01-24 Jadłospis dla diety: SZ-UL Nerkowa		
Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g , Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g , Pomidor 50 g , Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Koperkowa z ziemniakami (*) b/s 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 250 g , Sos szpinakowy (bez soli)* 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Marchew gotowana z olejem* 150 g ,	Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 120 g , Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Twaróg półtusty 30 g (<u>MLE</u>), Pasta warzywna* 200 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
Podwieczorek: Rogal maślany 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Miód (25g) 1 szt ,		

Wartości odżywcze: E: 2322.46 kcal; B: 50.96 g; T: 82 g; Kw. tł. nasy.: 27.34 g; W: 349.61 g; W tym cukry: 53.52 g; Bł.: 40.57 g; Sól: 6.47 g; WW: 30.97 Por; Ener. z B: 250.62 %; Ener. z W: 1118.22 %; Ener. z T: 641.8 %; Ener. z Bł.: 94.45 %; K: 4494.38 mg;

środa 2024-01-24 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>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Dynia z wody 50 g , Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Kofeiny ziemniaczane () 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE, SEL</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Konserwa sterylizowana sojowa z pomidorami-pasztet sojowy z pomidorami 100 g (<u>SOJ, GOR</u>), Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Koktajl bananowy. 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Rogal maślany 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2754.26 kcal; B: 73.54 g; T: 110.45 g; Kw. tł. nasy.: 36.52 g; W: 376.73 g; W tym cukry: 66.09 g; Bł.: 34.66 g; Sól: 7.3 g; WW: 34.24 Por; Ener. z B: 310.61 %; Ener. z W: 917.19 %; Ener. z T: 652.85 %; Ener. z Bł.: 76.14 %; K: 3659.01 mg;

środa 2024-01-24 Jadłospis dla diety: SZ-UL Atopowa		
Wafle ryżowe 40 g , Margaryna porcjowa 15g 2 szt , Pulpet drobiowy z indyka (bez jaj, bez glutenu) 100 g , Ogórek świeży 150 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,	Brokułowa z ziemniakami (bez miodku, bez selera, bez glutenu) (*) 400 ml , Ziemniaki () 200 g , Udziec z indyka b/s b/k 120 g , Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 150 g , Woda źródlana 250 ml ,	Risotto z mięsa z udźca z indyka i warzywami* 400 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,
II Śniadanie: Banan 1szt. 1 szt , Marchwianka () 300 ml ,	Podwieczorek: Plątki owsiane na wodzie 200 ml (<u>GLU OW</u>), Mus z jabłek () b/c 150 g ,	

Wartości odżywcze: E: 2194.86 kcal; B: 107.23 g; T: 58.35 g; Kw. tł. nasy.: 14.25 g; W: 325.78 g; W tym cukry: 67.22 g; Bł.: 35.81 g; Sól: 3.67 g; WW: 28.98 Por; Ener. z B: 558.83 %; Ener. z W: 934.02 %; Ener. z T: 463.96 %; Ener. z Bł.: 89.77 %; K: 5836.55 mg;

środa 2024-01-24 Jadłospis dla diety: SZ-UL Niemowlaki		
Kasza kukurydziana na miodku 200 ml (<u>MLE</u>), Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Dynia z wody 50 g , Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Pomidorowa z makaronem * 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 100 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos szpinakowy* 50 ml (<u>GLU PSZ</u>), Marchewka z groszkiem*oprószana 150 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Koktajl bananowy. 150 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Rogal maślany 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,	

Wartości odżywcze: E: 1780.44 kcal; B: 75.44 g; T: 58.68 g; Kw. tł. nasy.: 25.76 g; W: 242.67 g; W tym cukry: 73.31 g; Bł.: 14.96 g; Sól: 4.55 g; WW: 22.75 Por; Ener. z B: 416.61 %; Ener. z W: 885.95 %; Ener. z T: 545.94 %; Ener. z Bł.: 51.23 %; K: 2778.07 mg;

<nazwa jednostki> <ulica>, <kod>

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-01-24 Jadłospis dla diety: SZ-UL pakowata niemowlaki		
Kasza kukurydziana na mleku 200 ml (<u>MLE</u>), Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Pasta z wędliną drob wp i koperkiem. 100 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>), Dynia z wody 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>),	Pomidorowa z makaronem * 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 100 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos szpinakowy* 50 ml (<u>GLU PSZ</u>), Marchew gotowana z olejem* 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Ryż na wywarze jarzynowym 200 ml (<u>SEL</u>), Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Cukinia pieczona z olejem * 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Koktajl bananowy. 150 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 1721.99 kcal; B: 78.84 g; T: 56.9 g; Kw. tł. nasy.: 15.94 g; W: 228.45 g; W tym cukry: 70.58 g; Bł.: 16.07 g; Sól: 5 g; WW: 21.42 Por; Ener. z B: 272.55 %; Ener. z W: 847.22 %; Ener. z T: 405.46 %; Ener. z Bł.: 41.33 %; K: 2850.63 mg;

środa 2024-01-24 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dieta Mamy I trymestr		
Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Papryka świeża 150 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>),	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE, SEL</u>), Marchewka z groszkiem*oprószana 100 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Pomidor 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Koktajl bananowy. 200 ml (<u>MLE</u>), Podpłomyki b/c 30 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>),	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml,	

Wartości odżywcze: E: 2451.19 kcal; B: 104.82 g; T: 75.51 g; Kw. tł. nasy.: 28.69 g; W: 362.8 g; W tym cukry: 89.38 g; Bł.: 49.85 g; Sól: 7.15 g; WW: 31.49 Por; Ener. z B: 529.46 %; Ener. z W: 1377.83 %; Ener. z T: 663.59 %; Ener. z Bł.: 144.24 %; K: 5703.48 mg;

środa 2024-01-24 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dieta Mamy II trymestr		
Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Papryka świeża 150 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>),	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE, SEL</u>), Marchewka z groszkiem*oprószana 100 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Pomidor 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Koktajl bananowy. 250 ml (<u>MLE</u>), Podpłomyki b/c 50 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>),	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml,	

Wartości odżywcze: E: 2742.62 kcal; B: 114.99 g; T: 94.13 g; Kw. tł. nasy.: 38.57 g; W: 383.36 g; W tym cukry: 94.71 g; Bł.: 50.05 g; Sól: 7.37 g; WW: 33.5 Por; Ener. z B: 588.26 %; Ener. z W: 1480.76 %; Ener. z T: 820.87 %; Ener. z Bł.: 144.63 %; K: 5877.61 mg;

środa 2024-01-24 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dieta Mamy III trymestr		
Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Papryka świeża 150 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>),	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE, SEL</u>), Marchewka z groszkiem*oprószana 100 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Pomidor 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Koktajl bananowy. 200 ml (<u>MLE</u>), Mieszanka studencka 30 g (<u>OZI, ORZ</u>),	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml,	

Wartości odżywcze: E: 2877.48 kcal; B: 122.86 g; T: 103.96 g; Kw. tł. nasy.: 40.51 g; W: 390.15 g; W tym cukry: 101.74 g; Bł.: 50.6 g; Sól: 7.61 g; WW: 34.16 Por; Ener. z B: 629.04 %; Ener. z W: 1428.62 %; Ener. z T: 919.11 %; Ener. z Bł.: 144.63 %; K: 6160.61 mg;

<nazwa jednostki> <ulica>, <kod>

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-01-24 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dieta Mamy Okres Laktacji		
Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Papryka świeża 150 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ</u>),	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Marchewka z groszkiem*oprószana 200 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jablek *z/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Pomidor 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Koktajl bananowy. 200 ml (<u>MLE</u>), Mieszanka studencka 30 g (<u>OZI, ORZ</u>),	Podwieczorek: Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g,	

Wartości odżywcze: E: 2921.28 kcal; B: 125.01 g; T: 105.56 g; Kw. tł. nasy.: 40.71 g; W: 393.63 g; W tym cukry: 100.92 g; Bł.: 47.33 g; Sól: 7.59 g; WW: 34.78 Por; Ener. z B: 628.65 %; Ener. z W: 1427.3 %; Ener. z T: 925.93 %; Ener. z Bł.: 132.26 %; K: 5953.76 mg;

środa 2024-01-24 Jadłospis dla diety: SZ-UL Ciąża mnoga (wysokobiałkowa)		
Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 100 g, Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Papryka świeża 150 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ</u>),	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE, SEL</u>), Marchewka z groszkiem*oprószana 100 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jablek *z/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Pomidor 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Koktajl bananowy. 250 ml (<u>MLE</u>), Podplomyki b/c 50 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>),	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	

Wartości odżywcze: E: 3082.24 kcal; B: 136.61 g; T: 101.81 g; Kw. tł. nasy.: 42.05 g; W: 430.12 g; W tym cukry: 116.66 g; Bł.: 52.35 g; Sól: 8.95 g; WW: 37.96 Por; Ener. z B: 741.19 %; Ener. z W: 1707.5 %; Ener. z T: 947.83 %; Ener. z Bł.: 150.46 %; K: 6426.27 mg;

środa 2024-01-24 Jadłospis dla diety: SZ-UL Posiłki regeneracyjne		
	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Kottlet mielony wieprzowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE, SEL</u>), Marchewka z groszkiem*oprószana 100 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 1034.3 kcal; B: 41.05 g; T: 37.62 g; Kw. tł. nasy.: 7.73 g; W: 141.21 g; W tym cukry: 13.09 g; Bł.: 18.35 g; Sól: 2.24 g; WW: 12.29 Por; Ener. z B: 78.77 %; Ener. z W: 248.46 %; Ener. z T: 146.34 %; Ener. z Bł.: 38.49 %; K: 2645.88 mg;

środa 2024-01-24 Jadłospis dla diety: SZ-UL Normalna Broniewskiego		
Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Chrzan ze śmietaną 30 g (<u>MLE, SOZ</u>), Papryka konserwowa 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ</u>),	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Kottlet mielony wieprzowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE, SEL</u>), Marchewka z groszkiem*oprószana 100 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jablek *z/c 200 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Paprykarz szczeciński 100 g (<u>RYB, SOJ</u>), Ogórek kiszony 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
	Podwieczorek: Rogal maślany 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Miód (25g) 2 szt, Kompot z czarnej porzeczki i jablek *z/c 200 ml,	

Wartości odżywcze: E: 3127.48 kcal; B: 101.6 g; T: 118.49 g; Kw. tł. nasy.: 43.55 g; W: 427.91 g; W tym cukry: 65.43 g; Bł.: 35.26 g; Sól: 9.41 g; WW: 39.32 Por; Ener. z B: 395.51 %; Ener. z W: 1334.33 %; Ener. z T: 1000.08 %; Ener. z Bł.: 78.72 %; K: 4403.72 mg;

<nazwa jednostki> <ulica>, <kod>

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-01-24 Jadłospis dla diety: SZ-UL Lekkostrawna Broniewskiego		
Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>), Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Dynia z wody 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos szpinakowy* 100-ml (<u>GLU PSZ</u>), Marchew gotowana 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>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
	Podwieczorek: Rogal maślany 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	

Wartości odżywcze: E: 2334.94 kcal; B: 96.13 g; T: 80.93 g; Kw. tł. nasy.: 32.68 g; W: 313.73 g; W tym cukry: 66.68 g; Bł.: 20.11 g; Sól: 4.59 g; WW: 29.49 Por; Ener. z B: 419.27 %; Ener. z W: 1010.92 %; Ener. z T: 659.66 %; Ener. z Bł.: 67.62 %; K: 3776.51 mg;

środa 2024-01-24 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa CH Broniewskiego		
Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>), 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, Papryka konserwowa 50 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE, SEL</u>), Cukinia pieczona z olejem * 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 2,5% tl 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml,	

Wartości odżywcze: E: 2129.94 kcal; B: 98.11 g; T: 71.06 g; Kw. tł. nasy.: 27.06 g; W: 293.8 g; W tym cukry: 48.14 g; Bł.: 39.83 g; Sól: 7.01 g; WW: 25.52 Por; Ener. z B: 454.06 %; Ener. z W: 883.89 %; Ener. z T: 649.51 %; Ener. z Bł.: 105.47 %; K: 4879.45 mg;

środa 2024-01-24 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa NCH Police Diabetologia		
Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Papryka świeża 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,	Pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Surówka z selera i jabłka b/c () 150 g (<u>MLE, SEL</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Ogórek świeży 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Pomidor 100 g,	Podwieczorek: Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g,	

Wartości odżywcze: E: 1758.56 kcal; B: 78.48 g; T: 50.42 g; Kw. tł. nasy.: 16.76 g; W: 271.19 g; W tym cukry: 30.82 g; Bł.: 45.48 g; Sól: 6.48 g; WW: 22.69 Por; Ener. z B: 353.94 %; Ener. z W: 877.28 %; Ener. z T: 378.09 %; Ener. z Bł.: 132.71 %; K: 4573.74 mg;

środa 2024-01-24 Jadłospis dla diety: SZ-UL Lekkostrawna Police		
Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>), Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Dynia z wody 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Marchew gotowana 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>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
	Podwieczorek: Rogal maślany 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Miód (25g) 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2382.14 kcal; B: 96.02 g; T: 80.85 g; Kw. tł. nasy.: 32.62 g; W: 325.31 g; W tym cukry: 61.47 g; Bł.: 19.03 g; Sól: 4.59 g; WW: 30.77 Por; Ener. z B: 417.34 %; Ener. z W: 1021.9 %; Ener. z T: 657.45 %; Ener. z Bł.: 60.98 %; K: 3754.31 mg;

<nazwa jednostki> <ulica>, <kod>

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-01-24 Jadłospis dla diety: SZ-UL Neutropeniczna		
Makaron na mleku/p. 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna 75g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ</u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>), Krakowska sucha wieprzowa 100g-kielbasa wieprzowa grubo rozdrobniona, wędzona, parzona, suszona w plastrach 1 szt, Kisiel instant 1 szt. 200 ml, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Pomidorowa z ryżem * OTS 400 ml (<u>MLE, SEL</u>), Ziemniaki (i) 200 g, Filet z indyka pieczony 150 g, Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Marchew gotowana z olejem* 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna 75g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ</u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>), Przymak owocowy do smarowania 25g 25 g, Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
	Podwieczorek: Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>), Galaretko o smaku truskawkowym 200 g, Rogal maślany 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	

Wartości odżywcze: E: 2963.99 kcal; B: 141.83 g; T: 74.52 g; Kw. tł. nasy.: 35.98 g; W: 440.13 g; W tym cukry: 58.15 g; Bł.: 24.38 g; Sól: 10.29 g; WW: 41.58 Por; Ener. z B: 378.47 %; Ener. z W: 1305.32 %; Ener. z T: 715.45 %; Ener. z Bł.: 43.45 %; K: 3746.02 mg;

środa 2024-01-24 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa OTS neutropeniczna		
Makaron na mleku/p. 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna 75g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ</u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>), Krakowska sucha wieprzowa 100g-kielbasa wieprzowa grubo rozdrobniona, wędzona, parzona, suszona w plastrach 1 szt, Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,	Pomidorowa z ryżem * OTS 400 ml (<u>MLE, SEL</u>), Ziemniaki (i) 200 g, Filet z indyka pieczony 150 g, Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Marchew gotowana z olejem* 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna 75g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ</u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Marchwianka* 200 ml, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
	Podwieczorek: Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml, Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2498.19 kcal; B: 133.27 g; T: 66.79 g; Kw. tł. nasy.: 33.03 g; W: 353.21 g; W tym cukry: 56.67 g; Bł.: 28.25 g; Sól: 9.48 g; WW: 32.57 Por; Ener. z B: 388.34 %; Ener. z W: 922.73 %; Ener. z T: 617.37 %; Ener. z Bł.: 88.41 %; K: 4735.05 mg;

środa 2024-01-24 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,	Ziemniaczana * (i) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki (i) 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: 1697.67 kcal; B: 45.04 g; T: 23.49 g; Kw. tł. nasy.: .79 g; W: 333.15 g; W tym cukry: 15.81 g; Bł.: 19.68 g; Sól: 1.91 g; WW: 31.47 Por; Ener. z B: 88.16 %; Ener. z W: 669.2 %; Ener. z T: 101.7 %; Ener. z Bł.: 49.48 %; K: 3378.41 mg;

środa 2024-01-24 Jadłospis dla diety: SZ-UL Ściśta		
Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g,		Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osionce niejadalnej 50 g,

Wartości odżywcze: E: 763.63 kcal; B: 32.48 g; T: 31.91 g; Kw. tł. nasy.: 19.32 g; W: 87.93 g; W tym cukry: 2.42 g; Bł.: 2.7 g; Sól: 3.95 g; WW: 8.53 Por; Ener. z B: 170.86 %; Ener. z W: 131.27 %; Ener. z T: 211.31 %; Ener. z Bł.: 1.95 %; K: 176.34 mg;

środa 2024-01-24 Jadłospis dla diety: SZ-UL Ściśta I		
Kleik ryżowy na wodzie 300 g, Suchary b/c 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,	Kleik ryżowy na wodzie 300 g, Suchary b/c 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,	Kleik ryżowy na wodzie 300 g, Suchary b/c 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,

Wartości odżywcze: E: 1103.06 kcal; B: 29.98 g; T: 12.14 g; Kw. tł. nasy.: .23 g; W: 217.4 g; W tym cukry: .29 g; Bł.: 3.51 g; Sól: .32 g; WW: 21.47 Por; Ener. z B: 46.19 %; Ener. z W: 345.65 %; Ener. z T: 39.93 %; Ener. z Bł.: 3.13 %; K: 200.74 mg;

<nazwa jednostki> <ulica>, <kod>

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-01-24 Jadłospis dla diety: SZ-UL Ścista II		
Kleik ryżowy na wodzie 300 g , Suchary b/c 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>), Grysikowa * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,	Kleik ryżowy na wodzie 300 g , Suchary b/c 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>), Grysikowa * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,	Kleik ryżowy na wodzie 300 g , Suchary b/c 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>), Grysikowa * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,

Wartości odżywcze: E: 1362.02 kcal; B: 37.31 g; T: 13.19 g; Kw. tł. nasy.: .36 g; W: 274.26 g; W tym cukry: 2.88 g; Bł.: 7.45 g; Sól: 1.51 g; WW: 26.72 Por; Ener. z B: 71.68 %; Ener. z W: 529.57 %; Ener. z T: 48.21 %; Ener. z Bł.: 9.97 %; K: 451.3 mg;

środa 2024-01-24 Jadłospis dla diety: SZ-UL Ścista III		
Kleik ryżowy na wodzie 300 g , Suchary b/c 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,	Grysikowa * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 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: 1290.68 kcal; B: 47.33 g; T: 17.74 g; Kw. tł. nasy.: 2.06 g; W: 239.88 g; W tym cukry: 6.84 g; Bł.: 11.95 g; Sól: 1.88 g; WW: 22.9 Por; Ener. z B: 103.97 %; Ener. z W: 429.13 %; Ener. z T: 103.6 %; Ener. z Bł.: 18.34 %; K: 2223.86 mg;

środa 2024-01-24 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bariatryczna		
Zupa jarzynowa z drobiem * 200 ml (<u>SEL</u>), Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Zupa jarzynowa z drobiem * 200 ml (<u>SEL</u>),	Kisiel z jagód b/c * 200 ml , Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),
II Śniadanie: Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Kasza kukurydziana z jabłkiem prażonym 200 g (<u>MLE</u>), Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 881.75 kcal; B: 59.85 g; T: 31.95 g; Kw. tł. nasy.: 10.33 g; W: 91.49 g; W tym cukry: 18.88 g; Bł.: 4.54 g; Sól: .96 g; WW: 8.77 Por; Ener. z B: 256.51 %; Ener. z W: 401.1 %; Ener. z T: 224.64 %; Ener. z Bł.: 17.99 %; K: 998.17 mg;

środa 2024-01-24 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: 162.11 %; Ener. z W: 724.43 %; Ener. z T: 65.16 %; Ener. z Bł.: 76.35 %; K: 3152.34 mg;

środa 2024-01-24 Jadłospis dla diety: SZ-UL NZJ II (nieswoiste zapalenie jelit)		
Pulpet drobiowy z indyka 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml , Ryż na sypko 150 g ,	Ziemniaczana D.* () 400 ml (<u>SEL</u>), Ryba gotowana (Dorsz) 80 g (<u>RYB</u>), Cukinia pieczona z olejem * 100 g , Ziemniaki () 200 g , Marchew gotowana z olejem* 100 g , Kompot owocowy* b/c 200 ml ,	Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml , Makaron z jabłkiem prażonym 300 g (<u>GLU PSZ</u>),
II Śniadanie: Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Kisiel z jagód b/c * 200 ml , Banan 1szt. 1 szt ,	Podwieczorek: Jarzynowa z ziemniakami ()*-dieta bez cukru 200 ml (<u>SEL</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2107.59 kcal; B: 79.83 g; T: 36.21 g; Kw. tł. nasy.: 3.19 g; W: 383.93 g; W tym cukry: 84.93 g; Bł.: 30.91 g; Sól: 3.62 g; WW: 35.36 Por; Ener. z B: 224.36 %; Ener. z W: 897.31 %; Ener. z T: 249.74 %; Ener. z Bł.: 69.45 %; K: 5613 mg;

<nazwa jednostki> <ulica>, <kod>

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-01-24		
Jadłospis dla diety: SZ-UL NZJ III (nieswoiste zapalenie jelit)		
Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Szyńka delikatna z fileta wyrób drobiowy z piersi kurczaka, parzony, z połączonych kawałków mięsa z dodat. biał ml.w ost. niej 60 g (<u>SOJ, MLE, SEL, GOR</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL</u>),	Ziemniaczana * (). 400 ml (<u>SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos jarzynowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Szpinak gotowany z olejem* 120 g (<u>GLU PSZ</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml ,	Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml , Kasza jaglana z jabłkiem 200 g ,
II Śniadanie: Herbatniki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>), Kisiel z jagód b/c * 200 ml ,	Podwieczorek: Banan 1szt. 1 szt ,	

Wartości odżywcze: E: 1849.3 kcal; B: 67.99 g; T: 34.89 g; Kw. tł. nasy.: 7.37 g; W: 330.6 g; W tym cukry: 71.96 g; Bł.: 25.16 g; Sól: 4.85 g; WW: 30.61 Por; Ener. z B: 281.56 %; Ener. z W: 923.81 %; Ener. z T: 255.19 %; Ener. z Bł.: 65.97 %; K: 4592.33 mg;

środa 2024-01-24		
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 ,	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera) (*) 400 ml (<u>GLU PSZ</u>), Ziemniaki () 200 g , Udziec z indyka b/s b/k 120 g , Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 150 g , Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt ,	Risotto z mięsa z udźca z indyka i warzywami* 400 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Banan 1szt. 1 szt ,	Podwieczorek: Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2134.44 kcal; B: 115.08 g; T: 49.13 g; Kw. tł. nasy.: 16.22 g; W: 319.18 g; W tym cukry: 84.82 g; Bł.: 26.44 g; Sól: 4.03 g; WW: 29.5 Por; Ener. z B: 566.07 %; Ener. z W: 827.34 %; Ener. z T: 357.71 %; Ener. z Bł.: 52.89 %; K: 5265.87 mg;

środa 2024-01-24		
Jadłospis dla diety: SZ-UL Uboga w alergeny		
Wafle ryżowe 40 g , Margaryna porcjowa 15g 2 szt , Filet z indyka gotowany 100 g , Ogórek świeży 150 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml ,	Kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera)* 400 ml (<u>GLU PSZ</u>), Ziemniaki () 200 g , Pulpet drobiowy z indyka (bez jaj) 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Brokuł gotowany* 150 g , Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt ,	Wafle ryżowe 40 g , Margaryna porcjowa 15g 2 szt , Udziec z indyka b/s b/k 100 g , Ogórek świeży 150 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml ,
II Śniadanie: Kleik ryżowy na wodzie 300 g ,	Podwieczorek: Ryż na wodzie 300 ml ,	

Wartości odżywcze: E: 2001.2 kcal; B: 106.62 g; T: 64.01 g; Kw. tł. nasy.: 19.5 g; W: 258.03 g; W tym cukry: 31.3 g; Bł.: 18.68 g; Sól: 3.29 g; WW: 23.72 Por; Ener. z B: 614.26 %; Ener. z W: 1157.85 %; Ener. z T: 598.6 %; Ener. z Bł.: 80.55 %; K: 4567.75 mg;