



### Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-01-26 <span style="float:right">Jadłospis dla diety: SZ-UL Bez laktozy</span>		
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, Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g, Rzodkiew biała 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Szpinakowa z makaronem (bez mleka)*. 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ), Ziemniaki ( ) 200 g, Kotlet z ryby (Morszczuk) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g, Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <u>SEL.</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ.</u> ), Majonez 20 g ( <u>JAJ, GOR.</u> ), Papryka świeża 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, Majonez 20 g ( <u>JAJ, GOR.</u> ),
II Śniadanie: Jogurt truskawkowy bez laktozy 150g 1 szt ( <u>MLE b/LAK.</u> ),	Podwieczorek: Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt,	

**Wartości odżywcze:** E: 2502.74 kcal; B: 83.52 g; T: 106.09 g; Kw. tł. nasy.: 20.77 g; W: 315.55 g; W tym cukry: 37.43 g; Bł.: 34.73 g; Sól: 8.29 g; WW: 27.99 Por; Ener. z B: 13.35 %; Ener. z W: 44.88 %; Ener. z T: 38.15 %; Ener. z Bł.: 2.78 %; K: 3285.18 mg;

piątek 2024-01-26 <span style="float:right">Jadłospis dla diety: SZ-UL Bezglutenowa</span>		
Chleb bezglutenowy 100 g, 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,	Szpinakowa z makaronem (bez glutenu)*. 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ), Ziemniaki ( ) 200 g, Pulpet rybny (Morszczuk) (bez glutenu) 90 g ( <u>JAJ, RYB.</u> ), Sos pietruszkowy (bez glutenu)* 100 ml ( <u>MLE.</u> ), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <u>SEL.</u> ), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb bezglutenowy 100 g, Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE.</u> ), Pasta z jaj 100 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ), Papryka świeża 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 50 g, Masło extra 82% 5g ( <u>MLE.</u> ), Dżem 25 g,	Podwieczorek: Ryż na mleku z mussem jabłkowym 200 g ( <u>MLE.</u> ),	

**Wartości odżywcze:** E: 2425.7 kcal; B: 70.69 g; T: 97.29 g; Kw. tł. nasy.: 38.6 g; W: 325.55 g; W tym cukry: 50.05 g; Bł.: 21.62 g; Sól: 3.71 g; WW: 30.35 Por; Ener. z B: 11.66 %; Ener. z W: 50.12 %; Ener. z T: 36.1 %; Ener. z Bł.: 1.78 %; K: 3243.39 mg;

piątek 2024-01-26 <span style="float:right">Jadłospis dla diety: SZ-UL Bezglutenowa, bez mleka</span>		
Chleb bezglutenowy 100 g, Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g, Rzodkiew biała 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,	Szpinakowa z makaronem (bez mleka, bez glutenu)*. 400 ml ( <u>SEL.</u> ), Ziemniaki ( ) 200 g, Pulpet rybny (Morszczuk) (bez glutenu) 90 g ( <u>JAJ, RYB.</u> ), Sos pietruszkowy (bez glutenu, bez mleka)* 100 ml, Bukiet jarzyn gotowany z olejem (bez glutenu) ( ) 100 g ( <u>SEL.</u> ), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb bezglutenowy 100 g, Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ.</u> ), Majonez 20 g ( <u>JAJ, GOR.</u> ), Papryka świeża 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, Majonez 20 g ( <u>JAJ, GOR.</u> ),
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 50 g, Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Dżem 50 g,	Podwieczorek: Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt,	

**Wartości odżywcze:** E: 2387.11 kcal; B: 61.21 g; T: 116.56 g; Kw. tł. nasy.: 21.09 g; W: 279.9 g; W tym cukry: 44.74 g; Bł.: 23.47 g; Sól: 4.81 g; WW: 25.55 Por; Ener. z B: 10.26 %; Ener. z W: 42.97 %; Ener. z T: 43.95 %; Ener. z Bł.: 1.97 %; K: 3181.52 mg;

piątek 2024-01-26 <span style="float:right">Jadłospis dla diety: SZ-UL Bogatoresztkowa</span>		
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> ), Rzodkiew biała 150 g, Kawa z młkiem instant. 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ),	Szpinakowa z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ), Ziemniaki ( ) 200 g, Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ), Sos pietruszkowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g, Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <u>SEL.</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE.</u> ), Pasta z jaj 100 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ), Papryka świeża 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Serek truskawkowy termizowany 100g 1 szt ( <u>MLE.</u> ),	Podwieczorek: Ryż na mleku z mussem jabłkowym 200 g ( <u>MLE.</u> ),	

**Wartości odżywcze:** E: 2513.12 kcal; B: 106.71 g; T: 88.43 g; Kw. tł. nasy.: 41.83 g; W: 345.21 g; W tym cukry: 64.15 g; Bł.: 43.8 g; Sól: 6.48 g; WW: 30.23 Por; Ener. z B: 16.98 %; Ener. z W: 47.97 %; Ener. z T: 31.67 %; Ener. z Bł.: 3.49 %; K: 4849.25 mg;

### Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-01-26 Jadłospis dla diety: SZ-UL Łatwo strawna		
Bulka 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 , Dżem 50 g , Kawa z mlekiem instant. 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> ),	Szpinakowa z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ), Ziemniaki ( ) 200 g , Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ), Sos pietruszkowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g ( <u>SEL.</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Bulka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE.</u> ), Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ), Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
	Podwieczorek: Ryż na mleku z musem jabłkowym 200 g ( <u>MLE.</u> ),	

**Wartości odżywcze:** E: 2319.29 kcal; B: 95.12 g; T: 67.53 g; Kw. tł. nasy.: 28.61 g; W: 343.54 g; W tym cukry: 68.23 g; Bł.: 22.24 g; Sól: 6.4 g; WW: 32.09 Por; Ener. z B: 16.4 %; Ener. z W: 55.41 %; Ener. z T: 26.2 %; Ener. z Bł.: 1.92 %; K: 3447.5 mg;

piątek 2024-01-26 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dzieci łatwo strawna		
Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ), Bulka 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 , Dżem 50 g , Kawa z mlekiem instant. 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> ),	Szpinakowa z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ), Ziemniaki ( ) 200 g , Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ), Sos pietruszkowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g ( <u>SEL.</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Bulka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE.</u> ), Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ), Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Serek truskawkowy termizowany 100g 1 szt ( <u>MLE.</u> ),	Podwieczorek: Ryż na mleku z musem jabłkowym 200 g ( <u>MLE.</u> ),	

**Wartości odżywcze:** E: 2733.95 kcal; B: 118.42 g; T: 79.79 g; Kw. tł. nasy.: 34.64 g; W: 395.8 g; W tym cukry: 80.51 g; Bł.: 22.99 g; Sól: 7.43 g; WW: 37.26 Por; Ener. z B: 17.33 %; Ener. z W: 54.54 %; Ener. z T: 26.27 %; Ener. z Bł.: 1.68 %; K: 3634.8 mg;

piątek 2024-01-26 Jadłospis dla diety: SZ-UL Trzustkowa/Wątrobowa		
Bulka 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 , Dżem 70 g , Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> ),	Szpinakowa z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ), Ziemniaki ( ) 200 g , Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ), Bukiet jarzyn gotowany (bez oleju)* 150 g ( <u>SEL.</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Bulka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ), Pasta z białek z koperkiem. 100 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ), Dynia z wody 150 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Serek truskawkowy termizowany 100g 1 szt ( <u>MLE.</u> ),	Podwieczorek: Ryż na mleku z musem jabłkowym 250 g ( <u>MLE.</u> ),	

**Wartości odżywcze:** E: 2324.88 kcal; B: 105.58 g; T: 46.76 g; Kw. tł. nasy.: 18.94 g; W: 379.91 g; W tym cukry: 79.93 g; Bł.: 25.99 g; Sól: 6.97 g; WW: 35.25 Por; Ener. z B: 18.17 %; Ener. z W: 60.89 %; Ener. z T: 18.1 %; Ener. z Bł.: 2.24 %; K: 3837.97 mg;

piątek 2024-01-26 Jadłospis dla diety: SZ-UL Żółdkowa		
Bulka 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 , Cukinia pieczona z olejem* 100 g , Kawa z mlekiem instant. 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> ), Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt ,	Szpinakowa z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ), Ziemniaki ( ) 200 g , Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ), Sos pietruszkowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g ( <u>SEL.</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Bulka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ.</u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE.</u> ), Pasta z białek z koperkiem 100 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ), Dynia z wody 100 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
	Podwieczorek: Ryż na mleku z musem jabłkowym 200 g ( <u>MLE.</u> ),	

**Wartości odżywcze:** E: 2406.57 kcal; B: 104.04 g; T: 78.71 g; Kw. tł. nasy.: 30.97 g; W: 330.37 g; W tym cukry: 56.34 g; Bł.: 24.85 g; Sól: 7.06 g; WW: 30.39 Por; Ener. z B: 17.29 %; Ener. z W: 50.78 %; Ener. z T: 29.44 %; Ener. z Bł.: 2.07 %; K: 4050.95 mg;

piątek 2024-01-26 Jadłospis dla diety: SZ-UL Specjalna bezmleczna		
Bulka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ), Margaryna porcjowa 15g 1 szt , Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawalków fileta z kurczaka, parzona w ostrońce niejadalnej. 50 g , Cukinia pieczona z olejem * 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,	Szpinakowa z makaronem (bez mleka)*. 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ), Ziemniaki z tłuszczem ( ) 250 g , Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ), Sos pietruszkowy (bez mleka)* 100 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g ( <u>SEL.</u> ), 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 , Jajko gotowane ki M 2 szt ( <u>JAJ.</u> ), Dynia z wody 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Bulka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ), Margaryna porcjowa 15g 1 szt , Dżem 50 g ,	Podwieczorek: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt ,	

**Wartości odżywcze:** E: 2335.47 kcal; B: 87.75 g; T: 80.39 g; Kw. tł. nasy.: 20.83 g; W: 326.62 g; W tym cukry: 54.1 g; Bł.: 22.12 g; Sól: 7.14 g; WW: 30.31 Por; Ener. z B: 15.03 %; Ener. z W: 52.15 %; Ener. z T: 30.98 %; Ener. z Bł.: 1.89 %; K: 3599.64 mg;

### Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-01-26 <b>Jadłospis dla diety: SZ-UL Papkowata</b>		
Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ), Bułka pszenna długa krojona 75 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt ( <u>MLE</u> ), Cukinia pieczona z olejem * 50 g , Kawa z mlekiem instant. 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ),	Szpinakowa z makaronem *. 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Ziemniaki () 200 g , Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> ), Sos pietruszkowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g ( <u>SEL</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Ryż na wywarze jarzynowym. 300 ml ( <u>SEL</u> ), Bułka pszenna długa krojona 75 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g ( <u>JAJ, MLE</u> ), Dynia z wody 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
Podwieczorek: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ),		

**Wartości odżywcze:** E: 2521.05 kcal; B: 117.59 g; T: 95.05 g; Kw. tł. nasy.: 35.46 g; W: 309.86 g; W tym cukry: 67.4 g; Bł.: 21.14 g; Sól: 7.21 g; WW: 28.81 Por; Ener. z B: 18.66 %; Ener. z W: 45.81 %; Ener. z T: 33.93 %; Ener. z Bł.: 1.68 %; K: 4262.43 mg;

piątek 2024-01-26 <b>Jadłospis dla diety: SZ-UL Papkowata cukrzycowa</b>		
Kasza manna na wywarze jarzynowym. 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt ( <u>MLE</u> ), Cukinia pieczona z olejem * 50 g , Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ),	Szpinakowa z makaronem *. 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Ziemniaki () 200 g , Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> ), Sos pietruszkowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g ( <u>SEL</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml ,	Ryż na wywarze jarzynowym. 300 ml ( <u>SEL</u> ), Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g ( <u>JAJ, MLE</u> ), Dynia z wody 50 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,
II Śniadanie: Jabłko pieczone 1szt. 1 szt ,	Podwieczorek: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** E: 2514.54 kcal; B: 114.2 g; T: 91.4 g; Kw. tł. nasy.: 32.68 g; W: 322.11 g; W tym cukry: 50.85 g; Bł.: 25.62 g; Sól: 7.45 g; WW: 29.54 Por; Ener. z B: 18.17 %; Ener. z W: 47.17 %; Ener. z T: 32.72 %; Ener. z Bł.: 2.04 %; K: 4212.93 mg;

piątek 2024-01-26 <b>Jadłospis dla diety: SZ-UL Płynna cukrzycowa</b>		
Mięso drobiowe gotowane 100g 1 szt, Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE</u> ), Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ), Kasza manna na wywarze jarzynowym. 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ),	Ziemniaczana * (). 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, Dynia z wody 100 g , 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: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** E: 2067.16 kcal; B: 116.38 g; T: 109.86 g; Kw. tł. nasy.: 36.09 g; W: 158.8 g; W tym cukry: 14.36 g; Bł.: 15.2 g; Sól: 3.37 g; WW: 14.29 Por; Ener. z B: 22.52 %; Ener. z W: 27.79 %; Ener. z T: 47.83 %; Ener. z Bł.: 1.47 %; K: 3635.04 mg;

piątek 2024-01-26 <b>Jadłospis dla diety: SZ-UL Płynna wysokobiałkowa</b>		
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> ), Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ),	Ziemniaczana * (). 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, Dynia z wody 100 g , 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: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** E: 2239.57 kcal; B: 117.88 g; T: 95.14 g; Kw. tł. nasy.: 36.35 g; W: 234.68 g; W tym cukry: 55.73 g; Bł.: 15.33 g; Sól: 4.16 g; WW: 21.95 Por; Ener. z B: 21.05 %; Ener. z W: 39.18 %; Ener. z T: 38.23 %; Ener. z Bł.: 1.37 %; K: 4492.05 mg;

piątek 2024-01-26 <b>Jadłospis dla diety: SZ-UL Przecierana</b>		
Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ), Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE</u> ), Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ), Bułka pszenna długa krojona 75 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Mleko w proszku 10 g ( <u>MLE</u> ),	Ziemniaczana * (). 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Ziemniaki () 150 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. 300 ml ( <u>SEL</u> ), Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE</u> ), Mięso drobiowe gotowane 100g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ), Dynia z wody 100 g ,
II Śniadanie: Koktajl bananowy. 200 ml ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** E: 2269.45 kcal; B: 104.22 g; T: 96.83 g; Kw. tł. nasy.: 36.85 g; W: 252.7 g; W tym cukry: 52.69 g; Bł.: 18.23 g; Sól: 4.1 g; WW: 23.5 Por; Ener. z B: 18.37 %; Ener. z W: 41.33 %; Ener. z T: 38.4 %; Ener. z Bł.: 1.61 %; K: 4743.83 mg;

### Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-01-26 Jadłospis dla diety: SZ-UL Niskokaloryczna		
Chleb razowy żytnio-pszeniczny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ), Szyunkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Rzodkiew biała 50 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ),	Szpinakowa z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ), Ziemiaki () 200 g, Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ), Sos pietruszkowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g, Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <u>SEL.</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszeniczny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ), Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ), Papryka świeża 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ),	Podwieczorek: Ryż na mleku z musem jabłkowym 150 g ( <u>MLE.</u> ),	

**Wartości odżywcze:** E: 1684.89 kcal; B: 92.01 g; T: 46.17 g; Kw. tł. nasy.: 13.53 g; W: 240.18 g; W tym cukry: 32.87 g; Bł.: 29.89 g; Sól: 5.28 g; WW: 21.08 Por; Ener. z B: 21.84 %; Ener. z W: 49.92 %; Ener. z T: 24.66 %; Ener. z Bł.: 3.55 %; K: 3778.92 mg;

piątek 2024-01-26 Jadłospis dla diety: SZ-UL Wysokobiałkowa/Wysokokaloryczna		
Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ), Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE.</u> ), Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt ( <u>MLE.</u> ), Sałata zielona 20 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ),	Szpinakowa z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ), Ziemiaki () 200 g, Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ), Sos pietruszkowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g ( <u>SEL.</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE.</u> ), Serek Fromage 80 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ), Szyunka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ), Dynia z wody 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ), Dżem 50 g,	Podwieczorek: Ryż na mleku z musem jabłkowym 200 g ( <u>MLE.</u> ),	

**Wartości odżywcze:** E: 3064.98 kcal; B: 130.8 g; T: 110.88 g; Kw. tł. nasy.: 57.15 g; W: 399.83 g; W tym cukry: 91.89 g; Bł.: 33.5 g; Sól: 9.62 g; WW: 36.75 Por; Ener. z B: 17.07 %; Ener. z W: 47.81 %; Ener. z T: 32.56 %; Ener. z Bł.: 2.19 %; K: 4345.91 mg;

piątek 2024-01-26 Jadłospis dla diety: SZ-UL Hematologiczna		
Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, 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> ), Ser żółty 50 g ( <u>MLE.</u> ), Dżem 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ),	Szpinakowa z makaronem * z mięsem 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ), Ziemiaki () 200 g, Kotlec z ryby (Morszczuk) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g ( <u>SEL.</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Chleb Graham 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE.</u> ), Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ), Ogórek kiszony 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Serek truskawkowy termizowany 100g 1 szt ( <u>MLE.</u> ),	Podwieczorek: Jabłko pieczone 1szt. 1 szt,	

**Wartości odżywcze:** E: 2829.45 kcal; B: 109.96 g; T: 103.22 g; Kw. tł. nasy.: 44 g; W: 378.59 g; W tym cukry: 87.63 g; Bł.: 29.9 g; Sól: 8.95 g; WW: 34.8 Por; Ener. z B: 15.55 %; Ener. z W: 49.3 %; Ener. z T: 32.83 %; Ener. z Bł.: 2.11 %; K: 3833.76 mg;

piątek 2024-01-26 Jadłospis dla diety: SZ-UL Hematologiczna dziecięca		
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> ), Sałata zielona 20 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ),	Szpinakowa z makaronem * z mięsem 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ), Ziemiaki () 200 g, Kotlec z ryby (Morszczuk) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g, Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <u>SEL.</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Bułka pszenna 75g 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ.</u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE.</u> ), Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ), Szyunka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ), Papryka świeża 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Serek truskawkowy termizowany 100g 1 szt ( <u>MLE.</u> ),	Podwieczorek: Ryż na mleku z musem jabłkowym 200 g ( <u>MLE.</u> ),	

**Wartości odżywcze:** E: 2847.58 kcal; B: 117.62 g; T: 104.19 g; Kw. tł. nasy.: 43.59 g; W: 368.56 g; W tym cukry: 58.48 g; Bł.: 27.92 g; Sól: 8.76 g; WW: 34.01 Por; Ener. z B: 16.52 %; Ener. z W: 47.85 %; Ener. z T: 32.93 %; Ener. z Bł.: 1.96 %; K: 3537.98 mg;

### Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-01-26		
Jadłospis dla diety: SZ- UL Hematologiczna cukrzyca wysokobiałkowa/wys		
Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ), Chleb Graham 120 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), Seler z pietruszką gotowany z olejem () 50 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ),	Szpinakowa z makaronem * z mięsem 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Ziemniaki () 200 g, Kotlet z ryby (Morszczuk) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> ), Sos pietruszkowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g ( <u>SEL</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb Graham 120 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g ( <u>JAJ, MLE</u> ), Ogórek kiszony 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ),	Posiłek nocny: Chleb Graham 40 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ), Pierś delikatna z kunej pólki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 30 g,

**Wartości odżywcze:** E: 2840.82 kcal; B: 138.77 g; T: 113.8 g; Kw. tł. nasy.: 44.26 g; W: 333 g; W tym cukry: 37.84 g; Bł.: 35.8 g; Sól: 9.78 g; WW: 29.75 Por; Ener. z B: 19.54 %; Ener. z W: 41.85 %; Ener. z T: 36.05 %; Ener. z Bł.: 2.52 %; K: 4459.52 mg;

piątek 2024-01-26		
Jadłospis dla diety: SZ- UL Hematologiczna łatwo strawna		
Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ), Bułka pszenna długa krojona 75 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ), Dżem 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ),	Szpinakowa z makaronem * z mięsem 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Ziemniaki () 200 g, Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> ), Sos pietruszkowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g ( <u>SEL</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Bułka pszenna długa krojona 75 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g ( <u>JAJ, MLE</u> ), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR</u> ), Dynia z wody 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Serek truskawkowy termizowany 100g 1 szt ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: Jabłko pieczone 1szt. 1 szt,	

**Wartości odżywcze:** E: 2548.75 kcal; B: 122.51 g; T: 84.12 g; Kw. tł. nasy.: 33.12 g; W: 333.97 g; W tym cukry: 91.5 g; Bł.: 22.59 g; Sól: 6.3 g; WW: 31.12 Por; Ener. z B: 19.23 %; Ener. z W: 48.87 %; Ener. z T: 29.7 %; Ener. z Bł.: 1.77 %; K: 4009.68 mg;

piątek 2024-01-26		
Jadłospis dla diety: SZ- UL Hematologiczna wysokobiałkowa		
Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, 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> ), Ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), Dżem 25 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ),	Szpinakowa z makaronem * z mięsem 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Ziemniaki () 200 g, Kotlet z ryby (Morszczuk) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> ), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g ( <u>SEL</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Chleb Graham 40 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g ( <u>JAJ, MLE</u> ), Ogórek kiszony 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Serek truskawkowy termizowany 100g 1 szt ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** E: 2791.2 kcal; B: 114.39 g; T: 105.57 g; Kw. tł. nasy.: 43.94 g; W: 358.04 g; W tym cukry: 63.83 g; Bł.: 26.7 g; Sól: 9.09 g; WW: 33.08 Por; Ener. z B: 16.39 %; Ener. z W: 47.48 %; Ener. z T: 34.04 %; Ener. z Bł.: 1.91 %; K: 3800.01 mg;

piątek 2024-01-26		
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, Rzodkiew biała 50 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ),	Szpinakowa z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Ziemniaki () 200 g, Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> ), Sos pietruszkowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g, Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <u>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 białek z koperkiem 100 g ( <u>JAJ, MLE</u> ), Papryka świeża 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ), Sałatka z soczewicy, pomidora i ogórka kiszzonego 150 g,	

**Wartości odżywcze:** E: 2124.29 kcal; B: 106.26 g; T: 73.37 g; Kw. tł. nasy.: 25.25 g; W: 277.75 g; W tym cukry: 34.25 g; Bł.: 42.5 g; Sól: 8.33 g; WW: 23.49 Por; Ener. z B: 20.01 %; Ener. z W: 44.3 %; Ener. z T: 31.08 %; Ener. z Bł.: 4 %; K: 4682.99 mg;

### Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-01-26 <span style="float:right">Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa wysokolaryczna/wysokobiałkowa</span>		
Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ), Chleb Graham 120 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Serek wiejski ziemisty 200g 1 szt ( <u>MLE</u> ), Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g , Rzodkiew biała 50 g , Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ),	Szpinakowa z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Ziemniaki () 200 g , Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> ), Sos pietruszkowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g , Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <u>SEL</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml ,	Chleb Graham 120 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g ( <u>JAJ, MLE</u> ), Papryka świeża 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> ), Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt ,	Podwieczorek: Chleb Graham 35 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ), Sałatka z soczewicy, pomidora i ogórka kiszzonego 150 g ,	Posiłek nocny: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ), Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 30 g , Sałata zielona 20 g ,

**Wartości odżywcze:** E: 3212.19 kcal; B: 161.63 g; T: 117.42 g; Kw. tł. nasy.: 46.64 g; W: 400.63 g; W tym cukry: 56.52 g; Bł.: 48.95 g; Sól: 13.06 g; WW: 35.24 Por; Ener. z B: 20.13 %; Ener. z W: 43.79 %; Ener. z T: 32.9 %; Ener. z Bł.: 3.05 %; K: 5577.41 mg;

piątek 2024-01-26 <span style="float:right">Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa wątrobowa/trzustkowa</span>		
Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR</u> ), Cukinia pieczona (bez oleju) * 150 g , Kawa z mlekiem instant b/c. 200 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ),	Szpinakowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Ziemniaki () 250 g , Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> ), Bukiet jarzyn gotowany (bez oleju)* 150 g ( <u>SEL</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml ,	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z białek z koperkiem 100 g ( <u>JAJ, MLE</u> ), Dynia z wody 150 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: Ryż na mleku z mussem jabłkowym 250 g ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** E: 2243.97 kcal; B: 112.4 g; T: 50.45 g; Kw. tł. nasy.: 19.31 g; W: 344.41 g; W tym cukry: 37.81 g; Bł.: 28.59 g; Sól: 7.45 g; WW: 31.41 Por; Ener. z B: 20.04 %; Ener. z W: 56.3 %; Ener. z T: 20.23 %; Ener. z Bł.: 2.55 %; K: 4685.31 mg;

piątek 2024-01-26 <span style="float:right">Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa ciężarnych</span>		
Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g , Sałata zielona 20 g , Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ), Rzodkiew biała 100 g ,	Szpinakowa z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Ziemniaki () 250 g , Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> ), Sos pietruszkowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <u>SEL</u> ), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g , Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml ,	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g ( <u>JAJ, MLE</u> ), Papryka świeża 150 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 2,5% tł 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 soczewicy, pomidora i ogórka kiszzonego 150 g ,	Posiłek nocny: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ), Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 30 g , Ogórek świeży 50 g ,

**Wartości odżywcze:** E: 2524.01 kcal; B: 116.95 g; T: 88.54 g; Kw. tł. nasy.: 36.7 g; W: 340.31 g; W tym cukry: 44.29 g; Bł.: 51.68 g; Sól: 9.94 g; WW: 28.93 Por; Ener. z B: 18.53 %; Ener. z W: 45.74 %; Ener. z T: 31.57 %; Ener. z Bł.: 4.1 %; K: 5783.48 mg;

piątek 2024-01-26 <span style="float:right">Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa dla matek karmiących</span>		
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 , Sałata zielona 20 g , Rzodkiew biała 100 g , Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ),	Szpinakowa z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Ziemniaki () 250 g , Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> ), Sos pietruszkowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <u>SEL</u> ), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g , Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml ,	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g ( <u>JAJ, MLE</u> ), Papryka świeża 150 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Sałatka z soczewicy, pomidora i ogórka kiszzonego 150 g ,	Posiłek nocny: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ), Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 30 g , Ogórek świeży 50 g ,

**Wartości odżywcze:** E: 2547.02 kcal; B: 118.78 g; T: 88.78 g; Kw. tł. nasy.: 32.64 g; W: 343.53 g; W tym cukry: 43.75 g; Bł.: 51.17 g; Sól: 10.08 g; WW: 29.3 Por; Ener. z B: 18.65 %; Ener. z W: 45.91 %; Ener. z T: 31.37 %; Ener. z Bł.: 4.02 %; K: 5777.29 mg;

### Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-01-26 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa dla dzieci		
Chleb Graham 80 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Ogórek świeży 50 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml ( <u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JĘCZ</u> ),	Szpinakowa z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Ziemniaki ( ) 200 g, Kollet z ryby (Morszczuk) 100 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g, Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <u>SEL</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb Graham 80 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml, Pomidor 50 g,
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ), Serek wiejski ziemisty 200g 1 szt ( <u>MLE</u> ), Gruszka 1szt. 150 g, Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ), Sałatka z soczewicy, pomidora i ogórka kiszzonego 150 g, Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ),	Posiłek nocny: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ), Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 30 g, Papryka świeża 50 g,

**Wartości odżywcze:** E: 3015.42 kcal; B: 137.87 g; T: 124.83 g; Kw. tł. nasy.: 45.81 g; W: 358.53 g; W tym cukry: 56.63 g; Bł.: 46.13 g; Sól: 11.92 g; WW: 31.19 Por; Ener. z B: 18.29 %; Ener. z W: 41.44 %; Ener. z T: 37.26 %; Ener. z Bł.: 3.06 %; K: 5074.94 mg;

piątek 2024-01-26 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa bezmleczna		
Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g, Rzodkiew biała 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,	Szpinakowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml ( <u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u> ), Ziemniaki ( ) 200 g, Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), Sos pietruszkowy (bez mleka)* 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> ), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g, Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <u>SEL</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ</u> ), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <u>może zawierać</u> : <u>MLE</u> , <u>GOR</u> ), Papryka świeża 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Sałatka z soczewicy, pomidora i ogórka kiszzonego 150 g,	

**Wartości odżywcze:** E: 2280.04 kcal; B: 102.15 g; T: 90.94 g; Kw. tł. nasy.: 23.98 g; W: 283.29 g; W tym cukry: 23.08 g; Bł.: 45.44 g; Sól: 9.64 g; WW: 23.73 Por; Ener. z B: 17.92 %; Ener. z W: 41.73 %; Ener. z T: 35.9 %; Ener. z Bł.: 3.99 %; K: 4372.69 mg;

piątek 2024-01-26 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzyca nerkowa		
Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g, Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Twarożek 40 g ( <u>MLE</u> ), Cukinia pieczona z olejem * 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,	Ziemniaczana *(bez mleka) ( ). 400 ml ( <u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u> ), Ziemniaki ( ) 200 g, Pulpet rybny (Morszczuk) (bez soli) 60 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), Sos pietruszkowy (bez mleka)* 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> ), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g ( <u>SEL</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g, Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ), Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 50 g, Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt,	Podwieczorek: Ryż z jabłkami 250 g,	

**Wartości odżywcze:** E: 2278.14 kcal; B: 48.02 g; T: 83.76 g; Kw. tł. nasy.: 29.37 g; W: 334.94 g; W tym cukry: 13.83 g; Bł.: 38.9 g; Sól: 6.36 g; WW: 29.57 Por; Ener. z B: 8.43 %; Ener. z W: 51.98 %; Ener. z T: 33.09 %; Ener. z Bł.: 3.42 %; K: 3654.23 mg;

piątek 2024-01-26 Jadłospis dla diety: SZ-UL Nerkowa		
Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Twarożek 40 g ( <u>MLE</u> ), Dżem 70 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 120 g,	Ziemniaczana *(bez soli) ( ). 400 ml ( <u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Ziemniaki ( ) 200 g, Pulpet rybny (Morszczuk) (bez soli) 60 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), Sos pietruszkowy (bez mleka)* 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> ), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g ( <u>SEL</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 120 g, Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ), Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
	Podwieczorek: Ryż z jabłkami 250 g,	

**Wartości odżywcze:** E: 2303.82 kcal; B: 47.67 g; T: 73.54 g; Kw. tł. nasy.: 23.75 g; W: 364.92 g; W tym cukry: 57.22 g; Bł.: 38.02 g; Sól: 5.42 g; WW: 32.67 Por; Ener. z B: 8.28 %; Ener. z W: 56.76 %; Ener. z T: 28.73 %; Ener. z Bł.: 3.3 %; K: 3547.8 mg;



### Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-01-26 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> ), Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ), Dżem 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ),	Szpinakowa z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ), Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 400 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE.</u> ), Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ), Dynia z wody 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ),	Podwieczerek: Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt,	

**Wartości odżywcze:** E: 2215.09 kcal; B: 76.55 g; T: 59.07 g; Kw. tł. nasy.: 27.99 g; W: 354.9 g; W tym cukry: 99.63 g; Bł.: 26.13 g; Sól: 5.75 g; WW: 32.87 Por; Ener. z B: 13.82 %; Ener. z W: 59.37 %; Ener. z T: 24 %; Ener. z Bł.: 2.36 %; K: 1648.85 mg;

piątek 2024-01-26 Jadłospis dla diety: SZ-UL Atopowa		
Wafle ryżowe 40 g, Margaryna porcjowa 15g 2 szt., Filet z indyka gotowany 100 g, Ogórek świeży 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka, bez selera)*() 400 ml ( <u>GLU JECZ.</u> ), Ziemniaki () 200 g, Gołąbki zawijane z kapustą ryżem i mięsem z indyka (bez jaj) ATOPOWA 240 g, Sos jarzynowy (bez selera, bez glutenu) 100 ml, Brokuł gotowany* 150 g, Woda źródłana 250 ml,	Zapiekanka z ziemniaków i warzyw* -dieta Atopowa 400 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Kisiel z jabłek z/c* 200 ml,	Podwieczerek: Ryż na wodzie 200 ml, Mus z jabłek () z/c 150 g,	

**Wartości odżywcze:** E: 2125.13 kcal; B: 110.25 g; T: 58.88 g; Kw. tł. nasy.: 14.2 g; W: 299.83 g; W tym cukry: 43.16 g; Bł.: 28.09 g; Sól: 3.69 g; WW: 27.14 Por; Ener. z B: 20.75 %; Ener. z W: 51.15 %; Ener. z T: 24.94 %; Ener. z Bł.: 2.64 %; K: 5863.2 mg;

piątek 2024-01-26 Jadłospis dla diety: SZ-UL Niemowlaki		
Kasza manna na mleku 200 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ), Szyonkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g, Dżem 25 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ),	Szpinakowa z makaronem *. 200 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ), Ziemniaki () 100 g, Pulpet rybny (Morszczuk) 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ), Sos pietruszkowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g ( <u>SEL.</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ), Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ), Salata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Serek truskawkowy termizowany 100g 1 szt ( <u>MLE.</u> ),	Podwieczerek: Ryż na mleku z musem jabłkowym 150 g ( <u>MLE.</u> ),	

**Wartości odżywcze:** E: 1792.64 kcal; B: 74.46 g; T: 56.63 g; Kw. tł. nasy.: 23.38 g; W: 253.89 g; W tym cukry: 62.05 g; Bł.: 16.32 g; Sól: 4.49 g; WW: 23.74 Por; Ener. z B: 16.81 %; Ener. z W: 53.01 %; Ener. z T: 28.43 %; Ener. z Bł.: 1.82 %; K: 2424.29 mg;

piątek 2024-01-26 Jadłospis dla diety: SZ-UL papkowata niemowlaki		
Kasza manna na mleku 200 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE.</u> ), Pasta z wędliną drob wp i koperek. 100 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ), Dżem 25 g 1 szt, Kawa z mlekiem instant. 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ),	Szpinakowa z makaronem *. 200 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ), Ziemniaki () 100 g, Pulpet rybny (Morszczuk) 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ), Sos pietruszkowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g ( <u>SEL.</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Ryż na wywarze jarzynowym 200 ml ( <u>SEL.</u> ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE.</u> ), Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ), Dynia z wody 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Koktajl bananowy. 200 ml ( <u>MLE.</u> ),	Podwieczerek: Serek truskawkowy termizowany 100g 1 szt ( <u>MLE.</u> ),	

**Wartości odżywcze:** E: 2173.43 kcal; B: 90.43 g; T: 91.18 g; Kw. tł. nasy.: 35.89 g; W: 252.83 g; W tym cukry: 83.19 g; Bł.: 16.2 g; Sól: 5.74 g; WW: 23.67 Por; Ener. z B: 16.64 %; Ener. z W: 43.55 %; Ener. z T: 37.76 %; Ener. z Bł.: 1.49 %; K: 2984.03 mg;

### Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-01-26 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dieta Mamy I trymestr		
Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ), Ser żółty 50 g ( <u>MLE.</u> ), Sałata zielona 20 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ), Rzodkiew biała 100 g,	Szpinakowa z makaronem *. 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ), Ziemniaki () 200 g, Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ), Sos pietruszkowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g, Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <u>SEL.</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ), Pasta z jaj 100 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ), Papryka świeża 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Serek truskawkowy termizowany 100g 1 szt ( <u>MLE.</u> ), Gruszka 1szt. 150 g,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ), Sałatka z soczewicy, pomidora i ogórka kiszzonego 150 g,	

**Wartości odżywcze:** E: 2581.32 kcal; B: 112.21 g; T: 95.33 g; Kw. tł. nasy.: 36.98 g; W: 343.32 g; W tym cukry: 76.12 g; Bł.: 48.24 g; Sól: 8.13 g; WW: 29.55 Por; Ener. z B: 17.39 %; Ener. z W: 45.73 %; Ener. z T: 33.24 %; Ener. z Bł.: 3.74 %; K: 5339.17 mg;

piątek 2024-01-26 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dieta Mamy II trymestr		
Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE.</u> ), Ser żółty 50 g ( <u>MLE.</u> ), Kawa z mlekiem instant. 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ), Sałata zielona 20 g, Rzodkiew biała 100 g,	Szpinakowa z makaronem *. 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ), Ziemniaki () 200 g, Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ), Sos pietruszkowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g, Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <u>SEL.</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE.</u> ), Pasta z jaj 100 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ), Papryka świeża 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Gruszka 1szt. 150 g, Serek truskawkowy termizowany 100g 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 soczewicy, pomidora i ogórka kiszzonego 150 g,	

**Wartości odżywcze:** E: 2702.7 kcal; B: 112.15 g; T: 106.02 g; Kw. tł. nasy.: 44.28 g; W: 347.5 g; W tym cukry: 74.92 g; Bł.: 44.16 g; Sól: 8.49 g; WW: 30.37 Por; Ener. z B: 18.6 %; Ener. z W: 44.89 %; Ener. z T: 35.3 %; Ener. z Bł.: 3.27 %; K: 5119.31 mg;

piątek 2024-01-26 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dieta Mamy III trymestr		
Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ), Chleb Graham 80 g ( <u>GLU PSZ.</u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE.</u> ), Ser żółty 50 g ( <u>MLE.</u> ), Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ), Sałata zielona 20 g, Rzodkiew biała 100 g,	Szpinakowa z makaronem *. 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ), Ziemniaki () 200 g, Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ), Sos pietruszkowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g, Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <u>SEL.</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE.</u> ), Pasta z jaj 100 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ), Papryka świeża 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Serek truskawkowy termizowany 100g 1 szt ( <u>MLE.</u> ), Gruszka 1szt. 150 g,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ), Sałatka z soczewicy, pomidora i ogórka kiszzonego 150 g,	

**Wartości odżywcze:** E: 2964.36 kcal; B: 134.77 g; T: 112.9 g; Kw. tł. nasy.: 47.67 g; W: 376.45 g; W tym cukry: 87.86 g; Bł.: 46.83 g; Sól: 9.7 g; WW: 33.01 Por; Ener. z B: 18.18 %; Ener. z W: 44.48 %; Ener. z T: 34.28 %; Ener. z Bł.: 3.16 %; K: 5678.61 mg;

piątek 2024-01-26 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dieta Mamy Okres Laktacji		
Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ), Chleb Graham 80 g ( <u>GLU PSZ.</u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE.</u> ), Ser żółty 50 g ( <u>MLE.</u> ), Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ), Sałata zielona 20 g, Rzodkiew biała 100 g,	Szpinakowa z makaronem *. 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ), Ziemniaki () 200 g, Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g, Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <u>SEL.</u> ), Sos pietruszkowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE.</u> ), Pasta z jaj 100 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ), Papryka świeża 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Serek truskawkowy termizowany 100g 1 szt ( <u>MLE.</u> ), Gruszka 1szt. 150 g,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ), Sałatka z soczewicy, pomidora i ogórka kiszzonego 200 g,	

**Wartości odżywcze:** E: 3036.28 kcal; B: 138.34 g; T: 115.84 g; Kw. tł. nasy.: 47.91 g; W: 384.99 g; W tym cukry: 88.71 g; Bł.: 48.34 g; Sól: 10.22 g; WW: 33.72 Por; Ener. z B: 18.22 %; Ener. z W: 44.35 %; Ener. z T: 34.34 %; Ener. z Bł.: 3.18 %; K: 5876.68 mg;

### Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-01-26 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cięża mnoga (wysokobiałkowa)		
Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ), Chleb Graham 80 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Ser żółty 60 g ( <u>MLE</u> ), Sałata zielona 20 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ), Rzodkiew biała 100 g,	Szpinakowa z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Ziemniaki () 200 g, Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> ), Sos pietruszkowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g, Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <u>SEL</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z jaj 100 g ( <u>JAJ, MLE</u> ), Papryka świeża 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Serek truskawkowy termizowany 100g 1 szt ( <u>MLE</u> ), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ), Sałatka z soczewicy, pomidora i ogórka kiszzonego 200 g,	

**Wartości odżywcze:** E: 3010.94 kcal; B: 131.32 g; T: 117.86 g; Kw. tł. nasy.: 49.53 g; W: 381.14 g; W tym cukry: 87.99 g; Bł.: 48.19 g; Sól: 9.17 g; WW: 33.4 Por; Ener. z B: 17.45 %; Ener. z W: 44.23 %; Ener. z T: 35.23 %; Ener. z Bł.: 3.2 %; K: 5900.68 mg;

piątek 2024-01-26 Jadłospis dla diety: SZ-UL Posiłki regeneracyjne		
	Szpinakowa z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Ziemniaki () 200 g, Kotlet z ryby (Morszczuk) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> ), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g ( <u>SEL</u> ), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g,	

**Wartości odżywcze:** E: 1022.62 kcal; B: 38.01 g; T: 40.71 g; Kw. tł. nasy.: 3.67 g; W: 134.34 g; W tym cukry: 17.16 g; Bł.: 18.92 g; Sól: 2.36 g; WW: 11.48 Por; Ener. z B: 14.87 %; Ener. z W: 45.15 %; Ener. z T: 35.83 %; Ener. z Bł.: 3.7 %; K: 2841.92 mg;

piątek 2024-01-26 Jadłospis dla diety: SZ-UL Normalna Broniewskiego		
Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, 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> ), Ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), Sałata zielona 20 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ), Serek truskawkowy termizowany 100g 1 szt ( <u>MLE</u> ),	Szpinakowa z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Ziemniaki () 200 g, Kotlet z ryby (Morszczuk) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> ), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g, Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <u>SEL</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z jaj 100 g ( <u>JAJ, MLE</u> ), Papryka świeża 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
	Podwieczorek: Ryż na mleku z mussem jabłkowym 250 g ( <u>MLE</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	

**Wartości odżywcze:** E: 3065.91 kcal; B: 114.46 g; T: 105.41 g; Kw. tł. nasy.: 45.97 g; W: 431.63 g; W tym cukry: 72.08 g; Bł.: 36.45 g; Sól: 8.02 g; WW: 39.55 Por; Ener. z B: 14.93 %; Ener. z W: 51.56 %; Ener. z T: 30.94 %; Ener. z Bł.: 2.38 %; K: 4123.11 mg;

piątek 2024-01-26 Jadłospis dla diety: SZ-UL Lekkostrawna Broniewskiego		
Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ), Bułka pszenna długa krojona 75 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g, Dżem 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ), Serek truskawkowy termizowany 100g 1 szt ( <u>MLE</u> ),	Szpinakowa z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Ziemniaki () 200 g, Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> ), Sos pietruszkowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g ( <u>SEL</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Bułka pszenna długa krojona 75 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g ( <u>JAJ, MLE</u> ), Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
	Podwieczorek: Ryż na mleku z mussem jabłkowym 250 g ( <u>MLE</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	

**Wartości odżywcze:** E: 2630.82 kcal; B: 111.09 g; T: 77.36 g; Kw. tł. nasy.: 34.44 g; W: 384.29 g; W tym cukry: 98.85 g; Bł.: 21.75 g; Sól: 6.4 g; WW: 36.23 Por; Ener. z B: 16.89 %; Ener. z W: 55.12 %; Ener. z T: 26.47 %; Ener. z Bł.: 1.65 %; K: 3897.47 mg;

### Jadłospis dla oddziałów

piątek 2024-01-26 <span style="float:right">Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa CH Broniewskiego</span>		
Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, 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, Sałata zielona 20 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ),	Szpinakowa z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Ziemniaki () 200 g, Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> ), Sos pietruszkowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g, Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <u>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 białek z koperkiem 100 g ( <u>JAJ, MLE</u> ), Papryka świeża 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ), Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ), Sałatka z soczewicy, pomidora i ogórka kiszzonego 150 g,	

**Wartości odżywcze:** E: 2539.31 kcal; B: 119.5 g; T: 90.45 g; Kw. tł. nasy.: 31.58 g; W: 330.78 g; W tym cukry: 46.03 g; Bł.: 44.99 g; Sól: 9.05 g; WW: 28.57 Por; Ener. z B: 18.82 %; Ener. z W: 45.02 %; Ener. z T: 32.06 %; Ener. z Bł.: 3.54 %; K: 5030.52 mg;

piątek 2024-01-26 <span style="float:right">Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa NCH Police Diabetologia</span>		
Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,	Szpinakowa z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Ziemniaki () 200 g, Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> ), Sos pietruszkowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 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> ), Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ), Papryka świeża 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Rzdokiew biała 100 g,	Podwieczorek: Sałatka z soczewicy, pomidora i ogórka świeżego 200 g,	

**Wartości odżywcze:** E: 1928.76 kcal; B: 95.51 g; T: 60.17 g; Kw. tł. nasy.: 15.49 g; W: 272.98 g; W tym cukry: 26.03 g; Bł.: 41.88 g; Sól: 6.77 g; WW: 23.24 Por; Ener. z B: 19.81 %; Ener. z W: 47.93 %; Ener. z T: 28.07 %; Ener. z Bł.: 4.34 %; K: 4549.23 mg;

piątek 2024-01-26 <span style="float:right">Jadłospis dla diety: SZ-UL Lekkostrawna Police</span>		
Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ), Bułka pszenna długa krojona 75 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Dżem 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ),	Szpinakowa z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Ziemniaki () 200 g, Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> ), Sos pietruszkowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g ( <u>SEL</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Bułka pszenna długa krojona 75 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g ( <u>JAJ, MLE</u> ), Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR</u> ),
	Podwieczorek: Ryż na mleku z musem jabłkowym 250 g ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** E: 2612.72 kcal; B: 112.33 g; T: 82.93 g; Kw. tł. nasy.: 32.36 g; W: 364.09 g; W tym cukry: 81.04 g; Bł.: 22.92 g; Sól: 7.27 g; WW: 34.1 Por; Ener. z B: 17.2 %; Ener. z W: 52.23 %; Ener. z T: 28.57 %; Ener. z Bł.: 1.75 %; K: 3824.4 mg;

piątek 2024-01-26 <span style="float:right">Jadłospis dla diety: SZ-UL Neutropeniczna</span>		
Płatki owsiane na mleku/p. 300 ml ( <u>MLE, GLU OW</u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Bułka pszenna 75g 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ</u> ), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <u>MLE</u> ), Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 80 g, Ketchup saszetka 20g 2 szt, Kisiel instant 1 szt. 200 ml, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Dyniowa z ziemniakami*() OTS 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Ziemniaki () 200 g, Pulpet rybny (Morszczuk) 160 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> ), Sos jarzynowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u> ), Brokuł z bułką tartą i z olejem* 150 g ( <u>GLU PSZ</u> ), 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> ), Ser żółty Gouda plastry 100g 1 szt ( <u>MLE</u> ), Sok pomidorowy 0,3l 1 szt, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
	Podwieczorek: Babka piaskowa 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE</u> ), Kasza manna na mleku/p 200 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ), Przymak owocowy do smarowania 25g 25 g,	

**Wartości odżywcze:** E: 3393.64 kcal; B: 152.46 g; T: 128.34 g; Kw. tł. nasy.: 61.28 g; W: 423.22 g; W tym cukry: 76.71 g; Bł.: 27.36 g; Sól: 11.65 g; WW: 39.5 Por; Ener. z B: 17.97 %; Ener. z W: 46.86 %; Ener. z T: 34.04 %; Ener. z Bł.: 1.61 %; K: 5051.88 mg;