

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SSPSK Nr 1 PUM Szczecin		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2024-01-28 Jadłospis dla diety: SZ-UL Normalna		
Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Twarożek na słodko 100 g (<u>MLE.</u>), Jabłko 1 szt 1 szt, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g , udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 200 g , Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g , Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g , Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Salami kielbasa wieprzowo-wolowa drobno rozdrobniona surowo wędzona, dojrzewająca, wędzona. 50 g (<u>SOJ, SEL, GOR.</u>), Pomidor 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
	Podwieczorek: Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2575.97 kcal; B: 125.39 g; T: 96.93 g; Kw. tł. nasy.: 41.88 g; W: 310.39 g; W tym cukry: 67.32 g; Bł.: 26.86 g; Sól: 7.65 g; WW: 28.49 Por; Ener. z B: 341.46 %; Ener. z W: 868.25 %; Ener. z T: 598.2 %; Ener. z Bł.: 52.22 %; K: 4142 mg;

niedziela 2024-01-28 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>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Twarożek na słodko 100 g (<u>MLE.</u>), Mus z brzoskwiń 100 g , Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g , udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 200 g , Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g , Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g , Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Bułka pszenna 75g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Salami kielbasa wieprzowo-wolowa drobno rozdrobniona surowo wędzona, dojrzewająca, wędzona. 50 g (<u>SOJ, SEL, GOR.</u>), Pomidor 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33l 1 szt ,	Podwieczorek: Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2735.97 kcal; B: 129.97 g; T: 98.09 g; Kw. tł. nasy.: 42.95 g; W: 334.1 g; W tym cukry: 100.59 g; Bł.: 18.86 g; Sól: 7.7 g; WW: 31.61 Por; Ener. z B: 353.3 %; Ener. z W: 1069.64 %; Ener. z T: 601.1 %; Ener. z Bł.: 42.32 %; K: 3809.8 mg;

niedziela 2024-01-28 Jadłospis dla diety: SZ-UL Wegetariańska		
Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Twarożek na słodko 100 g (<u>MLE.</u>), Jabłko 1 szt 1 szt, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Bułion warzywny z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g , Kotlety sojowe 200 g (<u>SOJ.</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g , Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g , Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Hummus z ciecierzycy 100 g , Pomidor 100 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33l 1 szt ,	Podwieczorek: Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2507.08 kcal; B: 108.72 g; T: 64.26 g; Kw. tł. nasy.: 28.53 g; W: 371.19 g; W tym cukry: 96.91 g; Bł.: 42.05 g; Sól: 5.71 g; WW: 33.11 Por; Ener. z B: 373.39 %; Ener. z W: 995.22 %; Ener. z T: 415.38 %; Ener. z Bł.: 86.45 %; K: 3212.49 mg;

niedziela 2024-01-28 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bezmleczna		
Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt , Tofu 100 g (<u>SOJ.</u>), Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g , udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 200 g , Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g , Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g , Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt , Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawalków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g , Pomidor 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33l 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: 2504.55 kcal; B: 113.68 g; T: 89.7 g; Kw. tł. nasy.: 25.91 g; W: 319.07 g; W tym cukry: 55.87 g; Bł.: 24.34 g; Sól: 8.14 g; WW: 29.57 Por; Ener. z B: 365.5 %; Ener. z W: 944.84 %; Ener. z T: 650.23 %; Ener. z Bł.: 61.67 %; K: 3209.51 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-01-28 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bez laktozy		
Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Tofu 100 g (<u>SOJ.</u>), Jabłko 1 szt 1 szt, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g, udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 200 g, Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g, Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLUPSZ, 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, Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33l 1 szt,	Podwieczorek: Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2408,18 kcal; B: 118,14 g; T: 82,36 g; Kw. tł. nasy.: 21,67 g; W: 307,47 g; W tym cukry: 69,65 g; Bł.: 25,97 g; Sól: 7,67 g; WW: 28,23 Por; Ener. z B: 356,02 %; Ener. z W: 900,25 %; Ener. z T: 587,41 %; Ener. z Bł.: 51,44 %; K: 3362,83 mg;

niedziela 2024-01-28 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bezglutenowa		
Chleb bezglutenowy 100 g, Masło extra 82% 16,67 g (<u>MLE.</u>), Twarożek na słodko 100 g (<u>MLE.</u>), Jabłko 1 szt 1 szt, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Rosół z makaronem (bez glutenu)* 400 ml (<u>SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g, udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 200 g, Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g, Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb bezglutenowy 100 g, Masło extra 82% 16,67 g (<u>MLE.</u>), Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g, Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33l 1 szt,	Podwieczorek: Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2339,07 kcal; B: 107,11 g; T: 86,88 g; Kw. tł. nasy.: 34,82 g; W: 282,51 g; W tym cukry: 74,33 g; Bł.: 14,21 g; Sól: 3,77 g; WW: 26,91 Por; Ener. z B: 318,12 %; Ener. z W: 888,8 %; Ener. z T: 488,12 %; Ener. z Bł.: 39,97 %; K: 3219,82 mg;

niedziela 2024-01-28 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bezglutenowa, bez mleka		
Chleb bezglutenowy 100 g, Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Hummus 100 g (<u>SEZ.</u>), Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,	Rosół z makaronem (bez glutenu)* 400 ml (<u>SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g, udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 200 g, Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g, Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	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, Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33l 1 szt,	Podwieczorek: Chleb bezglutenowy 30 g, Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Miód (25g) 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2536,03 kcal; B: 93,7 g; T: 115,43 g; Kw. tł. nasy.: 26,6 g; W: 277,18 g; W tym cukry: 35,88 g; Bł.: 11,59 g; Sól: 5,59 g; WW: 26,6 Por; Ener. z B: 277,07 %; Ener. z W: 746,72 %; Ener. z T: 652,63 %; Ener. z Bł.: 60,06 %; K: 2941,24 mg;

niedziela 2024-01-28 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bogatoresztkowa		
Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 16,67 g (<u>MLE.</u>), Twarożek na słodko 100 g (<u>MLE.</u>), Jabłko 1 szt 1 szt, Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g, udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 200 g, Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g, Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 16,67 g (<u>MLE.</u>), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>), Pomidor 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Ogórek świeży 100 g,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Surówka z rzepy białej i jabłka () 200 g (<u>MLE.</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2557,5 kcal; B: 124,88 g; T: 96,18 g; Kw. tł. nasy.: 42,34 g; W: 317,32 g; W tym cukry: 72,77 g; Bł.: 45,18 g; Sól: 6,8 g; WW: 27,34 Por; Ener. z B: 405,06 %; Ener. z W: 1132,52 %; Ener. z T: 630,11 %; Ener. z Bł.: 118,67 %; K: 5223,1 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-01-28 Jadłospis dla diety: SZ-UL Łatwo strawna		
Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Twarożek na słodko 100 g (<u>MLE.</u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt , Kawa z mlekkiem instant. 250 ml (<u>MLE.</u> <u>GLU ŻYT.</u> <u>GLU JEJCZ.</u>),	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ.</u> <u>SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g , Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 200 g , Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ.</u> <u>MLE.</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g , Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>), Pomidor blskórki 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
Podwieczorek: Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),		

Wartości odżywcze: E: 2312.47 kcal; B: 122.42 g; T: 86 g; Kw. tł. nasy.: 35.64 g; W: 269.41 g; W tym cukry: 68.91 g; Bł.: 19.11 g; Sól: 5.21 g; WW: 25.12 Por; Ener. z B: 348.66 %; Ener. z W: 825.22 %; Ener. z T: 574.16 %; Ener. z Bł.: 48.94 %; K: 4081.05 mg;

niedziela 2024-01-28 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>), Twarożek na słodko 100 g (<u>MLE.</u>), Dżem 50 g , Kawa z mlekkiem instant. 250 ml (<u>MLE.</u> <u>GLU ŻYT.</u> <u>GLU JEJCZ.</u>),	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ.</u> <u>SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g , Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 200 g , Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ.</u> <u>MLE.</u>), Surówka z kapusty pekińskiej 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>), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>), Pomidor blskórki 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33l 1 szt ,		
Podwieczorek: Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),		

Wartości odżywcze: E: 2820.07 kcal; B: 138.72 g; T: 91.85 g; Kw. tł. nasy.: 38.84 g; W: 363.76 g; W tym cukry: 114.24 g; Bł.: 18.16 g; Sól: 6.11 g; WW: 34.74 Por; Ener. z B: 426.21 %; Ener. z W: 1055.75 %; Ener. z T: 659.13 %; Ener. z Bł.: 42.64 %; K: 4354.85 mg;

niedziela 2024-01-28 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>), Twarożek na słodko 100 g (<u>MLE.</u>), Dżem 50 g , Jabłko pieczone 1szt. 1 szt , Kawa z mlekkiem instant 250 ml (<u>MLE.</u> <u>GLU ŻYT.</u> <u>GLU JEJCZ.</u>),	Buflion warzywny z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ.</u> <u>SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g , Pulpet drobiowy z indyka 90 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>JAJ.</u>), Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ.</u> <u>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 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>), Dynia z wody 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33l 1 szt ,		
Podwieczorek: Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE.</u>), Płatki kukurydziane 30 g ,		

Wartości odżywcze: E: 2291.41 kcal; B: 90.59 g; T: 49.15 g; Kw. tł. nasy.: 13.81 g; W: 376.6 g; W tym cukry: 119.86 g; Bł.: 24.34 g; Sól: 5.73 g; WW: 35.28 Por; Ener. z B: 304.73 %; Ener. z W: 1196.58 %; Ener. z T: 638.98 %; Ener. z Bł.: 60.36 %; K: 3284.48 mg;

niedziela 2024-01-28 Jadłospis dla diety: SZ-UL Żołądkowa		
Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Twarożek na słodko 50 g (<u>MLE.</u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt , Kawa z mlekkiem instant. 250 ml (<u>MLE.</u> <u>GLU ŻYT.</u> <u>GLU JEJCZ.</u>),	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ.</u> <u>SEL.</u>), Ziemniaki () 250 g , Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 200 g , Sos pietruszkowy (bez mleka)* 100 ml (<u>GLU PSZ.</u> <u>MLE.</u>), Bukiet jarzyn gotowany bez oleju* 150 g (<u>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>), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>), Dynia z wody 150 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
Podwieczorek: Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),		

Wartości odżywcze: E: 2351.45 kcal; B: 113.97 g; T: 84.79 g; Kw. tł. nasy.: 34.75 g; W: 291.2 g; W tym cukry: 68.51 g; Bł.: 25.46 g; Sól: 6.21 g; WW: 26.54 Por; Ener. z B: 320.87 %; Ener. z W: 823.94 %; Ener. z T: 488.69 %; Ener. z Bł.: 63.34 %; K: 4568.91 mg;

niedziela 2024-01-28 Jadłospis dla diety: SZ-UL Specjalna bezmleczna		
Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt , Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>), Pasta warzywna* 50 g (<u>SEL.</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ.</u> <u>SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g , Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 200 g , Sos pietruszkowy (bez mleka)* 100 ml (<u>GLU PSZ.</u> <u>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 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt , Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawalków fileta z kurczaka, parzona w osionce niejadalnej. 50 g , Dynia z wody 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Jabłko pieczone 1szt. 1 szt ,		
Podwieczorek: Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ.</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt , Dżem 50 g ,		

Wartości odżywcze: E: 2503.65 kcal; B: 116.15 g; T: 97.36 g; Kw. tł. nasy.: 27.86 g; W: 302.76 g; W tym cukry: 68.56 g; Bł.: 24.1 g; Sól: 6.96 g; WW: 27.69 Por; Ener. z B: 308.85 %; Ener. z W: 877.33 %; Ener. z T: 710.89 %; Ener. z Bł.: 53.58 %; K: 3939.08 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-01-28 Jadłospis dla diety: SZ-UL Papkowata		
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>), Twarożek na słodko 100 g (<u>MLE</u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Pulpet drobiowy z indyka 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</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 warzyw i szynki drobiowej 100 g (<u>SEL</u>), Dynia z wody 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
Podwieczorek: Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),		

Wartości odżywcze: E: 2398.59 kcal; B: 105.03 g; T: 77.64 g; Kw. tł. nasy.: 32.81 g; W: 329.74 g; W tym cukry: 79.62 g; Bł.: 24.84 g; Sól: 5.46 g; WW: 30.52 Por; Ener. z B: 404.76 %; Ener. z W: 1006.96 %; Ener. z T: 698.14 %; Ener. z Bł.: 51.16 %; K: 3645.37 mg;

niedziela 2024-01-28 Jadłospis dla diety: SZ-UL Papkowata cukrzycowa		
Kasza kukurydziana 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>), Twarożek 100 g (<u>MLE</u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Pulpet drobiowy z indyka 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</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 90 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pasta z warzyw i szynki drobiowej 150 g (<u>SEL</u>), Dynia z wody 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2493.35 kcal; B: 108.16 g; T: 87.69 g; Kw. tł. nasy.: 30.71 g; W: 328.96 g; W tym cukry: 65.14 g; Bł.: 26.59 g; Sól: 6.15 g; WW: 30.23 Por; Ener. z B: 394.23 %; Ener. z W: 906.64 %; Ener. z T: 704.87 %; Ener. z Bł.: 68.15 %; K: 3891.13 mg;

niedziela 2024-01-28 Jadłospis dla diety: SZ-UL Płynna cukrzycowa		
Kasza kukurydziana 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>),	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki () 50 g, Pulpet drobiowy z indyka 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Dynia z wody 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 2 szt (<u>JAJ</u>), Bukiet jarzyn gotowany (bez oleju)* 100 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 1966.75 kcal; B: 123.84 g; T: 104.31 g; Kw. tł. nasy.: 35.44 g; W: 135.56 g; W tym cukry: 13.01 g; Bł.: 15.79 g; Sól: 3.38 g; WW: 11.79 Por; Ener. z B: 416.84 %; Ener. z W: 396.71 %; Ener. z T: 753.71 %; Ener. z Bł.: 42.71 %; K: 2763.47 mg;

niedziela 2024-01-28 Jadłospis dla diety: SZ-UL Płynna wysokobiałkowa		
Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Mleko w proszku 50 g (<u>MLE</u>), Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (<u>MLE</u>),	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki () 50 g, Pulpet drobiowy z indyka 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Dynia z wody 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 2 szt (<u>JAJ</u>), Bukiet jarzyn gotowany (bez oleju)* 100 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2218.56 kcal; B: 131.85 g; T: 94.46 g; Kw. tł. nasy.: 37.22 g; W: 213.73 g; W tym cukry: 54.39 g; Bł.: 15.98 g; Sól: 4.36 g; WW: 19.65 Por; Ener. z B: 490.69 %; Ener. z W: 621.07 %; Ener. z T: 819.54 %; Ener. z Bł.: 38.06 %; K: 3690.08 mg;

niedziela 2024-01-28 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% 16.67 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Mleko w proszku 10 g (<u>MLE</u>),	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki () 150 g, Pulpet drobiowy z indyka 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Dynia z wody 100 g, Olej rzepakowy 10 g,	Ryż na wywarze jarzynowym 300 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>), Bukiet jarzyn gotowany (bez oleju)* 100 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2136.15 kcal; B: 109.96 g; T: 84.21 g; Kw. tł. nasy.: 33.51 g; W: 239.74 g; W tym cukry: 55.33 g; Bł.: 15.14 g; Sól: 4.15 g; WW: 22.4 Por; Ener. z B: 369.65 %; Ener. z W: 600.76 %; Ener. z T: 671.76 %; Ener. z Bł.: 29.22 %; K: 3674.78 mg;

Jadłospis dla oddziałów

niedziela 2024-01-28 Jadłospis dla diety: SZ-UL Niskokaloryczna		
Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Twarożek 100 g (<u>MLE.</u>), Jabłko 1 szt 1 szt, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g, Pulpet drobiowy z indyka 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g, Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>), Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Sok pomidorowy 0,3l 1 szt,	Podwieczorek: Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),	

Wartości odżywcze: E: 1618.75 kcal; B: 87.07 g; T: 51.26 g; Kw. tł. nasy.: 21.29 g; W: 210.24 g; W tym cukry: 36.72 g; Bł.: 23.27 g; Sól: 5.12 g; WW: 18.82 Por; Ener. z B: 389.26 %; Ener. z W: 773.34 %; Ener. z T: 505.52 %; Ener. z Bł.: 62.43 %; K: 2929.66 mg;

niedziela 2024-01-28 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>), Twarożek na słodko 100 g (<u>MLE.</u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Rosół z makaronem *. 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Ziemniaki () 250 g, udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 200 g, Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>), Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>),	Podwieczorek: Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE.</u>), Herbatniki 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>),	

Wartości odżywcze: E: 3012.55 kcal; B: 143.96 g; T: 103.79 g; Kw. tł. nasy.: 40.24 g; W: 389.63 g; W tym cukry: 103.18 g; Bł.: 33.45 g; Sól: 7.51 g; WW: 35.85 Por; Ener. z B: 466.21 %; Ener. z W: 1184.38 %; Ener. z T: 733.02 %; Ener. z Bł.: 69.74 %; K: 5376.62 mg;

niedziela 2024-01-28 Jadłospis dla diety: SZ-UL Hematologiczna		
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>), Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g, udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 200 g, Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb Graham 40 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), 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: Sok warzywno-owocowy tioczony 100% 0,2l 1 szt,	Podwieczorek: Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2768.99 kcal; B: 137.19 g; T: 100.99 g; Kw. tł. nasy.: 47.52 g; W: 334.76 g; W tym cukry: 62.92 g; Bł.: 23.08 g; Sól: 8.76 g; WW: 31.29 Por; Ener. z B: 417.35 %; Ener. z W: 1029.05 %; Ener. z T: 651.59 %; Ener. z Bł.: 35.53 %; K: 3787.77 mg;

niedziela 2024-01-28 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>), Twarożek na słodko 100 g (<u>MLE.</u>), Mus z brzoskwiń 100 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g, udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 200 g, Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g, Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Bułka pszenna 75g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>), Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt, Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Miód (25g) 1 szt,	Podwieczorek: Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2888.62 kcal; B: 134.45 g; T: 91.39 g; Kw. tł. nasy.: 39.94 g; W: 382.34 g; W tym cukry: 101.41 g; Bł.: 19.71 g; Sól: 7.74 g; WW: 36.37 Por; Ener. z B: 386.31 %; Ener. z W: 1208.55 %; Ener. z T: 572.67 %; Ener. z Bł.: 42.89 %; K: 3762 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-01-28		
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>), Twarożek na słodko 100 g (<u>MLE</u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt., Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g , Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 200 g , Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g , Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Szyńka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>), Dynia z wody 50 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml ,
II Śniadanie: Chleb Graham 35 g (<u>GLU PSZ</u>), Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g ,	Podwieczorek: Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Posiłek nocny: Chleb Graham 35 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>),

Wartości odżywcze: E: 2874.18 kcal; B: 162.62 g; T: 101.06 g; Kw. tł. nasy.: 44.93 g; W: 338.57 g; W tym cukry: 57.78 g; Bł.: 30.81 g; Sól: 8.83 g; WW: 30.96 Por; Ener. z B: 567.96 %; Ener. z W: 922.31 %; Ener. z T: 730.56 %; Ener. z Bł.: 53.56 %; K: 4469.54 mg;

niedziela 2024-01-28		
Jadłospis dla diety: SZ- UL Hematologiczna 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>), Twarożek na słodko 100 g (<u>MLE</u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt., Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g , Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 200 g , 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 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Szyńka 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: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt ,	Podwieczorek: Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2728.86 kcal; B: 139.16 g; T: 96.66 g; Kw. tł. nasy.: 40.26 g; W: 333.52 g; W tym cukry: 77.42 g; Bł.: 22.47 g; Sól: 6.36 g; WW: 31.15 Por; Ener. z B: 425.89 %; Ener. z W: 1021.64 %; Ener. z T: 688.83 %; Ener. z Bł.: 44.7 %; K: 4375.23 mg;

niedziela 2024-01-28		
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 35 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Twarożek na słodko 100 g (<u>MLE</u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt., Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g , udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 200 g , Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g , Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 35 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Szyńka 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: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt ,	Podwieczorek: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2673.19 kcal; B: 138.63 g; T: 89.42 g; Kw. tł. nasy.: 37.62 g; W: 333.81 g; W tym cukry: 68.81 g; Bł.: 22.51 g; Sól: 7.63 g; WW: 31.27 Por; Ener. z B: 458.07 %; Ener. z W: 1045.46 %; Ener. z T: 626.46 %; Ener. z Bł.: 35.03 %; K: 4065.82 mg;

niedziela 2024-01-28		
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>), Twarożek 100 g (<u>MLE</u>), Sałata zielona 20 g , Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g , Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 200 g , Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g , Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g , Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Szyńka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>), Pomidor 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>), Ogórek kiszony 100 g ,	Podwieczorek: Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2124.46 kcal; B: 119.16 g; T: 83.86 g; Kw. tł. nasy.: 31.9 g; W: 234.7 g; W tym cukry: 25.86 g; Bł.: 30.07 g; Sól: 7.83 g; WW: 20.57 Por; Ener. z B: 469.76 %; Ener. z W: 829.9 %; Ener. z T: 567.62 %; Ener. z Bł.: 102.58 %; K: 4054.73 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-01-28		
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>), Twarożek 100 g (<u>MLE</u>), Sałata zielona 20 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 200 g, Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g, Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Szyńka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>), Pomidor 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>), Ogórek kiszony 100 g,	Podwieczorek: Chleb Graham 35 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Surówka z rzepy białej i jabłka () 150 g (<u>MLE</u>),	Posiłek nocny: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Sałata zielona 20 g,

Wartości odżywcze: E: 2948.81 kcal; B: 150.53 g; T: 115.18 g; Kw. tł. nasy.: 49.07 g; W: 344.08 g; W tym cukry: 43.18 g; Bł.: 40.76 g; Sól: 10.2 g; WW: 30.54 Por; Ener. z B: 622.27 %; Ener. z W: 1080.29 %; Ener. z T: 859.59 %; Ener. z Bł.: 136.65 %; K: 5181.05 mg;

niedziela 2024-01-28		
Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa wątrobowatrzustkowa		
Bulka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Twarożek 100 g (<u>MLE</u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Bulion warzywny z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki () 250 g, Pulpet drobiowy z indyka 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Bukiet jarzyn gotowany (bez oleju)* 200 g (<u>SEL</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Szyńka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 70 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>), Dynia z wody 150 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Bulka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ</u>), Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g, Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2267.53 kcal; B: 113.12 g; T: 53.92 g; Kw. tł. nasy.: 23.74 g; W: 341.63 g; W tym cukry: 50.1 g; Bł.: 28.46 g; Sól: 8.17 g; WW: 31.3 Por; Ener. z B: 469.41 %; Ener. z W: 820.78 %; Ener. z T: 449.12 %; Ener. z Bł.: 75.77 %; K: 3910.02 mg;

niedziela 2024-01-28		
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>), Twarożek 100 g (<u>MLE</u>), Sałata zielona 20 g, Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>), Papryka świeża 150 g,	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 200 g, Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g, Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Szyńka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>), Pomidor 150 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>), Ogórek kiszony 100 g,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Surówka z rzepy białej i jabłka () 150 g (<u>MLE</u>),	Posiłek nocny: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Sałata zielona 20 g,

Wartości odżywcze: E: 2583.86 kcal; B: 136.63 g; T: 101.3 g; Kw. tł. nasy.: 43.05 g; W: 301.15 g; W tym cukry: 43.07 g; Bł.: 46.57 g; Sól: 9.05 g; WW: 25.69 Por; Ener. z B: 614.92 %; Ener. z W: 1190.25 %; Ener. z T: 796.46 %; Ener. z Bł.: 182.22 %; K: 5540.14 mg;

niedziela 2024-01-28		
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>), Twarożek 100 g (<u>MLE</u>), Sałata zielona 20 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>), Papryka świeża 150 g,	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 200 g, Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g, Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Szyńka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</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>), Ogórek kiszony 100 g,	Podwieczorek: Chleb Graham 35 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Surówka z rzepy białej i jabłka () 150 g (<u>MLE</u>),	Posiłek nocny: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Sałata zielona 20 g,

Wartości odżywcze: E: 2562.56 kcal; B: 131.63 g; T: 104.38 g; Kw. tł. nasy.: 42.38 g; W: 293.11 g; W tym cukry: 43.93 g; Bł.: 44.62 g; Sól: 8.92 g; WW: 25.09 Por; Ener. z B: 601.77 %; Ener. z W: 1163.42 %; Ener. z T: 783.45 %; Ener. z Bł.: 185.83 %; K: 5482.19 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-01-28 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>), Twarożek 100 g (<u>MLE</u>), Ogórek świeży 50 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Rosół z makaronem *. 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 200 g, Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g, Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>), Pomidor 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 żółty 25 g (<u>MLE</u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt, Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt,	Podwieczorek: Chleb Graham 35 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Papryka świeża 100 g, Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<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>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Salata zielona 20 g,

Wartości odżywcze: E: 3016.41 kcal; B: 151.36 g; T: 118.05 g; Kw. tł. nasy.: 51.82 g; W: 352.03 g; W tym cukry: 73.61 g; Bł.: 39.28 g; Sól: 8.75 g; WW: 31.47 Por; Ener. z B: 526.7 %; Ener. z W: 1064.02 %; Ener. z T: 774.27 %; Ener. z Bł.: 118.85 %; K: 4824.22 mg;

niedziela 2024-01-28 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa bezmleczna		
Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Hummus 100 g (<u>SEZ</u>), Salata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,	Rosół z makaronem *. 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 200 g, Sos pietruszkowy (bez mleka)* 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g, Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Pierś delikatna z kunej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g, 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>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Ogórek świeży 100 g,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Pomidor 100 g,	

Wartości odżywcze: E: 2455.4 kcal; B: 103.49 g; T: 123.99 g; Kw. tł. nasy.: 30.9 g; W: 244.88 g; W tym cukry: 19.37 g; Bł.: 34.25 g; Sól: 8.33 g; WW: 21.09 Por; Ener. z B: 362.28 %; Ener. z W: 895.2 %; Ener. z T: 751.46 %; Ener. z Bł.: 122.82 %; K: 4130.32 mg;

niedziela 2024-01-28 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzyca nerkowa		
Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g, Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>), Twarożek 25 g (<u>MLE</u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Rosół z makaronem *. 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki () 250 g, Pulpet drobiowy z indyka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</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 niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g, Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>), Dynia z wody 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 50 g, Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 30 g, Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Marchew gotowana z olejem* 100 g,	

Wartości odżywcze: E: 2300.58 kcal; B: 49.4 g; T: 97.29 g; Kw. tł. nasy.: 35.23 g; W: 306.58 g; W tym cukry: 44.55 g; Bł.: 42.82 g; Sól: 7.71 g; WW: 26.36 Por; Ener. z B: 219.86 %; Ener. z W: 758.06 %; Ener. z T: 671.46 %; Ener. z Bł.: 85.92 %; K: 3569.29 mg;

niedziela 2024-01-28 Jadłospis dla diety: SZ-UL Nerkowa		
Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g, Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>), Twarożek 25 g (<u>MLE</u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt, Dżem 70 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Ryżowa (bez mleka)*. 400 ml (<u>SEL</u>), Ziemniaki () 250 g, Pulpet drobiowy z indyka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</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 niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g, Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>), Dynia z wody 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
	Podwieczorek: Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 50 g, Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Miód (25g) 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2313.37 kcal; B: 43.57 g; T: 81.54 g; Kw. tł. nasy.: 29.61 g; W: 349.01 g; W tym cukry: 88.67 g; Bł.: 39.34 g; Sól: 7.16 g; WW: 30.89 Por; Ener. z B: 193.88 %; Ener. z W: 967.88 %; Ener. z T: 543.76 %; Ener. z Bł.: 70.85 %; K: 3410.91 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-01-28 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dna moczanowa		
Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Twarożek na słodko 100 g (<u>MLE.</u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt., Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Bulion warzywny z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Ziemniaki () 250 g , Kotlety sojowe 100 g (<u>SOJ.</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g , Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Hummus z ciecierzycy 100 g , Pomidor 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33l 1 szt ,	Podwieczorek: Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2339.81 kcal; B: 86.22 g; T: 64.43 g; Kw. tł. nasy.: 29.53 g; W: 357.27 g; W tym cukry: 87.36 g; Bł.: 34.76 g; Sól: 5.58 g; WW: 32.38 Por; Ener. z B: 283.46 %; Ener. z W: 899.87 %; Ener. z T: 409.22 %; Ener. z Bł.: 67.22 %; K: 3146.88 mg;

niedziela 2024-01-28 Jadłospis dla diety: SZ-UL Atopowa		
Margaryna porcjowa 15g 2 szt , Filet z indyka gotowany 100 g , Marchew gotowana z olejem* 100 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml , Wafle ryżowe 40 g ,	Kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, glutenu)* 400 ml , Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>), Gulasz z udźca z indyka z warzywami (bez selera, glutenu) ATOPOWA 200 ml , Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g , Woda źródłana 250 ml ,	Wafle ryżowe 40 g , Margaryna porcjowa 15g 2 szt , Pulpet drobiowy z indyka (bez glutenu, bez jaj) 100 g , Brokuł gotowany* 100 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,
II Śniadanie: Gruszka 2szt. 300 g ,	Podwieczorek: Kasza jaglana na wodzie 200 ml , Mus z jabłek () z/c 150 g ,	

Wartości odżywcze: E: 2111.85 kcal; B: 100.25 g; T: 74.01 g; Kw. tł. nasy.: 21.11 g; W: 275.98 g; W tym cukry: 60.83 g; Bł.: 33.82 g; Sól: 3.35 g; WW: 24.01 Por; Ener. z B: 388.59 %; Ener. z W: 986.87 %; Ener. z T: 656.32 %; Ener. z Bł.: 99.34 %; K: 3557.59 mg;

niedziela 2024-01-28 Jadłospis dla diety: SZ-UL 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>), Twarożek na słodko 100 g (<u>MLE.</u>), Dżem 25 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,	Rosół z makaronem * 200 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Ziemniaki () 150 g , udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 200 g , 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% 5 g (<u>MLE.</u>), Szyntka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>), Pomidor b/skórki 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Banan 1szt. 1 szt ,	Podwieczorek: Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2049.1 kcal; B: 109.88 g; T: 67.04 g; Kw. tł. nasy.: 21.72 g; W: 258.95 g; W tym cukry: 100.75 g; Bł.: 18.48 g; Sól: 4.35 g; WW: 24.17 Por; Ener. z B: 302.67 %; Ener. z W: 794.93 %; Ener. z T: 403.35 %; Ener. z Bł.: 43.88 %; K: 4276.65 mg;

niedziela 2024-01-28 Jadłospis dla diety: SZ-UL papkowata 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>), Twarożek na słodko 100 g (<u>MLE.</u>), Dżem 25 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,	Rosół z makaronem * 200 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Ziemniaki () 150 g , Pulpet drobiowy z indyka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Sos pietruszkowy* 50 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 75 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Pasta z warzyw i szynki drobiowej 50 g (<u>SEL.</u>), Dynia z wody 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Mus z jabłek prażonych 100 g ,	Podwieczorek: Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),	

Wartości odżywcze: E: 1702.32 kcal; B: 69.43 g; T: 41.38 g; Kw. tł. nasy.: 13.6 g; W: 273.37 g; W tym cukry: 91.05 g; Bł.: 18.92 g; Sól: 3.79 g; WW: 25.48 Por; Ener. z B: 249.48 %; Ener. z W: 900.72 %; Ener. z T: 354.85 %; Ener. z Bł.: 43.77 %; K: 2824.53 mg;

niedziela 2024-01-28 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dieta Mamy I trymestr		
Chleb Graham 80 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Twarożek na słodko 100 g (<u>MLE.</u>), Mus z brzoskwiń 150 g , Sałata zielona 20 g , Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g , udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 200 g , Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g , Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g , Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Hummus z ciecierzycy 100 g , Papryka świeża 150 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33l 1 szt ,	Podwieczorek: Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2479.21 kcal; B: 117.62 g; T: 83.33 g; Kw. tł. nasy.: 29.96 g; W: 320.96 g; W tym cukry: 111.48 g; Bł.: 28.64 g; Sól: 4.91 g; WW: 29.49 Por; Ener. z B: 367.57 %; Ener. z W: 1228.37 %; Ener. z T: 456.79 %; Ener. z Bł.: 96.22 %; K: 4500.75 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-01-28 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dieta Mamy II trymestr		
Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Twarożek na słodko 150 g (<u>MLE.</u>), Mus z brzoskwiń 150 g, Salata zielona 20 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Rosół z makaronem *. 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>), Ziemniaki (I) 200 g, udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 200 g, Surówka z kapusty pekińskiej z olejem (I) 100 g, Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jablek *z/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Hummus z ciecierzycy 100 g, Papryka świeża 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt,	Podwieczorek: Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2644.84 kcal; B: 123.93 g; T: 96.5 g; Kw. tł. nasy.: 38.55 g; W: 327.19 g; W tym cukry: 115.56 g; Bł.: 30.8 g; Sól: 4.88 g; WW: 29.92 Por; Ener. z B: 399.6 %; Ener. z W: 1267.59 %; Ener. z T: 543.68 %; Ener. z Bł.: 100.61 %; K: 4613.56 mg;

niedziela 2024-01-28 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dieta Mamy III trymestr		
Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Twarożek na słodko 100 g (<u>MLE.</u>), Mus z brzoskwiń 150 g, Salata zielona 20 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Rosół z makaronem *. 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>), Ziemniaki (I) 200 g, udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 200 g, Surówka z kapusty pekińskiej z olejem (I) 100 g, Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jablek *z/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Hummus z ciecierzycy 100 g, Papryka świeża 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt,	Podwieczorek: Musli z owocami 30 g (<u>GLU PSZ, ORZ, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>), Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2913.99 kcal; B: 129.34 g; T: 100.73 g; Kw. tł. nasy.: 40.46 g; W: 380.72 g; W tym cukry: 127.25 g; Bł.: 33.95 g; Sól: 5.23 g; WW: 34.98 Por; Ener. z B: 441.29 %; Ener. z W: 1400.77 %; Ener. z T: 615.21 %; Ener. z Bł.: 102.35 %; K: 5111.78 mg;

niedziela 2024-01-28 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dieta Mamy Okres Laktacji		
Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Twarożek na słodko 100 g (<u>MLE.</u>), Mus z brzoskwiń 150 g, Salata zielona 20 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Rosół z makaronem *. 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>), Ziemniaki (I) 200 g, Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 200 g, Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem (I) 100 g, Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jablek *z/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Hummus z ciecierzycy 100 g, Papryka świeża 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt,	Podwieczorek: Musli z owocami 30 g (<u>GLU PSZ, ORZ, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>), Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2947.02 kcal; B: 130.19 g; T: 101.79 g; Kw. tł. nasy.: 40.47 g; W: 385.86 g; W tym cukry: 127.59 g; Bł.: 34.2 g; Sól: 5.34 g; WW: 35.47 Por; Ener. z B: 451.58 %; Ener. z W: 1459.99 %; Ener. z T: 644.09 %; Ener. z Bł.: 103.86 %; K: 5128.37 mg;

niedziela 2024-01-28 Jadłospis dla diety: SZ-UL Ciąża mnoga (wysokobiałkowa)		
Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Twarożek na słodko 100 g (<u>MLE.</u>), Mus z brzoskwiń 150 g, Salata zielona 20 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Rosół z makaronem *. 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>), Ziemniaki (I) 250 g, Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 200 g, Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem (I) 100 g, Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jablek *z/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Szyunka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>), Hummus z ciecierzycy 150 g, Papryka świeża 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt,	Podwieczorek: Musli z owocami 30 g (<u>GLU PSZ, ORZ, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>), Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),	

Wartości odżywcze: E: 3165.75 kcal; B: 143.75 g; T: 109.43 g; Kw. tł. nasy.: 41.44 g; W: 407.95 g; W tym cukry: 127.83 g; Bł.: 35.43 g; Sól: 6.61 g; WW: 37.57 Por; Ener. z B: 506.52 %; Ener. z W: 1482.68 %; Ener. z T: 685.97 %; Ener. z Bł.: 104.96 %; K: 5493.47 mg;

Jadłospis dla oddziałów

niedziela 2024-01-28		Jadłospis dla diety: SZ-UL Posiłki regeneracyjne	
		Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g , udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 200 g , Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g , Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g ,	
Wartości odżywcze: E: 1016.67 kcal; B: 65.39 g; T: 43.37 g; Kw. tł. nasy.: 9.97 g; W: 94.8 g; W tym cukry: 6.45 g; Bł.: 10.02 g; Sól: 2.14 g; WW: 8.51 Por; Ener. z B: 124.15 %; Ener. z W: 209.63 %; Ener. z T: 175 %; Ener. z Bł.: 24.47 %; K: 2740.73 mg;			

niedziela 2024-01-28		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>), Twarożek na słodko 100 g (<u>MLE.</u>), Jabłko 1 szt 1 szt , Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g , Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g , Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g , Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Salami kielbasa wieprzowo-wołowa drobno rozdrobniona surowo wędzona, dojrzewająca, wędzona. 50 g (<u>SOJ, SEL, GOR.</u>), Pomidor 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,	
	Podwieczorek: Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE.</u>), Waflle ryżowe 50 g , Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,		
Wartości odżywcze: E: 3032.92 kcal; B: 134.66 g; T: 106.78 g; Kw. tł. nasy.: 44.58 g; W: 393.16 g; W tym cukry: 87.94 g; Bł.: 31.12 g; Sól: 7.9 g; WW: 36.38 Por; Ener. z B: 417.12 %; Ener. z W: 1221.01 %; Ener. z T: 686.73 %; Ener. z Bł.: 70.67 %; K: 4577.75 mg;			

niedziela 2024-01-28		Jadłospis dla diety: SZ-UL Lekkostrawna Broniewskiego	
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>), Twarożek na słodko 100 g (<u>MLE.</u>), Jabłko 1 szt 1 szt , Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g , Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 200 g , Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ,</u> <u>MLE.</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g , Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Bulka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>), Pomidor b/skórki 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,	
	Podwieczorek: Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,		
Wartości odżywcze: E: 2580.42 kcal; B: 127.59 g; T: 94.7 g; Kw. tł. nasy.: 38.09 g; W: 312.43 g; W tym cukry: 88.83 g; Bł.: 21.72 g; Sól: 5.44 g; WW: 29.21 Por; Ener. z B: 409.85 %; Ener. z W: 1043.6 %; Ener. z T: 653.56 %; Ener. z Bł.: 64.47 %; K: 4516.8 mg;			

niedziela 2024-01-28		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>), Twarożek 100 g (<u>MLE.</u>), Sałata zielona 20 g , Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g , Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 200 g , Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ,</u> <u>MLE.</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g , Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g , Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml ,	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>), Pomidor 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>), Ogórek kiszony 100 g ,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Surówka z rzepy białej i jabłka () 150 g (<u>MLE.</u>),		
Wartości odżywcze: E: 2465.61 kcal; B: 128.46 g; T: 93.42 g; Kw. tł. nasy.: 37.17 g; W: 292.9 g; W tym cukry: 44.91 g; Bł.: 38.67 g; Sól: 8.47 g; WW: 25.62 Por; Ener. z B: 533.03 %; Ener. z W: 1016.8 %; Ener. z T: 694.33 %; Ener. z Bł.: 123.49 %; K: 4937.38 mg;			

niedziela 2024-01-28		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>), Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>), Papryka świeża 50 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g , Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 200 g , Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ,</u> <u>MLE.</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g , Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml ,	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>), Pomidor 50 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,	
II Śniadanie: Ogórek świeży 100 g ,	Podwieczorek: Surówka z rzepy białej i jabłka () 150 g (<u>MLE.</u>),		
Wartości odżywcze: E: 1986.27 kcal; B: 107.29 g; T: 68.69 g; Kw. tł. nasy.: 25.47 g; W: 253.5 g; W tym cukry: 25 g; Bł.: 39.98 g; Sól: 6.35 g; WW: 21.41 Por; Ener. z B: 357.52 %; Ener. z W: 853.6 %; Ener. z T: 425.52 %; Ener. z Bł.: 136.61 %; K: 4528.1 mg;			

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-01-28 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>), Twarożek na słodko 100 g (<u>MLE</u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt., Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g , Udziec drobiowy gotowany z/c z/s 200 g , Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g , Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Bulka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Szyńka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>), Pomidor b/skórki 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
Podwieczorek: Jogurt naturalny 2,5% tl 150g 1 szt (<u>MLE</u>),		

Wartości odżywcze: E: 2510.37 kcal; B: 128 g; T: 96.12 g; Kw. tł. nasy.: 39.26 g; W: 291.08 g; W tym cukry: 74.87 g; Bł.: 20.19 g; Sól: 5.43 g; WW: 27.19 Por; Ener. z B: 417.25 %; Ener. z W: 925.73 %; Ener. z T: 672.97 %; Ener. z Bł.: 57.12 %; K: 4214.6 mg;

niedziela 2024-01-28 Jadłospis dla diety: SZ-UL Neutropeniczna		
Płatki owsiane na mleku/p. 300 ml (<u>MLE, GLU OW</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna 75g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ</u>), Masło porcjowane 10g (82% tl.) 2 szt (<u>MLE</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Mus z jabłek i dyni () z/c 200 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml , Przymak owocowy do smarowania 25g 25 g ,	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g , Schab pieczony OTS 150 g (<u>GLU PSZ</u>), Sos potrawkowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Kapusta biała z wody 150 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 200 ml ,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna 75g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ</u>), Masło porcjowane 10g (82% tl.) 2 szt (<u>MLE</u>), Szyńka wieprzowa gotowana 100g-wędzonka wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w plastrach 1 szt , Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka) (*) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
Podwieczorek: Herbatniki 100g (1op) 1 szt , Kasza manna na mleku/p 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Przymak owocowy do smarowania 25g 25 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,		

Wartości odżywcze: E: 2720.58 kcal; B: 135.65 g; T: 68.17 g; Kw. tł. nasy.: 33.13 g; W: 401.25 g; W tym cukry: 71.63 g; Bł.: 27.86 g; Sól: 8.84 g; WW: 37.23 Por; Ener. z B: 413.23 %; Ener. z W: 1247.71 %; Ener. z T: 594.13 %; Ener. z Bł.: 65.63 %; K: 4459.51 mg;

niedziela 2024-01-28 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa OTS neutropeniczna		
Płatki owsiane na mleku/p. 300 ml (<u>MLE, GLU OW</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna 75g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ</u>), Masło porcjowane 10g (82% tl.) 2 szt (<u>MLE</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Mus z jabłek i dyni 200 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g , Schab pieczony OTS 150 g (<u>GLU PSZ</u>), Sos potrawkowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Kapusta biała z wody 150 g , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml ,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna 75g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ</u>), Masło porcjowane 10g (82% tl.) 2 szt (<u>MLE</u>), Szyńka wieprzowa gotowana 100g-wędzonka wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w plastrach 1 szt , Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka) (*) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,
Podwieczorek: Sok pomidorowy 0,3l 1 szt ,		

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

niedziela 2024-01-28 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 * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g , Marchew gotowana z olejem* 100 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,	Kleik ryżowy na wodzie 200 g , Suchary b/c 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,
II Śniadanie: Kisiel z jagód b/c * 200 ml , Suchary b/c 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,	Podwieczorek: Marchwianka. 200 ml , Suchary b/c 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,	

Wartości odżywcze: E: 1724.8 kcal; B: 45.04 g; T: 23.49 g; Kw. tł. nasy.: .79 g; W: 339.94 g; W tym cukry: 22.6 g; Bł.: 19.68 g; Sól: 1.91 g; WW: 32.15 Por; Ener. z B: 89.1 %; Ener. z W: 749.2 %; Ener. z T: 101.7 %; Ener. z Bł.: 49.48 %; K: 3378.55 mg;

niedziela 2024-01-28 Jadłospis dla diety: SZ-UL Ścisła		
Bulka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Baton szynkowy z kurczątką 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>),		Bulka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Szyńka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>),

Wartości odżywcze: E: 817.82 kcal; B: 29.7 g; T: 38.6 g; Kw. tł. nasy.: 18.84 g; W: 88.34 g; W tym cukry: 2 g; Bł.: 2.7 g; Sól: 3.56 g; WW: 8.59 Por; Ener. z B: 105.81 %; Ener. z W: 129.32 %; Ener. z T: 273.62 %; Ener. z Bł.: 1.95 %; K: 176.34 mg;