

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-02-07 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, Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>), Salata zielona 20 g, Majonez 20 g (<u>JAJ, GOR.</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka)*() 400 ml (<u>SEL, GLU JECZ.</u>), Ziemniaki () 200 g, Kotlet mielony wieprzowy 100 g (<u>GLUPSZ, JAJ.</u>), Salatka szwedzka z olejem 100 g (<u>GOR.</u>), Salatka z buraczków i jabłka 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>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Pasta z fasoli 100 g, Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>),	Podwieczorek: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2647.64 kcal; B: 90.28 g; T: 102.39 g; Kw. tł. nasy.: 19.75 g; W: 360.32 g; W tym cukry: 37.19 g; Bł.: 40.03 g; Sól: 8.74 g; WW: 31.96 Por; Ener. z B: 13.64 %; Ener. z W: 48.39 %; Ener. z T: 34.81 %; Ener. z Bł.: 3.02 %; K: 4509.68 mg;

środa 2024-02-07 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bezglutenowa		
Chleb bezglutenowy 90 g, Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>), Salata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Krupnik ryżowy z ziemniakami (bez mleka)*() 400 ml (<u>SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez glutenu) 180 g (<u>JAJ.</u>), Sos jarzynowy* (bez glutenu) 100 ml (<u>SEL.</u>), Salatka szwedzka z olejem 100 g (<u>GOR.</u>), Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb bezglutenowy 90 g, Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 70 g, Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),	Podwieczorek: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2303.38 kcal; B: 109.35 g; T: 91.51 g; Kw. tł. nasy.: 38.1 g; W: 263.58 g; W tym cukry: 53.31 g; Bł.: 14.58 g; Sól: 6.2 g; WW: 24.89 Por; Ener. z B: 18.99 %; Ener. z W: 43.24 %; Ener. z T: 35.76 %; Ener. z Bł.: 1.27 %; K: 3843.36 mg;

środa 2024-02-07 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bezglutenowa, bez mleka		
Chleb bezglutenowy 90 g, Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>), Salata zielona 20 g, Majonez 20 g (<u>JAJ, GOR.</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Krupnik ryżowy z ziemniakami (bez mleka)*() 400 ml (<u>SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez glutenu) 90 g (<u>JAJ.</u>), Sos jarzynowy* (bez glutenu) 100 ml (<u>SEL.</u>), Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g, Salatka szwedzka z olejem 100 g (<u>GOR.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb bezglutenowy 90 g, Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g, Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Banan 1szt. 1 szt,	Podwieczorek: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt, Chrupki kukurydziane 40 g,	

Wartości odżywcze: E: 2296.71 kcal; B: 68.64 g; T: 85.6 g; Kw. tł. nasy.: 16.75 g; W: 321.85 g; W tym cukry: 72.56 g; Bł.: 21.04 g; Sól: 5.17 g; WW: 29.99 Por; Ener. z B: 11.95 %; Ener. z W: 52.39 %; Ener. z T: 33.54 %; Ener. z Bł.: 1.83 %; K: 4265.13 mg;

środa 2024-02-07 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bogatobiałkowa		
Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>), Papryka świeża 150 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*() 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>), Ziemniaki () 200 g, Kotlet mielony wieprzowy 100 g (<u>GLUPSZ, JAJ.</u>), Salatka szwedzka z olejem 100 g (<u>GOR.</u>), Buraczki oprószone () 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), 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>), Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g, 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 kiszony 150 g,	Podwieczorek: Surówka z selera i marchwi z olejem () b/c 150 g (<u>SEL.</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2497.96 kcal; B: 94.08 g; T: 100.75 g; Kw. tł. nasy.: 40.76 g; W: 328 g; W tym cukry: 65.87 g; Bł.: 49.48 g; Sól: 11.32 g; WW: 27.97 Por; Ener. z B: 15.07 %; Ener. z W: 44.6 %; Ener. z T: 36.3 %; Ener. z Bł.: 3.96 %; K: 5731.54 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-02-07		
Jadłospis dla diety: SZ-UL Łatwo strawna		
Bulka 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>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt , Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*(<u>)</u> 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>), Ziemniaki (<u>)</u> 250 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ JAJ</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem (<u>)</u> 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>), Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 70 g , Pomidor b/skórki 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
	Podwieczorek: Bulka maślana 1 szt 1 szt (<u>GLU PSZ JAJ, MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2362.39 kcal; B: 95.38 g; T: 70.09 g; Kw. tł. nasy.: 26.3 g; W: 349.38 g; W tym cukry: 67.79 g; Bł.: 24.18 g; Sól: 6.19 g; WW: 32.57 Por; Ener. z B: 16.15 %; Ener. z W: 55.06 %; Ener. z T: 26.7 %; Ener. z Bł.: 2.05 %; K: 4330.37 mg;

środa 2024-02-07		
Jadłospis dla diety: SZ-UL Dzieci łatwo strawna		
Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OWI</u>), Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt , Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*(<u>)</u> 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>), Ziemniaki (<u>)</u> 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ JAJ</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem (<u>)</u> 150 g , 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>), Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g , Pomidor b/skórki 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Biskopki b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ</u>),	Podwieczorek: Bulka maślana 1 szt 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2838.72 kcal; B: 113.74 g; T: 79.18 g; Kw. tł. nasy.: 33.27 g; W: 430.64 g; W tym cukry: 88.98 g; Bł.: 26.44 g; Sól: 6.61 g; WW: 40.49 Por; Ener. z B: 16.03 %; Ener. z W: 56.96 %; Ener. z T: 25.1 %; Ener. z Bł.: 1.86 %; K: 4766.34 mg;

środa 2024-02-07		
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>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt , Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*(<u>)</u> 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>), Ziemniaki (<u>)</u> 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ JAJ</u>), Buraczki oprószane (<u>)</u> 150 g (<u>GLU PSZ</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>), Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g , Bukiet jarzyn gotowany z olejem (<u>)</u> 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Biskopki b/m 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ</u>),	Podwieczorek: Bulka maślana 1 szt 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2473.26 kcal; B: 104.87 g; T: 47.68 g; Kw. tł. nasy.: 14.09 g; W: 419.98 g; W tym cukry: 83.22 g; Bł.: 28.32 g; Sól: 6.79 g; WW: 39.22 Por; Ener. z B: 16.96 %; Ener. z W: 63.34 %; Ener. z T: 17.35 %; Ener. z Bł.: 2.29 %; K: 4603.56 mg;

środa 2024-02-07		
Jadłospis dla diety: SZ-UL Żołądkowa		
Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt , Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>), Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>),	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*(<u>)</u> 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>), Ziemniaki (<u>)</u> 250 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ JAJ</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Buraczki oprószane (<u>)</u> 150 g (<u>GLU PSZ</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>), Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g , Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
	Podwieczorek: Bulka maślana 1 szt 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2434.9 kcal; B: 97.12 g; T: 61.22 g; Kw. tł. nasy.: 25.56 g; W: 387.57 g; W tym cukry: 73.77 g; Bł.: 27.81 g; Sól: 6.6 g; WW: 35.98 Por; Ener. z B: 15.95 %; Ener. z W: 59.1 %; Ener. z T: 22.63 %; Ener. z Bł.: 2.28 %; K: 4579.08 mg;

Jadłospis dla oddziałów

środa 2024-02-07 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>), Cukinia pieczona z olejem * 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*(<u>GLU PSZ.</u>), 400 ml (<u>SEL. GLU JECZ.</u>), Ziemniaki (<u>GLU PSZ.</u>) 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>), Sos jarzynowy* (bez glutenu) 100 ml (<u>SEL.</u>), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem (<u>GLU PSZ.</u>) 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Szyunkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g, Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL.</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Szyunka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 50 g (<u>GLU PSZ. SOJ.</u>),	Podwieczorek: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2298.36 kcal; B: 88.42 g; T: 81.94 g; Kw. tł.nasy.: 20.75 g; W: 314.56 g; W tym cukry: 41.55 g; Bł.: 23.41 g; Sól: 7.8 g; WW: 28.94 Por; Ener. z B: 15.39 %; Ener. z W: 50.67 %; Ener. z T: 32.09 %; Ener. z Bł.: 2.04 %; K: 3883.85 mg;

środa 2024-02-07 Jadłospis dla diety: SZ-UL Papkowata		
Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE. GLU OW.</u>), Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE. GLU ŻYT. GLU JECZ.</u>),	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*(<u>GLU PSZ.</u>) 400 ml (<u>MLE. SEL. GLU JECZ.</u>), Ziemniaki (<u>GLU PSZ.</u>) 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>), Buraczki oprószone (<u>GLU PSZ.</u>) 150 g (<u>GLU PSZ.</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 kurczaka i warzyw gotowanych 100 g (<u>SEL.</u>), Marchew gotowana z olejem* 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
	Podwieczorek: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2309.17 kcal; B: 96.36 g; T: 66.35 g; Kw. tł.nasy.: 28 g; W: 345.06 g; W tym cukry: 77.58 g; Bł.: 26.79 g; Sól: 4.54 g; WW: 31.91 Por; Ener. z B: 16.69 %; Ener. z W: 55.13 %; Ener. z T: 25.86 %; Ener. z Bł.: 2.32 %; K: 4771 mg;

środa 2024-02-07 Jadłospis dla diety: SZ-UL Papkowata cukrzycowa		
Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL. GLU OW.</u>), Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE. GLU ŻYT. GLU JECZ.</u>),	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*(<u>GLU PSZ.</u>) 400 ml (<u>MLE. SEL. GLU JECZ.</u>), Ziemniaki (<u>GLU PSZ.</u>) 250 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>), Buraczki oprószone (<u>GLU PSZ.</u>) 150 g (<u>GLU PSZ.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Ryż na wywarze jarzynowym. 300 ml (<u>SEL.</u>), Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 150 g (<u>SEL.</u>), Marchew gotowana z olejem* 100 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),	Podwieczorek: Sok pomidorowy 0,3l 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2324.73 kcal; B: 102.16 g; T: 70.92 g; Kw. tł.nasy.: 28.26 g; W: 334.86 g; W tym cukry: 52.63 g; Bł.: 30.48 g; Sól: 5.53 g; WW: 30.55 Por; Ener. z B: 17.58 %; Ener. z W: 52.37 %; Ener. z T: 27.46 %; Ener. z Bł.: 2.62 %; K: 5095.32 mg;

środa 2024-02-07 Jadłospis dla diety: SZ-UL Płynna cukrzycowa		
Mięso drobiowe gotowane 100g 1 szt, Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>), Ryż na wywarze jarzynowym. 400 ml (<u>SEL.</u>),	Ziemniaczana * (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>), Ziemniaki (<u>GLU PSZ.</u>) 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>), Buraczki oprószone (<u>GLU PSZ.</u>) 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Olej rzepakowy 10 g,	Ryż na wywarze jarzynowym. 400 ml (<u>SEL.</u>), Mięso drobiowe gotowane 100g 1 szt, Marchew gotowana z olejem* 100 g, Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>),
II Śniadanie: Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),	Podwieczorek: Kisiel z czarnej porzeczki b/c* 200 ml,	

Wartości odżywcze: E: 2146.87 kcal; B: 114.13 g; T: 96.39 g; Kw. tł.nasy.: 36.05 g; W: 215.25 g; W tym cukry: 19.9 g; Bł.: 19.67 g; Sól: 3.76 g; WW: 19.58 Por; Ener. z B: 21.26 %; Ener. z W: 36.44 %; Ener. z T: 40.41 %; Ener. z Bł.: 1.83 %; K: 4945.96 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-02-07 Jadłospis dla diety: SZ-UL Płynna wysokobiałkowa		
Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>), 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>),	Ziemniaczana * (), 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki () 50 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Buraczki oprószone () 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Olej rzepakowy 10 g ,	Ryż na wywarze jarzynowym. 300 ml (<u>SEL.</u>), Mięso drobiowe gotowane 100g 1 szt , Marchew gotowana z olejem* 100 g , Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>),
II Śniadanie: Jogurt naturalny 2,5% tl 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),	Podwieczorek: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt ,	

Wartości odżywcze: E: 2113.72 kcal; B: 98.86 g; T: 98.23 g; Kw. tł. nasy.: 42.04 g; W: 216.95 g; W tym cukry: 49.56 g; Bł.: 16.26 g; Sól: 3.71 g; WW: 20.13 Por; Ener. z B: 18.71 %; Ener. z W: 37.98 %; Ener. z T: 41.82 %; Ener. z Bł.: 1.54 %; K: 4317.59 mg;

środa 2024-02-07 Jadłospis dla diety: SZ-UL Przecierana		
Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>), Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>), Mleko w proszku 10 g (<u>MLE.</u>),	Ziemniaczana * (), 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Buraczki oprószone () 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Olej rzepakowy 10 g ,	Ryż na wywarze jarzynowym. 300 ml (<u>SEL.</u>), Mięso drobiowe gotowane 100g 1 szt , Marchew gotowana z olejem* 100 g , Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>),
II Śniadanie: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt ,	Podwieczorek: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt ,	

Wartości odżywcze: E: 2118.45 kcal; B: 89.82 g; T: 83.29 g; Kw. tł. nasy.: 32.6 g; W: 263.36 g; W tym cukry: 36.26 g; Bł.: 20.29 g; Sól: 3.89 g; WW: 24.37 Por; Ener. z B: 16.96 %; Ener. z W: 45.9 %; Ener. z T: 35.39 %; Ener. z Bł.: 1.92 %; K: 4904.41 mg;

środa 2024-02-07 Jadłospis dla diety: SZ-UL Niskokaloryczna		
Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>), Papryka świeża 50 g , Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*() 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>), Ziemniaki () 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Sałatka szwedzka z olejem 100 g (<u>GOR.</u>), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 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% 5 g (<u>MLE.</u>), Szyunkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g , Pomidor 50 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 2,5% tl 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),	Podwieczorek: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt ,	

Wartości odżywcze: E: 1548.63 kcal; B: 79.49 g; T: 43.32 g; Kw. tł. nasy.: 13.95 g; W: 222.42 g; W tym cukry: 29.8 g; Bł.: 25.09 g; Sól: 5.82 g; WW: 19.82 Por; Ener. z B: 20.53 %; Ener. z W: 50.97 %; Ener. z T: 25.17 %; Ener. z Bł.: 3.24 %; K: 3866.26 mg;

środa 2024-02-07 Jadłospis dla diety: SZ-UL Wysokobiałkowa/Wysokokaloryczna		
Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>), Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>), Serek Fromage 80 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>), Papryka świeża 50 g , Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*() 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>), Ziemniaki () 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Sałatka z buraczków i jabłka 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>), Szyunkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g , Pomidor 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Chleb Graham 35 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Szyunka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>), Sałata zielona 20 g ,	Podwieczorek: Bułka maślana 1 szt 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>), Jogurt naturalny 2,5% tl 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),	

Wartości odżywcze: E: 3080.2 kcal; B: 134.94 g; T: 106.91 g; Kw. tł. nasy.: 55.41 g; W: 410.55 g; W tym cukry: 69.34 g; Bł.: 36.65 g; Sól: 9.64 g; WW: 37.56 Por; Ener. z B: 17.52 %; Ener. z W: 48.56 %; Ener. z T: 31.24 %; Ener. z Bł.: 2.38 %; K: 4910.3 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-02-07 Jadłospis dla diety: SZ-UL Hematologiczna		
Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb Graham 40 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Serek Fromage 80 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt , Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*() z mięsem 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>), Ziemniaki () 200 g , Kotlet mielony wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Buraczki oprószone () 150 g (<u>GLU PSZ.</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>), Szynekowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g , Marchew gotowana z olejem* 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),	Podwieczorek: Bułka maślana 1 szt 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>),	

Wartości odżywcze: E: 3284.9 kcal; B: 129.47 g; T: 113.54 g; Kw. tł. nasy.: 56.41 g; W: 445.51 g; W tym cukry: 102.57 g; Bł.: 33.57 g; Sól: 8.87 g; WW: 41.27 Por; Ener. z B: 15.77 %; Ener. z W: 50.16 %; Ener. z T: 31.11 %; Ener. z Bł.: 2.04 %; K: 4846.1 mg;

środa 2024-02-07 Jadłospis dla diety: SZ-UL Hematologiczna dziecięca		
Bułka pszenna 75g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>), Serek Fromage 40 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>), Jabłko 1 szt 1 szt , Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>),	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*() z mięsem 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>), Ziemniaki () 200 g , Kotlet mielony wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g , Marchew gotowana z olejem* 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>), Szynekowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g , Pomidor 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),	Podwieczorek: Bułka maślana 1 szt 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>), Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE.</u>),	

Wartości odżywcze: E: 3186.61 kcal; B: 127.57 g; T: 110.54 g; Kw. tł. nasy.: 48.85 g; W: 424.77 g; W tym cukry: 112.95 g; Bł.: 29.2 g; Sól: 8.62 g; WW: 39.57 Por; Ener. z B: 16.01 %; Ener. z W: 49.65 %; Ener. z T: 31.22 %; Ener. z Bł.: 1.83 %; K: 4627.63 mg;

środa 2024-02-07 Jadłospis dla diety: SZ- UL Hematologiczna cukrzyca wysokobiałkowa/wys		
Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>), Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Serek Fromage 80 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>), Ogórek kiszony 50 g , Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*() z mięsem 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>), Ziemniaki () 200 g , Kotlet mielony wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Buraczki oprószone () 150 g (<u>GLU PSZ.</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>), Szynekowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g , Marchew gotowana z olejem* 50 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,
II Śniadanie: Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Szynekowa gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>),	Podwieczorek: Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>), Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>),	Posiłek nocny: Chleb Graham 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: 3120.86 kcal; B: 140.94 g; T: 128.04 g; Kw. tł. nasy.: 61.23 g; W: 366.96 g; W tym cukry: 44.46 g; Bł.: 38.28 g; Sól: 10.05 g; WW: 33.02 Por; Ener. z B: 18.06 %; Ener. z W: 42.13 %; Ener. z T: 36.92 %; Ener. z Bł.: 2.45 %; K: 5026.77 mg;

środa 2024-02-07 Jadłospis dla diety: SZ- UL Hematologiczna łatwo strawna		
Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>), Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt , Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*() z mięsem 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>), Ziemniaki () 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Sos jarzynowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Buraczki oprószone () 150 g (<u>GLU PSZ.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Szynekowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g , Marchew gotowana z olejem* 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Szynekowa gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>),	Podwieczorek: Bułka maślana 1 szt 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2628.71 kcal; B: 118.47 g; T: 71.49 g; Kw. tł. nasy.: 32.35 g; W: 390.63 g; W tym cukry: 83.97 g; Bł.: 26.31 g; Sól: 7.73 g; WW: 36.49 Por; Ener. z B: 18.03 %; Ener. z W: 55.44 %; Ener. z T: 24.48 %; Ener. z Bł.: 2 %; K: 4610.1 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-02-07 Jadłospis dla diety: SZ- UL Hematologiczna wysokobiałkowa		
Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</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>), Serek Fromage 80 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt., Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*(<u>GLU</u>) z mięsem 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>), Ziemniaki (<u>GLU</u>) 200 g , Kotlet mielony wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Buraczki oprószone (<u>GLU</u>) 150 g (<u>GLU PSZ.</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 35 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Szyunkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g , Marchew gotowana z olejem* 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),	Podwieczorek: Bułka maślana 1 szt 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>),	

Wartości odżywcze: E: 3262.1 kcal; B: 128.59 g; T: 113.38 g; Kw. tł. nasy.: 56.38 g; W: 440.76 g; W tym cukry: 102.54 g; Bł.: 33 g; Sól: 8.75 g; WW: 40.85 Por; Ener. z B: 15.77 %; Ener. z W: 50 %; Ener. z T: 31.28 %; Ener. z Bł.: 2.02 %; K: 4824.6 mg;

środa 2024-02-07 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>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>), Salata zielona 20 g , Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*(<u>GLU</u>) 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>), Ziemniaki (<u>GLU</u>) 250 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g (<u>GOR.</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 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Szyunkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 70 g , Pomidor 50 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,
II Śniadanie: Chleb razowy pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Papryka świeża 100 g ,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Surówka z selera i marchwi z olejem (<u>GLU</u>) b/c 150 g (<u>SEL.</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2099.13 kcal; B: 93.31 g; T: 64.01 g; Kw. tł. nasy.: 23.18 g; W: 311.07 g; W tym cukry: 39.48 g; Bł.: 47.4 g; Sól: 8.41 g; WW: 26.57 Por; Ener. z B: 17.78 %; Ener. z W: 50.24 %; Ener. z T: 27.44 %; Ener. z Bł.: 4.52 %; K: 5380.03 mg;

środa 2024-02-07 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa wysokolaryczna/wysokobiałkowa		
Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>), Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>), Rzodkiew biała 50 g , Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*(<u>GLU</u>) 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>), Ziemniaki (<u>GLU</u>) 250 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Sałatka szwedzka z olejem 100 g (<u>GOR.</u>), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 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>), Szyunkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g , Pomidor 100 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Papryka świeża 100 g ,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Surówka z selera i marchwi z olejem (<u>GLU</u>) b/c 150 g (<u>SEL.</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: 2815.21 kcal; B: 121.36 g; T: 93.12 g; Kw. tł. nasy.: 38.4 g; W: 402.25 g; W tym cukry: 55.11 g; Bł.: 57.76 g; Sól: 9.82 g; WW: 34.68 Por; Ener. z B: 17.24 %; Ener. z W: 48.93 %; Ener. z T: 29.76 %; Ener. z Bł.: 4.1 %; K: 6497.62 mg;

środa 2024-02-07 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa wątrobowa/trzustkowa		
Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Twarożek 100 g (<u>MLE.</u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt , Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*(<u>GLU</u>) 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>), Ziemniaki (<u>GLU</u>) 250 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Buraczki oprószone (<u>GLU</u>) 150 g (<u>GLU PSZ.</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>), Szyunkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 100 g , Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL.</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,
II Śniadanie: Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt ,	Podwieczorek: Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>), Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 100 g (<u>SEL.</u>), Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2230.62 kcal; B: 119.98 g; T: 45.24 g; Kw. tł. nasy.: 15.58 g; W: 348.03 g; W tym cukry: 43.74 g; Bł.: 30.46 g; Sól: 7.25 g; WW: 31.74 Por; Ener. z B: 21.52 %; Ener. z W: 56.95 %; Ener. z T: 18.25 %; Ener. z Bł.: 2.73 %; K: 4659.17 mg;

Jadłospis dla oddziałów

środa 2024-02-07 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa ciężarnych		
Chleb razowy żytnio-pszeniczny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Ogórek świeży 150 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*(<u>)</u> 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>), Ziemniaki (<u>)</u> 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Sałatka szwedzka z olejem 100 g (<u>GOR.</u>), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszeniczny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Szynekowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 70 g, Pomidor 150 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszeniczny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Papryka świeża 100 g,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszeniczny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Surówka z selera i marchwi z olejem (<u>)</u> b/c 150 g (<u>SEL.</u>),	Posiłek nocny: Chleb razowy żytnio-pszeniczny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>), Sałata zielona 20 g,

Wartości odżywcze: E: 2423.27 kcal; B: 108.92 g; T: 87.28 g; Kw. tł. nasy.: 34.62 g; W: 327.46 g; W tym cukry: 47.49 g; Bł.: 54.01 g; Sól: 8.97 g; WW: 27.42 Por; Ener. z B: 17.98 %; Ener. z W: 45.14 %; Ener. z T: 32.41 %; Ener. z Bł.: 4.46 %; K: 5903.65 mg;

środa 2024-02-07 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa dla matek karmiących		
Chleb razowy żytnio-pszeniczny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Ogórek świeży 150 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*(<u>)</u> 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>), Ziemniaki (<u>)</u> 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Sałatka szwedzka z olejem 100 g (<u>GOR.</u>), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszeniczny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Szynekowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g, Pomidor 150 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszeniczny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Papryka świeża 100 g,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszeniczny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Surówka z selera i marchwi z olejem (<u>)</u> b/c 150 g (<u>SEL.</u>),	Posiłek nocny: Chleb razowy żytnio-pszeniczny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>), Sałata zielona 20 g,

Wartości odżywcze: E: 2489.36 kcal; B: 104.34 g; T: 96.65 g; Kw. tł. nasy.: 40.9 g; W: 327.54 g; W tym cukry: 47.56 g; Bł.: 54.01 g; Sól: 8.59 g; WW: 27.43 Por; Ener. z B: 16.77 %; Ener. z W: 43.95 %; Ener. z T: 34.94 %; Ener. z Bł.: 4.34 %; K: 5906.57 mg;

środa 2024-02-07 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>), Serek Fromage 80 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Papryka świeża 50 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*(<u>)</u> 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>), Ziemniaki (<u>)</u> 250 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Sałatka szwedzka z olejem 100 g (<u>GOR.</u>), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g, Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, 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>), Szynekowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g, Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszeniczny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Szynekowa gotowana wstępowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siałce niejadalnej 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>), Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt, Banan 1szt. 1 szt,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszeniczny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Surówka wielowarzywna z olejem (<u>)</u> 150 g (<u>SEL.</u>), Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Posiłek nocny: Chleb razowy żytnio-pszeniczny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>), Sałata zielona 20 g,

Wartości odżywcze: E: 3090.72 kcal; B: 113.25 g; T: 116.26 g; Kw. tł. nasy.: 63.45 g; W: 420.9 g; W tym cukry: 78.98 g; Bł.: 50.32 g; Sól: 11.05 g; WW: 37.22 Por; Ener. z B: 14.66 %; Ener. z W: 47.96 %; Ener. z T: 33.85 %; Ener. z Bł.: 3.26 %; K: 6122.26 mg;

środa 2024-02-07 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa bezmleczna		
Chleb razowy żytnio-pszeniczny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>), Rzodkiew biała 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,	Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka)*(<u>)</u> 400 ml (<u>SEL, GLU JECZ.</u>), Ziemniaki z tłuszczem (<u>)</u> 250 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Buraczki oprószone (<u>)</u> 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszeniczny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Szynekowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g, Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb razowy pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Papryka świeża 100 g,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszeniczny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Surówka z selera i marchwi z olejem (<u>)</u> b/c 200 g (<u>SEL.</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2352.89 kcal; B: 84.57 g; T: 88.32 g; Kw. tł. nasy.: 25.1 g; W: 334.91 g; W tym cukry: 40.09 g; Bł.: 56.45 g; Sól: 8.29 g; WW: 27.86 Por; Ener. z B: 14.38 %; Ener. z W: 47.34 %; Ener. z T: 33.78 %; Ener. z Bł.: 4.8 %; K: 5958.52 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-02-07 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzyca nerkowa		
Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 120 g , Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>), Baton szynkowy z kurcząt 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>), Sałata zielona z olejem 50 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,	Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka)*() 400 ml (<u>SEL, GLU JECZ</u>), Ziemniaki z tłuszczem () 250 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g , Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml ,	Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 120 g , Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>), Twarożek 50 g (<u>MLE</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 40 g , Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>), Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt ,	

Wartości odżywcze: E: 2374.78 kcal; B: 47.65 g; T: 107.09 g; Kw. tł. nasy.: 40.93 g; W: 305.4 g; W tym cukry: 21.3 g; Bł.: 39.53 g; Sól: 7.6 g; WW: 26.57 Por; Ener. z B: 8.03 %; Ener. z W: 44.78 %; Ener. z T: 40.58 %; Ener. z Bł.: 3.33 %; K: 3674.36 mg;

środa 2024-02-07 Jadłospis dla diety: SZ-UL Nerkowa		
Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g , Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>), Baton szynkowy z kurcząt 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,	Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka)*() 400 ml (<u>SEL, GLU JECZ</u>), Ziemniaki z tłuszczem () 250 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g , Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g , Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>), Twarożek 30 g (<u>MLE</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
	Podwieczorek: Banan 1szt. 1 szt , Podpiłyki b/c 50 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2313.64 kcal; B: 45.31 g; T: 75.8 g; Kw. tł. nasy.: 26.46 g; W: 367.86 g; W tym cukry: 91.42 g; Bł.: 39.49 g; Sól: 6.12 g; WW: 32.81 Por; Ener. z B: 7.83 %; Ener. z W: 56.77 %; Ener. z T: 29.49 %; Ener. z Bł.: 3.41 %; K: 4559.27 mg;

środa 2024-02-07 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>), Papryka świeża 50 g , Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*() 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>), Ziemniaki () 200 g , Kotlety z brokula* 200 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g , Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Pomidor 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt ,	

Wartości odżywcze: E: 2538.26 kcal; B: 87.55 g; T: 89.23 g; Kw. tł. nasy.: 30.19 g; W: 358.29 g; W tym cukry: 70.48 g; Bł.: 34.7 g; Sól: 6.17 g; WW: 32.36 Por; Ener. z B: 13.8 %; Ener. z W: 50.99 %; Ener. z T: 31.64 %; Ener. z Bł.: 2.73 %; K: 4441.34 mg;

środa 2024-02-07 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 ,	Podwieczorek: Ryż na wodzie 200 ml , Mus z jabłek () z/c 150 g ,	

Wartości odżywcze: E: 2115.5 kcal; B: 110.25 g; T: 58.88 g; Kw. tł. nasy.: 14.2 g; W: 297.43 g; W tym cukry: 43.15 g; Bł.: 28.08 g; Sól: 3.69 g; WW: 26.9 Por; Ener. z B: 20.85 %; Ener. z W: 50.93 %; Ener. z T: 25.05 %; Ener. z Bł.: 2.65 %; K: 5862.78 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-02-07 Jadłospis dla diety: SZ-UL Niemowlaki		
Płatki owsiane na mleku 200 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU OW</u>), Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt., Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JECZ</u>),	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*() 200 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GLU JECZ</u>), Ziemniaki () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Buraczki oprószane () 150 g (<u>GLU PSZ</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Szynekowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g, Pomidor b/skórki 50 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 dżemem 200 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 1838.37 kcal; B: 89.29 g; T: 36.03 g; Kw. tł. nasy.: 19.72 g; W: 295.38 g; W tym cukry: 81.88 g; Bł.: 20.07 g; Sól: 4.38 g; WW: 27.57 Por; Ener. z B: 19.43 %; Ener. z W: 59.9 %; Ener. z T: 17.64 %; Ener. z Bł.: 2.18 %; K: 4025.24 mg;

środa 2024-02-07 Jadłospis dla diety: SZ-UL papkowata niemowlaki		
Płatki owsiane na mleku 200 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU OW</u>), Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt., Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JECZ</u>),	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*() 200 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GLU JECZ</u>), Ziemniaki () 150 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u>), Sos jarzynowy * 50 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Buraczki oprószane () 150 g (<u>GLU PSZ</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 100 g (<u>SEL</u>), Marchew gotowana z olejem* 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml, Ryż na wywarze jarzynowym 200 ml (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Ryż na mleku z dżemem 200 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 1929.99 kcal; B: 89.88 g; T: 45.63 g; Kw. tł. nasy.: 20.85 g; W: 297.12 g; W tym cukry: 84.3 g; Bł.: 21.95 g; Sól: 3.67 g; WW: 27.56 Por; Ener. z B: 18.63 %; Ener. z W: 57.03 %; Ener. z T: 21.28 %; Ener. z Bł.: 2.27 %; K: 4023.42 mg;

środa 2024-02-07 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dieta Mamy I trymestr		
Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Serek Fromage 80 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u>), Papryka świeża 150 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JECZ</u>),	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*() 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GLU JECZ</u>), Ziemniaki () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 90 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Salátka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g, Salátka szwedzka z olejem 100 g (<u>GOR</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pasta z fasoli 100 g, Pomidor 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Surówka z selera i marchwi z olejem () 150 g (<u>SEL</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2699.05 kcal; B: 98.01 g; T: 110.27 g; Kw. tł. nasy.: 49.78 g; W: 350.62 g; W tym cukry: 89.36 g; Bł.: 54.87 g; Sól: 7.3 g; WW: 29.78 Por; Ener. z B: 14.53 %; Ener. z W: 43.83 %; Ener. z T: 36.77 %; Ener. z Bł.: 4.07 %; K: 6400.31 mg;

środa 2024-02-07 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dieta Mamy II trymestr		
Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Serek Fromage 80 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u>), Papryka świeża 150 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JECZ</u>),	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*() 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GLU JECZ</u>), Ziemniaki () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 90 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Salátka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml, Salátka szwedzka z olejem 100 g (<u>GOR</u>),	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pasta z fasoli 100 g, Pomidor 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Surówka z selera i marchwi z olejem () 150 g (<u>SEL</u>), Gruszka 1szt. 150 g,	

Wartości odżywcze: E: 2915.05 kcal; B: 101.47 g; T: 115.38 g; Kw. tł. nasy.: 52.69 g; W: 392.74 g; W tym cukry: 104.88 g; Bł.: 61.38 g; Sól: 7.76 g; WW: 33.31 Por; Ener. z B: 13.92 %; Ener. z W: 45.47 %; Ener. z T: 35.62 %; Ener. z Bł.: 4.21 %; K: 6690.16 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-02-07		
Jadłospis dla diety: SZ-UL Dieta Mamy III trymestr		
Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Serek Fromage 80 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Papryka świeża 150 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>), Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>),	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*(<u>)</u> 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>), Ziemniaki (<u>)</u> 200 g, Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem (<u>)</u> 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml, Sałatka szwedzka z olejem 100 g (<u>GOR.</u>),	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g, Pasta z fasoli 50 g, Pomidor 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Serek homogenizowany waniliowy 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>), Surówka z selera i marchwi z olejem (<u>)</u> 200 g (<u>SEL.</u>), Gruszka 1szt. 150 g,	

Wartości odżywcze: E: 3095.26 kcal; B: 113.46 g; T: 122.51 g; Kw. tł. nasy.: 56.17 g; W: 409.24 g; W tym cukry: 119.75 g; Bł.: 60.63 g; Sól: 8.37 g; WW: 35.04 Por; Ener. z B: 14.66 %; Ener. z W: 45.05 %; Ener. z T: 35.62 %; Ener. z Bł.: 3.92 %; K: 6919.59 mg;

środa 2024-02-07		
Jadłospis dla diety: SZ-UL Dieta Mamy Okres Laktacji		
Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Serek Fromage 80 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Papryka świeża 150 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*(<u>)</u> 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>), Ziemniaki (<u>)</u> 200 g, Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Sałatka szwedzka z olejem 100 g (<u>GOR.</u>), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem (<u>)</u> 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% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pasta z fasoli 100 g, Pomidor 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Mieszanka studencka 20 g (<u>OZI, ORZ.</u>), Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Surówka z selera i marchwi z olejem (<u>)</u> 150 g (<u>SEL.</u>), Gruszka 1szt. 150 g,	

Wartości odżywcze: E: 3225.75 kcal; B: 115.73 g; T: 128.17 g; Kw. tł. nasy.: 56.02 g; W: 429.66 g; W tym cukry: 117.24 g; Bł.: 62.61 g; Sól: 7.93 g; WW: 36.89 Por; Ener. z B: 14.35 %; Ener. z W: 45.52 %; Ener. z T: 35.76 %; Ener. z Bł.: 3.88 %; K: 7128.46 mg;

środa 2024-02-07		
Jadłospis dla diety: SZ-UL Ciąża mnoga (wysokobiałkowa)		
Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>), Chleb Graham 80 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Baton szynkowy z kurcząt 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Papryka świeża 150 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*(<u>)</u> 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>), Ziemniaki (<u>)</u> 250 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 180 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Sałatka szwedzka z olejem 100 g (<u>GOR.</u>), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem (<u>)</u> 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>), Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 60 g, Pomidor 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, Pasta z fasoli 100 g,
II Śniadanie: Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Chleb razowy pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Surówka z selera i marchwi z olejem (<u>)</u> b/c 150 g (<u>SEL.</u>), Gruszka 1szt. 150 g,	

Wartości odżywcze: E: 3223.3 kcal; B: 164.19 g; T: 98.25 g; Kw. tł. nasy.: 33.58 g; W: 447.62 g; W tym cukry: 112.13 g; Bł.: 60.94 g; Sól: 10.74 g; WW: 38.87 Por; Ener. z B: 20.38 %; Ener. z W: 47.99 %; Ener. z T: 27.43 %; Ener. z Bł.: 3.78 %; K: 7698.33 mg;

środa 2024-02-07		
Jadłospis dla diety: SZ-UL Posiłki regeneracyjne		
	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*(<u>)</u> 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>), Ziemniaki (<u>)</u> 250 g, Kollet mielony wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Sałatka szwedzka z olejem 150 g (<u>GOR.</u>), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem (<u>)</u> 150 g,	

Wartości odżywcze: E: 1216.17 kcal; B: 42.12 g; T: 46.76 g; Kw. tł. nasy.: 6.5 g; W: 164.16 g; W tym cukry: 17.97 g; Bł.: 17.15 g; Sól: 4.15 g; WW: 14.65 Por; Ener. z B: 13.85 %; Ener. z W: 48.35 %; Ener. z T: 34.6 %; Ener. z Bł.: 2.82 %; K: 3612.04 mg;

Jadłospis dla oddziałów

środa 2024-02-07 Jadłospis dla diety: SZ-UL Normalna Broniewskiego		
Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb razowy żytnio-pszenno 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), Papryka świeża 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*(<u>)</u> 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>), Ziemniaki (<u>)</u> 200 g, Kotlet mielony wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Salátka szwedzka z olejem 100 g (<u>GOR.</u>), Salátka z buraczków i jabłka z olejem (<u>)</u> 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb razowy żytnio-pszenno 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pasta z fasoli 100 g, Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
	Podwieczorek: Bułka maślana 1 szt 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	

Wartości odżywcze: E: 3206.04 kcal; B: 113.4 g; T: 111.05 g; Kw. tł. nasy.: 43.04 g; W: 460.32 g; W tym cukry: 74.48 g; Bł.: 46.06 g; Sól: 10.19 g; WW: 41.49 Por; Ener. z B: 14.15 %; Ener. z W: 51.68 %; Ener. z T: 31.17 %; Ener. z Bł.: 2.87 %; K: 5413.17 mg;

środa 2024-02-07 Jadłospis dla diety: SZ-UL Lekkostrawna Broniewskiego		
Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>), Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Papryka świeża 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*(<u>)</u> 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>), Ziemniaki (<u>)</u> 250 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Salátka z buraczków i jabłka z olejem (<u>)</u> 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>), Szynekowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g, Pomidor b/skórki 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
	Podwieczorek: Bułka maślana 1 szt 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	

Wartości odżywcze: E: 2495.91 kcal; B: 103.16 g; T: 69.78 g; Kw. tł. nasy.: 29.14 g; W: 376.48 g; W tym cukry: 74.2 g; Bł.: 25.51 g; Sól: 6.09 g; WW: 35.2 Por; Ener. z B: 16.53 %; Ener. z W: 56.25 %; Ener. z T: 25.16 %; Ener. z Bł.: 2.04 %; K: 4780.45 mg;

środa 2024-02-07 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa CH Broniewskiego		
Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>), Chleb razowy żytnio-pszenno 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Rzodkiew biała 50 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*(<u>)</u> 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>), Ziemniaki (<u>)</u> 250 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Salátka szwedzka z olejem 100 g (<u>GOR.</u>), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenno 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Szynekowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g, Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb razowy pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Papryka świeża 100 g,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenno 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Surówka z selera i marchwi z olejem (<u>)</u> b/c 150 g (<u>SEL.</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2516.4 kcal; B: 106.19 g; T: 72.38 g; Kw. tł. nasy.: 26.71 g; W: 388.81 g; W tym cukry: 55.45 g; Bł.: 57.81 g; Sól: 9.21 g; WW: 33.33 Por; Ener. z B: 16.88 %; Ener. z W: 52.61 %; Ener. z T: 25.89 %; Ener. z Bł.: 4.59 %; K: 6222.07 mg;

środa 2024-02-07 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa NCH Police Diabetologia		
Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Rzodkiew biała 50 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*(<u>)</u> 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>), Ziemniaki (<u>)</u> 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml, Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c. 150 g,	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Szynekowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g, Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Papryka świeża 100 g,	Podwieczorek: Surówka z selera i marchwi z olejem (<u>)</u> b/c 150 g (<u>SEL.</u>),	

Wartości odżywcze: E: 1900.92 kcal; B: 93.02 g; T: 51.28 g; Kw. tł. nasy.: 17.36 g; W: 289.19 g; W tym cukry: 38.04 g; Bł.: 43.73 g; Sól: 6.57 g; WW: 24.75 Por; Ener. z B: 19.57 %; Ener. z W: 51.65 %; Ener. z T: 24.28 %; Ener. z Bł.: 4.6 %; K: 5097.67 mg;