

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: USK nr 1 PUM Szczecin | | |
|--|--|---|
| Śniadanie - II Śniadanie | Obiad - Podwieczorek | Kolacja - Posiłek nocny |
| środa 2024-02-14 | | |
| Jadłospis dla diety: SZ-UL Normalna | | |
| Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), 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>), | Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ryż na sypko 200 g, Mus z jabłek prażonych 150 g, Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml, | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Pasztet z fasoli* 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, |
| | Podwieczorek: Rogal maślany 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>), | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2406.69 kcal; Białko ogółem: 75.61 g; Tłuszcz: 67.61 g; Kw. tł. nasy.: 24.57 g; Węglowodany ogółem: 393.89 g; W tym cukry: 93.41 g; Błonnik pok.: 33.42 g; Sól: 5.36 g; WW: 36.16 Por; : 12.57 %; : 59.91 %; Ener. z T: 25.28 %; Ener. z Bł.: 2.78 %; K: 3035.09 mg;

| środa 2024-02-14 | | |
|--|---|---|
| Jadłospis dla diety: SZ-UL Normalna dla dzieci | | |
| 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>), 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>), | Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Naleśniki z serem 240 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>), Sos jogurtowo-truskawkowy* 150 g (<u>MLE.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml, | Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Bułka pszenna 75g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Pasztet z fasoli* 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, |
| II Śniadanie: Gruszka 1szt. 150 g, | Podwieczorek: Rogal maślany 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2743.69 kcal; Białko ogółem: 99.59 g; Tłuszcz: 86.74 g; Kw. tł. nasy.: 32.49 g; Węglowodany ogółem: 401.15 g; W tym cukry: 102.08 g; Błonnik pok.: 29.7 g; Sól: 5.18 g; WW: 37.19 Por; : 14.52 %; : 54.15 %; Ener. z T: 28.45 %; Ener. z Bł.: 2.16 %; K: 3128.11 mg;

| środa 2024-02-14 | | |
|---|--|--|
| Jadłospis dla diety: SZ-UL Wegetariańska | | |
| Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>), Papryka świeża 100 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>), | Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ryż na sypko 200 g, Mus z jabłek prażonych 150 g, Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml, | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Pasztet z fasoli* 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Pomidor 100 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, |
| II Śniadanie: Gruszka 1szt. 150 g, | Podwieczorek: Rogal maślany 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2560.37 kcal; Białko ogółem: 77.81 g; Tłuszcz: 72.44 g; Kw. tł. nasy.: 27.45 g; Węglowodany ogółem: 421.67 g; W tym cukry: 112.54 g; Błonnik pok.: 38.4 g; Sól: 5.39 g; WW: 38.43 Por; : 12.16 %; : 59.88 %; Ener. z T: 25.46 %; Ener. z Bł.: 3 %; K: 3517.6 mg;

| środa 2024-02-14 | | |
|--|---|---|
| Jadłospis dla diety: SZ-UL Bezmleczna | | |
| Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Pasta drobiowo-warzywna ów z kurczaka () 100 g (<u>SEL.</u>), Papryka świeża 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, | Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Ryż na sypko 200 g, Klopsik drobiowy z udźca 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g, Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml, | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Szynekowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g, Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml, |
| II Śniadanie: Gruszka 1szt. 150 g, | Podwieczorek: Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 250 ml, | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2356 kcal; Białko ogółem: 88.75 g; Tłuszcz: 68.2 g; Kw. tł. nasy.: 16.6 g; Węglowodany ogółem: 367 g; W tym cukry: 75.02 g; Błonnik pok.: 40.41 g; Sól: 7.19 g; WW: 32.65 Por; : 15.07 %; : 55.45 %; Ener. z T: 26.05 %; Ener. z Bł.: 3.43 %; K: 3897.63 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2024-02-14 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, Pasta drobiowo-warzywna ćw z kurczaka () 100 g (<u>SEL.</u>), Papryka świeża 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, | Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>), Ryż na sypko 200 g, Mus z jabłek prażonych 150 g, Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>), 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, Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g, Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, |
| II Śniadanie: Gruszka 1szt. 150 g, | Podwieczorek: Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 250 ml, | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2190.42 kcal; Białko ogółem: 74.31 g; Tłuszcz: 54.62 g; Kw. tł. nasy.: 14.1 g; Węglowodany ogółem: 371.15 g; W tym cukry: 104.21 g; Błonnik pok.: 32.18 g; Sól: 6.51 g; WW: 33.9 Por.; 13.57 %; 61.9 %; Ener. z T: 22.44 %; Ener. z Bł.: 2.94 %; K: 3000.12 mg;

| środa 2024-02-14 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bezglutenowa | | |
|--|---|---|
| Chleb bezglutenowy 120 g, Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>), Papryka świeża 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, | Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu) (*) 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>), Ryż na sypko 200 g, Klopsik drobiowy z udźca (bez glutenu) 90 g (<u>JAJ.</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g, Seler z pietruszką gotowany z olejem () (bez glutenu) 100 g (<u>SEL.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml, | Chleb bezglutenowy 120 g, 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: Gruszka 1szt. 150 g, | Podwieczorek: Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 200 ml, | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2180.57 kcal; Białko ogółem: 66.66 g; Tłuszcz: 72.88 g; Kw. tł. nasy.: 21.87 g; Węglowodany ogółem: 320.68 g; W tym cukry: 62.66 g; Błonnik pok.: 20.61 g; Sól: 2.54 g; WW: 30.05 Por.; 12.23 %; 55.05 %; Ener. z T: 30.08 %; Ener. z Bł.: 1.89 %; K: 2912.86 mg;

| środa 2024-02-14 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bezglutenowa, bez mleka | | |
|--|---|---|
| Chleb bezglutenowy 120 g, Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Pasta drobiowo-warzywna ćw z kurczaka () 100 g (<u>SEL.</u>), Papryka świeża 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, | Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka, bez glutenu) (*) 400 ml (<u>SEL.</u>), Ryż na sypko 200 g, Klopsik drobiowy z udźca (bez glutenu) 90 g (<u>JAJ.</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g, Seler z pietruszką gotowany z olejem () (bez glutenu) 100 g (<u>SEL.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml, | Chleb bezglutenowy 120 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: Gruszka 1szt. 150 g, | Podwieczorek: Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 200 ml, | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2262.6 kcal; Białko ogółem: 77.68 g; Tłuszcz: 77.68 g; Kw. tł. nasy.: 16.27 g; Węglowodany ogółem: 322.99 g; W tym cukry: 66.97 g; Błonnik pok.: 25.06 g; Sól: 3.48 g; WW: 29.76 Por.; 13.73 %; 52.67 %; Ener. z T: 30.9 %; Ener. z Bł.: 2.22 %; K: 3551.65 mg;

| środa 2024-02-14 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>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>), Papryka świeża 150 g, Kawa z młkiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>), | Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ryż na sypko (brązowy) 200 g, Mus z jabłek prażonych 150 g, Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE.</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>), Pasztet z fasoli* 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Ogórek świeży 100 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, |
| II Śniadanie: Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt, | Podwieczorek: Sałatka z kapusty czerwonej z jabłkiem i cebulką () 150 g, | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2288.91 kcal; Białko ogółem: 76.01 g; Tłuszcz: 71.14 g; Kw. tł. nasy.: 25.24 g; Węglowodany ogółem: 358.97 g; W tym cukry: 111.4 g; Błonnik pok.: 51.54 g; Sól: 4.15 g; WW: 30.8 Por.; 13.28 %; 53.72 %; Ener. z T: 27.97 %; Ener. z Bł.: 4.5 %; K: 4214.12 mg;

| środa 2024-02-14 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>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>), Szpinak gotowany z olejem* 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Kawa z młkiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>), | Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ryż na sypko 200 g, Mus z jabłek prażonych 150 g, Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE.</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>), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>), Sałatka jarzynowa - dieta (*) 150 g (<u>MLE, SEL.</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, |
| | Podwieczorek: Rogal maślany 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt, | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2200.74 kcal; Białko ogółem: 75.93 g; Tłuszcz: 58.41 g; Kw. tł. nasy.: 26.01 g; Węglowodany ogółem: 353.54 g; W tym cukry: 88.22 g; Błonnik pok.: 20.87 g; Sól: 4.48 g; WW: 33.34 Por.; 13.8 %; 60.47 %; Ener. z T: 23.88 %; Ener. z Bł.: 1.9 %; K: 2980.02 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2024-02-14 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dzieci 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>), Pomidor 1 szt, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>), | Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ryż na sypko 200 g, Mus z jabłek prażonych 150 g, Sos jogurtowo-truskawkowy* 150 g (<u>MLE.</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>), Szyntka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>), Sałatka jarzynowa - dieta (*) 150 g (<u>MLE, SEL.</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, |
| II Śniadanie: Sok wielowarzynowy pasteryzowany 0,33l 1 szt, | Podwieczorek: Rogal maślany 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2492.79 kcal; Białko ogółem: 87.81 g; Tłuszcz: 68.87 g; Kw. tł. nasy.: 32.11 g; Węglowodany ogółem: 392.48 g; W tym cukry: 107.67 g; Błonnik pok.: 23.54 g; Sól: 4.7 g; WW: 36.98 Por; : 14.09 %; : 59.2 %; Ener. z T: 24.86 %; Ener. z Bł.: 1.89 %; K: 3583.31 mg;

| środa 2024-02-14 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>), 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>), | Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ryż na sypko 200 g, Mus z jabłek prażonych 150 g, Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml, | Bułka pszenna długa krojona 120 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>), Sałatka jarzynowa - dieta (*) 150 g (<u>MLE, SEL.</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, |
| II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>), | Podwieczorek: Rogal maślany 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>), | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2246.79 kcal; Białko ogółem: 83.81 g; Tłuszcz: 38.49 g; Kw. tł. nasy.: 10.67 g; Węglowodany ogółem: 405.09 g; W tym cukry: 103.11 g; Błonnik pok.: 21.33 g; Sól: 5.23 g; WW: 38.41 Por; : 14.92 %; : 68.32 %; Ener. z T: 15.42 %; Ener. z Bł.: 1.9 %; K: 3355.63 mg;

| środa 2024-02-14 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>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>), | Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ryż na sypko 250 g, Mus z jabłek prażonych 150 g, Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE.</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>), Szyntka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>), Sałatka jarzynowa - dieta (*) 150 g (<u>MLE, SEL.</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, |
| | Podwieczorek: Rogal maślany 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>), | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2228.92 kcal; Białko ogółem: 74.04 g; Tłuszcz: 54.58 g; Kw. tł. nasy.: 23.33 g; Węglowodany ogółem: 373.6 g; W tym cukry: 102.45 g; Błonnik pok.: 20.55 g; Sól: 4.45 g; WW: 35.35 Por; : 13.29 %; : 63.36 %; Ener. z T: 22.04 %; Ener. z Bł.: 1.84 %; K: 3122.27 mg;

| środa 2024-02-14 Jadłospis dla diety: SZ-UL Specjalna bezmleczna | | |
|--|---|--|
| Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Szyntka z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 70 g, Jabłko pieczone 1szt. 1 szt, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, | Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Ryż na sypko 200 g, Klopsik drobiowy z udźca 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Seler z pietruszką gotowany z olejem () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml, | Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Pasta z jaj z koperkiem -dieta MB 100 g (<u>JAJ.</u>), Sałatka jarzynowa z olejem* 150 g (<u>SEL.</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, |
| II Śniadanie: Sok warzynno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt, | Podwieczorek: Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 200 ml, | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2430.47 kcal; Białko ogółem: 87.67 g; Tłuszcz: 74.1 g; Kw. tł. nasy.: 16.43 g; Węglowodany ogółem: 368.98 g; W tym cukry: 66.21 g; Błonnik pok.: 30.29 g; Sól: 6.35 g; WW: 33.78 Por; : 14.43 %; : 55.74 %; Ener. z T: 27.44 %; Ener. z Bł.: 2.49 %; K: 3546 mg;

| środa 2024-02-14 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>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>), | Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g, Klopsik drobiowy z udźca 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Dynia z wody 150 g, 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 mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 100 g (<u>SEL.</u>), Seler z pietruszką gotowany z olejem () 50 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, |
| | Podwieczorek: Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 200 ml, | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2500.72 kcal; Białko ogółem: 98.02 g; Tłuszcz: 76.05 g; Kw. tł. nasy.: 28.67 g; Węglowodany ogółem: 368.39 g; W tym cukry: 92.39 g; Błonnik pok.: 31.02 g; Sól: 5.1 g; WW: 33.79 Por; : 15.68 %; : 53.96 %; Ener. z T: 27.37 %; Ener. z Bł.: 2.48 %; K: 5462.69 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2024-02-14 Jadłospis dla diety: SZ-UL Papkowata cukrzycowa | | |
|--|---|--|
| Platki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u> , <u>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</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JECZ</u>), | Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Klopsik drobiowy z udźca 100 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u>), Sos jarzynowy* 100 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Dynia z wody 150 g, 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 mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 100 g (<u>SEL</u>), Seler z pietruszką gotowany z olejem () 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml, |
| II Śniadanie: Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>), | Podwieczorek: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>), | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2386.2 kcal; Białko ogółem: 102.22 g; Tłuszcz: 78.68 g; Kw. tł. nasy.: 28.38 g; Węglowodany ogółem: 329.53 g; W tym cukry: 49.92 g; Błonnik pok.: 30.47 g; Sól: 5.22 g; WW: 29.92 Por; : 17.14 %; : 50.13 %; Ener. z T: 29.68 %; Ener. z Bł.: 2.55 %; K: 5320.36 mg;

| środa 2024-02-14 Jadłospis dla diety: SZ-UL Płynna cukrzycowa | | |
|---|---|--|
| Platki owsiane na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL</u> , <u>GLU OW</u>), Mięso drobiowe gotowane 100g 1 szt., Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), | Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki () 50 g, Pulpet drobiowy z indyka 90 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u>), Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Olej rzepakowy 10 g, | Ryż na wywarze jarzynowym. 400 ml (<u>SEL</u>), Mięso drobiowe gotowane 100g 1 szt., Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), |
| II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>), | Podwieczorek: Sok pomidorowy 0,3l 1 szt., | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1993.82 kcal; Białko ogółem: 116.37 g; Tłuszcz: 101.22 g; Kw. tł. nasy.: 33.41 g; Węglowodany ogółem: 166.15 g; W tym cukry: 21.04 g; Błonnik pok.: 23.4 g; Sól: 4.21 g; WW: 14.22 Por; : 23.35 %; : 28.64 %; Ener. z T: 45.69 %; Ener. z Bł.: 2.35 %; K: 4261.33 mg;

| środa 2024-02-14 Jadłospis dla diety: SZ-UL Płynna wysokobiałkowa | | |
|--|---|--|
| Platki owsiane na mleku. 300 ml (<u>MLE</u> , <u>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>), | Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki () 50 g, Pulpet drobiowy z indyka 90 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u>), Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Olej rzepakowy 10 g, | Ryż na wywarze jarzynowym. 300 ml (<u>SEL</u>), Mięso drobiowe gotowane 100g 1 szt., Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL</u>), Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), |
| II Śniadanie: Koktajl bananowy 200 ml (<u>MLE</u>), | Podwieczorek: Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 200 ml, | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2302.93 kcal; Białko ogółem: 112.29 g; Tłuszcz: 98.91 g; Kw. tł. nasy.: 37.58 g; Węglowodany ogółem: 253.11 g; W tym cukry: 88.94 g; Błonnik pok.: 22.42 g; Sól: 4.21 g; WW: 23.05 Por; : 19.5 %; : 40.07 %; Ener. z T: 38.65 %; Ener. z Bł.: 1.95 %; K: 5056.91 mg;

| środa 2024-02-14 Jadłospis dla diety: SZ-UL Przecierana | | |
|--|--|---|
| Platki owsiane na mleku. 300 ml (<u>MLE</u> , <u>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>), | Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki () 150 g, Pulpet drobiowy z indyka 90 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u>), Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Olej rzepakowy 10 g, | Ryż na wywarze jarzynowym. 200 ml (<u>SEL</u>), Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g, Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>), |
| II Śniadanie: Koktajl bananowy 200 ml (<u>MLE</u>), | Podwieczorek: Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 200 ml, | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2232.29 kcal; Białko ogółem: 97.74 g; Tłuszcz: 89.53 g; Kw. tł. nasy.: 35.52 g; Węglowodany ogółem: 272.41 g; W tym cukry: 69.81 g; Błonnik pok.: 26.85 g; Sól: 4.11 g; WW: 24.62 Por; : 17.51 %; : 44 %; Ener. z T: 36.1 %; Ener. z Bł.: 2.41 %; K: 5130.03 mg;

| środa 2024-02-14 Jadłospis dla diety: SZ-UL Niskokaloryczna | | |
|---|--|---|
| Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Pasta twarogowa z ziołami 100 g (<u>MLE</u>), Papryka świeża 50 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JECZ</u>), | Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 300 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ryż na sypko (brązowy) 150 g, Mus z jabłek () b/c 100 g, Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml, | Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Szyunka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE</u> , <u>GOR</u>), Sałatka jarzynowa-dieta (*) 150 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml, |
| II Śniadanie: Gruszka 1szt. 150 g, | Podwieczorek: Kisiel z czarnej porzeczki b/c* 200 ml, | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1454.16 kcal; Białko ogółem: 56.45 g; Tłuszcz: 33.69 g; Kw. tł. nasy.: 15.96 g; Węglowodany ogółem: 241.9 g; W tym cukry: 51.21 g; Błonnik pok.: 31.99 g; Sól: 3.71 g; WW: 20.98 Por; : 15.53 %; : 57.74 %; Ener. z T: 20.85 %; Ener. z Bł.: 4.4 %; K: 3073.98 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2024-02-14 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>), Ser topiony 50 g (<u>MLE.</u>), Szpinak gotowany z olejem* 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>), | Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ryż na sypko 200 g, Mus z jabłek prażonych 150 g, Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml, | Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>), Sałatka jarzynowa - dieta (*) 150 g (<u>MLE, SEL.</u>), 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>), Dżem 50 g, Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE.</u>), | Podwieczorek: Rogal maślany 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>), | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 3051.91 kcal; Białko ogółem: 125.9 g; Tłuszcz: 94.82 g; Kw. tł. nasy.: 42.67 g; Węglowodany ogółem: 445.63 g; W tym cukry: 127.8 g; Błonnik pok.: 33.88 g; Sól: 9.53 g; WW: 41.29 Por; : 424.62 %; : 1224.09 %; Ener. z T: 27.96 %; Ener. z Bł.: 2.22 %; K: 4060 mg;

| środa 2024-02-14 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 homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>), Szpinak gotowany z olejem* 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>), | Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) z mięsem 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ryż na sypko 200 g, Mus z jabłek prażonych 150 g, Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml, | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb Graham 40 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>), Sałatka jarzynowa - dieta (*) 150 g (<u>MLE, SEL.</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, |
| II Śniadanie: Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt, | Podwieczorek: Rogal maślany 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2635.46 kcal; Białko ogółem: 96.96 g; Tłuszcz: 68.12 g; Kw. tł. nasy.: 29.79 g; Węglowodany ogółem: 424.1 g; W tym cukry: 102.67 g; Błonnik pok.: 31.67 g; Sól: 6.87 g; WW: 39.33 Por; : 409.2 %; : 1287.64 %; Ener. z T: 23.26 %; Ener. z Bł.: 2.4 %; K: 3359.81 mg;

| środa 2024-02-14 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 100 g (<u>MLE.</u>), Papryka świeża 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>), | Barszcz czerwony z ziemniakami (*) (z mięsem) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Naleśniki z serem 240 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>), Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml, | Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Bułka pszenna 75g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>), Sałatka jarzynowa - dieta (*) 150 g (<u>MLE, SEL.</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, |
| II Śniadanie: Gruszka 1szt. 150 g, | Podwieczorek: Rogal maślany 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Dżem 50 g, | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2816.5 kcal; Białko ogółem: 117.5 g; Tłuszcz: 78.54 g; Kw. tł. nasy.: 33.73 g; Węglowodany ogółem: 416.15 g; W tym cukry: 119.74 g; Błonnik pok.: 24.5 g; Sól: 6.3 g; WW: 39.21 Por; : 16.69 %; : 55.62 %; Ener. z T: 25.1 %; Ener. z Bł.: 1.74 %; K: 3335.22 mg;

| środa 2024-02-14 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>), 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>), | Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) z mięsem 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ryż na sypko (brązowy) 200 g, Klopsik drobiowy z udźca 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Sos jarzynowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Seler z pietruszką gotowany z olejem () 150 g (<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>), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>), Sałatka jarzynowa - dieta (*) 150 g (<u>MLE, SEL.</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml, |
| II Śniadanie: Chleb Graham 40 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>), | Podwieczorek: Chleb razowy pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL.</u>), | Posiłek nocny: Chleb Graham 40 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 3212.11 kcal; Białko ogółem: 145.71 g; Tłuszcz: 108.34 g; Kw. tł. nasy.: 45.58 g; Węglowodany ogółem: 436.18 g; W tym cukry: 69.04 g; Błonnik pok.: 57.43 g; Sól: 9 g; WW: 37.95 Por; : 18.14 %; : 47.17 %; Ener. z T: 30.36 %; Ener. z Bł.: 3.58 %; K: 5325.59 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2024-02-14 Jadłospis dla diety: SZ- UL Hematologiczna łatwo strawna | | |
|---|--|---|
| Płatki owsiane na mleku. 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>), Szpinak gotowany z olejem* 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>), | Barszcz czerwony z ziemniakami (*) (z mięsem) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ryż na sypko 200 g, Mus z jabłek prażonych 150 g, Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml, | Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło/extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>), Dżem 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, |
| II Śniadanie: Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt, | Podwieczorek: Rogal maślany 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>), | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2566.51 kcal; Białko ogółem: 97.48 g; Tłuszcz: 63 g; Kw. tł. nasy.: 28.55 g; Węglowodany ogółem: 413.61 g; W tym cukry: 120.77 g; Błonnik pok.: 20.5 g; Sól: 3.95 g; WW: 39.45 Por; : 15.19 %; : 61.27 %; Ener. z T: 22.09 %; Ener. z Bł.: 1.6 %; K: 3053.35 mg;

| środa 2024-02-14 Jadłospis dla diety: SZ- UL Hematologiczna wysokobiałkowa | | |
|--|---|---|
| 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>), Twarożek 100 g (<u>MLE.</u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>), | Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) (z mięsem) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ryż na sypko 200 g, Mus z jabłek prażonych 150 g, Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml, | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb Graham 40 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>), Sałatka jarzynowa -dieta (*) 150 g (<u>MLE, SEL.</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, |
| II Śniadanie: Chleb Graham 40 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>), | Podwieczorek: Rogal maślany 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>), | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2836.61 kcal; Białko ogółem: 113.65 g; Tłuszcz: 72.35 g; Kw. tł. nasy.: 32.46 g; Węglowodany ogółem: 451.26 g; W tym cukry: 120.43 g; Błonnik pok.: 33.15 g; Sól: 7.34 g; WW: 41.9 Por; : 16.03 %; : 58.96 %; Ener. z T: 22.96 %; Ener. z Bł.: 2.34 %; K: 3683.61 mg;

| środa 2024-02-14 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>), Papryka świeża 50 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>), | Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ryż na sypko (brązowy) 200 g, Klopsik drobiowy z udźca 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g, Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml, | Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 70 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>), Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml, |
| II Śniadanie: Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>), | Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Sałatka z kapusty czerwonej z jabłkiem i cebulką b/c () 150 g, | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2146.82 kcal; Białko ogółem: 94.02 g; Tłuszcz: 71.27 g; Kw. tł. nasy.: 23.1 g; Węglowodany ogółem: 299.35 g; W tym cukry: 41.18 g; Błonnik pok.: 46.56 g; Sól: 6.39 g; WW: 25.34 Por; : 17.52 %; : 47.1 %; Ener. z T: 29.88 %; Ener. z Bł.: 4.34 %; K: 4204.78 mg;

| środa 2024-02-14 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa wysokolaryczna/wysokobiałkowa | | |
|--|--|---|
| 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>), Pasta twarogowa z ziołami 150 g (<u>MLE.</u>), Papryka świeża 50 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>), | Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ryż na sypko (brązowy) 200 g, Klopsik drobiowy z udźca 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g, Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (<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>), 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: Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>), | Podwieczorek: Chleb razowy pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Sałatka z kapusty czerwonej z jabłkiem i cebulką b/c () 150 g, | Posiłek nocny: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>), Sałata zielona 20 g, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2969.93 kcal; Białko ogółem: 132.63 g; Tłuszcz: 106.43 g; Kw. tł. nasy.: 48.36 g; Węglowodany ogółem: 390.11 g; W tym cukry: 58.15 g; Błonnik pok.: 50.75 g; Sól: 8.52 g; WW: 34.04 Por; : 17.86 %; : 45.71 %; Ener. z T: 32.25 %; Ener. z Bł.: 3.42 %; K: 5027.6 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2024-02-14 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>), Pasta twarogowa z ziołami 150 g (<u>MLE.</u>), Szpinak gotowany (bez oleju)* 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>), | Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ryż na sypko 200 g, Klopsik drobiowy z udźca 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Seler z pietruszką gotowany (bez oleju)() 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml, | Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 100 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>), Sałatka jarzynowa - dieta (*) 150 g (<u>MLE, SEL.</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml, |
| II Śniadanie: Kefir 2.0% II 150g 1 szt (<u>MLE.</u>), | Podwieczorek: Bułka pszenna długa krojona 35 g (<u>GLU PSZ.</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>), | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2341.74 kcal; Białko ogółem: 110.85 g; Tłuszcz: 43.48 g; Kw. tł. nasy.: 13.34 g; Węglowodany ogółem: 334.35 g; W tym cukry: 38.74 g; Błonnik pok.: 27 g; Sól: 6.67 g; WW: 30.89 Por: : 466.94 %; : 750.96 %; Ener. z T: 16.71 %; Ener. z Bł.: 2.31 %; K: 3783.32 mg;

| środa 2024-02-14 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa ciężarnych | | |
|---|--|--|
| Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>), Papryka świeża 150 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>), | Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ryż na sypko (brązowy) 250 g, Klopsik drobiowy z udźca 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml, | Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>), Pomidor 150 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml, |
| II Śniadanie: Jogurt naturalny 2,5% II 150g 1 szt (<u>MLE.</u>), | Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Sałatka z kapusty czerwonej z jabłkiem i cebulką b/c () 150 g, | Posiłek nocny: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>), Sałata zielona 20 g, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2575.52 kcal; Białko ogółem: 106.54 g; Tłuszcz: 84.99 g; Kw. tł. nasy.: 31.37 g; Węglowodany ogółem: 369.48 g; W tym cukry: 51.67 g; Błonnik pok.: 59.25 g; Sól: 7.5 g; WW: 31.18 Por: : 16.55 %; : 48.18 %; Ener. z T: 29.7 %; Ener. z Bł.: 4.6 %; K: 5140.04 mg;

| środa 2024-02-14 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa dla matek karmiących | | |
|---|--|---|
| Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>), Papryka świeża 150 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>), | Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ryż na sypko (brązowy) 250 g, Klopsik drobiowy z udźca 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml, | Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>), Pomidor 150 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml, |
| II Śniadanie: Jogurt naturalny 2,5% II 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>), Ogórek świeży 100 g, | Posiłek nocny: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>), Sałata zielona 20 g, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2581.19 kcal; Białko ogółem: 104.32 g; Tłuszcz: 89.84 g; Kw. tł. nasy.: 37.36 g; Węglowodany ogółem: 360.31 g; W tym cukry: 47.06 g; Błonnik pok.: 55.4 g; Sól: 7.39 g; WW: 30.62 Por: : 16.17 %; : 47.25 %; Ener. z T: 31.33 %; Ener. z Bł.: 4.29 %; K: 4868.61 mg;

| środa 2024-02-14 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>), Papryka świeża 50 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>), | Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ryż na sypko (brązowy) 200 g, Mus z jabłek () b/c 150 g, Sos jogurtowo truskawkowy*b/c 100 g (<u>MLE.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml, | Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), 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>), Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g, Gruszka 1szt. 150 g, Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt, | Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Ogórek świeży 100 g, Serek wiejski ziarnisty 200g 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>), Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>), Sałata zielona 20 g, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2831.68 kcal; Białko ogółem: 125.6 g; Tłuszcz: 96.13 g; Kw. tł. nasy.: 50.53 g; Węglowodany ogółem: 387.25 g; W tym cukry: 58.08 g; Błonnik pok.: 48.61 g; Sól: 10.39 g; WW: 33.89 Por: : 17.74 %; : 47.84 %; Ener. z T: 30.55 %; Ener. z Bł.: 3.43 %; K: 3878.37 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2024-02-14 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa bezmleczna | | |
|--|---|---|
| Chleb razowy żytnio-pszenny 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, Szpinak gotowany z olejem* 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml, | Ziemniaczana *(bez mleka, bez glutenu) () 400 ml (<u>SEL.</u>), Ziemniaki () 250 g, Klopsik drobiowy z udźca 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Sos jarzynowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g, Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek*b/c 200 ml, | Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt., Pasta z jaj z koperkiem-dieta MB 100 g (<u>JAJ.</u>), Sałata zielona 20 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., Ogórek świeży 100 g, | Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt., Sałatka z kapusty czerwonej z jabłkiem i cebulką b/c () 250 g, | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2410.12 kcal; Białko ogółem: 86.91 g; Tłuszcz: 91.35 g; Kw. tł. nasy.: 24.45 g; Węglowodany ogółem: 337.41 g; W tym cukry: 30 g; Błonnik pok.: 51.97 g; Sól: 8.08 g; WW: 28.4 Por; : 14.42 %; : 47.37 %; Ener. z T: 34.11 %; Ener. z Bł.: 4.31 %; K: 5915.29 mg;

| środa 2024-02-14 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzyca nerkowa | | |
|--|--|--|
| Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g, Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurozaka, parzona w osłonce niejadalnej. 25 g, Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt., Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml, | Barszcz czerwony z ziemniakami ()* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ryż na sypko 200 g, Mus z jabłek () b/c 150 g, Sos jogurtowo truskawkowy*b/c 100 g (<u>MLE.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek*b/c 200 ml, | Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 120 g, Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Szynek tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 35 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>), Sałatka jarzynowa z olejem* 150 g (<u>SEL.</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml, |
| II Śniadanie: Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 70 g, Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>), | Podwieczorek: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>), | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2338.84 kcal; Białko ogółem: 43.56 g; Tłuszcz: 87.51 g; Kw. tł. nasy.: 30.27 g; Węglowodany ogółem: 343.04 g; W tym cukry: 31.33 g; Błonnik pok.: 40.32 g; Sól: 7.74 g; WW: 30.22 Por; : 7.45 %; : 51.77 %; Ener. z T: 33.68 %; Ener. z Bł.: 3.45 %; K: 2544.98 mg;

| środa 2024-02-14 Jadłospis dla diety: SZ-UL Nerkowa | | |
|---|--|--|
| Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g, Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 25 g, Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt., Dżem 70 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u>), | Barszcz czerwony z ziemniakami ()* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ryż na sypko 250 g, Mus z jabłek prażonych 150 g, Sos jogurtowo-truskawkowy* 50 g (<u>MLE.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek*z/c 200 ml, | Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g, Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Szynek tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 35 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>), Sałatka jarzynowa z olejem* 150 g (<u>SEL.</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, |
| | Podwieczorek: Rogal maślany 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>), | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2403.53 kcal; Białko ogółem: 45.39 g; Tłuszcz: 72.95 g; Kw. tł. nasy.: 23.4 g; Węglowodany ogółem: 396.27 g; W tym cukry: 124.62 g; Błonnik pok.: 32.27 g; Sól: 6.31 g; WW: 36.37 Por; : 7.55 %; : 60.58 %; Ener. z T: 27.32 %; Ener. z Bł.: 2.68 %; K: 2731.45 mg;

| środa 2024-02-14 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dna moczaniowa | | |
|---|---|---|
| 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 JEJCZ.</u>), | Barszcz czerwony z ziemniakami ()* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ryż na sypko 200 g, Mus z jabłek prażonych 150 g, Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek*z/c 200 ml, | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Pasztet z fasoli* 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, |
| II Śniadanie: Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>), | Podwieczorek: Rogal maślany 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>), | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2518.04 kcal; Białko ogółem: 80.38 g; Tłuszcz: 71.22 g; Kw. tł. nasy.: 27.1 g; Węglowodany ogółem: 408.22 g; W tym cukry: 92.35 g; Błonnik pok.: 32.37 g; Sól: 5.53 g; WW: 37.71 Por; : 12.77 %; : 59.71 %; Ener. z T: 25.46 %; Ener. z Bł.: 2.57 %; K: 3204.23 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2024-02-14 | | Jadłospis dla diety: SZ-UL Atopowa |
|---|---|--|
| Waflę ryżowe 40 g, Margaryna porcjowa 15g 2 szt, Pulpet drobiowy z indyka (bez jaj, bez glutenu) 100 g, Ogórek świeży 150 g, Herbata czarna granulowana b/c 200 ml, | Kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu)* 400 ml, Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>), Gulasz z udźca z indyka z warzywami (bez selera, bez glutenu) ATOPOWA 200 ml, Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g, Woda źródłana 250 ml, | Risotto z mięsa z udźca z indyka i warzywami* 400 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml, |
| II Śniadanie: Banan 1szt. 1 szt, Marchwianka () 300 ml, | Podwieczorek: Płatki owsiane na wodzie 200 ml (<u>GLU OW</u>), Mus z jabłek () b/c 150 g, | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2113.04 kcal; Białko ogółem: 97.53 g; Tłuszcz: 60.82 g; Kw. tł. nasy.: 14.24 g; Węglowodany ogółem: 308.21 g; W tym cukry: 61.29 g; Błonnik pok.: 34.44 g; Sól: 3.43 g; WW: 27.33 Por; : 18.46 %; : 51.83 %; Ener. z T: 25.91 %; Ener. z Bł.: 3.26 %; K: 4093.43 mg;

| środa 2024-02-14 | | Jadłospis dla diety: SZ-UL Niemowlaki |
|--|---|---|
| Płatki owsiane na mleku. 200 ml (<u>MLE, GLU OW</u>), Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Pasta twarogowa z ziołami 100 g (<u>MLE</u>), Dynia z wody 100 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, | Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ryż na sypko 150 g, Mus z jabłek prażonych 100 g, Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml, | Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (_ <u>może zawierać: MLE, GOR</u>), Sałatka jarzynowa - dieta (*) 100 g (<u>MLE, SEL</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, |
| II Śniadanie: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt, | Podwieczorek: Rogal maślany 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1586.14 kcal; Białko ogółem: 63.26 g; Tłuszcz: 30.41 g; Kw. tł. nasy.: 12.22 g; Węglowodany ogółem: 271.85 g; W tym cukry: 76.14 g; Błonnik pok.: 15.09 g; Sól: 3.6 g; WW: 25.65 Por; : 18.83 %; : 156.39 %; Ener. z T: 17.26 %; Ener. z Bł.: 1.9 %; K: 2326.98 mg;

| środa 2024-02-14 | | Jadłospis dla diety: SZ-UL papkowata niemowlaki |
|--|--|--|
| Płatki owsiane na mleku. 200 ml (<u>MLE, GLU OW</u>), Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Dynia z wody 100 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, | Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ryż na sypko 100 g, Mus z jabłek prażonych 100 g, Sos jogurtowo-truskawkowy* 50 g (<u>MLE</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml, | Ryż na wywarze jarzynowym 200 ml (<u>SEL</u>), Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 100 g (<u>SEL</u>), Dżem 25 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, |
| II Śniadanie: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt, | Podwieczorek: Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 200 ml, | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1496.65 kcal; Białko ogółem: 57.77 g; Tłuszcz: 31.96 g; Kw. tł. nasy.: 10.24 g; Węglowodany ogółem: 253.56 g; W tym cukry: 89.31 g; Błonnik pok.: 15.43 g; Sól: 2.66 g; WW: 23.83 Por; : 18.3 %; : 155.11 %; Ener. z T: 19.22 %; Ener. z Bł.: 2.06 %; K: 2141.15 mg;

| środa 2024-02-14 | | Jadłospis dla diety: SZ-UL Dieta Mamy I trymestr |
|---|---|---|
| Chleb razowy żytnio-pszenny 80 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 150 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>), | Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ryż na sypko (brązowy) 200 g, Mus z jabłek () b/c 150 g, Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml, | Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pasztet z fasoli* 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Pomidor 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, |
| II Śniadanie: Gruszka 1szt. 150 g, | Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Ser żółty 25 g (<u>MLE</u>), Sałata zielona 20 g | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2347.03 kcal; Białko ogółem: 76.61 g; Tłuszcz: 79.31 g; Kw. tł. nasy.: 33.44 g; Węglowodany ogółem: 353.49 g; W tym cukry: 80.6 g; Błonnik pok.: 52.62 g; Sól: 4.51 g; WW: 30.22 Por; : 13.06 %; : 51.28 %; Ener. z T: 30.41 %; Ener. z Bł.: 4.48 %; K: 4158.15 mg;

| środa 2024-02-14 | | Jadłospis dla diety: SZ-UL Dieta Mamy II trymestr |
|--|---|---|
| Chleb razowy pszenno-żytni 80 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 150 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>), | Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ryż na sypko (brązowy) 200 g, Mus z jabłek () b/c 150 g, Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml, | Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pasztet z fasoli* 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Pomidor 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, |
| II Śniadanie: Gruszka 1szt. 150 g, Koktajl bananowy 200 ml (<u>MLE</u>), | Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Ser żółty 25 g (<u>MLE</u>), Sałatka z kapusty czerwonej z jabłkiem i cebulką () 150 g, | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2658.08 kcal; Białko ogółem: 86.46 g; Tłuszcz: 91.15 g; Kw. tł. nasy.: 38.19 g; Węglowodany ogółem: 395.38 g; W tym cukry: 110.69 g; Błonnik pok.: 53.53 g; Sól: 5.21 g; WW: 34.31 Por; : 13.01 %; : 51.44 %; Ener. z T: 30.86 %; Ener. z Bł.: 4.03 %; K: 4877.73 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2024-02-14 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dieta Mamy III trymestr | | |
|--|---|--|
| Plątki owsiane na mleku. 300 ml (<u>MLE, GLU OW</u>), Chleb żytnio-pszenny 80 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 150 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>), | Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ryż na sypko (brązowy) 200 g, Mus z jabłek () b/c 150 g, Sos jogurtowo-truskawkowy* 150 g (<u>MLE</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml, | Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Szyńka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>), Pasztet z fasoli* 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Pomidor 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, |
| II Śniadanie: Gruszka 1szt. 150 g, Koktajl bananowy 200 ml (<u>MLE</u>), | Podwieczerek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Salátka z kapusty czerwonej z jabłkiem i cebulką () 150 g, | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2712.27 kcal; Białko ogółem: 91.65 g; Tłuszcz: 85.39 g; Kw. tł. nasy.: 36.2 g; Węglowodany ogółem: 416.96 g; W tym cukry: 125.92 g; Błonnik pok.: 56.84 g; Sól: 5.26 g; WW: 36.15 Por; : 13.52 %; : 53.11 %; Ener. z T: 28.34 %; Ener. z Bł.: 4.19 %; K: 5267.09 mg;

| środa 2024-02-14 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dieta Mamy Okres Laktacji | | |
|---|--|--|
| Plątki 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>), 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>), | Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ryż na sypko (brązowy) 200 g, Mus z jabłek () b/c 150 g, Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml, | Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Szyńka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 80 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>), Pasztet z fasoli* 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Pomidor 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, |
| II Śniadanie: Gruszka 1szt. 150 g, Koktajl bananowy 200 ml (<u>MLE</u>), | Podwieczerek: Chleb razowy pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), Salátka z kapusty czerwonej z jabłkiem i cebulką () 150 g, | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 3035.37 kcal; Białko ogółem: 116.13 g; Tłuszcz: 105.67 g; Kw. tł. nasy.: 46 g; Węglowodany ogółem: 426.07 g; W tym cukry: 120.75 g; Błonnik pok.: 52.9 g; Sól: 7.57 g; WW: 37.47 Por; : 15.3 %; : 49.18 %; Ener. z T: 31.33 %; Ener. z Bł.: 3.49 %; K: 5361.5 mg;

| środa 2024-02-14 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cięża mnoga (wysokobiałkowa) | | |
|---|--|---|
| Plątki owsiane na mleku. 300 ml (<u>MLE, GLU OW</u>), Chleb Graham 90 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 150 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>), | Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ryż na sypko (brązowy) 250 g, Mus z jabłek () b/c 150 g, Sos jogurtowo-truskawkowy* 150 g (<u>MLE</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml, | Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Szyńka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>), Pomidor 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, |
| II Śniadanie: Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt, Gruszka 1szt. 150 g, | Podwieczerek: Chleb razowy pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), Salátka z kapusty czerwonej z jabłkiem i cebulką () 150 g, | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2724.69 kcal; Białko ogółem: 102.34 g; Tłuszcz: 81.05 g; Kw. tł. nasy.: 37.44 g; Węglowodany ogółem: 414.09 g; W tym cukry: 101.46 g; Błonnik pok.: 52.11 g; Sól: 6.77 g; WW: 36.31 Por; : 15.02 %; : 53.14 %; Ener. z T: 26.77 %; Ener. z Bł.: 3.82 %; K: 4673.38 mg;

| środa 2024-02-14 Jadłospis dla diety: SZ-UL Posiłki regeneracyjne | | |
|---|---|--|
| | Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ryż na sypko 300 g, Mus z jabłek prażonych 250 g, Sos jogurtowo-truskawkowy* 200 g (<u>MLE</u>), | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1013.78 kcal; Białko ogółem: 27.95 g; Tłuszcz: 10.14 g; Kw. tł. nasy.: 2.41 g; Węglowodany ogółem: 216.54 g; W tym cukry: 86.94 g; Błonnik pok.: 12.51 g; Sól: 1.56 g; WW: 20.39 Por; : 11.03 %; : 80.5 %; Ener. z T: 9 %; Ener. z Bł.: 2.47 %; K: 1860.61 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2024-02-14 Jadłospis dla diety: SZ-UL Normalna Broniewskiego | | |
|---|--|---|
| Plątki 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-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>), | Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ryż na sypko 250 g, Mus z jabłek prażonych 200 g, Sos jogurtowo-truskawkowy* 150 g (<u>MLE.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml, | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Pasztet z fasoli* 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, |
| Podwieczorek: Rogal maślany 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Dżem 25 g 1 szt, Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml, | | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 3013.37 kcal; Białko ogółem: 92.29 g; Tłuszcz: 90.34 g; Kw. tł. nasy.: 37.57 g; Węglowodany ogółem: 482.1 g; W tym cukry: 143.23 g; Błonnik pok.: 38.2 g; Sól: 5.77 g; WW: 44.57 Por; : 339.65 %; : 1436.34 %; Ener. z T: 26.98 %; Ener. z Bł.: 2.54 %; K: 3727.03 mg;

| środa 2024-02-14 Jadłospis dla diety: SZ-UL Lekkostrawna Broniewskiego | | |
|--|---|---|
| Plątki 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>), Szpinak gotowany z olejem* 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>), | Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ryż na sypko 250 g, Mus z jabłek prażonych 150 g, Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE.</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>), Szyntka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>), Sałatka jarzynowa -dieta (*) 150 g (<u>MLE, SEL.</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, |
| Podwieczorek: Rogal maślany 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml, | | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2490.21 kcal; Białko ogółem: 85.89 g; Tłuszcz: 66.04 g; Kw. tł. nasy.: 29.15 g; Węglowodany ogółem: 402.14 g; W tym cukry: 108.92 g; Błonnik pok.: 22.07 g; Sól: 4.74 g; WW: 38.1 Por; : 13.8 %; : 61.05 %; Ener. z T: 23.87 %; Ener. z Bł.: 1.77 %; K: 3480.65 mg;

| środa 2024-02-14 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa CH Broniewskiego | | |
|--|---|---|
| Plątki owsiane na mleku. 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Pasta twarogowa z ziołami. 100 g (<u>MLE.</u>), Papryka świeża 50 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>), | Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ryż na sypko (brązowy) 200 g, Klopsik drobiowy z udźca (bez glutenu) 90 g (<u>JAJ.</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 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>), Szyntka 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 wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt, | Podwieczorek: Sałatka z kapusty czerwonej z jabłkiem i cebulką b/c () 150 g, | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2362.26 kcal; Białko ogółem: 106.71 g; Tłuszcz: 70.58 g; Kw. tł. nasy.: 24.29 g; Węglowodany ogółem: 343.24 g; W tym cukry: 57.9 g; Błonnik pok.: 54.74 g; Sól: 6.54 g; WW: 28.91 Por; : 95.31 %; : 179.59 %; Ener. z T: 26.89 %; Ener. z Bł.: 4.63 %; K: 5004.43 mg;

| środa 2024-02-14 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa NCH Police Diabetologia | | |
|---|--|--|
| Chleb razowy pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Pasta twarogowa z ziołami. 100 g (<u>MLE.</u>), Papryka świeża 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml, | Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g, Klopsik drobiowy z udźca 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml, | Chleb razowy pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Szyntka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>), Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml, |
| II Śniadanie: Rzodkiew biała 100 g, | Podwieczorek: Sałatka z kapusty czerwonej z jabłkiem i cebulką b/c () 150 g, | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1957.51 kcal; Białko ogółem: 83.91 g; Tłuszcz: 51.65 g; Kw. tł. nasy.: 17.56 g; Węglowodany ogółem: 305.94 g; W tym cukry: 33.41 g; Błonnik pok.: 34.67 g; Sól: 7.4 g; WW: 27.18 Por; : 17.15 %; : 55.43 %; Ener. z T: 23.75 %; Ener. z Bł.: 3.54 %; K: 5072.58 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2024-02-14 Jadłospis dla diety: SZ-UL Lekkostrawna Police | | |
|--|---|---|
| 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>), Szpinak gotowany z olejem* 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>), | Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ryż na sypko 200 g, Mus z jabłek prażonych 150 g, Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE</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>), Szyńka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>), Sałatka jarzynowa - dieta (*) 150 g (<u>MLE, SEL</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, |
| Podwieczorek: Rogal maślany 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), | | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2344.51 kcal; Białko ogółem: 84.26 g; Tłuszcz: 60.94 g; Kw. tł. nasy.: 26.28 g; Węglowodany ogółem: 378.02 g; W tym cukry: 103.14 g; Błonnik pok.: 20.51 g; Sól: 4.71 g; WW: 35.83 Por; : 14.38 %; : 61 %; Ener. z T: 23.39 %; Ener. z Bł.: 1.75 %; K: 3423.5 mg;

| środa 2024-02-14 Jadłospis dla diety: SZ-UL Neutropeniczna | | |
|---|--|--|
| Makaron na mleku/p 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna 75g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ</u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>), Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 80 g, Ketchup 20 g (<u>SEL</u>), Mus z truskawek* 200 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml, | Kalafiorowa z ziemniakami (*) OTS 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Risotto warzywno-ziemniaczane* 400 g (<u>SEL</u>), Sos pomidorowy OTS 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml, | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna 75g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ</u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>), Ser żółty Gouda plastry 100g 1 szt (<u>MLE</u>), Kisiel instant 1 szt. 200 ml, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, |
| Podwieczorek: Kasza manna na mleku 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Herbatniki 100 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, Przymak owocowy do smarowania 25g 25 g, | | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 3390.51 kcal; Białko ogółem: 102.47 g; Tłuszcz: 121.5 g; Kw. tł. nasy.: 57.21 g; Węglowodany ogółem: 480.78 g; W tym cukry: 124.13 g; Błonnik pok.: 27.94 g; Sól: 9.98 g; WW: 45.33 Por; : 12.09 %; : 53.42 %; Ener. z T: 32.25 %; Ener. z Bł.: 1.65 %; K: 3188.64 mg;

| środa 2024-02-14 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa OTS neutropeniczna | | |
|---|--|--|
| Makaron na mleku/p 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna 75g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ</u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>), Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 80 g, Ketchup 20 g (<u>SEL</u>), Mus z truskawek* b/c 200 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml, | Kalafiorowa z ziemniakami (*) OTS 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Risotto warzywno-ziemniaczane* 400 g (<u>SEL</u>), Sos pomidorowy OTS 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml, | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna 75g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ</u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>), Ser żółty Gouda plastry 100g 1 szt (<u>MLE</u>), Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml, |
| Podwieczorek: Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>), Szyńka wieprzowa gotowana 100g-wędzonka wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w plastrach 1 szt, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml, | | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 3026.05 kcal; Białko ogółem: 108.54 g; Tłuszcz: 119.04 g; Kw. tł. nasy.: 60.62 g; Węglowodany ogółem: 389.33 g; W tym cukry: 62.98 g; Błonnik pok.: 27.93 g; Sól: 12.31 g; WW: 36.1 Por; : 14.35 %; : 47.77 %; Ener. z T: 35.4 %; Ener. z Bł.: 1.85 %; K: 2881.02 mg;

| środa 2024-02-14 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, | Gryskowa * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki (*) 200 g, Marchew gotowana z olejem* 100 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml, | Kleik ryżowy na wodzie 200 g, Suchary b/c 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml, |
| II Śniadanie: Kisiel z jagód b/c * 200 ml, Suchary b/c 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml, | | |
| Podwieczorek: Marchwianka. 200 ml, Suchary b/c 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml, | | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1585.34 kcal; Białko ogółem: 42.72 g; Tłuszcz: 22.41 g; Kw. tł. nasy.: .69 g; Węglowodany ogółem: 308.21 g; W tym cukry: 14.69 g; Błonnik pok.: 16.9 g; Sól: 1.85 g; WW: 29.22 Por; : 10.78 %; : 73.5 %; Ener. z T: 12.72 %; Ener. z Bł.: 2.13 %; K: 2339.06 mg;