

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: USK nr 1 PUM Szczecin | | |
|---|--|---|
| Śniadanie - II Śniadanie | Obiad - Podwieczorek | Kolacja - Posiłek nocny |
| czwartek 2024-02-15 | | |
| 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>), Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>), Ogórek kiszony 50 g, | Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>), Sos boloński z mięsa drob udziec* 200 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Cukinia pieczona z olejem * 100 g, Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (<u>JAJ, GOR.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml, | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Paprykarz szczeciński 100 g (<u>RYB, SOJ.</u>), Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, |
| Podwieczorek: Kasza manna na mleku z truskawkami (gotowanymi) 200 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>), | | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2453.95 kcal; Białko ogółem: 86.97 g; Tłuszcz: 86.97 g; Kw. tł. nasy.: 29.91 g; Węglowodany ogółem: 344.42 g; W tym cukry: 64.32 g; Błonnik pok.: 28.4 g; Sól: 8.76 g; WW: 31.63 Por; : 14.18 %; : 51.51 %; Ener. z T: 31.9 %; Ener. z Bł.: 2.31 %; K: 3412.92 mg;

| | | |
|---|--|---|
| czwartek 2024-02-15 | | |
| 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>), Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>), Pomidor 50 g, | Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>), Sos boloński z mięsa drob udziec* 200 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Cukinia pieczona z olejem * 100 g, Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (<u>JAJ, GOR.</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 delikatesowa- produkt dr. grubo rozdr. parz 50 g, Paprykarz szczeciński 100 g (<u>RYB, SOJ.</u>), Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, |
| II Śniadanie: Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE.</u>), | Podwieczorek: Kasza manna na mleku z truskawkami (gotowanymi) 300 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>), | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2764.24 kcal; Białko ogółem: 109.07 g; Tłuszcz: 92.92 g; Kw. tł. nasy.: 32.89 g; Węglowodany ogółem: 381.35 g; W tym cukry: 86.77 g; Błonnik pok.: 24.18 g; Sól: 9.06 g; WW: 35.75 Por; : 15.78 %; : 51.68 %; Ener. z T: 30.25 %; Ener. z Bł.: 1.75 %; K: 3683.03 mg;

| | | |
|---|---|---|
| czwartek 2024-02-15 | | |
| 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>), Tofu 100 g (<u>SOJ.</u>), Ogórek kiszony 100 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>), | Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g, Leczo wegetariańskie* 300 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>), Paprykarz szczeciński 100 g (<u>RYB, SOJ.</u>), Pomidor 100 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, |
| II Śniadanie: Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>), | Podwieczorek: Kasza manna na mleku z truskawkami (gotowanymi) 250 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>), | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2292.56 kcal; Białko ogółem: 71.39 g; Tłuszcz: 73.56 g; Kw. tł. nasy.: 27.19 g; Węglowodany ogółem: 349.98 g; W tym cukry: 71.58 g; Błonnik pok.: 30.22 g; Sól: 8.5 g; WW: 32.15 Por; : 12.46 %; : 55.79 %; Ener. z T: 28.88 %; Ener. z Bł.: 2.64 %; K: 4706.98 mg;

| | | |
|--|--|---|
| czwartek 2024-02-15 | | |
| 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, Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g, Ogórek kiszony 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, | Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami *(bez mleka) () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>), Sos boloński z mięsa drob udziec* BM 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Cukinia pieczona z olejem * 100 g, Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (<u>JAJ, GOR.</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, Paprykarz szczeciński 100 g (<u>RYB, SOJ.</u>), Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, |
| II Śniadanie: Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt, | Podwieczorek: Kasza manna na truskawkami (gotowanymi) 200 g (<u>GLU PSZ.</u>), | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2223.09 kcal; Białko ogółem: 75.48 g; Tłuszcz: 70.2 g; Kw. tł. nasy.: 13.54 g; Węglowodany ogółem: 335.25 g; W tym cukry: 47.23 g; Błonnik pok.: 30.98 g; Sól: 8.81 g; WW: 30.39 Por; : 13.58 %; : 54.75 %; Ener. z T: 28.42 %; Ener. z Bł.: 2.79 %; K: 2980.25 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| czwartek 2024-02-15 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bez laktozy | | |
|--|---|---|
| Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb razowy żytnio-pszenno 40 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Ogórek kiszony 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, | Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami *(bez mleka) () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>), Sos boloński z mięsa drob udziec* BM 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Cukinia pieczona z olejem * 100 g, Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (<u>JAJ, GOR.</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-pszenno 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Paprykarz szczeciński 100 g (<u>RYB, SOJ.</u>), Salata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, |
| II Śniadanie: Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>), | Podwieczorek: Kasza manna na z truskawkami (gotowanymi) 200 g (<u>GLU PSZ.</u>), | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2261.19 kcal; Białko ogółem: 79.14 g; Tłuszcz: 74.7 g; Kw. tł. nasy.: 13.54 g; Węglowodany ogółem: 332.31 g; W tym cukry: 47.23 g; Błonnik pok.: 28.01 g; Sól: 8.96 g; WW: 30.39 Por.; 14%; 53.83%; Ener. z T: 29.73%; Ener. z Bł.: 2.48%; K: 2980.25 mg;

| czwartek 2024-02-15 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bezglutenowa | | |
|--|--|---|
| Chleb bezglutenowy 100 g, Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, Ogórek kiszony 50 g, | Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami *(bez glutenu) () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>), Makaron bezglutenowy 200 g, Sos boloński z mięsa drob udziec* - dieta (bez glutenu) 200 g (<u>SEL.</u>), Cukinia pieczona z olejem * 100 g, Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (<u>JAJ, GOR.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml, | Chleb bezglutenowy 120 g, Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Paprykarz szczeciński 100 g (<u>RYB, SOJ.</u>), Salata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, |
| II Śniadanie: Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>), | Podwieczorek: Chleb bezglutenowy 40 g, Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Papryka świeża 100 g, | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2247.58 kcal; Białko ogółem: 57.5 g; Tłuszcz: 93.99 g; Kw. tł. nasy.: 29.45 g; Węglowodany ogółem: 298.58 g; W tym cukry: 45.97 g; Błonnik pok.: 17.8 g; Sól: 5.21 g; WW: 28.1 Por.; 10.23%; 49.97%; Ener. z T: 37.63%; Ener. z Bł.: 1.58%; K: 3023.04 mg;

| czwartek 2024-02-15 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bezglutenowa, bez mleka | | |
|---|---|--|
| Chleb bezglutenowy 120 g, Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Ogórek kiszony 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, | Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami *(bez glutenu i mleka) () 400 ml (<u>SEL.</u>), Makaron bezglutenowy 200 g, Sos boloński z mięsa drob udziec* - dieta (bez glutenu) 200 g (<u>SEL.</u>), Cukinia pieczona z olejem * 100 g, Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (<u>JAJ, GOR.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml, | Chleb bezglutenowy 120 g, Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Paprykarz szczeciński 100 g (<u>RYB, SOJ.</u>), Salata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, |
| II Śniadanie: Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt, | Podwieczorek: Chleb bezglutenowy 40 g, Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Papryka świeża 100 g, | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2290.19 kcal; Białko ogółem: 56.5 g; Tłuszcz: 91.99 g; Kw. tł. nasy.: 17.03 g; Węglowodany ogółem: 314.01 g; W tym cukry: 41.12 g; Błonnik pok.: 20.77 g; Sól: 5.54 g; WW: 29.27 Por.; 9.87%; 51.22%; Ener. z T: 36.15%; Ener. z Bł.: 1.81%; K: 2876.11 mg;

| czwartek 2024-02-15 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bogatoresztkowa | | |
|--|--|--|
| Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Ogórek kiszony 150 g, Kawa z mlekiem instant. 200 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>), Chleb razowy żytnio-pszenno 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), | Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ.</u>), Sos boloński z mięsa drob udziec* 200 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Cukinia pieczona z olejem * 100 g, Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (<u>JAJ, GOR.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml, | Chleb razowy żytnio-pszenno 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Paprykarz szczeciński 150 g (<u>RYB, SOJ.</u>), Ogórek świeży 100 g, Salata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, |
| II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszenno 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Pomidor 100 g, | Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenno 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Papryka świeża 100 g, | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2469.16 kcal; Białko ogółem: 90.8 g; Tłuszcz: 100.21 g; Kw. tł. nasy.: 34.44 g; Węglowodany ogółem: 318.04 g; W tym cukry: 60.86 g; Błonnik pok.: 45.43 g; Sól: 10.8 g; WW: 27.32 Por.; 14.71%; 44.16%; Ener. z T: 36.53%; Ener. z Bł.: 3.58%; K: 4760.34 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| czwartek 2024-02-15 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>), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Pomidor 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>), | Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>), Sos boloński z mięsa drob udziec* - dieta 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Cukinia pieczona z olejem * 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml, | Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE</u>), Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, |
| Podwieczorek: Kasza manna na mleku z truskawkami (gotowanymi) 200 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>), | | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2256.92 kcal; Białko ogółem: 95.23 g; Tłuszcz: 82.8 g; Kw. tł. nasy.: 31.09 g; Węglowodany ogółem: 293.19 g; W tym cukry: 69.51 g; Błonnik pok.: 17.41 g; Sól: 6.31 g; WW: 27.59 Por; : 16.88 %; : 48.88 %; Ener. z T: 33.02 %; Ener. z Bł.: 1.54 %; K: 3302.66 mg;

| czwartek 2024-02-15 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dzieci łatwo strawna | | |
|--|--|---|
| Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>), Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Pomidor 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>), | Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>), Sos boloński z mięsa drob udziec* - dieta 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Surówka z marchwi i jabłka () 150 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>), Parówki z fileta z kurczaka wyrób drobiowy homogenizowany, wędzony, parzony bez osionki 80 g, Ketchup 20 g (<u>SEL</u>), Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, |
| II Śniadanie: Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Plątki kukurydziane 30 g, | | Podwieczorek: Kasza manna na mleku z truskawkami (gotowanymi) 200 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2728.59 kcal; Białko ogółem: 105.07 g; Tłuszcz: 80.97 g; Kw. tł. nasy.: 31.09 g; Węglowodany ogółem: 402.76 g; W tym cukry: 96.37 g; Błonnik pok.: 26.12 g; Sól: 7.75 g; WW: 37.79 Por; : 15.4 %; : 55.21 %; Ener. z T: 26.71 %; Ener. z Bł.: 1.91 %; K: 3925.02 mg;

| czwartek 2024-02-15 Jadłospis dla diety: SZ-UL Trzuskowa/Wątrobowa | | |
|---|---|--|
| Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Dynia z wody 100 g, Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>), | Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Makaron drobny 200 g (<u>GLU PSZ</u>), Sos boloński z mięsa drob udziec* - dieta 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Cukinia pieczona (bez oleju)* 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml, | Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE</u>), Marchew gotowana (bez oleju)* 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, |
| II Śniadanie: Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Plątki kukurydziane 30 g, | | Podwieczorek: Kasza manna na mleku z truskawkami (gotowanymi) 200 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2275.06 kcal; Białko ogółem: 105.86 g; Tłuszcz: 46.48 g; Kw. tł. nasy.: 18.08 g; Węglowodany ogółem: 368.22 g; W tym cukry: 80.74 g; Błonnik pok.: 22.54 g; Sól: 7.61 g; WW: 34.58 Por; : 18.61 %; : 60.78 %; Ener. z T: 18.39 %; Ener. z Bł.: 1.98 %; K: 3670.34 mg;

| czwartek 2024-02-15 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>), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Dynia z wody 100 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>), | Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Cukinia pieczona z olejem * 150 g, Filet z kurczaka gotowany 80 g, Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml, | Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pasta z wędliną drob wp i natką pietruszki 100 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>), Marchew gotowana z olejem* 100 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, |
| Podwieczorek: Kasza manna na mleku z truskawkami (gotowanymi) 200 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>), | | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2206.54 kcal; Białko ogółem: 94.91 g; Tłuszcz: 72.68 g; Kw. tł. nasy.: 25.14 g; Węglowodany ogółem: 300.82 g; W tym cukry: 66.35 g; Błonnik pok.: 23.43 g; Sól: 7.62 g; WW: 27.78 Por; : 375.32 %; : 918.89 %; Ener. z T: 29.65 %; Ener. z Bł.: 2.12 %; K: 4649.54 mg;

| czwartek 2024-02-15 Jadłospis dla diety: SZ-UL Specjalna bezmleczna | | |
|--|--|--|
| Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Dynia z wody 100 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, | Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Makaron 250 g (<u>GLU PSZ</u>), Sos boloński z mięsa drob udziec* - dieta 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Cukinia pieczona z olejem * 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, Pasta drobiowo-warzywana z udzka kurczaka* 100 g (<u>SEL</u>), Marchew gotowana z olejem* 100 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, |
| II Śniadanie: Galaretko o smaku truskawkowym 200 g, | | Podwieczorek: Jabłko pieczone 1szt. 1 szt, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2237.01 kcal; Białko ogółem: 84.32 g; Tłuszcz: 65.81 g; Kw. tł. nasy.: 14 g; Węglowodany ogółem: 338.61 g; W tym cukry: 57.9 g; Błonnik pok.: 25.11 g; Sól: 5.7 g; WW: 31.27 Por; : 15.08 %; : 56.06 %; Ener. z T: 26.48 %; Ener. z Bł.: 2.24 %; K: 3516.79 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| czwartek 2024-02-15 Jadłospis dla diety: SZ-UL Papkowata | | |
|--|---|---|
| Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>), Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Dynia z wody 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>), | Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Sos boloński z mięsa drob udziec* - dieta 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Cukinia pieczona z olejem * 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml, | Kasza manna na wywarze jarzynowym* 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pasta z wędliną drob wp i natką pietruszki 100 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>), Pasta warzywna* 50 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, |
| | Podwieczorek: Kasza manna na mleku z truskawkami (gotowanymi) 200 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>), | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2543.08 kcal; Białko ogółem: 102.54 g; Tłuszcz: 85.86 g; Kw. tł. nasy.: 28.66 g; Węglowodany ogółem: 348.63 g; W tym cukry: 78.7 g; Błonnik pok.: 24.3 g; Sól: 6.1 g; WW: 32.53 Por; : 16.13 %; : 51.01 %; Ener. z T: 30.39 %; Ener. z Bł.: 1.91 %; K: 5031.29 mg;

| czwartek 2024-02-15 Jadłospis dla diety: SZ-UL Papkowata cukrzycowa | | |
|--|---|--|
| Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym. 300 ml (<u>SEL</u>), Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Dynia z wody 50 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>), | Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Sos boloński z mięsa drob udziec* - dieta 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Cukinia pieczona z olejem * 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml, | Kasza manna na wywarze jarzynowym* 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pasta z wędliną drob wp i natką pietruszki 100 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>), Pasta warzywna* 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml, |
| II Śniadanie: Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>), | Podwieczorek: Sok pomidorowy 0,3l 1 szt, | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2274.34 kcal; Białko ogółem: 92.49 g; Tłuszcz: 88.45 g; Kw. tł. nasy.: 26.24 g; Węglowodany ogółem: 286.47 g; W tym cukry: 37.95 g; Błonnik pok.: 25.17 g; Sól: 6.69 g; WW: 26.22 Por; : 32.69 %; : 102.06 %; Ener. z T: 35 %; Ener. z Bł.: 2.21 %; K: 4751.5 mg;

| czwartek 2024-02-15 Jadłospis dla diety: SZ-UL Płynna cukrzycowa | | |
|---|--|---|
| Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym. 400 ml (<u>SEL</u>), Mięso drobiowe gotowane 100g 1 szt, Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), | Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 50 g, Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Marchew gotowana z olejem* 100 g, Olej rzepakowy 10 g, | Kasza manna na wywarze jarzynowym* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Mięso drobiowe gotowane 100g 1 szt, Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), |
| II Śniadanie: Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>), | Podwieczorek: Sok pomidorowy 0,3l 1 szt, | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1975.14 kcal; Białko ogółem: 116.09 g; Tłuszcz: 105.37 g; Kw. tł. nasy.: 38.25 g; Węglowodany ogółem: 146.81 g; W tym cukry: 9.84 g; Błonnik pok.: 12.83 g; Sól: 3.96 g; WW: 13.37 Por; : 40.65 %; : 86.04 %; Ener. z T: 48.01 %; Ener. z Bł.: 1.3 %; K: 3521.18 mg;

| czwartek 2024-02-15 Jadłospis dla diety: SZ-UL Płynna wysokobiałkowa | | |
|---|--|---|
| Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Mleko w proszku 50 g (<u>MLE</u>), Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (<u>MLE</u>), | Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 50 g, Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Marchew gotowana z olejem* 100 g, Olej rzepakowy 10 g, | Kasza manna na wywarze jarzynowym* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Mięso drobiowe gotowane 100g 1 szt, Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), |
| II Śniadanie: Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>), | Podwieczorek: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt, | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2221.55 kcal; Białko ogółem: 120.64 g; Tłuszcz: 96.01 g; Kw. tł. nasy.: 38.85 g; Węglowodany ogółem: 226.11 g; W tym cukry: 55.31 g; Błonnik pok.: 13.06 g; Sól: 4.2 g; WW: 21.33 Por; : 21.72 %; : 38.36 %; Ener. z T: 38.9 %; Ener. z Bł.: 1.18 %; K: 4566.69 mg;

| czwartek 2024-02-15 Jadłospis dla diety: SZ-UL Przecierana | | |
|---|---|---|
| Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>), Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Mleko w proszku 10 g (<u>MLE</u>), | Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 150 g, Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Marchew gotowana z olejem* 100 g, Olej rzepakowy 10 g, | Kasza manna na wywarze jarzynowym* 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Mięso drobiowe gotowane 100g 1 szt, Dynia z wody 100 g, Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), |
| II Śniadanie: Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>), | Podwieczorek: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt, | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2053.68 kcal; Białko ogółem: 95.99 g; Tłuszcz: 84.54 g; Kw. tł. nasy.: 34.67 g; Węglowodany ogółem: 234.07 g; W tym cukry: 35.75 g; Błonnik pok.: 17.5 g; Sól: 4.1 g; WW: 21.71 Por; : 18.7 %; : 42.18 %; Ener. z T: 37.05 %; Ener. z Bł.: 1.7 %; K: 4565.18 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| czwartek 2024-02-15 Jadłospis dla diety: SZ-UL Niskokaloryczna | | |
|---|---|--|
| Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Ogórek kiszony 50 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>), | Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami * () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ.</u>), Sos boloński z mięsa drob udziec* - dieta 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (<u>JAJ, GOR.</u>), Cukinia pieczona 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>), Pasta z wędliną drob wp i natką pietruszki 100 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>), Salata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml, |
| II Śniadanie: Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt , | Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Papryka świeża 50 g, | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1704.54 kcal; Białko ogółem: 78.87 g; Tłuszcz: 63.38 g; Kw. tł. nasy.: 17.65 g; Węglowodany ogółem: 210.22 g; W tym cukry: 33.27 g; Błonnik pok.: 32.46 g; Sól: 6.82 g; WW: 17.84 Por; : 18.51 %; : 41.72 %; Ener. z T: 33.46 %; Ener. z Bł.: 3.81 %; K: 3062.34 mg;

| czwartek 2024-02-15 Jadłospis dla diety: SZ-UL Wysokobiałkowa/Wysokokaloryczna | | |
|--|--|---|
| Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>), Chleb Graham 130 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Pomidor 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>), | Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Makaron 250 g (<u>GLU PSZ.</u>), Sos boloński z mięsa drob udziec* - dieta 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Cukinia pieczona 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>), Pasta z wędliną drob wp i natką pietruszki 150 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>), Salata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, |
| II Śniadanie: Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE.</u>), | Podwieczorek: Kasza manna na mleku z truskawkami (gotowanymi) 200 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>), | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2916.34 kcal; Białko ogółem: 122.27 g; Tłuszcz: 99.92 g; Kw. tł. nasy.: 31.56 g; Węglowodany ogółem: 393.17 g; W tym cukry: 82.51 g; Błonnik pok.: 30.74 g; Sól: 9.22 g; WW: 36.38 Por; : 464.74 %; : 1155.55 %; Ener. z T: 30.84 %; Ener. z Bł.: 2.11 %; K: 4215.13 mg;

| czwartek 2024-02-15 Jadłospis dla diety: SZ-UL Hematologiczna | | |
|--|--|--|
| Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb Graham 40 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Dynia z wody 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>), | Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami i mięsem * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml, Cukinia pieczona z olejem * 150 g, Sos boloński z mięsa drob udziec* -dieta 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb Graham 40 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>), Majonez 10 g (<u>JAJ, GOR.</u>), Marchew gotowana z olejem* 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, |
| II Śniadanie: Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE.</u>), | Podwieczorek: Kasza manna na mleku z truskawkami (gotowanymi) 200 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>), | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2715.78 kcal; Białko ogółem: 108.85 g; Tłuszcz: 84.95 g; Kw. tł. nasy.: 33.82 g; Węglowodany ogółem: 389.59 g; W tym cukry: 85.27 g; Błonnik pok.: 27.57 g; Sól: 7.41 g; WW: 36.23 Por; : 16.03 %; : 53.32 %; Ener. z T: 28.15 %; Ener. z Bł.: 2.03 %; K: 4053.54 mg;

| czwartek 2024-02-15 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>), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>), Pomidor 50 g, Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), | Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami i mięsem * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>), Sos boloński z mięsa drob udziec* - dieta 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Cukinia pieczona z olejem * 100 g, Surówka z marchwi i jabłka () 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>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>), Szynka delikatesowa- produkt dr. grubo rozdr. parz 50 g, Majonez 10 g (<u>JAJ, GOR.</u>), Salata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, |
| II Śniadanie: Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE.</u>), Płatki kukurydziane 30 g, | Podwieczorek: Kasza manna na mleku z truskawkami (gotowanymi) 250 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>), | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2659.71 kcal; Białko ogółem: 107.21 g; Tłuszcz: 75.85 g; Kw. tł. nasy.: 31.19 g; Węglowodany ogółem: 395.14 g; W tym cukry: 88.54 g; Błonnik pok.: 27.24 g; Sól: 8.16 g; WW: 36.74 Por; : 16.12 %; : 55.33 %; Ener. z T: 25.67 %; Ener. z Bł.: 2.05 %; K: 3601.88 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| czwartek 2024-02-15 Jadłospis dla diety: SZ- UL Hematologiczna cukrzyca wysokobiałkowa/wys | | |
|--|---|--|
| Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>), Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Dynia z wody 50 g, Kawa z mlekiem instant. b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>), | Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami i mięsem * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ</u>), Sos boloński z mięsa drob udziec* - dieta 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Cukinia pieczona z olejem * 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml, | Chleb Graham 80 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pasta z wędliną drob wp i natką pietruszki 100 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml, Marchew gotowana z olejem* 50 g, |
| II Śniadanie: Chleb Graham 40 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), | Podwieczorek: Kefir 2.0% t 150g 1 szt (<u>MLE</u>), | Posiłek nocny: Chleb Graham 40 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2783.33 kcal; Białko ogółem: 133.03 g; Tłuszcz: 114.71 g; Kw. tł. nasy.: 45.69 g; Węglowodany ogółem: 314.5 g; W tym cukry: 43.61 g; Błonnik pok.: 35.33 g; Sól: 9.78 g; WW: 27.99 Por; : 19.12 %; : 40.12 %; Ener. z T: 37.09 %; Ener. z Bł.: 2.54 %; K: 4193.27 mg;

| czwartek 2024-02-15 Jadłospis dla diety: SZ- UL Hematologiczna łatwo strawna | | |
|---|---|---|
| Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Dynia z wody 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>), | Szpinalowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>), Cukinia pieczona z olejem * 150 g, Sos boloński z mięsa drob udziec* - dieta 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml, | Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pasta z wędliną drob wp i natką pietruszki 100 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>), Marchew gotowana z olejem* 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, |
| II Śniadanie: Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE</u>), | Podwieczorek: Kasza manna na mleku z truskawkami (gotowanymi) 200 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>), | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2678.11 kcal; Białko ogółem: 105.91 g; Tłuszcz: 91.71 g; Kw. tł. nasy.: 31.01 g; Węglowodany ogółem: 363.4 g; W tym cukry: 86.59 g; Błonnik pok.: 20.97 g; Sól: 7.23 g; WW: 34.33 Por; : 405.72 %; : 1039.89 %; Ener. z T: 30.82 %; Ener. z Bł.: 1.57 %; K: 3918.06 mg;

| czwartek 2024-02-15 Jadłospis dla diety: SZ- UL Hematologiczna wysokobiałkowa | | |
|---|--|--|
| Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb Graham 40 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Dynia z wody 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>), | Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami i mięsem * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>), Cukinia pieczona z olejem * 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml, Sos boloński z mięsa drob udziec* - dieta 220 g (<u>GLU PSZ, SEL.</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>), Pasta z wędliną drob wp i natką pietruszki 100 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>), Marchew gotowana z olejem* 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, |
| II Śniadanie: Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE</u>), | Podwieczorek: Kasza manna na mleku z truskawkami (gotowanymi) 200 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>), | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2772.85 kcal; Białko ogółem: 113.59 g; Tłuszcz: 88.12 g; Kw. tł. nasy.: 31.36 g; Węglowodany ogółem: 390.38 g; W tym cukry: 85.63 g; Błonnik pok.: 27.89 g; Sól: 8.77 g; WW: 36.34 Por; : 16.39 %; : 52.29 %; Ener. z T: 28.6 %; Ener. z Bł.: 2.01 %; K: 3997.72 mg;

| czwartek 2024-02-15 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa niskocholesterolowa | | |
|--|--|--|
| Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>), Ogórek kiszony 50 g, | Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ</u>), Sos boloński z mięsa drob udziec* - dieta 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml, Cukinia pieczona z olejem * 100 g, Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (<u>JAJ, GOR.</u>), | Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Serek wiejski ziemisty 200g 1 szt (<u>MLE</u>), Sałata zielona 20 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>), Pomidor 100 g, | Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Papryka świeża 100 g, | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2135.56 kcal; Białko ogółem: 94.55 g; Tłuszcz: 79.56 g; Kw. tł. nasy.: 28.55 g; Węglowodany ogółem: 277.42 g; W tym cukry: 48.11 g; Błonnik pok.: 42.17 g; Sól: 8.23 g; WW: 23.64 Por; : 17.71 %; : 44.06 %; Ener. z T: 33.53 %; Ener. z Bł.: 3.95 %; K: 4195.31 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| czwartek 2024-02-15 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa wysokolaryczna/wysokobiałkowa | | |
|---|--|--|
| Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>), Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Kawa z mlekiem instant b/c, 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>), Ogórek kiszony 50 g, | Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ</u>), Cukinia pieczona z olejem * 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml, Sos boloński z mięsa drob udziec* - dieta 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (<u>JAJ, GOR</u>), | Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE</u>), Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml, |
| II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Pomidor 100 g, | Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Papryka świeża 100 g, | 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>), Rzodkiew biała 50 g, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2900.04 kcal; Białko ogółem: 126.43 g; Tłuszcz: 110.93 g; Kw. tł. nasy.: 46.24 g; Węglowodany ogółem: 369.01 g; W tym cukry: 60.77 g; Błonnik pok.: 48.52 g; Sól: 10.22 g; WW: 32.21 Por; : 17.44 %; : 44.2 %; Ener. z T: 34.43 %; Ener. z Bł.: 3.35 %; K: 5024.94 mg;

| czwartek 2024-02-15 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa wątrobowa/trzustkowa | | |
|--|---|---|
| Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g, Dynia z wody 200 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml, | Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Makaron drobny 300 g (<u>GLU PSZ</u>), Sos boloński z mięsa drob udziec* - dieta 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Cukinia pieczona z olejem * 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml, | Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Pasta z wędliną drob wp i natką pietruszki (bez oleju) 120 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>), Buraczki gotowane () 100 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml, |
| II Śniadanie: Sok pomidorowy 0,3l 1 szt, | Podwieczorek: Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Bukiet jarzyn gotowany bez oleju () 100 g (<u>SEL</u>), | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2177.92 kcal; Białko ogółem: 100.09 g; Tłuszcz: 49.93 g; Kw. tł. nasy.: 14.95 g; Węglowodany ogółem: 340.99 g; W tym cukry: 41.93 g; Błonnik pok.: 30.53 g; Sól: 9.11 g; WW: 30.93 Por; : 35.68 %; : 115.47 %; Ener. z T: 20.63 %; Ener. z Bł.: 2.8 %; K: 4137.18 mg;

| czwartek 2024-02-15 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa ciężarnych | | |
|---|--|---|
| Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Kawa z mlekiem instant b/c, 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>), Ogórek kiszony 150 g, | Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ</u>), Cukinia pieczona z olejem * 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml, Sos boloński z mięsa drob udziec* - dieta 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (<u>JAJ, GOR</u>), | Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pasta z wędliną drob wp i natką pietruszki 100 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>), Pomidor 150 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml, |
| II Śniadanie: Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>), Mieszanka studencka 50 g (<u>OZI, ORZ</u>), | Podwieczorek: Chleb razowy pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Papryka świeża 100 g, | Posiłek nocny: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Sałata zielona 20 g, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2534.95 kcal; Białko ogółem: 104.89 g; Tłuszcz: 106.3 g; Kw. tł. nasy.: 30.33 g; Węglowodany ogółem: 306.84 g; W tym cukry: 46.95 g; Błonnik pok.: 41.35 g; Sól: 10.4 g; WW: 26.64 Por; : 16.55 %; : 41.89 %; Ener. z T: 37.74 %; Ener. z Bł.: 3.26 %; K: 4431.95 mg;

| czwartek 2024-02-15 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa dla matek karmiących | | |
|---|--|---|
| Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Kawa z mlekiem instant b/c, 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>), Ogórek kiszony 150 g, Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), | Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ</u>), Cukinia pieczona z olejem * 100 g, Sos boloński z mięsa drob udziec* - dieta 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (<u>JAJ, GOR</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% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pasta z wędliną drob wp i natką pietruszki 100 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>), Pomidor 150 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml, |
| II Śniadanie: Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>), Mieszanka studencka 50 g (<u>OZI, ORZ</u>), | Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Papryka świeża 100 g, | Posiłek nocny: Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Sałata zielona 20 g, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2569.55 kcal; Białko ogółem: 105.55 g; Tłuszcz: 106.8 g; Kw. tł. nasy.: 30.39 g; Węglowodany ogółem: 315.48 g; W tym cukry: 47.51 g; Błonnik pok.: 45.07 g; Sól: 10.44 g; WW: 27.14 Por; : 16.43 %; : 42.09 %; Ener. z T: 37.41 %; Ener. z Bł.: 3.51 %; K: 4544.95 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| czwartek 2024-02-15 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa dla dzieci | | |
|--|--|---|
| <p>Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>), Ogórek świeży 50 g,</p> | <p>Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Makaron pełnoziarnisty 220 g (<u>GLU PSZ</u>), Cukinia pieczona z olejem * 100 g (<u>JAJ, GOR</u>), Sos boloński z mięsa drob udziec* - dieta 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,</p> | <p>Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pasta z wędliną drob wp i natką pietruszki 100 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>), Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,</p> |
| <p>II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Twarożek 50 g (<u>MLE</u>), Kiwi 1 szt 1 szt, Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt,</p> | <p>Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Papryka świeża 100 g, Serek truskawkowy termizowany 100g 1 szt (<u>MLE</u>),</p> | <p>Posiłek nocny: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Sałata zielona 20 g,</p> |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2896.78 kcal; Białko ogółem: 122.88 g; Tłuszcz: 109.19 g; Kw. tł. nasy.: 40.36 g; Węglowodany ogółem: 371.12 g; W tym cukry: 49.91 g; Błonnik pok.: 47.81 g; Sól: 9.2 g; WW: 32.48 Por; : 16.97 %; : 44.64 %; Ener. z T: 33.93 %; Ener. z Bł.: 3.3 %; K: 4520.45 mg;

| czwartek 2024-02-15 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa bezmleczna | | |
|---|--|---|
| <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml, Ogórek kiszony 50 g,</p> | <p>Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami *(bez mleka) () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ</u>), Sos boloński z mięsa drob udziec* BM 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Cukinia pieczona z olejem * 100 g, Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (<u>JAJ, GOR</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,</p> | <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Pasta drobiowo-warzywana z udźca kurczaka* 100 g (<u>SEL</u>), Buraczki gotowane () 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,</p> |
| <p>II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Pomidor 100 g,</p> | <p>Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Papryka świeża 100 g,</p> | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2205.67 kcal; Białko ogółem: 81.34 g; Tłuszcz: 92.45 g; Kw. tł. nasy.: 22.8 g; Węglowodany ogółem: 280.95 g; W tym cukry: 38.01 g; Błonnik pok.: 46.38 g; Sól: 7.84 g; WW: 23.44 Por; : 14.75 %; : 42.54 %; Ener. z T: 37.72 %; Ener. z Bł.: 4.21 %; K: 4419.45 mg;

| czwartek 2024-02-15 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzyca nerkowa | | |
|--|---|---|
| <p>Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 120 g, Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 35 g, Dynia z wody 200g, Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),</p> | <p>Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Makaron bezglutenowy niskobiałkowy PKU 250 g, Cukinia pieczona z olejem * 200 g, Sos jarzynowo drobiowy* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,</p> | <p>Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 120 g, Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>), Pasta z wędliną drob wp i natką pietruszki 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>), Buraczki gotowane () 200 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,</p> |
| <p>II Śniadanie: Sok pomidorowy 0,3l 1 szt,</p> | <p>Podwieczorek: Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),</p> | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2214.15 kcal; Białko ogółem: 51.71 g; Tłuszcz: 89.9 g; Kw. tł. nasy.: 30.76 g; Węglowodany ogółem: 293.58 g; W tym cukry: 48.6 g; Błonnik pok.: 37.83 g; Sól: 9.36 g; WW: 25.34 Por; : 9.34 %; : 46.2 %; Ener. z T: 36.54 %; Ener. z Bł.: 3.42 %; K: 3638.39 mg;

| czwartek 2024-02-15 Jadłospis dla diety: SZ-UL Nerkowa | | |
|--|---|---|
| <p>Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g, Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g, Dynia duszona z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt,</p> | <p>Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Makaron 250 g (<u>GLU PSZ</u>), Cukinia pieczona z olejem (bez soli)* 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml, Sos jarzynowo drobiowy* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>),</p> | <p>Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 120 g, Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pasta z wędliną drob wp i natką pietruszki 30 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>), Marchew gotowana z olejem* 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,</p> |
| | <p>Podwieczorek: Kasza manna na z truskawkami (gotowanymi) 300 g (<u>GLU PSZ</u>),</p> | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2271.78 kcal; Białko ogółem: 48.09 g; Tłuszcz: 78.22 g; Kw. tł. nasy.: 21.98 g; Węglowodany ogółem: 343.82 g; W tym cukry: 58.09 g; Błonnik pok.: 38.08 g; Sól: 6.21 g; WW: 30.51 Por; : 8.47 %; : 53.83 %; Ener. z T: 30.99 %; Ener. z Bł.: 3.35 %; K: 2866.88 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| czwartek 2024-02-15 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>), Hummus 50 g (<u>SEZ.</u>), Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, | Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki () 250 g, Leczo wegetariańskie* 300 g, Cukinia pieczona 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>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>), Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, |
| II Śniadanie: Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>), | Podwieczorek: Kasza manna na mleku z truskawkami (gotowanymi) 200 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>), | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2248.45 kcal; Białko ogółem: 62.87 g; Tłuszcz: 74.89 g; Kw. tł. nasy.: 24.31 g; Węglowodany ogółem: 344.37 g; W tym cukry: 59.21 g; Błonnik pok.: 31.06 g; Sól: 6.15 g; WW: 31.5 Por; : 11.18 %; : 55.74 %; Ener. z T: 29.98 %; Ener. z Bł.: 2.76 %; K: 4677.71 mg;

| czwartek 2024-02-15 Jadłospis dla diety: SZ-UL Atopowa | | |
|---|---|---|
| Margaryna porcjowa 15g 2 szt, Filet z indyka gotowany 100 g, Marchew gotowana z olejem* 100 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, Wafle ryżowe 40 g, | Kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, 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, | Wafle ryżowe 40 g, Margaryna porcjowa 15g 2 szt, Pulpet drobiowy z indyka (bez glutenu, bez jaj) 100 g, Brokuł gotowany* 100 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml, |
| II Śniadanie: Gruszka 2szt. 300 g, | Podwieczorek: Kasza jaglana na wodzie 200 ml, Mus z jabłek () z/c 150 g, | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2109.06 kcal; Białko ogółem: 100.25 g; Tłuszcz: 74.01 g; Kw. tł. nasy.: 21.11 g; Węglowodany ogółem: 275.28 g; W tym cukry: 60.83 g; Błonnik pok.: 33.82 g; Sól: 3.35 g; WW: 23.94 Por; : 19.01 %; : 45.79 %; Ener. z T: 31.58 %; Ener. z Bł.: 3.21 %; K: 3557.46 mg;

| czwartek 2024-02-15 Jadłospis dla diety: SZ-UL Niemowlaki | | |
|---|--|---|
| Kasza kukurydziana na mleku 200 ml (<u>MLE.</u>), Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Pomidor 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>), | Szpinakowa z ziemniakami * () 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Makaron drobny 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Sos boloński z mięsa drob udziec* - dieta 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Cukinia pieczona z olejem * 150 g, 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>), Pasta z wędliną drob wp i natką pietruszki 100 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>), Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, |
| II Śniadanie: Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE.</u>), | Podwieczorek: Kasza manna na mleku z truskawkami (gotowanymi) 200 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>), | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1798.29 kcal; Białko ogółem: 79.28 g; Tłuszcz: 56.78 g; Kw. tł. nasy.: 15.57 g; Węglowodany ogółem: 245.94 g; W tym cukry: 74.56 g; Błonnik pok.: 13.22 g; Sól: 5.65 g; WW: 23.35 Por; : 17.63 %; : 51.76 %; Ener. z T: 28.42 %; Ener. z Bł.: 1.47 %; K: 2759.96 mg;

| czwartek 2024-02-15 Jadłospis dla diety: SZ-UL papkowata niemowlaki | | |
|---|---|---|
| Kasza kukurydziana na mleku 200 ml (<u>MLE.</u>), Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Pasta z twarogu z cukrem waniliowym 100 g (<u>MLE.</u>), Dżem 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>), | Szpinakowa z ziemniakami * () 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki () 100 g, Sos boloński z mięsa drob udziec* - dieta 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Cukinia pieczona z olejem * 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml, | Ryz 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 z wędliną drob wp i natką pietruszki 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>), Pasta warzywna* 50 g (<u>SEL.</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, |
| II Śniadanie: Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE.</u>), | Podwieczorek: Kasza manna na mleku z truskawkami (gotowanymi) 200 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>), | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1902.02 kcal; Białko ogółem: 76.74 g; Tłuszcz: 53.39 g; Kw. tł. nasy.: 17.4 g; Węglowodany ogółem: 284.26 g; W tym cukry: 99.36 g; Błonnik pok.: 16.72 g; Sól: 3.93 g; WW: 26.87 Por; : 16.14 %; : 56.27 %; Ener. z T: 25.26 %; Ener. z Bł.: 1.76 %; K: 3567.85 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| czwartek 2024-02-15 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dieta Mamy I trymestr | | |
|--|---|---|
| <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>), Ogórek kiszony 100 g, Salata zielona 20 g.</p> | <p>Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLUPSZ.</u>), Sos boloński z mięsa drob udziec* 200 g (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u>), Cukinia pieczona z olejem * 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml, Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (<u>JAJ, GOR.</u>),</p> | <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Pasta z wędliną drob wp i natką pietruszki 100 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>), Pomidor 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,</p> |
| <p>II Śniadanie: Kiwi 1 szt 1 szt,</p> | <p>Podwieczorek: Kasza manna na mleku z truskawkami (gotowanymi) 200 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>),</p> | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2321.88 kcal; Białko ogółem: 91.31 g; Tłuszcz: 89.39 g; Kw. tł. nasy.: 29.66 g; Węglowodany ogółem: 298.88 g; W tym cukry: 79.37 g; Błonnik pok.: 36.94 g; Sól: 8.51 g; WW: 26.29 Por; : 15.73 %; : 45.13 %; Ener. z T: 34.65 %; Ener. z Bł.: 3.18 %; K: 4176.66 mg;

| czwartek 2024-02-15 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dieta Mamy II trymestr | | |
|--|---|---|
| <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Ogórek kiszony 100 g, Salata zielona 20 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),</p> | <p>Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLUPSZ.</u>), Sos boloński z mięsa drob udziec* 200 g (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u>), Cukinia pieczona z olejem * 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml, Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (<u>JAJ, GOR.</u>),</p> | <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Pasta z wędliną drob wp i natką pietruszki 100 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>), Pomidor 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,</p> |
| <p>II Śniadanie: Mieszanka studencka 50 g (<u>OZI, ORZ.</u>), Kiwi 1 szt 1 szt,</p> | <p>Podwieczorek: Kasza manna na mleku z truskawkami (gotowanymi) 300 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>),</p> | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2654.39 kcal; Białko ogółem: 101.56 g; Tłuszcz: 105.19 g; Kw. tł. nasy.: 30.28 g; Węglowodany ogółem: 340.98 g; W tym cukry: 87.03 g; Błonnik pok.: 37.76 g; Sól: 8.57 g; WW: 30.43 Por; : 426.56 %; : 1165.21 %; Ener. z T: 35.66 %; Ener. z Bł.: 2.85 %; K: 4297.89 mg;

| czwartek 2024-02-15 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dieta Mamy III trymestr | | |
|--|---|--|
| <p>Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>), Ogórek kiszony 100 g, Salata zielona 20 g,</p> | <p>Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLUPSZ.</u>), Sos boloński z mięsa drob udziec* 200 g (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml, Cukinia pieczona z olejem * 100 g, Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (<u>JAJ, GOR.</u>),</p> | <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Serek wiejski ziemisty 200g 1 szt (<u>MLE.</u>), Pomidor 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,</p> |
| <p>II Śniadanie: Mieszanka studencka 30 g (<u>OZI, ORZ.</u>), Kiwi 1 szt 1 szt,</p> | <p>Podwieczorek: Kasza manna na mleku z truskawkami (gotowanymi) 300 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>),</p> | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2830.11 kcal; Białko ogółem: 118.21 g; Tłuszcz: 104.85 g; Kw. tł. nasy.: 37.92 g; Węglowodany ogółem: 370.88 g; W tym cukry: 105.89 g; Błonnik pok.: 38.45 g; Sól: 8.92 g; WW: 33.38 Por; : 67.12 %; : 201.16 %; Ener. z T: 33.34 %; Ener. z Bł.: 2.72 %; K: 4833.6 mg;

| czwartek 2024-02-15 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dieta Mamy Okres Laktacji | | |
|--|---|---|
| <p>Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>), Ogórek kiszony 100 g, Salata zielona 20 g,</p> | <p>Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLUPSZ.</u>), Sos boloński z mięsa drob udziec* 250 g (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml, Cukinia pieczona z olejem * 100 g, Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (<u>JAJ, GOR.</u>),</p> | <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Pasta z wędliną drob wp i natką pietruszki 100 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>), Pomidor 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,</p> |
| <p>II Śniadanie: Mieszanka studencka 50 g (<u>OZI, ORZ.</u>), Kiwi 1 szt 1 szt,</p> | <p>Podwieczorek: Kasza manna na z truskawkami (gotowanymi) 300 g (<u>GLU PSZ.</u>),</p> | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2881.8 kcal; Białko ogółem: 112.75 g; Tłuszcz: 111.59 g; Kw. tł. nasy.: 32.64 g; Węglowodany ogółem: 372.45 g; W tym cukry: 93.18 g; Błonnik pok.: 39 g; Sól: 8.81 g; WW: 33.48 Por; : 26.27 %; : 143.19 %; Ener. z T: 34.85 %; Ener. z Bł.: 2.71 %; K: 4629.88 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| czwartek 2024-02-15 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cięża mnoga (wysokobiałkowa) | | |
|---|---|---|
| Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Ogórek kiszony 150 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>), | Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Makaron pełnoziarnisty 250 g (<u>GLU PSZ</u>), Cukinia pieczona z olejem * 100 g, Sos boloński z mięsa drobiu udziec* - dieta 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (<u>JAJ, GOR</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml, | Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Pasta z wędliną drobiu wpi natką pietruszki 150 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>), Pomidor 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, |
| II Śniadanie: Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>), Mieszanka studencka 50 g (<u>OZI, ORZ</u>), Kiwi 1 szt 1 szt, | Podwieczorek: Kasza manna na mleku z truskawkami (gotowanymi) 300 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>), | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 3000.17 kcal; Białko ogółem: 123.03 g; Tłuszcz: 109.06 g; Kw. tł. nasy.: 28.42 g; Węglowodany ogółem: 395.24 g; W tym cukry: 104.17 g; Błonnik pok.: 40.43 g; Sól: 10.54 g; WW: 35.62 Por; : 66.86 %; : 201.87 %; Ener. z T: 32.72 %; Ener. z Bł.: 2.69 %; K: 4923.58 mg;

| czwartek 2024-02-15 Jadłospis dla diety: SZ-UL Posiłki regeneracyjne | | |
|---|---|--|
| | Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>), Sos boloński z mięsa drobiu udziec* 300 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Surówka wykwinna z olejem b/c 150 g (<u>JAJ, GOR</u>), | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1092.03 kcal; Białko ogółem: 47.8 g; Tłuszcz: 43.53 g; Kw. tł. nasy.: 8.24 g; Węglowodany ogółem: 134.55 g; W tym cukry: 17.33 g; Błonnik pok.: 12.97 g; Sól: 1.42 g; WW: 12.18 Por; : 17.51 %; : 44.54 %; Ener. z T: 35.88 %; Ener. z Bł.: 2.37 %; K: 2313.47 mg;

| czwartek 2024-02-15 Jadłospis dla diety: SZ-UL Normalna Broniewskiego | | |
|---|---|---|
| Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 70 g, Ogórek kiszony 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>), | Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Makaron 250 g (<u>GLU PSZ</u>), Cukinia pieczona z olejem * 100 g, Sos boloński z mięsa drobiu udziec* 250 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (<u>JAJ, GOR</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>), Papykarz szczeciński 150 g (<u>RYB, SOJ</u>), Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, |
| | Podwieczorek: Kasza manna na mleku z truskawkami (gotowanymi) 300 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml, | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 3082.66 kcal; Białko ogółem: 117.67 g; Tłuszcz: 105.26 g; Kw. tł. nasy.: 35.42 g; Węglowodany ogółem: 431.24 g; W tym cukry: 91.7 g; Błonnik pok.: 32.37 g; Sól: 10.5 g; WW: 39.96 Por; : 15.27 %; : 51.76 %; Ener. z T: 30.73 %; Ener. z Bł.: 2.1 %; K: 4304.64 mg;

| czwartek 2024-02-15 Jadłospis dla diety: SZ-UL Lekkostrawna Broniewskiego | | |
|--|---|---|
| Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>), Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Pomidor 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>), | Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Makaron 250 g (<u>GLU PSZ</u>), Cukinia pieczona z olejem * 100 g, Sos boloński z mięsa drobiu udziec* - dieta 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Surówka z marchwi i jabłka () 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>), Pasta z wędliną drobiu wpi natką pietruszki 100 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>), Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, |
| | Podwieczorek: Kasza manna na mleku z truskawkami (gotowanymi) 200 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml, | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2553.43 kcal; Białko ogółem: 101.3 g; Tłuszcz: 82.8 g; Kw. tł. nasy.: 29.89 g; Węglowodany ogółem: 359.99 g; W tym cukry: 87.41 g; Błonnik pok.: 23.4 g; Sól: 6.72 g; WW: 33.71 Por; : 15.87 %; : 52.73 %; Ener. z T: 29.18 %; Ener. z Bł.: 1.83 %; K: 3768.58 mg;

Jadłospis dla oddziałów

| czwartek 2024-02-15 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa CH Broniewskiego | | |
|--|--|--|
| Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>), Ogórek kiszony 50 g, | Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Makaron pełnoziarnisty 250 g (<u>GLU PSZ</u>), Sos boloński z mięsa drob udziec* - dieta 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Cukinia pieczona z olejem * 100 g, Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (<u>JAJ, GOR</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml, | Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Pasta z wędliną drob wp i natką pietruszki 100 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>), Sałata zielona 20 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>), Pomidor 100 g, | Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Papryka świeża 100 g, | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2502.99 kcal; Białko ogółem: 102.38 g; Tłuszcz: 86.55 g; Kw. tł. nasy.: 27.22 g; Węglowodany ogółem: 342.64 g; W tym cukry: 54.97 g; Błonnik pok.: 47.75 g; Sól: 8.95 g; WW: 29.67 Por; : 16.36 %; : 47.13 %; Ener. z T: 31.12 %; Ener. z Bł.: 3.82 %; K: 4598.59 mg;

| czwartek 2024-02-15 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa NCH Policie Diabetologia | | |
|---|---|--|
| Chleb Graham 90 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml, Pomidor 50 g, | Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Makaron pełnoziarnisty 250 g (<u>GLU PSZ</u>), Surówka wykwinna z olejem b/c 150 g (<u>JAJ, GOR</u>), Sos boloński z mięsa drob udziec* - dieta 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml, | Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Twarożek 100 g (<u>MLE</u>), Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml, |
| II Śniadanie: Ogórek świeży 100 g, | Podwieczorek: Papryka świeża 100 g, | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1770.57 kcal; Białko ogółem: 80.72 g; Tłuszcz: 56.78 g; Kw. tł. nasy.: 18.06 g; Węglowodany ogółem: 245.31 g; W tym cukry: 33.4 g; Błonnik pok.: 35.57 g; Sól: 4.59 g; WW: 21.07 Por; : 18.24 %; : 47.39 %; Ener. z T: 28.86 %; Ener. z Bł.: 4.02 %; K: 3487.52 mg;

| czwartek 2024-02-15 Jadłospis dla diety: SZ-UL Lekkostrawna Policie | | |
|--|--|--|
| Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>), Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Pomidor 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>), | Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>), Cukinia pieczona z olejem * 150 g, Sos boloński z mięsa drob udziec* - dieta 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml, | Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pasta z wędliną drob wp i natką pietruszki 100 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>), Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, |
| | Podwieczorek: Kasza manna na mleku z truskawkami (gotowanymi) 200 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>), | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2455 kcal; Białko ogółem: 97.98 g; Tłuszcz: 87.93 g; Kw. tł. nasy.: 29.51 g; Węglowodany ogółem: 324.39 g; W tym cukry: 75.2 g; Błonnik pok.: 18.23 g; Sól: 6.53 g; WW: 30.67 Por; : 15.96 %; : 49.88 %; Ener. z T: 32.24 %; Ener. z Bł.: 1.48 %; K: 3541.54 mg;

| czwartek 2024-02-15 Jadłospis dla diety: SZ-UL Neutropeniczna | | |
|--|--|--|
| Kasza manna 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>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Miód (25g) 1 szt, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, | Krupnik jaglany z ziemniakami (bez mleka)*() 400 ml (<u>SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Szynka wieprzowa gotowana 150 g, Sos ziołowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Marchewka z groszkiem*oprószana 150 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt, 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>), Krakowska sucha wieprzowa 100g-kielbasa wieprzowa grubo rozdrobniona, wędzona, parzona, suszona w plastrach 1 szt, Galaretko o smaku truskawkowym 200 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, |
| | Podwieczorek: Rogal maślany 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>), Serek o smaku waniliowym termizowany 100g 1 szt (<u>MLE</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 3072.81 kcal; Białko ogółem: 147.19 g; Tłuszcz: 88.63 g; Kw. tł. nasy.: 44.75 g; Węglowodany ogółem: 430.34 g; W tym cukry: 68.17 g; Błonnik pok.: 25.12 g; Sól: 9.07 g; WW: 40.29 Por; : 19.16 %; : 52.75 %; Ener. z T: 25.96 %; Ener. z Bł.: 1.63 %; K: 4212.73 mg;