

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział USK nr 1 PUM Szczecin

Śniadanie - II Śniadanie

Obiad - Podwieczorek

Kolacja - Posiłek nocny

poniedziałek 2024-02-19

Jadłospis dla diety: SZ-UL Normalna

Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.), Masło extra 82% 16.67 g (MLE.), Piersz delikatna z kurej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g, Ogórek kiszony 50 g, Kawa z mlekkiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.),

Dyniowa z ziemniakami*(f) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Makaron 200 g (GLU PSZ.), Gulasz warzywny z ciecierzycą * 200 g (GLUPSZ, SEL.), Surówka wykwinna z olejem b/c 150 g (JAJ, GOR.), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,

Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.), Masło extra 82% 16.67 g (MLE.), Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.), Majonez 20 g (JAJ, GOR.), Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,

Podwieczorek: Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.), Masło extra 82% 5 g (MLE.), Miód (25g) 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2460.2 kcal; Białko ogółem: 72.68 g; Tłuszcz: 90.53 g; Kw. tł. nasy.: 30.48 g; Węglowodany ogółem: 350.82 g; W tym cukry: 50.68 g; Błonnik pok.: 30.29 g; Sól: 8.41 g; WW: 32.01 Por; : 11.82 %; : 52.11 %; Ener. z T: 33.12 %; Ener. z Bł: 2.46 %; K: 2889.39 mg;

poniedziałek 2024-02-19

Jadłospis dla diety: SZ-UL Normalna dla dzieci

Bułka pszenna 75g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ.), Masło extra 82% 16.67 g (MLE.), Piersz delikatna z kurej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g, Ogórek świeży 50 g, Kawa z mlekkiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.), Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.),

Dyniowa z ziemniakami*(f). 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Makaron 200 g (GLU PSZ.), Gulasz warzywny z ciecierzycą * 200 g (GLUPSZ, SEL.), Surówka wykwinna z olejem b/c 150 g (JAJ, GOR.), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,

Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenna 75g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ.), Masło extra 82% 16.67 g (MLE.), Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.), Pasta drobiowo-warzywna ćw z kurczaka (f). 50 g (SEL.), Majonez 20 g (JAJ, GOR.), Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,

II Śniadanie: Podpiomyki b/c 30 g (GLUPSZ, MLE.), Sok warzywno-owocowy tioczony 100% 0,2l 1 szt,

Podwieczorek: Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.), Masło extra 82% 5 g (MLE.), Miód (25g) 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2789.01 kcal; Białko ogółem: 87.74 g; Tłuszcz: 99.67 g; Kw. tł. nasy.: 32.36 g; Węglowodany ogółem: 392.74 g; W tym cukry: 59.51 g; Błonnik pok.: 27.18 g; Sól: 7.8 g; WW: 36.48 Por; : 12.58 %; : 52.43 %; Ener. z T: 32.16 %; Ener. z Bł: 1.95 %; K: 3039.79 mg;

poniedziałek 2024-02-19

Jadłospis dla diety: SZ-UL Wegetariańska

Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.), Masło extra 82% 16.67 g (MLE.), Twaróg półtłusty 100 g (MLE.), Ogórek kiszony 150 g, Kawa z mlekkiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.),

Dyniowa z ziemniakami*(f) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Makaron 200 g (GLU PSZ.), Gulasz warzywny z ciecierzycą * 200 g (GLUPSZ, SEL.), Surówka wykwinna z olejem b/c 150 g (JAJ, GOR.), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,

Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.), Masło extra 82% 16.67 g (MLE.), Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.), Majonez 20 g (JAJ, GOR.), Pomidor 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,

II Śniadanie: Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, Podpiomyki b/c 30 g (GLU PSZ, MLE.),

Podwieczorek: Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.), Masło extra 82% 5 g (MLE.), Miód (25g) 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2714.79 kcal; Białko ogółem: 86.34 g; Tłuszcz: 96 g; Kw. tł. nasy.: 32.76 g; Węglowodany ogółem: 388.66 g; W tym cukry: 63.71 g; Błonnik pok.: 32.09 g; Sól: 9.11 g; WW: 35.62 Por; : 12.72 %; : 52.54 %; Ener. z T: 31.82 %; Ener. z Bł: 2.36 %; K: 3420.49 mg;

poniedziałek 2024-02-19

Jadłospis dla diety: SZ-UL Bezmleczna

Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Piersz delikatna z kurej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g, Ogórek kiszony 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,

Dyniowa z ziemniakami (bez mleka, bez glutenu)*(f) 400 ml (SEL.), Makaron 200 g (GLU PSZ.), Gulasz warzywny z ciecierzycą * 200 g (GLU PSZ, SEL.), Cukinia pieczona z olejem * 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,

Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.), Chleb Graham 40 g (GLU PSZ.), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.), Majonez 20 g (JAJ, GOR.), Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,

II Śniadanie: Galaretko o smaku truskawkowym 200 g,

Podwieczorek: Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Miód (25g) 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2453.42 kcal; Białko ogółem: 69.82 g; Tłuszcz: 85.25 g; Kw. tł. nasy.: 19.77 g; Węglowodany ogółem: 362.75 g; W tym cukry: 37.56 g; Błonnik pok.: 27.54 g; Sól: 9.13 g; WW: 33.37 Por; : 11.38 %; : 54.65 %; Ener. z T: 31.27 %; Ener. z Bł: 2.24 %; K: 2703.89 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-02-19		Jadłospis dla diety: SZ-UL. Bez laktozy	
Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g, Ogórek kiszony 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka, bez glutenu)*() 400 ml (<u>SEL.</u>), Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>), Gulasz warzywny z ciecierzycą * 200 g (<u>GLU PSZ SEL.</u>), 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 Graham 40 g (<u>GLU PSZ.</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>), Majonez 20 g (<u>JAJ. GOR.</u>), Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	
II Śniadanie: Galaretko o smaku truskawkowym 200 g,	Podwieczorek: Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Miód (25g) 1 szt,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2453.42 kcal; Białko ogółem: 69.82 g; Tłuszcz: 85.25 g; Kw. tł. nasy.: 19.77 g; Węglowodany ogółem: 362.75 g; W tym cukry: 37.56 g; Błonnik pok.: 27.54 g; Sól: 9.13 g; WW: 33.37 Por.; : 11.38 %; : 54.65 %; Ener. z T: 31.27 %; Ener. z Bł.: 2.24 %; K: 2703.89 mg;

poniedziałek 2024-02-19		Jadłospis dla diety: SZ-UL Bezglutenowa	
Chleb bezglutenowy 100 g, Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g, Ogórek kiszony 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Dyniowa z ziemniakami (bez glutenu)*() 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g, Gulasz z udźca kurczaka z warzywami (bez glutenu)* 250 g (<u>SEL.</u>), Surówka wykwinna z olejem b/c 150 g (<u>JAJ. GOR.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb bezglutenowy 100 g, Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>), Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, Majonez 20 g (<u>JAJ. GOR.</u>),	
II Śniadanie: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt,	Podwieczorek: Chleb bezglutenowy 50 g, Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Miód (25g) 1 szt,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2402.6 kcal; Białko ogółem: 64.84 g; Tłuszcz: 103.99 g; Kw. tł. nasy.: 32.23 g; Węglowodany ogółem: 306.82 g; W tym cukry: 36.66 g; Błonnik pok.: 17.78 g; Sól: 4.76 g; WW: 28.83 Por.; : 10.8 %; : 48.12 %; Ener. z T: 38.95 %; Ener. z Bł.: 1.48 %; K: 3863.25 mg;

poniedziałek 2024-02-19		Jadłospis dla diety: SZ-UL Bezglutenowa, bez mleka	
Chleb bezglutenowy 100 g, Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g, Ogórek kiszony 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka, bez glutenu)*() 400 ml (<u>SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g, Gulasz z udźca kurczaka z warzywami (bez glutenu)* 250 g (<u>SEL.</u>), Surówka wykwinna z olejem b/c 150 g (<u>JAJ. GOR.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb bezglutenowy 100 g, Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>), Majonez 20 g (<u>JAJ. GOR.</u>), Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	
II Śniadanie: Galaretko o smaku truskawkowym 200 g,	Podwieczorek: Chleb bezglutenowy 50 g, Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Miód (25g) 1 szt,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2477.75 kcal; Białko ogółem: 67.02 g; Tłuszcz: 102.94 g; Kw. tł. nasy.: 20.91 g; Węglowodany ogółem: 325.95 g; W tym cukry: 35.91 g; Błonnik pok.: 17.68 g; Sól: 5.16 g; WW: 30.71 Por.; : 10.82 %; : 49.77 %; Ener. z T: 37.39 %; Ener. z Bł.: 1.43 %; K: 3838.31 mg;

poniedziałek 2024-02-19		Jadłospis dla diety: SZ-UL Bogatoresztkowa	
Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g, Ogórek kiszony 150 g, Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Dyniowa z ziemniakami*() 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>), Gulasz warzywny z ciecierzycą * 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Surówka wykwinna z olejem b/c 150 g (<u>JAJ. GOR.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>), Pomidor 150 g, Majonez 20 g (<u>JAJ. GOR.</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Papryka świeża 200 g,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Miód (25g) 1 szt, Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2525.92 kcal; Białko ogółem: 76.68 g; Tłuszcz: 96.7 g; Kw. tł. nasy.: 33.51 g; Węglowodany ogółem: 357.64 g; W tym cukry: 67.19 g; Błonnik pok.: 46.13 g; Sól: 9.43 g; WW: 31.22 Por.; : 12.14 %; : 49.33 %; Ener. z T: 34.45 %; Ener. z Bł.: 3.65 %; K: 4369.12 mg;

Jadłospis dla oddziałów

poniedziałek 2024-02-19 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>), Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g , Jabłko pieczone 1szt. 1 szt , Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Dyniowa z ziemniakami*(<u>)</u> 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>), Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Cukinia pieczona z olejem * 150 g , Kompot z czarnej porzeczki i jablek *z/c 200 ml ,	Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>), Pomidor b/skórki 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
Podwieczorek: Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Miód (25g) 1 szt ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2284.56 kcal; Białko ogółem: 85.88 g; Tłuszcz: 79.91 g; Kw. tł. nasy.: 33.03 g; Węglowodany ogółem: 313.8 g; W tym cukry: 58.74 g; Błonnik pok.: 19.37 g; Sól: 5.13 g; WW: 29.35 Por; : 15.04 %; : 51.55 %; Ener. z T: 31.48 %; Ener. z Bl.: 1.7 %; K: 3119.8 mg;

poniedziałek 2024-02-19 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dzieci łatwo strawna		
Kasza jaglana 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>), Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g , Jabłko pieczone 1szt. 1 szt , Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Dyniowa z ziemniakami*(<u>)</u> 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>), Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 250 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Cukinia pieczona z olejem * 150 g , Kompot z czarnej porzeczki i jablek *z/c 200 ml ,	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>), Pasta drobiowo-warzywna ćw z kurczaka (). 50 g (<u>SEL.</u>), Pomidor b/skórki 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Podpiomyki b/c 50 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,		
Podwieczorek: Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Miód (25g) 1 szt ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2949.56 kcal; Białko ogółem: 117.54 g; Tłuszcz: 94.98 g; Kw. tł. nasy.: 37.35 g; Węglowodany ogółem: 415.99 g; W tym cukry: 81.45 g; Błonnik pok.: 23.64 g; Sól: 5.99 g; WW: 39.2 Por; : 15.94 %; : 53.21 %; Ener. z T: 28.98 %; Ener. z Bl.: 1.6 %; K: 4030.83 mg;

poniedziałek 2024-02-19 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>), Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g , Jabłko pieczone 1szt. 1 szt , Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Dyniowa z ziemniakami*(<u>)</u> 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Makaron drobny. 200 g (<u>GLU PSZ.</u>), Gulasz z udźca kurczaka z warzywami. 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Cukinia pieczona (bez oleju) * 150 g , Kompot z czarnej porzeczki i jablek *z/c 200 ml ,	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Pasta drobiowo-warzywna ćw z kurczaka (). 100 g (<u>SEL.</u>), Buraczki gotowane () 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt , Podpiomyki b/c 30 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>),		
Podwieczorek: Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ.</u>), Miód (25g) 1 szt ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2249.64 kcal; Białko ogółem: 99.26 g; Tłuszcz: 45.38 g; Kw. tł. nasy.: 14.67 g; Węglowodany ogółem: 371.79 g; W tym cukry: 66.81 g; Błonnik pok.: 24.78 g; Sól: 5.73 g; WW: 34.66 Por; : 17.65 %; : 61.7 %; Ener. z T: 18.16 %; Ener. z Bl.: 2.2 %; K: 3728.22 mg;

poniedziałek 2024-02-19 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>), Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g , Jabłko pieczone 1szt. 1 szt , Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Dyniowa z ziemniakami*(<u>)</u> 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Makaron drobny. 200 g (<u>GLU PSZ.</u>), Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 250 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Cukinia pieczona z olejem * 150 g , Kompot z czarnej porzeczki i jablek *z/c 200 ml ,	Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Pasta drobiowo-warzywna ćw z kurczaka (). 100 g (<u>SEL.</u>), Buraczki gotowane () 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
Podwieczorek: Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33l 1 szt , Miód (25g) 1 szt ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2621.12 kcal; Białko ogółem: 104.73 g; Tłuszcz: 88.42 g; Kw. tł. nasy.: 34.55 g; Węglowodany ogółem: 360.75 g; W tym cukry: 96.23 g; Błonnik pok.: 25.22 g; Sól: 5.79 g; WW: 33.54 Por; : 15.98 %; : 51.2 %; Ener. z T: 30.36 %; Ener. z Bl.: 1.92 %; K: 3958.03 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-02-19 Jadłospis dla diety: SZ-UL Specjalna bezmleczna		
Margaryna porcjowa 15g 1 szt , Pasta z warzyw i szynki drobiowej 100 g (<u>SEL</u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml , Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ</u>),	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka, bez glutenu)*(). 400 ml (<u>SEL</u>), Ziemniaki () 250 g , Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 250 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 90 g (<u>GLU PSZ</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt , Połędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 50 g , Pasta warzywna* 150 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Sok pomidorowy 0,3l 1 szt ,	Podwieczorek: Galaretka o smaku truskawkowym 200 g , Chrupki kukurydziane 30 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2389.52 kcal; Białko ogółem: 85.83 g; Tłuszcz: 77.41 g; Kw. tł. nasy.: 14.82 g; Węglowodany ogółem: 352.69 g; W tym cukry: 56.5 g; Błonnik pok.: 32.32 g; Sól: 7.64 g; WW: 31.93 Por; : 14.37 %; : 53.63 %; Ener. z T: 29.15 %; Ener. z Bł.: 2.71 %; K: 5010.28 mg;

poniedziałek 2024-02-19 Jadłospis dla diety: SZ-UL Papkowata		
Kasza jaglana 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>), Pasta z warzyw i szynki drobiowej 100 g (<u>SEL</u>), Marchew gotowana z olejem* 50 g , Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE GLU ŻYT GLU JECZ</u>),	Dyniowa z ziemniakami*(). 400 ml (<u>GLU PSZ MLE SEL</u>), Ziemniaki () 250 g , Cukinia pieczona z olejem * 150 g , Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml , Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU PSZ JAJ</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ SEL</u>),	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>), Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE</u>), Dżem 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
	Podwieczorek: Sok pomidorowy 0,3l 1 szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2474.9 kcal; Białko ogółem: 95.36 g; Tłuszcz: 84.09 g; Kw. tł. nasy.: 31.11 g; Węglowodany ogółem: 344.66 g; W tym cukry: 80.32 g; Błonnik pok.: 23.62 g; Sól: 6.2 g; WW: 32.21 Por; : 15.41 %; : 51.89 %; Ener. z T: 30.58 %; Ener. z Bł.: 1.91 %; K: 5004.41 mg;

poniedziałek 2024-02-19 Jadłospis dla diety: SZ-UL Papkowata cukrzycowa		
Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL</u>), Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pasta z warzyw i szynki drobiowej 100 g (<u>SEL</u>), Marchew gotowana z olejem* 50 g , Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE GLU ŻYT GLU JECZ</u>),	Dyniowa z ziemniakami*() 400 ml (<u>GLU PSZ MLE SEL</u>), Ziemniaki () 250 g , Cukinia pieczona z olejem * 150 g , Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml , Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU PSZ JAJ</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ SEL</u>),	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 drobiowo-warzywna ćw z kurczaka (). 100 g (<u>SEL</u>), Buraczki gotowane () 100 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,
II Śniadanie: Kefir 2.0% tl 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Sok pomidorowy 0,3l 1 szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2485.38 kcal; Białko ogółem: 101.86 g; Tłuszcz: 94.13 g; Kw. tł. nasy.: 29.89 g; Węglowodany ogółem: 322.77 g; W tym cukry: 44.36 g; Błonnik pok.: 31.74 g; Sól: 7 g; WW: 29.11 Por; : 16.39 %; : 46.84 %; Ener. z T: 34.09 %; Ener. z Bł.: 2.55 %; K: 6051.81 mg;

poniedziałek 2024-02-19 Jadłospis dla diety: SZ-UL Płynna cukrzycowa		
Mięso drobiowe gotowane 100g 1 szt , Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL</u>),	Dyniowa z ziemniakami*() 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 ,	Ryż na wywarze jarzynowym. 400 ml (<u>SEL</u>), Mięso drobiowe gotowane 100g 1 szt , Buraczki gotowane () 100 g , Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>),
II Śniadanie: Kefir 2.0% tl 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Sok pomidorowy 0,3l 1 szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1972.84 kcal; Białko ogółem: 116.63 g; Tłuszcz: 105.05 g; Kw. tł. nasy.: 35.88 g; Węglowodany ogółem: 147.82 g; W tym cukry: 21.77 g; Błonnik pok.: 16.22 g; Sól: 4.16 g; WW: 13.06 Por; : 23.65 %; : 26.68 %; Ener. z T: 47.92 %; Ener. z Bł.: 1.64 %; K: 4072.42 mg;

poniedziałek 2024-02-19 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 1 szt (<u>JAJ</u>), Kasza jaglana na mleku 400 ml (<u>MLE</u>),	Dyniowa z ziemniakami*() 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 ,	Ryż na wywarze jarzynowym. 400 ml (<u>SEL</u>), Mięso drobiowe gotowane 100g 1 szt , Buraczki gotowane () 100 g , Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>),
II Śniadanie: Kefir 2.0% tl 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Sok pomidorowy 0,3l 1 szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2254.67 kcal; Białko ogółem: 119.18 g; Tłuszcz: 100.09 g; Kw. tł. nasy.: 36.93 g; Węglowodany ogółem: 228.15 g; W tym cukry: 63.32 g; Błonnik pok.: 16.46 g; Sól: 4.98 g; WW: 21.14 Por; : 21.14 %; : 37.55 %; Ener. z T: 39.95 %; Ener. z Bł.: 1.46 %; K: 4950 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-02-19 Jadłospis dla diety: SZ-UL Przecierana		
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>), Kasza jaglana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>), Mleko w proszku 10 g (<u>MLE.</u>),	Dyniowa z ziemniakami*(<u>)</u> 400 ml (<u>GLU PSZ.</u> , <u>MLE.</u> , <u>SEL.</u>), Ziemniaki (<u>)</u> 150 g, Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>JAJ.</u>), Marchew gotowana z olejem* 100 g, Olej rzepakowy 10 g,	Ryż na wywarze jarzynowym. 300 ml (<u>SEL.</u>), Mięso drobiowe gotowane 100g 1 szt, Buraczki gotowane (<u>)</u> 100 g, Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>),
II Śniadanie: Kefir 2.0% tl 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),	Podwieczorek: Sok pomidorowy 0,3l 1 szt,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2109.42 kcal; Białko ogółem: 99.3 g; Tłuszcz: 91.52 g; Kw. tł. nasy.: 33.98 g; Węglowodany ogółem: 231.17 g; W tym cukry: 39.19 g; Błonnik pok.: 18.48 g; Sól: 4.72 g; WW: 21.28 Por.; : 18.83 %; : 40.33 %; Ener. z T: 39.05 %; Ener. z BI.: 1.75 %; K: 4705.35 mg;

poniedziałek 2024-02-19 Jadłospis dla diety: SZ-UL Niskokaloryczna		
Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Piersz delikatan z kurej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g, Ogórek kiszony 50 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE.</u> , <u>GLU ŻYT.</u> , <u>GLU JEZC.</u>),	Dyniowa z ziemniakami*(<u>)</u> 300 ml (<u>GLU PSZ.</u> , <u>MLE.</u> , <u>SEL.</u>), Makaron pełnoziarnisty 150 g (<u>GLU PSZ.</u>), Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>SEL.</u>), Cukinia pieczona z olejem * 150 g, 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>), Pasta drobiowo-warzywna ćw z kurczaka (<u>)</u> . 50 g (<u>SEL.</u>), Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,3l 1 szt,	Podwieczorek: Sałatka z kalafiolem ziemn.rzodkiewką i jajkiem 150 g (<u>JAJ.</u> , <u>MLE.</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1567.35 kcal; Białko ogółem: 84.63 g; Tłuszcz: 54.74 g; Kw. tł. nasy.: 16.01 g; Węglowodany ogółem: 190.66 g; W tym cukry: 30.01 g; Błonnik pok.: 30 g; Sól: 5.61 g; WW: 16.01 Por.; : 21.6 %; : 41 %; Ener. z T: 31.43 %; Ener. z BI.: 3.83 %; K: 3536.55 mg;

poniedziałek 2024-02-19 Jadłospis dla diety: SZ-UL Wysokobiałkowa/Wysokokaloryczna		
Kasza jaglana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Piersz delikatan z kurej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g, Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE.</u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt, Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE.</u> , <u>GLU ŻYT.</u> , <u>GLU JEZC.</u>),	Dyniowa z ziemniakami*(<u>)</u> 400 ml (<u>GLU PSZ.</u> , <u>MLE.</u> , <u>SEL.</u>), Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>), Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 250 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>SEL.</u>), Cukinia pieczona z olejem * 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>), Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb Graham 35 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>), Sałata zielona 20 g,	Podwieczorek: Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Miód (25g) 1 szt,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 3141.4 kcal; Białko ogółem: 138.22 g; Tłuszcz: 110.63 g; Kw. tł. nasy.: 46.33 g; Węglowodany ogółem: 411.79 g; W tym cukry: 78.54 g; Błonnik pok.: 28.13 g; Sól: 10.11 g; WW: 38.3 Por.; : 17.6 %; : 48.85 %; Ener. z T: 31.69 %; Ener. z BI.: 1.79 %; K: 3819.45 mg;

poniedziałek 2024-02-19 Jadłospis dla diety: SZ-UL Hematologiczna		
Kasza jaglana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ŻYT.</u>), Chleb Graham 40 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Piersz delikatan z kurej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g, Marchew gotowana z olejem* 50 g, Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE.</u> , <u>GLU ŻYT.</u> , <u>GLU JEZC.</u>),	Dyniowa z ziemniakami*(<u>)</u> z mięsem 400 ml (<u>GLU PSZ.</u> , <u>MLE.</u> , <u>SEL.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml, Makaron 250 g (<u>GLU PSZ.</u>), Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 250 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>SEL.</u>), Cukinia pieczona z olejem * 150 g,	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>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 20 g (<u>JAJ.</u> , <u>GOR.</u>), Buraczki gotowane (<u>)</u> 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Serek homo owocowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),	Podwieczorek: Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Miód (25g) 1 szt,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 3151.71 kcal; Białko ogółem: 129.72 g; Tłuszcz: 112.03 g; Kw. tł. nasy.: 40.11 g; Węglowodany ogółem: 419.5 g; W tym cukry: 61.79 g; Błonnik pok.: 27.71 g; Sól: 8.1 g; WW: 39.15 Por.; : 16.46 %; : 49.72 %; Ener. z T: 31.99 %; Ener. z BI.: 1.76 %; K: 3795.36 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-02-19		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>), Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g, Salata zielona 20 g, Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>),	Dyniowa z ziemniakami*(jz mięsem 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>), Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 250 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Surówka wykwinna z olejem b/c 150 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>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>), Majonez 20 g (<u>JAJ, GOR.</u>), Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Galaretka o smaku truskawkowym 200 g,	Podwieczorek: Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2771.22 kcal; Białko ogółem: 109.82 g; Tłuszcz: 109.47 g; Kw. tł. nasy.: 38.89 g; Węglowodany ogółem: 343.31 g; W tym cukry: 51.65 g; Błonnik pok.: 22.45 g; Sól: 7.8 g; WW: 31.97 Por; : 15.85 %; : 46.31 %; Ener. z T: 35.55 %; Ener. z Bł.: 1.62 %; K: 2886.98 mg;

poniedziałek 2024-02-19		Jadłospis dla diety: SZ- UL Hematologiczna cukrzyca wysokobiałkowa
Kasza jaglana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>), Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g, Marchew gotowana z olejem* 50 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Dyniowa z ziemniakami*(jz 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 *b/c 200 ml, Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 250 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>),	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Pasta drobiowo-warzywna ćw z kurczaka (). 50 g (<u>SEL.</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>), Ogórek kiszony 50 g, 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>), Pasta warzywna* 100 g (<u>SEL.</u>),	Podwieczorek: Chleb Graham 40 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>), Kalafor gotowany* 50 g,	Posiłek nocny: Chleb Graham 40 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Ser topiony 50 g (<u>MLE.</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 3216.08 kcal; Białko ogółem: 151.77 g; Tłuszcz: 133.69 g; Kw. tł. nasy.: 56.52 g; Węglowodany ogółem: 372.3 g; W tym cukry: 47.07 g; Błonnik pok.: 43.52 g; Sól: 11.35 g; WW: 32.8 Por; : 18.88 %; : 40.89 %; Ener. z T: 37.41 %; Ener. z Bł.: 2.71 %; K: 4991.13 mg;

poniedziałek 2024-02-19		Jadłospis dla diety: SZ- UL Hematologiczna łatwo strawna
Kasza jaglana 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>), Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g, Marchew gotowana z olejem* 50 g, Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Dyniowa z ziemniakami*(jz 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, Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 250 g (<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 warzywna* 100 g (<u>SEL.</u>), Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE.</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Podplomyki b/c 50 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>),	Podwieczorek: Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ.</u>), Miód (25g) 2 szt, Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2851.23 kcal; Białko ogółem: 119.42 g; Tłuszcz: 93.77 g; Kw. tł. nasy.: 37.34 g; Węglowodany ogółem: 391.31 g; W tym cukry: 65.99 g; Błonnik pok.: 22.45 g; Sól: 5.52 g; WW: 36.9 Por; : 16.75 %; : 51.75 %; Ener. z T: 29.6 %; Ener. z Bł.: 1.58 %; K: 3809.49 mg;

poniedziałek 2024-02-19		Jadłospis dla diety: SZ- UL Hematologiczna wysokobiałkowa
Kasza jaglana 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>), Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g, Marchew gotowana z olejem* 50 g, Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Dyniowa z ziemniakami*(jz 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, Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 250 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>), Dżem 25 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Podplomyki b/c 50 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>),	Podwieczorek: Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2911.41 kcal; Białko ogółem: 120.5 g; Tłuszcz: 97.79 g; Kw. tł. nasy.: 37.48 g; Węglowodany ogółem: 397.76 g; W tym cukry: 65.13 g; Błonnik pok.: 25.93 g; Sól: 7.77 g; WW: 37.11 Por; : 16.56 %; : 51.09 %; Ener. z T: 30.23 %; Ener. z Bł.: 1.78 %; K: 3714.9 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-02-19 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>), Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej, 50 g, Ogórek kiszony 50 g, Kawa z mlekkiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>),	Dyniowa z ziemniakami*(<u>)</u> 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ.</u>), Gulasz warzywny z ciecierzycą* 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Surówka wykwinna z olejem b/c 150 g (<u>JAJ, GOR.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb Graham 80 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Pasta drobiowo-warzywna ćw z kurczaka (<u>)</u> , 100 g (<u>SEL.</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>), Papryka świeża 100 g,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Surówka z selera i jabłka b/c (<u>)</u> 100 g (<u>MLE, SEL.</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2231.72 kcal; Białko ogółem: 89.85 g; Tłuszcz: 80.01 g; Kw. tł. nasy.: 27.88 g; Węglowodany ogółem: 306.25 g; W tym cukry: 48.79 g; Błonnik pok.: 52.64 g; Sól: 8 g; WW: 25.53 Por.; : 16.1 %; : 45.46 %; Ener. z T: 32.27 %; Ener. z Bł: 4.72 %; K: 4727.28 mg;

poniedziałek 2024-02-19 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa wysokolaryczna/wysokobiałkowa		
Kasza jaglana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>), Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>), 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, 50 g, Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>), Ogórek kiszony 50 g, Kawa z mlekkiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>),	Dyniowa z ziemniakami*(<u>)</u> 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ.</u>), Surówka wykwinna z olejem b/c 150 g (<u>JAJ, GOR.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml, Gulasz warzywny z ciecierzycą* 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>),	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Serek wiejski ziemisty 200g 1 szt (<u>MLE.</u>), 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>), Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g, Papryka świeża 100 g,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Surówka z selera i jabłka b/c (<u>)</u> 100 g (<u>MLE, SEL.</u>),	Posiłek nocny: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>), Salata zielona 20 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 3031.03 kcal; Białko ogółem: 131.6 g; Tłuszcz: 110.29 g; Kw. tł. nasy.: 47.1 g; Węglowodany ogółem: 399.59 g; W tym cukry: 63.14 g; Błonnik pok.: 55.29 g; Sól: 12.06 g; WW: 34.63 Por.; : 17.37 %; : 45.44 %; Ener. z T: 32.75 %; Ener. z Bł: 3.65 %; K: 4896.67 mg;

poniedziałek 2024-02-19 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa wątrobowa/trzustkowa		
Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej, 50 g, Marchew gotowana (bez oleju)* 50 g, Kawa z mlekkiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>),	Dyniowa z ziemniakami*(<u>)</u> 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Makaron drobny. 250 g (<u>GLU PSZ.</u>), Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 250 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Cukinia pieczona (bez oleju)* 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE.</u>), Buraczki gotowane (<u>)</u> 100 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Sok pomidorowy 0,3l 1 szt,	Podwieczorek: Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>), Pasta warzywna* b/oleju 100 g (<u>SEL.</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2213.25 kcal; Białko ogółem: 112.12 g; Tłuszcz: 44.2 g; Kw. tł. nasy.: 15.47 g; Węglowodany ogółem: 353.55 g; W tym cukry: 45.58 g; Błonnik pok.: 26.87 g; Sól: 7.13 g; WW: 32.64 Por.; : 20.26 %; : 59.04 %; Ener. z T: 17.97 %; Ener. z Bł: 2.43 %; K: 3934.11 mg;

poniedziałek 2024-02-19 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>), Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej, 50 g, Ogórek kiszony 150 g, Kawa z mlekkiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>),	Dyniowa z ziemniakami*(<u>)</u> 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ.</u>), Surówka wykwinna z olejem b/c 150 g (<u>JAJ, GOR.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml, Gulasz warzywny z ciecierzycą* 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</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>), Pomidor 150 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Ogórek świeży 100 g,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Surówka z selera i jabłka b/c (<u>)</u> 100 g (<u>MLE, SEL.</u>),	Posiłek nocny: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>), Salata zielona 20 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2413.71 kcal; Białko ogółem: 98.37 g; Tłuszcz: 88.05 g; Kw. tł. nasy.: 33.42 g; Węglowodany ogółem: 327.68 g; W tym cukry: 52.1 g; Błonnik pok.: 54.23 g; Sól: 11.66 g; WW: 27.35 Por.; : 16.3 %; : 45.32 %; Ener. z T: 32.83 %; Ener. z Bł: 4.49 %; K: 4679.57 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-02-19 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa dla matek karmiących		
Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g, Rzodkiew biała 150 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Dyniowa z ziemniakami*() 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ.</u>), Gulasz warzywny z ciecierzycą* 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Surówka wykwinna z olejem b/c 150 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>), Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE.</u>), Pomidor 150 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Papryka świeża 100 g,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Ogórek świeży 100 g,	Posiłek nocny: Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Sałata zielona 20 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2529.15 kcal; Białko ogółem: 104.66 g; Tłuszcz: 96.99 g; Kw. tł. nasy.: 37.49 g; Węglowodany ogółem: 331.23 g; W tym cukry: 58.35 g; Błonnik pok.: 55.57 g; Sól: 8.92 g; WW: 27.66 Por.; 16.55 %; 43.6 %; Ener. z T: 34.52 %; Ener. z Bł.: 4.39 %; K: 5062.39 mg;

poniedziałek 2024-02-19 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>), Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g, Ogórek świeży 50 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 200 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Dyniowa z ziemniakami*() 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ.</u>), Surówka wykwinna z olejem b/c 150 g (<u>JAJ, GOR.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml, Gulasz warzywny z ciecierzycą* 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</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>), 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>), Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>), Jabłko 1 szt 1 szt, 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>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>), Papryka świeża 50 g, Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),	Posiłek nocny: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>), Sałata zielona 20 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2999.44 kcal; Białko ogółem: 133.65 g; Tłuszcz: 112.82 g; Kw. tł. nasy.: 45.89 g; Węglowodany ogółem: 381.28 g; W tym cukry: 59.71 g; Błonnik pok.: 49.99 g; Sól: 9.91 g; WW: 33.28 Por.; 17.82 %; 44.18 %; Ener. z T: 33.85 %; Ener. z Bł.: 3.33 %; K: 4158.22 mg;

poniedziałek 2024-02-19 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa bezmleczna		
Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g, Ogórek kiszony 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka, bez glutenu)*() 400 ml (<u>SEL.</u>), Makaron pełnoziarnisty 250 g (<u>GLU PSZ.</u>), Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 250 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Surówka wykwinna z olejem b/c 150 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>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</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>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Papryka świeża 100 g,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Ogórek świeży 100 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2300.87 kcal; Białko ogółem: 88.74 g; Tłuszcz: 99.5 g; Kw. tł. nasy.: 25.66 g; Węglowodany ogółem: 277.73 g; W tym cukry: 29.63 g; Błonnik pok.: 43.6 g; Sól: 7.57 g; WW: 23.31 Por.; 15.43 %; 40.7 %; Ener. z T: 38.92 %; Ener. z Bł.: 3.79 %; K: 3830.54 mg;

poniedziałek 2024-02-19 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzyca nerkowa		
Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g, Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 25 g, Marchew gotowana z olejem* 150 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka, bez glutenu)*(). 400 ml (<u>SEL.</u>), Ziemniaki () 250 g, Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Cukinia pieczona z olejem* 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g, Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>), Buraczki gotowane () 150 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>), Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt,	Podwieczorek: Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 50 g, Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Pasta warzywna* 100 g (<u>SEL.</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2342.17 kcal; Białko ogółem: 54.65 g; Tłuszcz: 101.37 g; Kw. tł. nasy.: 34.61 g; Węglowodany ogółem: 307.48 g; W tym cukry: 38.17 g; Błonnik pok.: 45.87 g; Sól: 7.97 g; WW: 26.05 Por.; 9.33 %; 44.68 %; Ener. z T: 38.95 %; Ener. z Bł.: 3.92 %; K: 5331.78 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-02-19 Jadłospis dla diety: SZ-UL Nerkowa		
Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g, Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Piersz delikatna z kunej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g, Miód (25g) 2 szt., Cukinia pieczona z olejem * 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Dyniowa z ziemniakami*() 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 150 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Cukinia pieczona z olejem * 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g, Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>), Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>), Buraczki gotowane () 100 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
Podwieczorek: Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 50 g, Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Miód (25g) 1 szt.,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2257.92 kcal; Białko ogółem: 50.3 g; Tłuszcz: 78.92 g; Kw. tł. nasy.: 30.04 g; Węglowodany ogółem: 335.36 g; W tym cukry: 45.14 g; Błonnik pok.: 34.93 g; Sól: 7.36 g; WW: 29.99 Por; : 8.91 %; : 53.22 %; Ener. z T: 31.46 %; Ener. z Bł.: 3.09 %; K: 4039.03 mg;

poniedziałek 2024-02-19 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dna moczaniowa		
Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Twaróg 100 g (<u>MLE</u>), Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Dyniowa z ziemniakami*() 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Makaron 200 g (<u>GLUPSZ</u>), Cukinia pieczona z olejem * 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml, Gulasz warzywny z ciecierzycą * 200 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>SEL</u>),	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE</u>), Salata zielona z olejem 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
Podwieczorek: Bulka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Miód (25g) 1 szt.,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2346.9 kcal; Białko ogółem: 79.2 g; Tłuszcz: 78.87 g; Kw. tł. nasy.: 32.32 g; Węglowodany ogółem: 340.87 g; W tym cukry: 46 g; Błonnik pok.: 28.5 g; Sól: 5.76 g; WW: 31.32 Por; : 13.5 %; : 53.24 %; Ener. z T: 30.24 %; Ener. z Bł.: 2.43 %; K: 2915.69 mg;

poniedziałek 2024-02-19 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,	Kalaforowa 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 źródlana 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: 2122.03 kcal; Białko ogółem: 100.04 g; Tłuszcz: 73.97 g; Kw. tł. nasy.: 21.1 g; Węglowodany ogółem: 278.56 g; W tym cukry: 60.1 g; Błonnik pok.: 33.32 g; Sól: 3.34 g; WW: 24.33 Por; : 18.86 %; : 46.23 %; Ener. z T: 31.37 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 3512.64 mg;

poniedziałek 2024-02-19 Jadłospis dla diety: SZ-UL Niemowlaki		
Kasza jaglana na mleku 200 ml (<u>MLE</u>), Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Piersz delikatna z kunej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g, Jabłko pieczone 1szt. 1 szt., Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JECZ</u>),	Dyniowa z ziemniakami*() 200 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki () 100 g, Cukinia pieczona z olejem * 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml, Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 250 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>SEL</u>),	Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Pasta drobiowo-warzywna ów z kurczaka (). 100 g (<u>SEL</u>), Pomidor b/skórki 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE</u>),		
Podwieczorek: Bulka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Miód (25g) 1 szt.,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2118.5 kcal; Białko ogółem: 99.56 g; Tłuszcz: 74.15 g; Kw. tł. nasy.: 27.22 g; Węglowodany ogółem: 272.84 g; W tym cukry: 77.86 g; Błonnik pok.: 22.06 g; Sól: 5.11 g; WW: 25.13 Por; : 18.8 %; : 47.35 %; Ener. z T: 31.5 %; Ener. z Bł.: 2.08 %; K: 4412.49 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-02-19 Jadłospis dla diety: SZ-UL papkowata niemowlaki		
Kasza jaglana na mleku 200 ml (<u>MLE</u>), Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Pasta z warzyw i szynki drobiowej 100 g (<u>SEL</u>), Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt., Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Dyniowa z ziemniakami*(<u>)</u> 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki (<u>)</u> 100 g, Cukinia pieczona z olejem * 150 g, Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 250 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Ryż na wywarze jarzynowym 200 ml (<u>SEL</u>), Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Pasta drobiowo-warzywna ćw z kurczaka (<u>)</u> . 100 g (<u>SEL</u>), Buraczki gotowane (<u>)</u> 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczerek: Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Miód (25g) 1 szt,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2283.63 kcal; Białko ogółem: 100.69 g; Tłuszcz: 82.63 g; Kw. tł. nasy.: 27.7 g; Węglowodany ogółem: 295.57 g; W tym cukry: 83.89 g; Błonnik pok.: 25.6 g; Sól: 5.28 g; WW: 27.02 Por; : 17.64 %; : 47.29 %; Ener. z T: 32.57 %; Ener. z Bł.: 2.24 %; K: 4695.73 mg;

poniedziałek 2024-02-19 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dieta Mamy I trymestr		
Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Piersz delikatna z kunej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g, Ogórek kiszony 150 g, Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>),	Dyniowa z ziemniakami*(<u>)</u> . 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Gulasz warzywny z ciecierzycą * 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Makaron pelnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ</u>), Surówka wykwinna z olejem b/c 150 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>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Majonez 20 g (<u>JAJ, GOR</u>), Pomidor 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 szt,	Podwieczerek: Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Miód (25g) 1 szt,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2414.65 kcal; Białko ogółem: 74.07 g; Tłuszcz: 89.88 g; Kw. tł. nasy.: 26.34 g; Węglowodany ogółem: 340.08 g; W tym cukry: 71.74 g; Błonnik pok.: 42.25 g; Sól: 9.09 g; WW: 29.75 Por; : 12.27 %; : 49.34 %; Ener. z T: 33.5 %; Ener. z Bł.: 3.5 %; K: 3886.87 mg;

poniedziałek 2024-02-19 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dieta Mamy II trymestr		
Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Piersz delikatna z kunej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g, Ogórek kiszony 150 g, Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>),	Dyniowa z ziemniakami*(<u>)</u> . 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Makaron pelnoziarnisty 250 g (<u>GLU PSZ</u>), Gulasz warzywny z ciecierzycą * 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Surówka wykwinna z olejem b/c 150 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% 16.67 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Majonez 20 g (<u>JAJ, GOR</u>), Pomidor 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 szt,	Podwieczerek: Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Miód (25g) 2 szt,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2671.93 kcal; Białko ogółem: 76.8 g; Tłuszcz: 102.06 g; Kw. tł. nasy.: 33.77 g; Węglowodany ogółem: 373.6 g; W tym cukry: 72.84 g; Błonnik pok.: 43.65 g; Sól: 9.15 g; WW: 32.98 Por; : 11.5 %; : 49.4 %; Ener. z T: 34.38 %; Ener. z Bł.: 3.27 %; K: 3954.51 mg;

poniedziałek 2024-02-19 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dieta Mamy III trymestr		
Kasza jaglana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Piersz delikatna z kunej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g, Ogórek kiszony 150 g, Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Dyniowa z ziemniakami*(<u>)</u> . 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Makaron pelnoziarnisty 250 g (<u>GLU PSZ</u>), Gulasz warzywny z ciecierzycą * 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Surówka wykwinna z olejem b/c 150 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% 16.67 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Majonez 20 g (<u>JAJ, GOR</u>), Pomidor 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 szt,	Podwieczerek: Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Miód (25g) 1 szt,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2801.21 kcal; Białko ogółem: 87.68 g; Tłuszcz: 107.81 g; Kw. tł. nasy.: 36.94 g; Węglowodany ogółem: 382.32 g; W tym cukry: 84.86 g; Błonnik pok.: 44.37 g; Sól: 9.43 g; WW: 33.79 Por; : 12.52 %; : 48.26 %; Ener. z T: 34.64 %; Ener. z Bł.: 3.17 %; K: 4352.06 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-02-19 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dieta Mamy Okres Laktacji		
Kasza jaglana 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>), Pierś delikatna z kumej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g, Ogórek kiszony 150 g, Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>),	Dyniowa z ziemniakami*(t). 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Makaron pełnoziarnisty 250 g (<u>GLU PSZ</u>), Gulasz warzywny z ciecierzycą * 300 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Surówka wykwinna z olejem b/c 150 g (<u>JAJ, GOR</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Majonez 20 g (<u>JAJ, GOR</u>), Pomidor 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 szt,	Podwieczorek: Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Miód (25g) 1 szt,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2890.2 kcal; Białko ogółem: 91.1 g; Tłuszcz: 111.88 g; Kw. tł. nasy.: 37.22 g; Węglowodany ogółem: 391.87 g; W tym cukry: 87.81 g; Błonnik pok.: 45.32 g; Sól: 9.6 g; WW: 34.64 Por; : 12.61 %; : 47.96 %; Ener. z T: 34.84 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 4558.88 mg;

poniedziałek 2024-02-19 Jadłospis dla diety: SZ-UL Ciąża mnoga (wysokobiałkowa)		
Kasza jaglana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 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>), Pierś delikatna z kumej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g, Ogórek kiszony 150 g, Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>),	Dyniowa z ziemniakami*(t). 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Makaron pełnoziarnisty 250 g (<u>GLU PSZ</u>), Gulasz warzywny z ciecierzycą * 300 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Surówka wykwinna z olejem b/c 150 g (<u>JAJ, GOR</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLUPSZ, 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>), Pomidor 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 szt,	Podwieczorek: Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Miód (25g) 1 szt,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2943 kcal; Białko ogółem: 97.96 g; Tłuszcz: 99.16 g; Kw. tł. nasy.: 36.46 g; Węglowodany ogółem: 429.17 g; W tym cukry: 87.65 g; Błonnik pok.: 49.86 g; Sól: 10.28 g; WW: 37.94 Por; : 13.31 %; : 51.55 %; Ener. z T: 30.32 %; Ener. z Bł.: 3.39 %; K: 4727.88 mg;

poniedziałek 2024-02-19 Jadłospis dla diety: SZ-UL Posiłki regeneracyjne		
	Dyniowa z ziemniakami*(t) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Makaron 250 g (<u>GLU PSZ</u>), Gulasz warzywny z ciecierzycą * 300 g (<u>GLUPSZ, SEL</u>), Surówka wykwinna z olejem b/c 150 g (<u>JAJ, GOR</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1093.29 kcal; Białko ogółem: 31.84 g; Tłuszcz: 32.57 g; Kw. tł. nasy.: 2.63 g; Węglowodany ogółem: 174.67 g; W tym cukry: 21.43 g; Błonnik pok.: 18.36 g; Sól: 2.19 g; WW: 15.62 Por; : 11.65 %; : 57.19 %; Ener. z T: 26.81 %; Ener. z Bł.: 3.36 %; K: 2290.54 mg;

poniedziałek 2024-02-19 Jadłospis dla diety: SZ-UL Normalna Broniewskiego		
Kasza jaglana 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>), Pierś delikatna z kumej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g, Ogórek kiszony 50 g, Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>),	Dyniowa z ziemniakami*(t) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Makaron 250 g (<u>GLU PSZ</u>), Gulasz warzywny z ciecierzycą * 250 g (<u>GLUPSZ, SEL</u>), Surówka wykwinna z olejem b/c 150 g (<u>JAJ, GOR</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>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Majonez 20 g (<u>JAJ, GOR</u>), Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
	Podwieczorek: Bulka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Miód (25g) 2 szt, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 3140.13 kcal; Białko ogółem: 92.73 g; Tłuszcz: 109.97 g; Kw. tł. nasy.: 40.51 g; Węglowodany ogółem: 458.84 g; W tym cukry: 71.7 g; Błonnik pok.: 34.72 g; Sól: 9.3 g; WW: 42.4 Por; : 11.81 %; : 54.03 %; Ener. z T: 31.52 %; Ener. z Bł.: 2.21 %; K: 3560.72 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-02-19 Jadłospis dla diety: SZ-UL Lekkostrawna Broniewskiego		
Kasza jaglana 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>), Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g, Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt, Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Dyniowa z ziemniakami*(<u>)</u> 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Makaron 250 g (<u>GLU PSZ</u>), Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 250 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>), Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE</u>), Pomidor b/skórki 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
	Podwieczorek: Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Miód (25g) 1 szt, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2631.91 kcal; Białko ogółem: 109.62 g; Tłuszcz: 84.88 g; Kw. tł. nasy.: 36.68 g; Węglowodany ogółem: 366.66 g; W tym cukry: 80.57 g; Błonnik pok.: 22.08 g; Sól: 5.05 g; WW: 34.46 Por.; : 16.66 %; : 52.37 %; Ener. z T: 29.02 %; Ener. z Bł.: 1.68 %; K: 3693.98 mg;

poniedziałek 2024-02-19 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa CH Broniewskiego		
Kasza jaglana 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>), Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g, Ogórek kiszony 50 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Dyniowa z ziemniakami*(<u>)</u> 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Makaron pełnoziarnisty 250 g (<u>GLU PSZ</u>), Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 250 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Surówka wykwinna z olejem b/c 150 g (<u>JAJ, GOR</u>), 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>), Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE</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>), Papryka świeża 100 g,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Kalafior gotowany* 150 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2667.67 kcal; Białko ogółem: 121.4 g; Tłuszcz: 83.83 g; Kw. tł. nasy.: 31.03 g; Węglowodany ogółem: 375.28 g; W tym cukry: 58.36 g; Błonnik pok.: 54.63 g; Sól: 8.21 g; WW: 32.18 Por.; : 18.2 %; : 48.08 %; Ener. z T: 28.28 %; Ener. z Bł.: 4.1 %; K: 4855.98 mg;

poniedziałek 2024-02-19 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa NCH Police Diabetologia		
Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g, Ogórek świeży 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,	Dyniowa z ziemniakami*(<u>)</u> 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki (<u>)</u> 250 g, Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 250 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Brokuł gotowany* 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE</u>), Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g, Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Papryka świeża 100 g,	Podwieczorek: Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 150 g (<u>SEL</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1951.95 kcal; Białko ogółem: 107.45 g; Tłuszcz: 49.68 g; Kw. tł. nasy.: 19.21 g; Węglowodany ogółem: 289.51 g; W tym cukry: 27.37 g; Błonnik pok.: 41.96 g; Sól: 8 g; WW: 24.85 Por.; : 22.02 %; : 50.73 %; Ener. z T: 22.91 %; Ener. z Bł.: 4.3 %; K: 5581.51 mg;

poniedziałek 2024-02-19 Jadłospis dla diety: SZ-UL Lekkostrawna Police		
Kasza jaglana 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>), Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g, Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt, Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Dyniowa z ziemniakami*(<u>)</u> 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, Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 250 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>),	Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Pomidor b/skórki 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
	Podwieczorek: Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Miód (25g) 1 szt,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2529.01 kcal; Białko ogółem: 101.21 g; Tłuszcz: 86.93 g; Kw. tł. nasy.: 36.71 g; Węglowodany ogółem: 339.76 g; W tym cukry: 71.56 g; Błonnik pok.: 20.52 g; Sól: 5.35 g; WW: 31.84 Por.; : 16.01 %; : 50.49 %; Ener. z T: 31.65 %; Ener. z Bł.: 1.62 %; K: 3650.48 mg;