

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USK nr 1 PUM Szczecin		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2024-02-21		
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>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>), Chrzan ze śmietaną 20 g (<u>MLE, SO2.</u>), Papryka konserwowa 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g, Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>), Marchewka z groszkiem*oprószana 100 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml, Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</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>), Paprykarz szczeciński 100 g (<u>RYB, SOJ.</u>), Ogórek kiszony 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
Podwieczorek: Rogal maślany 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2413.94 kcal; Białko ogółem: 90.33 g; Tłuszcz: 80.21 g; Kw. tł. nasy.: 32.94 g; Węglowodany ogółem: 347.15 g; W tym cukry: 46.18 g; Błonnik pok.: 33.08 g; Sól: 8.99 g; WW: 31.38 Por; : 14.97 %; : 52.04 %; Ener. z T: 29.9 %; Ener. z Bł.: 2.74 %; K: 3950.05 mg;

środa 2024-02-21		
Jadłospis dla diety: SZ-UL Normalna dla dzieci		
Bułka pszenna 75g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ.</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>), Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE.</u>), Papryka świeża 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>), Majonez 20 g (<u>JAJ, GOR.</u>),	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g, Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>), Marchewka z groszkiem*oprószana 100 g (<u>GLU PSZ, 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>), Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g, Paprykarz szczeciński 50 g (<u>RYB, SOJ.</u>), Ogórek świeży 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Koktajl bananowy. 200 ml (<u>MLE.</u>)	Podwieczorek: Rogal maślany 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Miód (25g) 1 szt,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2958.04 kcal; Białko ogółem: 122.24 g; Tłuszcz: 108.1 g; Kw. tł. nasy.: 44.74 g; Węglowodany ogółem: 385.89 g; W tym cukry: 82.88 g; Błonnik pok.: 28.06 g; Sól: 10.23 g; WW: 35.81 Por; : 16.53 %; : 48.39 %; Ener. z T: 32.89 %; Ener. z Bł.: 1.9 %; K: 4230.14 mg;

środa 2024-02-21		
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>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>), Chrzan ze śmietaną 20 g (<u>MLE, SO2.</u>), Papryka konserwowa 100 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Kottlety ziemniaczane () 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>), Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>), Marchewka z groszkiem*oprószana 100 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Paprykarz szczeciński 100 g (<u>RYB, SOJ.</u>), Ogórek kiszony 100 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Koktajl bananowy. 200 ml (<u>MLE.</u>)	Podwieczorek: Rogal maślany 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2748.37 kcal; Białko ogółem: 82.56 g; Tłuszcz: 95.78 g; Kw. tł. nasy.: 35.48 g; Węglowodany ogółem: 403.89 g; W tym cukry: 67.8 g; Błonnik pok.: 37.07 g; Sól: 9.96 g; WW: 36.68 Por; : 12.02 %; : 53.39 %; Ener. z T: 31.37 %; Ener. z Bł.: 2.7 %; K: 4222.67 mg;

środa 2024-02-21		
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, Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>), Papryka konserwowa 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, Majonez 20 g (<u>JAJ, GOR.</u>)	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)*. 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g, Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (<u>SEL.</u>), Marchew gotowana z olejem* 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Paprykarz szczeciński 100 g (<u>RYB, SOJ.</u>), Ogórek kiszony 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Banan 1szt. 1 szt,	Podwieczorek: Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Miód (25g) 1 szt,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2555.88 kcal; Białko ogółem: 78.55 g; Tłuszcz: 92.1 g; Kw. tł. nasy.: 22.76 g; Węglowodany ogółem: 370.9 g; W tym cukry: 72.98 g; Błonnik pok.: 35.03 g; Sól: 9.86 g; WW: 33.6 Por; : 12.29 %; : 52.56 %; Ener. z T: 32.43 %; Ener. z Bł.: 2.74 %; K: 4325.96 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-02-21 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bez laktozy		
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., Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>), Papryka konserwowa 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, Majonez 20 g (<u>JAJ, GOR.</u>),	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)*. 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g, Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (<u>SEL.</u>), Marchew gotowana z olejem* 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb razowy żytnio-pszenno 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt., Paprykarz szczeciński 100 g (<u>RYB, SOJ.</u>), Ogórek kiszony 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Banan 1szt. 1 szt.,	Podwieczorek: Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt., Miód (25g) 1 szt.,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2555.88 kcal; Białko ogółem: 78.55 g; Tłuszcz: 92.1 g; Kw. tł. nasy.: 22.76 g; Węglowodany ogółem: 370.9 g; W tym cukry: 72.98 g; Błonnik pok.: 35.03 g; Sól: 9.86 g; WW: 33.6 Por; : 12.29 %; : 52.56 %; Ener. z T: 32.43 %; Ener. z Bł.: 2.74 %; K: 4325.96 mg;

środa 2024-02-21 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bezglutenowa		
Chleb bezglutenowy 100 g, Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>), Papryka konserwowa 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, Chrzan ze śmietaną 20 g (<u>MLE, SO2.</u>),	Pomidorowa z makaronem (bez glutenu)*. 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez glutenu) 90 g (<u>JAJ.</u>), Sos szpinakowy (bez glutenu)* 100 ml, Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>), Marchew gotowana z olejem* 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb bezglutenowy 100 g, Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Paprykarz szczeciński 100 g (<u>RYB, SOJ.</u>), Ogórek kiszony 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Koktajl bananowy. 200 ml (<u>MLE.</u>),	Podwieczorek: Chleb bezglutenowy 50 g, Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Miód (25g) 1 szt.,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2367.76 kcal; Białko ogółem: 68.23 g; Tłuszcz: 97.92 g; Kw. tł. nasy.: 34.78 g; Węglowodany ogółem: 310.21 g; W tym cukry: 56.24 g; Błonnik pok.: 20.61 g; Sól: 5.61 g; WW: 29.03 Por; : 11.53 %; : 48.92 %; Ener. z T: 37.22 %; Ener. z Bł.: 1.74 %; K: 3932.84 mg;

środa 2024-02-21 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bezglutenowa, bez mleka		
Chleb bezglutenowy 100 g, Margaryna porcjowa 15g 1 szt., Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>), Papryka konserwowa 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, Majonez 20 g (<u>JAJ, GOR.</u>),	Pomidorowa z makaronem (bez mleka, bez glutenu)*. 400 ml (<u>SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez glutenu) 90 g (<u>JAJ.</u>), Marchew gotowana z olejem* 100 g, Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (<u>SEL.</u>), Sos szpinakowy (bez glutenu)* 100 ml, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb bezglutenowy 100 g, Margaryna porcjowa 15g 1 szt., Paprykarz szczeciński 100 g (<u>RYB, SOJ.</u>), Ogórek kiszony 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Banan 1szt. 1 szt.,	Podwieczorek: Chleb bezglutenowy 50 g, Margaryna porcjowa 15g 1 szt., Miód (25g) 1 szt.,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2463.01 kcal; Białko ogółem: 62.82 g; Tłuszcz: 106.32 g; Kw. tł. nasy.: 21.09 g; Węglowodany ogółem: 322.33 g; W tym cukry: 64.73 g; Błonnik pok.: 21.5 g; Sól: 6.01 g; WW: 30.07 Por; : 10.2 %; : 48.86 %; Ener. z T: 38.85 %; Ener. z Bł.: 1.75 %; K: 4139.64 mg;

środa 2024-02-21 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bogatoresztkowa		
Chleb razowy żytnio-pszenno 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>), Chrzan ze śmietaną 20 g (<u>MLE, SO2.</u>), Papryka konserwowa 150 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g, Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>), Marchewka z groszkiem*oprószana 100 g (<u>GLU PSZ, MLE.</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 100 g (<u>RYB, SOJ.</u>), Ogórek kiszony 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Koktajl bananowy. 200 ml (<u>MLE.</u>),	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenno 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2482.57 kcal; Białko ogółem: 95 g; Tłuszcz: 92.94 g; Kw. tł. nasy.: 40.47 g; Węglowodany ogółem: 338 g; W tym cukry: 74.5 g; Błonnik pok.: 45.77 g; Sól: 10.8 g; WW: 29.2 Por; : 15.31 %; : 47.09 %; Ener. z T: 33.69 %; Ener. z Bł.: 3.69 %; K: 5264.93 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-02-21 Jadłospis dla diety: SZ-UL Łatwo strawna		
Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Dynia z wody 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>),	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Surówka z selera i jabłka () 150 g (<u>MLE, 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>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Salata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
Podwieczorek: Rogal maślany 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Miód (25g) 1 szt,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2319.23 kcal; Białko ogółem: 91.5 g; Tłuszcz: 76.01 g; Kw. tł. nasy.: 31.33 g; Węglowodany ogółem: 327.62 g; W tym cukry: 50.8 g; Błonnik pok.: 23.14 g; Sól: 4.91 g; WW: 30.53 Por; : 15.78 %; : 52.51 %; Ener. z T: 29.5 %; Ener. z Bł.: 2 %; K: 3644.43 mg;

środa 2024-02-21 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dzieci łatwo strawna		
Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Serek wiejski ziamisty 200g 1 szt (<u>MLE</u>), Pomidor 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>),	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Surówka z selera i jabłka () 150 g (<u>MLE, 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>), Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g, Salata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Koktajl bananowy. 200 ml (<u>MLE</u>),		
Podwieczorek: Rogal maślany 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Miód (25g) 1 szt,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2876.05 kcal; Białko ogółem: 126.66 g; Tłuszcz: 97.83 g; Kw. tł. nasy.: 44.46 g; Węglowodany ogółem: 385.82 g; W tym cukry: 89.97 g; Błonnik pok.: 24.18 g; Sól: 8.25 g; WW: 36.34 Por; : 17.62 %; : 50.3 %; Ener. z T: 30.61 %; Ener. z Bł.: 1.68 %; K: 4613.72 mg;

środa 2024-02-21 Jadłospis dla diety: SZ-UL Trzustkowa/Wątrobowa		
Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Dynia z wody 150 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>),	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Marchew gotowana (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>), Pasta z wędliną drob wp i natką pietruszki. 100 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>), Cukinia pieczona (bez oleju) * 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Koktajl bananowy. 200 ml (<u>MLE</u>),		
Podwieczorek: Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Miód (25g) 2 szt, Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2310.53 kcal; Białko ogółem: 96.5 g; Tłuszcz: 52.23 g; Kw. tł. nasy.: 18.75 g; Węglowodany ogółem: 371.1 g; W tym cukry: 80.85 g; Błonnik pok.: 24.83 g; Sól: 8.73 g; WW: 34.7 Por; : 16.71 %; : 59.95 %; Ener. z T: 20.35 %; Ener. z Bł.: 2.15 %; K: 4519.1 mg;

środa 2024-02-21 Jadłospis dla diety: SZ-UL Żołądkowa		
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 JĘCZ</u>),	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Marchew gotowana z olejem* 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), 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: Rogal maślany 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Miód (25g) 1 szt,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2331.14 kcal; Białko ogółem: 87.56 g; Tłuszcz: 71.57 g; Kw. tł. nasy.: 27.24 g; Węglowodany ogółem: 342.87 g; W tym cukry: 49.29 g; Błonnik pok.: 23.06 g; Sól: 7.65 g; WW: 32.08 Por; : 15.02 %; : 54.87 %; Ener. z T: 27.63 %; Ener. z Bł.: 1.98 %; K: 4170.43 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-02-21 Jadłospis dla diety: SZ-UL Specjalna bezmleczna		
Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt , Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>), Dynia z wody 150 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)*. 400 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>), Ziemniaki () 250 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez glutenu) 90 g (<u>JAJ.</u>), Sos szpinakowy (bez mleka)* 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>), Marchew gotowana 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 , Filet z kurczaka gotowany 100 g , Cukinia pieczona z olejem * 150 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Jabłko pieczone 1szt. 1 szt,	Podwieczorek: Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt , Miód (25g) 1 szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2447.06 kcal; Białko ogółem: 107.35 g; Tłuszcz: 83.06 g; Kw. tł. nasy.: 20.71 g; Węglowodany ogółem: 329.11 g; W tym cukry: 61.39 g; Błonnik pok.: 27.33 g; Sól: 6.52 g; WW: 30.07 Por; : 17.55 %; 49.33 %; Ener. z T: 30.55 %; Ener. z Bl.: 2.23 %; K: 5127.24 mg;

środa 2024-02-21 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>), Pasta z wędliną drob wp i koperkiem. 100 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>), Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>), Dynia z wody 50 g ,	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ. MLE, SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>), Marchew gotowana z olejem* 150 g , Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Ryż na wywarze jarzynowym. 300 ml (<u>SEL.</u>), Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 100 g (<u>SEL.</u>), Cukinia pieczona z olejem * 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
	Podwieczorek: Jabłko pieczone 1szt. 1 szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2417.57 kcal; Białko ogółem: 95.4 g; Tłuszcz: 90.16 g; Kw. tł. nasy.: 29.34 g; Węglowodany ogółem: 315.06 g; W tym cukry: 79.04 g; Błonnik pok.: 25.07 g; Sól: 6.48 g; WW: 29.1 Por; : 15.78 %; 47.98 %; Ener. z T: 33.57 %; Ener. z Bl.: 2.07 %; K: 4371.43 mg;

środa 2024-02-21 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>), Pasta z wędliną drob wp i koperkiem. 100 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>), Pasta warzywna* 50 g (<u>SEL.</u>), Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ. MLE, SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>), Marchew gotowana z olejem* 150 g , Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml ,	Ryż na wywarze jarzynowym. 300 ml (<u>SEL.</u>), Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 100 g (<u>SEL.</u>), Cukinia pieczona z olejem * 50 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,
II Śniadanie: Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt ,	Podwieczorek: Jabłko pieczone 1szt. 1 szt , Kefir 2 % tl 200g 1 szt (<u>MLE.</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2364.28 kcal; Białko ogółem: 96.11 g; Tłuszcz: 91.77 g; Kw. tł. nasy.: 28.88 g; Węglowodany ogółem: 297.02 g; W tym cukry: 55.46 g; Błonnik pok.: 29.33 g; Sól: 6.41 g; WW: 26.8 Por; : 16.26 %; 45.29 %; Ener. z T: 34.93 %; Ener. z Bl.: 2.48 %; K: 4305.51 mg;

środa 2024-02-21 Jadłospis dla diety: SZ-UL Płynna cukrzycowa		
Mięso drobiowe gotowane 100g 1 szt , Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>), Ryż na wywarze jarzynowym. 400 ml (<u>SEL.</u>),	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ. MLE, SEL.</u>), Ziemniaki () 50 g , Pulpet drobiowy z indyka 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Marchew gotowana z olejem* 100 g , Olej rzepakowy 10 g ,	Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL.</u>), Ryż na wywarze jarzynowym. 400 ml (<u>SEL.</u>), Mięso drobiowe gotowane 100g 1 szt , Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>),
II Śniadanie: Sok pomidorowy 0,3l 1 szt,	Podwieczorek: Kefir 2 % tl 200g 1 szt (<u>MLE.</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2003.07 kcal; Białko ogółem: 111.68 g; Tłuszcz: 117.1 g; Kw. tł. nasy.: 36.63 g; Węglowodany ogółem: 131.77 g; W tym cukry: 25.24 g; Błonnik pok.: 14.31 g; Sól: 3.84 g; WW: 11.68 Por; : 22.3 %; 23.46 %; Ener. z T: 52.62 %; Ener. z Bl.: 1.43 %; K: 2919.26 mg;

środa 2024-02-21 Jadłospis dla diety: SZ-UL Płynna wysokobiałkowa		
Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (<u>MLE.</u>), Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Mleko w proszku 25 g (<u>MLE.</u>), Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>),	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ. MLE, SEL.</u>), Ziemniaki () 50 g , Pulpet drobiowy z indyka 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 , Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>),
II Śniadanie: Koktajl bananowy. 200 ml (<u>MLE.</u>),	Podwieczorek: Kefir 2 % tl 200g 1 szt (<u>MLE.</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2191.63 kcal; Białko ogółem: 108.71 g; Tłuszcz: 106.29 g; Kw. tł. nasy.: 40.75 g; Węglowodany ogółem: 204.57 g; W tym cukry: 70.55 g; Błonnik pok.: 11.54 g; Sól: 3.56 g; WW: 19.36 Por; : 19.84 %; 35.23 %; Ener. z T: 43.65 %; Ener. z Bl.: 1.05 %; K: 3447.34 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-02-21 Jadłospis dla diety: SZ-UL Przecierana		
Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>), Bulka 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>),	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki () 150 g, Pulpet drobiowy z indyka 90 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u>), 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, Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL</u>), Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>),
II Śniadanie: Koktajl bananowy. 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Kefir 2 % tl 200g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2288.69 kcal; Białko ogółem: 105.56 g; Tłuszcz: 108.43 g; Kw. tł. nasy.: 39.94 g; Węglowodany ogółem: 229.98 g; W tym cukry: 63.54 g; Błonnik pok.: 17.37 g; Sól: 4.04 g; WW: 21.28 Por; : 18.45 %; : 37.16 %; Ener. z T: 42.64 %; Ener. z Bł: 1.52 %; K: 4029.71 mg;

środa 2024-02-21 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>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Papryka konserwowa 50 g, Kawa z mlekiem instant b/c 200 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JECZ</u>),	Pomidorowa z makaronem *. 300 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u>), Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Marchew gotowana z olejem* 100 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>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 szt,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1651.83 kcal; Białko ogółem: 77.72 g; Tłuszcz: 56.08 g; Kw. tł. nasy.: 17.77 g; Węglowodany ogółem: 227.96 g; W tym cukry: 47.45 g; Błonnik pok.: 37.78 g; Sól: 4.66 g; WW: 19.09 Por; : 18.82 %; : 46.05 %; Ener. z T: 30.55 %; Ener. z Bł: 4.57 %; K: 4351.77 mg;

środa 2024-02-21 Jadłospis dla diety: SZ-UL Wysokobiałkowa/Wysokokaloryczna		
Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>), Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Szynekowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g, Pomidor 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JECZ</u>),	Pomidorowa z makaronem *. 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u>), Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Marchewka z groszkiem*oprószana 150 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Koktajl bananowy. 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Rogal maślany 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Miód (25g) 2 szt,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2875.38 kcal; Białko ogółem: 121.55 g; Tłuszcz: 92.98 g; Kw. tł. nasy.: 39.46 g; Węglowodany ogółem: 402.61 g; W tym cukry: 79.3 g; Błonnik pok.: 30.48 g; Sól: 7.27 g; WW: 37.33 Por; : 16.91 %; : 51.77 %; Ener. z T: 29.1 %; Ener. z Bł: 2.12 %; K: 4501.04 mg;

środa 2024-02-21 Jadłospis dla diety: SZ-UL Hematologiczna		
Kasza kukurydziana 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>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Dynia z wody 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JECZ</u>), Chrzan ze śmietaną 20 g (<u>MLE</u> , <u>S02</u>),	Pomidorowa z makaronem *. z mięsem 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u>), Marchewka z groszkiem*oprószana 150 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	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>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Ogórek kiszony 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt,	Podwieczorek: Rogal maślany 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Miód (25g) 1 szt,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2784.93 kcal; Białko ogółem: 112.33 g; Tłuszcz: 90.52 g; Kw. tł. nasy.: 38.2 g; Węglowodany ogółem: 390.3 g; W tym cukry: 57.64 g; Błonnik pok.: 26.58 g; Sól: 7.53 g; WW: 36.39 Por; : 16.13 %; : 52.24 %; Ener. z T: 29.25 %; Ener. z Bł: 1.91 %; K: 3870.29 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-02-21 Jadłospis dla diety: SZ-UL Hematologiczna dziecięca		
Bułka pszenna 75g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Serek wiejski ziemisty 200g 1 szt (<u>MLE</u>), Papryka świeża 50 g, Majonez 20 g (<u>JAJ, GOR</u>), 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>),	Pomidorowa z makaronem *, z mięsem 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g , Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Marchewka z groszkiem*oprószana 150 g (<u>GLU PSZ, 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>), Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Koktajl bananowy. 250 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Rogal maślany 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Dżem 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2904.49 kcal; Białko ogółem: 121.67 g; Tłuszcz: 112.68 g; Kw. tł. nasy.: 45.4 g; Węglowodany ogółem: 359.56 g; W tym cukry: 91.98 g; Błonnik pok.: 23.34 g; Sól: 9.44 g; WW: 33.61 Por; : 16.76 %; : 46.3 %; Ener. z T: 34.92 %; Ener. z Bł.: 1.61 %; K: 3908.05 mg;

środa 2024-02-21 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>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Ogórek kiszony 50 g , Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>), Chrzan ze śmietaną 20 g (<u>MLE, SO2</u>),	Pomidorowa z makaronem *, z mięsem 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g , Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Marchewka z groszkiem*oprószana 150 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml ,	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Cukinia pieczona z olejem * 50 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,
II Śniadanie: Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt ,	Podwieczorek: Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>), Twarożek 50 g (<u>MLE</u>),	Posiłek nocny: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Ser żółty 25 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2793.33 kcal; Białko ogółem: 135.39 g; Tłuszcz: 101.33 g; Kw. tł. nasy.: 44.68 g; Węglowodany ogółem: 350.23 g; W tym cukry: 39.15 g; Błonnik pok.: 38.13 g; Sól: 8.29 g; WW: 31.3 Por; : 19.39 %; : 44.69 %; Ener. z T: 32.65 %; Ener. z Bł.: 2.73 %; K: 4475.06 mg;

środa 2024-02-21 Jadłospis dla diety: SZ- UL Hematologiczna 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>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Dynia z wody 50 g , Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Pomidorowa z makaronem *, z mięsem 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 360 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Marchew gotowana 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>), Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g , Cukinia pieczona z olejem * 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt ,	Podwieczorek: Rogal maślany 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Miód (25g) 1 szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2903.87 kcal; Białko ogółem: 151.68 g; Tłuszcz: 100.35 g; Kw. tł. nasy.: 38.53 g; Węglowodany ogółem: 356.44 g; W tym cukry: 63.1 g; Błonnik pok.: 20.18 g; Sól: 7.39 g; WW: 33.7 Por; : 20.89 %; : 46.32 %; Ener. z T: 31.1 %; Ener. z Bł.: 1.39 %; K: 4964.17 mg;

środa 2024-02-21 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>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Dynia z wody 50 g , Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Pomidorowa z makaronem *, z mięsem 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g , Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Marchewka z groszkiem*oprószana 150 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 40 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Ogórek kiszony 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt ,	Podwieczorek: Rogal maślany 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Miód (25g) 1 szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2756.97 kcal; Białko ogółem: 111.93 g; Tłuszcz: 88.44 g; Kw. tł. nasy.: 37.12 g; Węglowodany ogółem: 388.66 g; W tym cukry: 57.28 g; Błonnik pok.: 26.58 g; Sól: 7.49 g; WW: 36.21 Por; : 16.24 %; : 52.53 %; Ener. z T: 28.87 %; Ener. z Bł.: 1.93 %; K: 3858.69 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-02-21 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa niskocholesterolowa		
<p>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, Papryka konserwowa 50 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),</p>	<p>Pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>), Cukinia pieczona z olejem * 100 g, Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE, SEL.</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>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Pasta z wędliną drob wp i natką pietruszki. 100 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>), Ogórek kiszony 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>), Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),</p>	<p>Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g,</p>	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2112.84 kcal; Białko ogółem: 90.86 g; Tłuszcz: 79.18 g; Kw. tł. nasy.: 27.43 g; Węglowodany ogółem: 278.03 g; W tym cukry: 35.11 g; Błonnik pok.: 42.4 g; Sól: 9.92 g; WW: 23.59 Por; : 17.2 %; : 44.61 %; Ener. z T: 33.73 %; Ener. z Bł.: 4.01 %; K: 4521.09 mg;

środa 2024-02-21 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa wysokolaryczna/wysokobiałkowa		
<p>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>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>), Papryka konserwowa 50 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),</p>	<p>Pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>), Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>), Cukinia pieczona z olejem * 100 g, 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>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>), Ogórek świeży 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>), Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),</p>	<p>Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g,</p>	<p>Posiłek nocny: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>), Pomidor 50 g,</p>

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2882.44 kcal; Białko ogółem: 125.22 g; Tłuszcz: 108.83 g; Kw. tł. nasy.: 47.93 g; Węglowodany ogółem: 374.17 g; W tym cukry: 48.46 g; Błonnik pok.: 47.44 g; Sól: 8.71 g; WW: 32.77 Por; : 17.38 %; : 45.34 %; Ener. z T: 33.98 %; Ener. z Bł.: 3.29 %; K: 5408.46 mg;

środa 2024-02-21 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa wątrobowątrzustkowa		
<p>Bulka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Szpinak gotowany z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ.</u>), Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),</p>	<p>Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki () 250 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Cukinia pieczona z olejem * 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,</p>	<p>Bulka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>), Pasta warzywna (bez oleju) * 150 g (<u>SEL.</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,</p>
<p>II Śniadanie: Bulka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>), Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),</p>	<p>Podwieczorek: Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>),</p>	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2221.75 kcal; Białko ogółem: 107.23 g; Tłuszcz: 49.88 g; Kw. tł. nasy.: 15.63 g; Węglowodany ogółem: 348.84 g; W tym cukry: 37.16 g; Błonnik pok.: 25.62 g; Sól: 7.52 g; WW: 32.39 Por; : 19.31 %; : 58.19 %; Ener. z T: 20.2 %; Ener. z Bł.: 2.31 %; K: 4468.72 mg;

środa 2024-02-21 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa ciężarnych		
<p>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>), Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>), Papryka świeża 150 g,</p>	<p>Pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>), Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>), Cukinia pieczona z olejem * 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,</p>	<p>Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>), Pomidor 150 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,</p>
<p>II Śniadanie: Chleb Graham 35 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),</p>	<p>Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g,</p>	<p>Posiłek nocny: Chleb Graham 35 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>), Sałata zielona 20 g,</p>

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2400.52 kcal; Białko ogółem: 106.87 g; Tłuszcz: 91.51 g; Kw. tł. nasy.: 37.4 g; Węglowodany ogółem: 311.64 g; W tym cukry: 47.25 g; Błonnik pok.: 47.7 g; Sól: 6.96 g; WW: 26.57 Por; : 17.81 %; : 43.98 %; Ener. z T: 34.31 %; Ener. z Bł.: 3.97 %; K: 5543.13 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-02-21 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzykowa dla matek karmiących		
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>), Papryka świeża 150 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), ziemniaki () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>), Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>), Cukinia pieczona z olejem * 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>), Pomidor 150 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb Graham 35 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Jogurt naturalny 2,5% tl 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),	Podwieczorek: Chleb Graham 35 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Salátka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g,	Posiłek nocny: Chleb Graham 35 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>), Salátka zielona 20 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2482.77 kcal; Białko ogółem: 114.03 g; Tłuszcz: 98.82 g; Kw. tł. nasy.: 42.33 g; Węglowodany ogółem: 308.61 g; W tym cukry: 46.71 g; Błonnik pok.: 46.34 g; Sól: 7.45 g; WW: 26.41 Por; : 18.37 %; : 42.26 %; Ener. z T: 35.82 %; Ener. z Bł.: 3.73 %; K: 5506.78 mg;

środa 2024-02-21 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzykowa dla dzieci		
Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>), Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Papryka świeża 50 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), ziemniaki () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>), Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>), Marchewka z groszkiem*oprószana 100 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>), Ogórek świeży 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb Graham 35 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Ser topiony 50 g (<u>MLE.</u>), Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt, Pomidor 50 g, Banan 1szt. 1 szt,	Podwieczorek: Chleb Graham 35 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Salátka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g, Jogurt naturalny 2,5% tl 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),	Posiłek nocny: Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>), Pomidor 50 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 3000.69 kcal; Białko ogółem: 129.49 g; Tłuszcz: 112.04 g; Kw. tł. nasy.: 53.15 g; Węglowodany ogółem: 394.33 g; W tym cukry: 78.33 g; Błonnik pok.: 48.97 g; Sól: 10.04 g; WW: 34.67 Por; : 17.26 %; : 46.04 %; Ener. z T: 33.6 %; Ener. z Bł.: 3.26 %; K: 5804.48 mg;

środa 2024-02-21 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzykowa bezmleczna		
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>), Papryka konserwowa 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), ziemniaki () 250 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>), Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (<u>SEL.</u>), Marchew gotowana z olejem* 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Margaryna porcjowa 15g 2 szt, Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 70 g, Pasta warzywna* 100 g (<u>SEL.</u>), 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, Pomidor 100 g,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Salátka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2328.69 kcal; Białko ogółem: 82.23 g; Tłuszcz: 104.6 g; Kw. tł. nasy.: 28.87 g; Węglowodany ogółem: 290.63 g; W tym cukry: 32.42 g; Błonnik pok.: 49.37 g; Sól: 8.94 g; WW: 24.07 Por; : 14.12 %; : 41.44 %; Ener. z T: 40.43 %; Ener. z Bł.: 4.24 %; K: 5047.02 mg;

środa 2024-02-21 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzykowa nerkowa		
Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 120 g, Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g, Salátka zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), ziemniaki () 250 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>), Marchew gotowana z olejem* 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 120 g, Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Twaróg półtłusty 40 g (<u>MLE.</u>), Pasta warzywna* 150 g (<u>SEL.</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 50 g, Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Sok pomidorowy 0,3l 1 szt,	Podwieczorek: Ryż z truskawkami b/c 300 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2205.23 kcal; Białko ogółem: 46.34 g; Tłuszcz: 82.72 g; Kw. tł. nasy.: 28.08 g; Węglowodany ogółem: 321.71 g; W tym cukry: 26.79 g; Błonnik pok.: 39.85 g; Sól: 7.8 g; WW: 28.28 Por; : 8.41 %; : 51.13 %; Ener. z T: 33.76 %; Ener. z Bł.: 3.61 %; K: 3470.49 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-02-21 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 , Pomidor 50 g , Kawa z makiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),</p>	<p>Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 250 g , Sos szpinakowy (bez soli)* 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Marchew gotowana z olejem* 150 g ,</p>	<p>Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 120 g , Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Twaróg półtusty 30 g (<u>MLE</u>), Pasta warzywna* 200 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,</p>
<p>Podwieczorek: Rogal maślany 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Miód (25g) 1 szt ,</p>		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2322.46 kcal; Białko ogółem: 50.96 g; Tłuszcz: 82 g; Kw. tł. nasy.: 27.34 g; Węglowodany ogółem: 349.61 g; W tym cukry: 53.52 g; Błonnik pok.: 40.57 g; Sól: 6.47 g; WW: 30.97 Por; : 8.78 %; : 53.23 %; Ener. z T: 31.78 %; Ener. z Bł.: 3.49 %; K: 4494.38 mg;

środa 2024-02-21 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dna moczanowa		
<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Dynia z wody 50 g , Kawa z makiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),</p>	<p>Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Kotlety ziemniaczane () 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE, SEL</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,</p>	<p>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>), Konserwa sterylizowana sojowa z pomidorami-paszтет sojowy z pomidorami 100 g (<u>SOJ, GOR</u>), Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,</p>
<p>II Śniadanie: Koktajl bananowy. 200 ml (<u>MLE</u>),</p> <p>Podwieczorek: Rogal maślany 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>),</p>		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2754.26 kcal; Białko ogółem: 73.54 g; Tłuszcz: 110.45 g; Kw. tł. nasy.: 36.52 g; Węglowodany ogółem: 376.73 g; W tym cukry: 66.09 g; Błonnik pok.: 34.66 g; Sól: 7.3 g; WW: 34.24 Por; : 10.68 %; : 49.68 %; Ener. z T: 36.09 %; Ener. z Bł.: 2.52 %; K: 3659.01 mg;

środa 2024-02-21 Jadłospis dla diety: SZ-UL Atopowa		
<p>Wafle ryżowe 40 g , Margaryna porcjowa 15g 2 szt , Pulpet drobiowy z indyka (bez jaj, bez glutenu) 100 g , Ogórek świeży 150 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,</p>	<p>Brokułowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) (*) 400 ml , Ziemniaki () 200 g , Udziec z indyka b/s b/k 120 g , Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 150 g , Woda źródlana 250 ml ,</p>	<p>Risotto z mięsa z udźca z indyka i warzywami* 400 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,</p>
<p>II Śniadanie: Banan 1szt. 1 szt , Marchwianka () 300 ml ,</p> <p>Podwieczorek: Płatki owsiane na wodzie 200 ml (<u>GLU OW</u>), Mus z jabłek () b/c 150 g ,</p>		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2194.86 kcal; Białko ogółem: 107.23 g; Tłuszcz: 58.35 g; Kw. tł. nasy.: 14.25 g; Węglowodany ogółem: 325.78 g; W tym cukry: 67.22 g; Błonnik pok.: 35.81 g; Sól: 3.67 g; WW: 28.98 Por; : 19.54 %; : 52.85 %; Ener. z T: 23.92 %; Ener. z Bł.: 3.26 %; K: 5836.55 mg;

środa 2024-02-21 Jadłospis dla diety: SZ-UL Niemowlaki		
<p>Kasza kukurydziana 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>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Dynia z wody 50 g , Kawa z makiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),</p>	<p>Pomidorowa z makaronem * 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 100 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos szpinakowy* 50 ml (<u>GLU PSZ</u>), Marchewka z groszkiem*oprószana 150 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,</p>	<p>Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejedalnej 50 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,</p>
<p>II Śniadanie: Koktajl bananowy. 150 ml (<u>MLE</u>),</p> <p>Podwieczorek: Rogal maślany 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,</p>		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1780.44 kcal; Białko ogółem: 75.44 g; Tłuszcz: 58.68 g; Kw. tł. nasy.: 25.76 g; Węglowodany ogółem: 242.67 g; W tym cukry: 73.31 g; Błonnik pok.: 14.96 g; Sól: 4.55 g; WW: 22.75 Por; : 16.95 %; : 51.16 %; Ener. z T: 29.66 %; Ener. z Bł.: 1.68 %; K: 2778.07 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-02-21 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 wędliną drob wp i koperkiem. 100 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>), Dynia z wody 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Pomidorowa z makaronem * 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 100 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos szpinakowy* 50 ml (<u>GLU PSZ</u>), Marchew gotowana z olejem* 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Ryż na wywarze jarzynowym 200 ml (<u>SEL</u>), Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Cukinia pieczona z olejem * 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Koktajl bananowy. 150 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1721.99 kcal; Białko ogółem: 78.84 g; Tłuszcz: 56.9 g; Kw. tł. nasy.: 15.94 g; Węglowodany ogółem: 228.45 g; W tym cukry: 70.58 g; Błonnik pok.: 16.07 g; Sól: 5 g; WW: 21.42 Por; : 18.31 %; : 49.34 %; Ener. z T: 29.74 %; Ener. z Bł: 1.87 %; K: 2850.63 mg;

środa 2024-02-21 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dieta Mamy I trymestr		
Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Papryka świeża 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>),	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE, SEL</u>), Marchewka z groszkiem*oprószana 100 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Pomidor 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Koktajl bananowy. 200 ml (<u>MLE</u>), Podplomyki b/c 30 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>),	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2451.19 kcal; Białko ogółem: 104.82 g; Tłuszcz: 75.51 g; Kw. tł. nasy.: 28.69 g; Węglowodany ogółem: 362.8 g; W tym cukry: 89.38 g; Błonnik pok.: 49.85 g; Sól: 7.15 g; WW: 31.49 Por; : 17.1 %; : 51.07 %; Ener. z T: 27.73 %; Ener. z Bł: 4.07 %; K: 5703.48 mg;

środa 2024-02-21 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dieta Mamy II trymestr		
Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Papryka świeża 150 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE, SEL</u>), Marchewka z groszkiem*oprószana 100 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 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>), Pomidor 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Koktajl bananowy. 250 ml (<u>MLE</u>), Podplomyki b/c 50 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>),	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2742.62 kcal; Białko ogółem: 114.99 g; Tłuszcz: 94.13 g; Kw. tł. nasy.: 38.57 g; Węglowodany ogółem: 383.36 g; W tym cukry: 94.71 g; Błonnik pok.: 50.05 g; Sól: 7.37 g; WW: 33.5 Por; : 16.77 %; : 48.61 %; Ener. z T: 30.89 %; Ener. z Bł: 3.65 %; K: 5877.61 mg;

środa 2024-02-21 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dieta Mamy III trymestr		
Kasza kukurydziana 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>), Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Papryka świeża 150 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE, SEL</u>), Marchewka z groszkiem*oprószana 100 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 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>), Pomidor 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Koktajl bananowy. 200 ml (<u>MLE</u>), Mieszanka studencka 30 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>), Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2877.48 kcal; Białko ogółem: 122.86 g; Tłuszcz: 103.96 g; Kw. tł. nasy.: 40.51 g; Węglowodany ogółem: 390.15 g; W tym cukry: 101.74 g; Błonnik pok.: 50.6 g; Sól: 7.61 g; WW: 34.16 Por; : 17.08 %; : 47.2 %; Ener. z T: 32.52 %; Ener. z Bł: 3.52 %; K: 6160.61 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-02-21 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dieta Mamy Okres Laktacji		
<p>Kasza kukurydziana 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>), Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g, Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Papryka świeża 150 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),</p>	<p>Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Marchewka z groszkiem*oprószana 200 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,</p>	<p>Chleb razowy żytnio-pszenny 100 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>), Pomidor 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,</p>
<p>II Śniadanie: Koktajl bananowy. 200 ml (<u>MLE</u>), Mieszanka studencka 30 g (<u>OZI, ORZ</u>),</p>	<p>Podwieczorek: Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g,</p>	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2921.28 kcal; Białko ogółem: 125.01 g; Tłuszcz: 105.56 g; Kw. tł. nasy.: 40.71 g; Węglowodany ogółem: 393.63 g; W tym cukry: 100.92 g; Błonnik pok.: 47.33 g; Sól: 7.59 g; WW: 34.78 Por; : 17.12 %; : 47.42 %; Ener. z T: 32.52 %; Ener. z Bł.: 3.24 %; K: 5953.76 mg;

środa 2024-02-21 Jadłospis dla diety: SZ-UL Ciąża mnoga (wysokobiałkowa)		
<p>Kasza kukurydziana 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>), Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 100 g, Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Papryka świeża 150 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),</p>	<p>Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE, SEL</u>), Marchewka z groszkiem*oprószana 100 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,</p>	<p>Chleb razowy żytnio-pszenny 100 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>), Pomidor 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,</p>
<p>II Śniadanie: Koktajl bananowy. 250 ml (<u>MLE</u>), Podplomyki b/c 50 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>),</p>	<p>Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,</p>	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 3082.24 kcal; Białko ogółem: 136.61 g; Tłuszcz: 101.81 g; Kw. tł. nasy.: 42.05 g; Węglowodany ogółem: 430.12 g; W tym cukry: 116.66 g; Błonnik pok.: 52.35 g; Sól: 8.95 g; WW: 37.96 Por; : 17.73 %; : 49.03 %; Ener. z T: 29.73 %; Ener. z Bł.: 3.4 %; K: 6426.27 mg;

środa 2024-02-21 Jadłospis dla diety: SZ-UL Posiłki regeneracyjne		
	<p>Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE, SEL</u>), Marchewka z groszkiem*oprószana 100 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>),</p>	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 860.9 kcal; Białko ogółem: 40.28 g; Tłuszcz: 20.84 g; Kw. tł. nasy.: 6.66 g; Węglowodany ogółem: 136.7 g; W tym cukry: 13.02 g; Błonnik pok.: 17.76 g; Sól: 2.12 g; WW: 11.9 Por; : 18.72 %; : 55.26 %; Ener. z T: 21.79 %; Ener. z Bł.: 4.13 %; K: 2829.61 mg;

środa 2024-02-21 Jadłospis dla diety: SZ-UL Normalna Broniewskiego		
<p>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>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Chrzan ze śmietaną 30 g (<u>MLE, SOZ</u>), Papryka konserwowa 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),</p>	<p>Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE, SEL</u>), Marchewka z groszkiem*oprószana 100 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,</p>	<p>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>), Ogórek kiszony 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,</p>
	<p>Podwieczorek: Rogal maślany 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Miód (25g) 2 szt, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,</p>	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2954.07 kcal; Białko ogółem: 100.84 g; Tłuszcz: 101.72 g; Kw. tł. nasy.: 42.48 g; Węglowodany ogółem: 423.4 g; W tym cukry: 65.36 g; Błonnik pok.: 34.67 g; Sól: 9.29 g; WW: 38.92 Por; : 13.65 %; : 52.64 %; Ener. z T: 30.99 %; Ener. z Bł.: 2.35 %; K: 4387.45 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-02-21 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>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Dynia z wody 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Pomidorowa z makaronem *. 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki (i) 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Marchew gotowana 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 homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
Podwieczorek: Rogal maślany 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2334.94 kcal; Białko ogółem: 96.13 g; Tłuszcz: 80.93 g; Kw. tł. nasy.: 32.68 g; Węglowodany ogółem: 313.73 g; W tym cukry: 66.68 g; Błonnik pok.: 20.11 g; Sól: 4.59 g; WW: 29.49 Por; : 16.47 %; : 50.3 %; Ener. z T: 31.19 %; Ener. z Bł.: 1.72 %; K: 3776.51 mg;

środa 2024-02-21 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa CH Broniewskiego		
Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Papryka konserwowa 50 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym *. 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki (i) 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Surówka z selera i jabłka b/c (i) 100 g (<u>MLE, SEL</u>), Cukinia pieczona z olejem * 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2129.94 kcal; Białko ogółem: 98.11 g; Tłuszcz: 71.06 g; Kw. tł. nasy.: 27.06 g; Węglowodany ogółem: 293.8 g; W tym cukry: 48.14 g; Błonnik pok.: 39.83 g; Sól: 7.01 g; WW: 25.52 Por; : 18.42 %; : 47.69 %; Ener. z T: 30.03 %; Ener. z Bł.: 3.74 %; K: 4879.45 mg;

środa 2024-02-21 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa NCH Policie Diabetologia		
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, Papryka świeża 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,	Pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym *. 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki (i) 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Surówka z selera i jabłka b/c (i) 150 g (<u>MLE, SEL</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>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Ogórek świeży 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Pomidor 100 g,	Podwieczorek: Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1758.56 kcal; Białko ogółem: 78.48 g; Tłuszcz: 50.42 g; Kw. tł. nasy.: 16.76 g; Węglowodany ogółem: 271.19 g; W tym cukry: 30.82 g; Błonnik pok.: 45.48 g; Sól: 6.48 g; WW: 22.69 Por; : 17.85 %; : 51.34 %; Ener. z T: 25.8 %; Ener. z Bł.: 5.17 %; K: 4573.74 mg;

środa 2024-02-21 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>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Dynia z wody 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Pomidorowa z makaronem *. 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki (i) 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Marchew gotowana 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 homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
Podwieczorek: Rogal maślany 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Miód (25g) 1 szt,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2382.14 kcal; Białko ogółem: 96.02 g; Tłuszcz: 80.85 g; Kw. tł. nasy.: 32.62 g; Węglowodany ogółem: 325.31 g; W tym cukry: 61.47 g; Błonnik pok.: 19.03 g; Sól: 4.59 g; WW: 30.77 Por; : 16.12 %; : 51.43 %; Ener. z T: 30.55 %; Ener. z Bł.: 1.6 %; K: 3754.31 mg;