

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USK nr 1 PUM Szczecin		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2024-02-27		
Jadłospis dla diety: SZ-UL Normalna		
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>), Ser topiony 50 g (<u>MLE.</u>), Pomidor 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Wielowarzywna z zacierką*. 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>), Kotlec mielony wieprzowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Surówka wykwintna z olejem b/c 100 g (<u>JAJ, GOR.</u>), Marchew oprószana z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jablek *z/c 200 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>), Ogórek kiszony 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
Podwieczorek: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2471.13 kcal; Białko ogółem: 87.38 g; Tłuszcz: 106.55 g; Kw. tł. nasy.: 35.99 g; Węglowodany ogółem: 303.21 g; W tym cukry: 45.69 g; Błonnik pok.: 28.14 g; Sól: 7.94 g; WW: 27.6 Por; : 14.14 %; 44.53 %; Ener. z T: 38.81 %; Ener. z Bł.: 2.28 %; K: 2217.4 mg;

wtorek 2024-02-27		
Jadłospis dla diety: SZ-UL Normalna dla dzieci		
Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Szyntka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>), Ser topiony 50 g (<u>MLE.</u>), Pomidor 50 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>), Bulka pszenna 75g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ.</u>),	Wielowarzywna z zacierką*. 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>), Kotlec mielony wieprzowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Surówka wykwintna z olejem b/c 100 g (<u>JAJ, GOR.</u>), Marchew oprószana z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jablek *z/c 200 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Bulka pszenna 75g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Baton szynkowy z kurcząt 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>), Ogórek świeży 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt,		
Podwieczorek: Gruszka 1szt. 150 g,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2699.93 kcal; Białko ogółem: 101.98 g; Tłuszcz: 112.82 g; Kw. tł. nasy.: 37.08 g; Węglowodany ogółem: 325.29 g; W tym cukry: 66.63 g; Błonnik pok.: 28.46 g; Sól: 8.55 g; WW: 29.67 Por; : 15.11 %; 43.98 %; Ener. z T: 37.61 %; Ener. z Bł.: 2.11 %; K: 2027.99 mg;

wtorek 2024-02-27		
Jadłospis dla diety: SZ-UL Wegetariańska		
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>), Ser topiony 50 g (<u>MLE.</u>), Pomidor 100 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Wielowarzywna z zacierką*. 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>), Kotlec z kaszy jęczmiennej 2szt 180 g (<u>GLU PSZ, JAJ, GLU JECZ.</u>), Sos ziołowy* 150 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Surówka wykwintna z olejem b/c 100 g (<u>JAJ, GOR.</u>), Marchew oprószana z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jablek *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>), Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>), Ogórek kiszony 100 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Gruszka 1szt. 150 g,		
Podwieczorek: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2618.07 kcal; Białko ogółem: 73.64 g; Tłuszcz: 112.35 g; Kw. tł. nasy.: 43.53 g; Węglowodany ogółem: 343.41 g; W tym cukry: 63.7 g; Błonnik pok.: 34.77 g; Sól: 9.41 g; WW: 30.84 Por; : 11.25 %; 47.16 %; Ener. z T: 38.62 %; Ener. z Bł.: 2.66 %; K: 2421.36 mg;

wtorek 2024-02-27		
Jadłospis dla diety: SZ-UL Bezmleczna		
Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g, Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Wielowarzywna z zacierką*(*) (bez mleka). 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>), Kotlec mielony wieprzowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Surówka wykwintna z olejem b/c 100 g (<u>JAJ, GOR.</u>), Marchew oprószana z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jablek *z/c 200 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Tofu 100 g (<u>SOJ.</u>), Ogórek kiszony 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt, Biszkoty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</u>),		
Podwieczorek: Gruszka 1szt. 150 g,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2417.77 kcal; Białko ogółem: 82.72 g; Tłuszcz: 87.89 g; Kw. tł. nasy.: 17.36 g; Węglowodany ogółem: 336.97 g; W tym cukry: 48.59 g; Błonnik pok.: 34.75 g; Sól: 8.16 g; WW: 30.25 Por; : 13.68 %; 50 %; Ener. z T: 32.72 %; Ener. z Bł.: 2.87 %; K: 1959.71 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-02-27 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, Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g, Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Wielowarzywna z zacierką* (bez mleka). 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>), Kotlet mielony wieprzowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (<u>JAJ, GOR.</u>), Marchew oprószana z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jablek *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, Tofu 100 g (<u>SOJ.</u>), Ogórek kiszony 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt, Biskwoty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</u>),	Podwieczorek: Gruszka 1szt. 150 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2417.77 kcal; Białko ogółem: 82.72 g; Tłuszcz: 87.89 g; Kw. tł. nasy.: 17.36 g; Węglowodany ogółem: 336.97 g; W tym cukry: 48.59 g; Błonnik pok.: 34.75 g; Sól: 8.16 g; WW: 30.25 Por.; 13.68 %; 50 %; Ener. z T: 32.72 %; Ener. z Bł.: 2.87 %; K: 1959.71 mg;

wtorek 2024-02-27 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bezglutenowa		
Chleb bezglutenowy 120 g, Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Ser topiony 50 g (<u>MLE.</u>), Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Wielowarzywna z ziemniakami *(bez glutenu) 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>), Ziemniaki () 250 g, Pulpet drobiowy (bez glutenu) 90 g (<u>JAJ.</u>), Sos ziołowy* (bez glutenu) 150 ml (<u>SEL.</u>), Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (<u>JAJ, GOR.</u>), Marchew gotowana z olejem* 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jablek *z/c 200 ml,	Chleb bezglutenowy 120 g, 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 wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt,	Podwieczorek: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2200.15 kcal; Białko ogółem: 70.03 g; Tłuszcz: 85.87 g; Kw. tł. nasy.: 29.76 g; Węglowodany ogółem: 292.12 g; W tym cukry: 35.33 g; Błonnik pok.: 21 g; Sól: 4.51 g; WW: 27.21 Por.; 12.73 %; 49.29 %; Ener. z T: 35.12 %; Ener. z Bł.: 1.91 %; K: 3954.11 mg;

wtorek 2024-02-27 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bezglutenowa, bez mleka		
Chleb bezglutenowy 120 g, Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g, Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Wielowarzywna z ziemniakami *(bez glutenu, bez mleka) 400 ml (<u>SEL.</u>), Ziemniaki () 250 g, Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (<u>JAJ.</u>), Sos ziołowy* (bez glutenu) 150 ml (<u>SEL.</u>), Marchew gotowana z olejem* 100 g, Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (<u>JAJ, GOR.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jablek *z/c 200 ml,	Chleb bezglutenowy 120 g, Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Tofu 100 g (<u>SOJ.</u>), Ogórek kiszony 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt,	Podwieczorek: Chleb bezglutenowy 40 g, Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Miód (25g) 1 szt, Gruszka 1szt. 150 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2377.65 kcal; Białko ogółem: 69.37 g; Tłuszcz: 84.21 g; Kw. tł. nasy.: 17.95 g; Węglowodany ogółem: 341.86 g; W tym cukry: 49.49 g; Błonnik pok.: 24.15 g; Sól: 5.1 g; WW: 31.8 Por.; 11.67 %; 53.45 %; Ener. z T: 31.87 %; Ener. z Bł.: 2.03 %; K: 3963.93 mg;

wtorek 2024-02-27 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bogatoresztkowa		
Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Ser topiony 50 g (<u>MLE.</u>), Papryka świeża 150 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>),	Wielowarzywna z zacierką*. 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>), Kotlet mielony wieprzowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (<u>JAJ, GOR.</u>), Marchew oprószana z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jablek *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>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>), Ogórek kiszony 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Pomidor 100 g,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Cukinia pieczona z olejem* 150 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2653.4 kcal; Białko ogółem: 90.07 g; Tłuszcz: 121.58 g; Kw. tł. nasy.: 42.24 g; Węglowodany ogółem: 320.42 g; W tym cukry: 62.82 g; Błonnik pok.: 44.63 g; Sól: 9.46 g; WW: 27.73 Por.; 13.58 %; 41.57 %; Ener. z T: 41.24 %; Ener. z Bł.: 3.36 %; K: 3732.23 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-02-27 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>), Szyntka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>), Dynia duszona z olejem* 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Jarzynowa z zacierką*-dieta b/brokula i kalafiora. 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>), Pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos ziołowy* 150 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Marchew oprószana z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
	Podwieczerek: Herbatniki 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>), 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: 2348.9 kcal; Białko ogółem: 87.25 g; Tłuszcz: 77.24 g; Kw. tł. nasy.: 28.03 g; Węglowodany ogółem: 334.76 g; W tym cukry: 64.57 g; Błonnik pok.: 21.58 g; Sól: 5.53 g; WW: 31.47 Por; : 14.86 %; : 53.33 %; Ener. z T: 29.6 %; Ener. z Bł.: 1.84 %; K: 2029.21 mg;

wtorek 2024-02-27 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dzieci łatwo strawna		
Plątki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Szyntka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>), Pomidor 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Jarzynowa z zacierką*-dieta b/brokula i kalafiora. 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>), Pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos ziołowy* 150 ml (<u>GLU PSZ, SEL</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>), Baton szynkowy z kurcząt 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt, Biskopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ</u>),	Podwieczerek: Jabłko pieczone 1szt. 1 szt, Herbatniki 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2800.04 kcal; Białko ogółem: 110.24 g; Tłuszcz: 86.46 g; Kw. tł. nasy.: 28.93 g; Węglowodany ogółem: 415.45 g; W tym cukry: 105.49 g; Błonnik pok.: 28.42 g; Sól: 7.83 g; WW: 38.9 Por; : 15.75 %; : 55.29 %; Ener. z T: 27.79 %; Ener. z Bł.: 2.03 %; K: 2775.92 mg;

wtorek 2024-02-27 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>), Szyntka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 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>),	Jarzynowa z zacierką*-dieta b/brokula i kalafiora 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>), Pieczeń rzymska drobiowa 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>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt, Biskopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ</u>),	Podwieczerek: Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Miód (25g) 2 szt, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2232.82 kcal; Białko ogółem: 90.17 g; Tłuszcz: 39.02 g; Kw. tł. nasy.: 11.51 g; Węglowodany ogółem: 397.76 g; W tym cukry: 79.39 g; Błonnik pok.: 24.84 g; Sól: 6.15 g; WW: 37.41 Por; : 16.15 %; : 66.81 %; Ener. z T: 15.73 %; Ener. z Bł.: 2.23 %; K: 2231.28 mg;

wtorek 2024-02-27 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>), Szyntka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>), Dynia z wody 150 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Jarzynowa z zacierką*-dieta b/brokula i kalafiora. 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>), Pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos ziołowy* 150 ml (<u>GLU PSZ, SEL</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>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
	Podwieczerek: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2198.37 kcal; Białko ogółem: 90.56 g; Tłuszcz: 69.32 g; Kw. tł. nasy.: 24.64 g; Węglowodany ogółem: 312.15 g; W tym cukry: 67.66 g; Błonnik pok.: 27.13 g; Sól: 6.02 g; WW: 28.55 Por; : 16.48 %; : 51.86 %; Ener. z T: 28.38 %; Ener. z Bł.: 2.47 %; K: 2680.16 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-02-27 Jadłospis dla diety: SZ-UL Specjalna bezmleczna		
Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Pierś delikatna z kunej półki produkt drobiowy z połączonych kawalków fileta z kurczaka, parzona w osionce niejadalnej. 50 g, Dynia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Jarzynowa z zacierką*-dieta b/brokula i kalafiora. BM 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos ziołowy* 150 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Marchew gotowana z olejem* 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jablek *z/c 200 ml,	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Pasta z kurczaka 100 g, Jablko pieczone 1szt. 1 szt, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt,	Podwieczorek: Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Miód (25g) 1 szt,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2352.74 kcal; Białko ogółem: 97.75 g; Tłuszcz: 72.53 g; Kw. tł. nasy.: 19.55 g; Węglowodany ogółem: 339.57 g; W tym cukry: 54.66 g; Błonnik pok.: 26.46 g; Sól: 6.62 g; WW: 31.3 Por.; 16.62 %; : 53.23 %; Ener. z T: 27.75 %; Ener. z Bł.: 2.25 %; K: 3907.78 mg;

wtorek 2024-02-27 Jadłospis dla diety: SZ-UL Papkowata		
Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pasta z kurczaka 100 g, Jablko pieczone 1szt. 1 szt, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Jarzynowa z zacierką*-dieta b/brokula i kalafiora. 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos ziołowy* 150 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Marchew gotowana z olejem* 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jablek *z/c 200 ml,	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Pasta warzywna* 50 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
	Podwieczorek: Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2525.61 kcal; Białko ogółem: 120.14 g; Tłuszcz: 82.6 g; Kw. tł. nasy.: 32.5 g; Węglowodany ogółem: 339.53 g; W tym cukry: 77.8 g; Błonnik pok.: 28.88 g; Sól: 5.54 g; WW: 31.2 Por.; 19.03 %; : 49.2 %; Ener. z T: 29.43 %; Ener. z Bł.: 2.29 %; K: 4477.05 mg;

wtorek 2024-02-27 Jadłospis dla diety: SZ-UL Papkowata cukrzycowa		
Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pasta z kurczaka 100 g, Jablko pieczone 1szt. 1 szt, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Jarzynowa z zacierką*-dieta b/brokula i kalafiora. 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 250 g, Pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos ziołowy* 150 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Marchew gotowana z olejem* 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jablek *b/c 200 ml,	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Pasta warzywna* 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Sok pomidorowy 0,3l 1 szt,	Podwieczorek: Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2419.73 kcal; Białko ogółem: 114.47 g; Tłuszcz: 80.69 g; Kw. tł. nasy.: 29.77 g; Węglowodany ogółem: 324.85 g; W tym cukry: 48.09 g; Błonnik pok.: 31.96 g; Sól: 6.17 g; WW: 29.4 Por.; 18.92 %; : 48.42 %; Ener. z T: 30.01 %; Ener. z Bł.: 2.64 %; K: 4654.29 mg;

wtorek 2024-02-27 Jadłospis dla diety: SZ-UL Płynna cukrzycowa		
Mięso drobiowe gotowane 100g 1 szt, Masło extra 82% 25 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>),	Jarzynowa z zacierką*-dieta b/brokula i kalafiora. 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 50 g, Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Marchew gotowana z olejem* 100 g, Olej rzepakowy 10 g,	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Mięso drobiowe gotowane 100g 1 szt, Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>),
II Śniadanie: Sok pomidorowy 0,3l 1 szt,	Podwieczorek: Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1950.3 kcal; Białko ogółem: 117.72 g; Tłuszcz: 112.11 g; Kw. tł. nasy.: 41.55 g; Węglowodany ogółem: 125.13 g; W tym cukry: 13.89 g; Błonnik pok.: 14.75 g; Sól: 4.58 g; WW: 10.93 Por.; 24.14 %; : 22.64 %; Ener. z T: 51.74 %; Ener. z Bł.: 1.51 %; K: 2801.7 mg;

wtorek 2024-02-27 Jadłospis dla diety: SZ-UL Płynna wysokobiałkowa		
Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Mleko w proszku 50 g (<u>MLE</u>), Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Płatki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>),	Jarzynowa z zacierką*-dieta b/brokula i kalafiora. 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 50 g, Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Marchew gotowana z olejem* 100 g, Olej rzepakowy 10 g,	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Mięso drobiowe gotowane 100g 1 szt, Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>),
II Śniadanie: Sok pomidorowy 0,3l 1 szt,	Podwieczorek: Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2250.29 kcal; Białko ogółem: 125.7 g; Tłuszcz: 107.65 g; Kw. tł. nasy.: 41.29 g; Węglowodany ogółem: 203.73 g; W tym cukry: 55.76 g; Błonnik pok.: 15.66 g; Sól: 5.71 g; WW: 18.76 Por.; 22.34 %; : 33.43 %; Ener. z T: 43.06 %; Ener. z Bł.: 1.39 %; K: 3749.83 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-02-27 Jadłospis dla diety: SZ-UL Przecierana		
Bulka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>), Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>), Mleko w proszku 10 g (<u>MLE.</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>),	Jarzynowa z zacierką* -dieta b/brokula i kalafiora. 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>), ziemniaki () 150 g, Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Marchew gotowana z olejem* 100 g, Olej rzepakowy 10 g,	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Mięso drobiowe gotowane 100g 1 szt, Pasta warzywna* 100 g (<u>SEL.</u>), Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>),
II Śniadanie: Sok pomidorowy 0,3l 1 szt,	Podwieczorek: Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2114.42 kcal; Białko ogółem: 100.93 g; Tłuszcz: 100.46 g; Kw. tł. nasy.: 36.87 g; Węglowodany ogółem: 211.85 g; W tym cukry: 35.52 g; Błonnik pok.: 20.86 g; Sól: 5.47 g; WW: 19.1 Por; : 19.09 %; : 36.13 %; Ener. z T: 42.76 %; Ener. z Bł: 1.97 %; K: 3721.72 mg;

wtorek 2024-02-27 Jadłospis dla diety: SZ-UL Niskokaloryczna		
Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Szyntka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>), Salata zielona 20 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Wielowarzywna z zacierką*. 200 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>), Pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (<u>JAJ, GOR.</u>), Marchew gotowana z olejem* 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml, Sos ziołowy* 150 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>),	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>), Ogórek kiszony 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Sok pomidorowy 0,3l 1 szt,	Podwieczorek: Gruszka 1szt. 150 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1511.51 kcal; Białko ogółem: 72.34 g; Tłuszcz: 48.74 g; Kw. tł. nasy.: 11.73 g; Węglowodany ogółem: 207.88 g; W tym cukry: 39.16 g; Błonnik pok.: 27.04 g; Sól: 5.87 g; WW: 18.19 Por; : 19.14 %; : 47.86 %; Ener. z T: 29.02 %; Ener. z Bł: 3.58 %; K: 2080.53 mg;

wtorek 2024-02-27 Jadłospis dla diety: SZ-UL Wysokobiałkowa/Wysokokaloryczna		
Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>), Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Szyntka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>), Pomidor 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Jarzynowa z zacierką* -dieta b/brokula i kalafiora. 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>), Pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Sos ziołowy* 150 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Marchew gotowana z olejem* 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>), Salata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb Graham 35 g (<u>GLU PSZ.</u>), Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Dżem 40 g,	Podwieczorek: 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>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2863.6 kcal; Białko ogółem: 134.41 g; Tłuszcz: 99.65 g; Kw. tł. nasy.: 41.26 g; Węglowodany ogółem: 377.35 g; W tym cukry: 82.13 g; Błonnik pok.: 38.93 g; Sól: 10 g; WW: 34.07 Por; : 18.77 %; : 47.27 %; Ener. z T: 31.32 %; Ener. z Bł: 2.72 %; K: 3131.32 mg;

wtorek 2024-02-27 Jadłospis dla diety: SZ-UL Hematologiczna		
Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, 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>), Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>), Dynia z wody 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Wielowarzywna z zacierką* z mięsem 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>), Kotlet mielony wieprzowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Marchew oprószana z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb Graham 40 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt,	Podwieczorek: Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2808.67 kcal; Białko ogółem: 114.69 g; Tłuszcz: 105.89 g; Kw. tł. nasy.: 42.96 g; Węglowodany ogółem: 361.09 g; W tym cukry: 70.67 g; Błonnik pok.: 33.99 g; Sól: 8.07 g; WW: 32.88 Por; : 16.33 %; : 46.58 %; Ener. z T: 33.93 %; Ener. z Bł: 2.42 %; K: 2512.49 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-02-27 Jadłospis dla diety: SZ-UL Hematologiczna dziecięca		
Bułka pszenna 75g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ</u>), Masło extra 82% 16.67g (<u>MLE</u>), Szyunka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>), Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 40g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Ser żółty 50g (<u>MLE</u>), Pomidor 50g,	Wielowarzywna z zacierką* z mięsem 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200g (<u>GLU JECZ</u>), Kotlet mielony wieprzowy 90g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Surówka wykwinna z olejem b/c 100g (<u>JAJ, GOR</u>), Marchew oprószana z olejem* 100g (<u>GLU PSZ</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jablek *z/c 200 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 40g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna 75g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ</u>), Masło extra 82% 16.67g (<u>MLE</u>), Szyunkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50g, Ogórek świeży 50g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt,	Podwieczorek: Jabłko pieczone 1szt. 1 szt, Herbatniki 50g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2849.73 kcal; Białko ogółem: 110.64g; Tłuszcz: 112.69g; Kw. tł. nasy.: 40.32g; Węglowodany ogółem: 355.23g; W tym cukry: 82.58g; Błonnik pok.: 28.96g; Sól: 9.21g; WW: 32.63 Por; : 15.53 %; : 45.8 %; Ener. z T: 35.59 %; Ener. z Bł.: 2.03 %; K: 2193.19 mg;

wtorek 2024-02-27 Jadłospis dla diety: SZ- UL Hematologiczna cukrzyca wysokobiałkowa/wys		
Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Chleb Graham 100g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67g (<u>MLE</u>), Szyunka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>), Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE</u>), Dynia z wody 50g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Wielowarzywna z zacierką* z mięsem 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200g (<u>GLU JECZ</u>), Kotlet mielony wieprzowy 90g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Seler z pietruszką gotowany z olejem () 150g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jablek *b/c 200 ml,	Chleb Graham 100g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67g (<u>MLE</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml, Ogórek kiszony 50g,
II Śniadanie: Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt,	Podwieczorek: Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Posiłek nocny: Chleb Graham 35g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 5g (<u>MLE</u>), Ser żółty 50g (<u>MLE</u>), Pasta warzywna* 50g (<u>SEL</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 3015.45 kcal; Białko ogółem: 154.52g; Tłuszcz: 131.61g; Kw. tł. nasy.: 51.11g; Węglowodany ogółem: 320.19g; W tym cukry: 47.02g; Błonnik pok.: 41.24g; Sól: 11.41g; WW: 28 Por; : 20.5 %; : 37 %; Ener. z T: 39.28 %; Ener. z Bł.: 2.74 %; K: 3386.8 mg;

wtorek 2024-02-27 Jadłospis dla diety: SZ- UL Hematologiczna łatwo strawna		
Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Bułka pszenna długa krojona 75g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67g (<u>MLE</u>), Szyunka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>), Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE</u>), Dynia z wody 50g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Jarzynowa z zacierką*-dieta b/brokula i kalafiora 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200g (<u>GLU JECZ</u>), Pieczeń rzymska drobiowa 90g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos ziołowy* 150 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Seler z pietruszką gotowany z olejem () 150g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jablek *z/c 200 ml,	Bułka pszenna długa krojona 75g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67g (<u>MLE</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt,	Podwieczorek: Herbatniki 50g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2676.29 kcal; Białko ogółem: 122.15g; Tłuszcz: 83.97g; Kw. tł. nasy.: 33.12g; Węglowodany ogółem: 373.08g; W tym cukry: 107.15g; Błonnik pok.: 31.2g; Sól: 8.17g; WW: 34.27 Por; : 18.26 %; : 51.1 %; Ener. z T: 28.24 %; Ener. z Bł.: 2.33 %; K: 3160.01 mg;

wtorek 2024-02-27 Jadłospis dla diety: SZ- UL Hematologiczna wysokobiałkowa		
Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 80g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 40g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67g (<u>MLE</u>), Szyunka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>), Dynia z wody 50g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Wielowarzywna z zacierką* z mięsem 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200g (<u>GLU JECZ</u>), Kotlet mielony wieprzowy 90g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Marchew gotowana z olejem* 150g, Kompot z czarnej porzeczki i jablek *z/c 200 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 80g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 40g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67g (<u>MLE</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Ogórek kiszony 50g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt, Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Herbatniki 50g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>), Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 3086.32 kcal; Białko ogółem: 138.07g; Tłuszcz: 115.8g; Kw. tł. nasy.: 39.44g; Węglowodany ogółem: 384.71g; W tym cukry: 80.88g; Błonnik pok.: 32.73g; Sól: 11.18g; WW: 35.37 Por; : 17.89 %; : 45.62 %; Ener. z T: 33.77 %; Ener. z Bł.: 2.12 %; K: 2646.58 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-02-27 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>), Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>), Pomidor 50 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Wielowarzywna z zacierką*. 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>), Pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Sos ziołowy* 150 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (<u>JAJ, GOR.</u>), Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>), Ogórek kiszony 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Cukinia pieczona z olejem* 150 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1979.76 kcal; Białko ogółem: 86.64 g; Tłuszcz: 68.28 g; Kw. tł. nasy.: 20.58 g; Węglowodany ogółem: 270.48 g; W tym cukry: 33.21 g; Błonnik pok.: 41.09 g; Sól: 7.01 g; WW: 22.99 Por; : 17.5 %; : 46.35 %; Ener. z T: 31.04 %; Ener. z Bł.: 4.15 %; K: 3107.65 mg;

wtorek 2024-02-27 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa wysokoalicyzna/wysokobiałkowa		
Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>), Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>), Papryka świeża 50 g, Kawa z mlekiem instant. b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Wielowarzywna z zacierką*. 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>), Pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Sos ziołowy* 150 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (<u>JAJ, GOR.</u>), Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>), Ogórek kiszony 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),	Posiłek nocny: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>), Sałata zielona 20 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2725.94 kcal; Białko ogółem: 123.7 g; Tłuszcz: 94.76 g; Kw. tł. nasy.: 37.53 g; Węglowodany ogółem: 362.67 g; W tym cukry: 44.78 g; Błonnik pok.: 46.68 g; Sól: 9.13 g; WW: 31.81 Por; : 18.15 %; : 46.37 %; Ener. z T: 31.28 %; Ener. z Bł.: 3.43 %; K: 3358.96 mg;

wtorek 2024-02-27 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>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>), Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 70 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Jarzynowa z zacierką*-dieta b/brokula i kalafiora 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>), Pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Marchew gotowana (bez oleju)* 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Twarożek 100 g (<u>MLE.</u>), Baton szynkowy z kurcząt 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>), Cukinia pieczona z olejem* 150 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>), Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2211.2 kcal; Białko ogółem: 123.51 g; Tłuszcz: 52.04 g; Kw. tł. nasy.: 15.93 g; Węglowodany ogółem: 322.13 g; W tym cukry: 48.43 g; Błonnik pok.: 25.7 g; Sól: 8.71 g; WW: 29.8 Por; : 22.34 %; : 53.62 %; Ener. z T: 21.18 %; Ener. z Bł.: 2.32 %; K: 2661.88 mg;

wtorek 2024-02-27 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa ciężarnych		
Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>), Papryka świeża 150 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Wielowarzywna z zacierką*. 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>), Pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Sos ziołowy* 150 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (<u>JAJ, GOR.</u>), Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>), Ogórek kiszony 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>), Sok pomidorowy 0,3l 1 szt,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Cukinia pieczona z olejem* 150 g,	Posiłek nocny: 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>), Sałata zielona 20 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2473.13 kcal; Białko ogółem: 101.42 g; Tłuszcz: 98.44 g; Kw. tł. nasy.: 35.55 g; Węglowodany ogółem: 317.53 g; W tym cukry: 43.27 g; Błonnik pok.: 48.62 g; Sól: 10.41 g; WW: 27.04 Por; : 16.4 %; : 43.49 %; Ener. z T: 35.82 %; Ener. z Bł.: 3.93 %; K: 3830.57 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-02-27 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa dla matek karmiących		
<p>Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>), Papryka świeża 150 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),</p>	<p>Jarzynowa z zacierką*dieta b/brokula i kalafora. 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>), Pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Sos ziołowy* 150 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (<u>JAJ, GOR.</u>), Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ, 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% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>), Ogórek kiszony 150 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>), Sok pomidorowy 0,3l 1 szt,</p>	<p>Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Cukinia pieczona z olejem * 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>), Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>), Salata zielona 20 g,</p>

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2488.94 kcal; Białko ogółem: 101.69 g; Tłuszcz: 98.57 g; Kw. tł. nasy.: 35.57 g; Węglowodany ogółem: 321.83 g; W tym cukry: 45.51 g; Błonnik pok.: 50.46 g; Sól: 10.51 g; WW: 27.27 Por; : 16.34 %; : 43.61 %; Ener. z T: 35.64 %; Ener. z Bł.: 4.06 %; K: 3945.74 mg;

wtorek 2024-02-27 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa dla dzieci		
<p>Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>), Ser topiony 50 g (<u>MLE.</u>), Pomidor 50 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),</p>	<p>Wielowarzywna z zacierką*. 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>), Pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Sos ziołowy* 150 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (<u>JAJ, GOR.</u>), Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,</p>	<p>Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>), Papryka świeża 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>), Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE.</u>), Gruszka 1szt. 150 g, Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt,</p>	<p>Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Cukinia pieczona z olejem * 150 g, Serek homo owocowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),</p>	<p>Posiłek nocny: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>), Salata zielona 20 g,</p>

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 3191.29 kcal; Białko ogółem: 140.94 g; Tłuszcz: 124.39 g; Kw. tł. nasy.: 50.34 g; Węglowodany ogółem: 402.01 g; W tym cukry: 52.74 g; Błonnik pok.: 49.64 g; Sól: 9.79 g; WW: 35.38 Por; : 17.67 %; : 44.17 %; Ener. z T: 35.08 %; Ener. z Bł.: 3.11 %; K: 3798.15 mg;

wtorek 2024-02-27 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa bezmleczna		
<p>Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g, Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,</p>	<p>Wielowarzywna z zacierką*() (bez mleka). 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>), Pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Sos ziołowy* 150 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (<u>JAJ, GOR.</u>), Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ, 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>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Tofu 100 g (<u>SOJ.</u>), Ogórek kiszony 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,</p>
<p>II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Ogórek świeży 50 g,</p>	<p>Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Cukinia pieczona z olejem * 150 g,</p>	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2248.08 kcal; Białko ogółem: 80.87 g; Tłuszcz: 98.55 g; Kw. tł. nasy.: 23.51 g; Węglowodany ogółem: 281.45 g; W tym cukry: 25.53 g; Błonnik pok.: 44 g; Sól: 8.38 g; WW: 23.69 Por; : 14.39 %; : 42.25 %; Ener. z T: 39.45 %; Ener. z Bł.: 3.91 %; K: 3135.26 mg;

wtorek 2024-02-27 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzyca nerkowa		
<p>Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g, Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>), Dynia duszona z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ.</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,</p>	<p>Jarzynowa z ziemniakami()*dieta b/brokula i kalafora 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>), Pieczeń rzymska drobiowa 40 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Marchew gotowana z olejem* 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,</p>	<p>Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g, Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Baton szynkowy z kurcząt 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>), Cukinia pieczona z olejem * 150 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,</p>
<p>II Śniadanie: Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 50 g, Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Sok pomidorowy 0,3l 1 szt,</p>	<p>Podwieczorek: Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 30 g, Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),</p>	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2141.96 kcal; Białko ogółem: 45.54 g; Tłuszcz: 88.36 g; Kw. tł. nasy.: 28.17 g; Węglowodany ogółem: 288.95 g; W tym cukry: 23.3 g; Błonnik pok.: 41.21 g; Sól: 8.45 g; WW: 24.73 Por; : 8.5 %; : 46.26 %; Ener. z T: 37.13 %; Ener. z Bł.: 3.85 %; K: 2999.53 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-02-27 Jadłospis dla diety: SZ-UL Nerkowa		
Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g , Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Dynia duszona z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Jarzynowa z zacierką*-dieta b/brokula i kalafiora. BM 400 ml (<u>GLU PSZ JAJ SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>), Pieczeń rzymska drobiowa 50 g (<u>GLU PSZ JAJ</u>), Sos ziołowy* (bez soli) 150 ml (<u>GLU PSZ SEL</u>), Marchew gotowana z olejem* 150 g , Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g , Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Baton szynkowy z kurczą 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ MLE GOR</u>), Jablko pieczone 1szt. 1 szt , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
Podwieczorek: Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 60 g , Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Miód (25g) 2 szt ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2220.01 kcal; Białko ogółem: 40.84 g; Tłuszcz: 79.6 g; Kw. tł. nasy.: 25.59 g; Węglowodany ogółem: 333.9 g; W tym cukry: 54.32 g; Błonnik pok.: 41.02 g; Sól: 7.02 g; WW: 29.23 Por; : 7.36 %; : 52.77 %; Ener. z T: 32.27 %; Ener. z Bł.: 3.7 %; K: 1941.14 mg;

wtorek 2024-02-27 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dna moczanowa		
Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ GLU ŻYT</u>), Chleb razowy żytnio-pszenno 40 g (<u>GLU PSZ GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Twarożek 100 g (<u>MLE</u>), Pomidor 50 g , Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE GLU ŻYT GLU JECZ</u>),	Wielowarzynna z zacierką* . 400 ml (<u>GLU PSZ JAJ MLE SEL</u>), Kotlet z kaszy jęczmiennej 2szt 200 g (<u>GLU PSZ JAJ GLU JECZ</u>), Sos ziołowy* 150 ml (<u>GLU PSZ SEL</u>), Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (<u>JAJ GOR</u>), Marchew oprószana z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ GLU ŻYT</u>), Chleb razowy żytnio-pszenno 40 g (<u>GLU PSZ GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Ogórek kiszony 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt ,		
Podwieczorek: Banan 1szt. 1 szt ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2669 kcal; Białko ogółem: 84.52 g; Tłuszcz: 93.27 g; Kw. tł. nasy.: 28.55 g; Węglowodany ogółem: 385.54 g; W tym cukry: 88.81 g; Błonnik pok.: 37.96 g; Sól: 6.43 g; WW: 34.94 Por; : 12.67 %; : 52.09 %; Ener. z T: 31.45 %; Ener. z Bł.: 2.84 %; K: 2784.41 mg;

wtorek 2024-02-27 Jadłospis dla diety: SZ-UL Atopowa		
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 ,	Brokulowa 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 źródłana 250 ml ,	Risotto z mięsa z udźca z indyka i warzywami* 400 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,
II Śniadanie: Banan 1szt. 1 szt , Marchwianka () 300 ml ,		
Podwieczorek: Platki owsiane na wodzie 200 ml (<u>GLU OW</u>), Mus z jabłek () b/c 150 g ,		

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;

wtorek 2024-02-27 Jadłospis dla diety: SZ-UL Niemowlaki		
Platki pszenne na mleku 200 ml (<u>GLU PSZ MLE</u>), Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE GOR</u>), Pomidor b/skórki 50 g , Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE GLU ŻYT GLU JECZ</u>),	Jarzynowa z zacierką*-dieta b/brokula i kalafiora. 200 ml (<u>GLU PSZ JAJ MLE SEL</u>), Ziemniaki () 100 g , Pieczeń rzymska drobiowa 50 g (<u>GLU PSZ JAJ</u>), Sos ziołowy* 50 ml (<u>GLU PSZ SEL</u>), Marchew gotowana z olejem* 150 g , Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Jablko pieczone 1szt. 1 szt , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt ,		
Podwieczorek: Banan 1szt. 1 szt ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1664 kcal; Białko ogółem: 69.17g; Tłuszcz: 39.91 g; Kw. tł. nasy.: 12.44 g; Węglowodany ogółem: 267.32 g; W tym cukry: 105.97 g; Błonnik pok.: 22.51 g; Sól: 4.13 g; WW: 24.67 Por; : 16.63 %; : 58.85 %; Ener. z T: 21.58 %; Ener. z Bł.: 2.71 %; K: 3338.24 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-02-27 Jadłospis dla diety: SZ-UL papkowata niemowlaki		
Płatki pszenne na mleku 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Pasta z kurczaka 50 g, Jabłko pieczone 1szt. 1 szt., Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>).	Jarzynowa z zacierką*dieta b/brokulia i kalafiora. 200 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 100 g, Pieczeń rzymska drobiowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos ziołowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Marchew gotowana z olejem* 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 200 ml (<u>GLU PSZ, 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>), Pasta warzywna* 50 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt,	Podwieczorek: Banan 1szt. 1 szt,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1790.22 kcal; Białko ogółem: 77.16 g; Tłuszcz: 44.59 g; Kw. tł. nasy.: 13.87 g; Węglowodany ogółem: 282.43 g; W tym cukry: 107.24 g; Błonnik pok.: 24.7 g; Sól: 3.54 g; WW: 25.93 Por; : 17.24 %; : 57.58 %; Ener. z T: 22.42 %; Ener. z Bł.: 2.76 %; K: 3675.08 mg;

wtorek 2024-02-27 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dieta Mamy I trymestr		
Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>), Pomidor 150 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Wielowarzywna z zacierką*. 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>), Pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos ziołowy* 150 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Surówka z selera i jabłka () 100 g (<u>MLE, SEL</u>), Marchew oprószana z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ</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>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Ogórek kiszony 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE</u>), Miód (25g) 1 szt,	Podwieczorek: Gruszka 1szt. 150 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2438.26 kcal; Białko ogółem: 107.51 g; Tłuszcz: 86.49 g; Kw. tł. nasy.: 33.76 g; Węglowodany ogółem: 328.41 g; W tym cukry: 73.62 g; Błonnik pok.: 41.47 g; Sól: 10.41 g; WW: 28.8 Por; : 17.64 %; : 47.07 %; Ener. z T: 31.93 %; Ener. z Bł.: 3.4 %; K: 3253.59 mg;

wtorek 2024-02-27 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dieta Mamy II trymestr		
Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>), Pomidor 150 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Wielowarzywna z zacierką*. 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>), Pieczeń rzymska drobiowa 180 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos ziołowy* 150 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Surówka z selera i jabłka () 100 g (<u>MLE, SEL</u>), Marchew oprószana z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ</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>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Ogórek kiszony 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE</u>), Miód (25g) 1 szt,	Podwieczorek: Gruszka 1szt. 150 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2656.73 kcal; Białko ogółem: 127.98 g; Tłuszcz: 93.36 g; Kw. tł. nasy.: 35.51 g; Węglowodany ogółem: 347.24 g; W tym cukry: 73.79 g; Błonnik pok.: 42.28 g; Sól: 10.92 g; WW: 30.6 Por; : 19.27 %; : 45.91 %; Ener. z T: 31.63 %; Ener. z Bł.: 3.18 %; K: 3605.49 mg;

wtorek 2024-02-27 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dieta Mamy III trymestr		
Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>), Pomidor 150 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Wielowarzywna z zacierką*. 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>), Pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos ziołowy* 150 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Surówka z selera i jabłka () 100 g (<u>MLE, SEL</u>), Marchew oprószana z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ</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>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Ogórek kiszony 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE</u>), Miód (25g) 2 szt,	Podwieczorek: Gruszka 1szt. 150 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2756.21 kcal; Białko ogółem: 118.72 g; Tłuszcz: 92.39 g; Kw. tł. nasy.: 36.99 g; Węglowodany ogółem: 384.84 g; W tym cukry: 88.08 g; Błonnik pok.: 44.5 g; Sól: 11.17 g; WW: 34.18 Por; : 17.23 %; : 49.39 %; Ener. z T: 30.17 %; Ener. z Bł.: 3.23 %; K: 3725.59 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-02-27 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dieta Mamy Okres Laktacji		
Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Chleb razowy żytnio-pszenenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>), Pomidor 150 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Wielowarzywna z zacierką*. 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>), Pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos ziołowy* 150 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Surówka z selera i jabłka () 100 g (<u>MLE, SEL</u>), Marchew oprószana z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenenny 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>), Ogórek kiszony 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Miód (25g) 2 szt, Chleb razowy pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Gruszka 1szt. 150 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2859.01 kcal; Białko ogółem: 121.84 g; Tłuszcz: 92.91 g; Kw. tł. nasy.: 37.11 g; Węglowodany ogółem: 406.92g; W tym cukry: 88.48 g; Błonnik pok.: 45.82 g; Sól: 11.81 g; WW: 36.26 Por; : 17.05 %; : 50.52 %; Ener. z T: 29.25 %; Ener. z Bł.: 3.21 %; K: 3779.99 mg;

wtorek 2024-02-27 Jadłospis dla diety: SZ-UL Ciąża mnoga (wysokobiałkowa)		
Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Chleb razowy żytnio-pszenenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 70 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>), Pomidor 150 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Wielowarzywna z zacierką*. 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>), Pieczeń rzymska drobiowa 180 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos ziołowy* 150 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (<u>JAJ, GOR</u>), Marchew oprószana z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Ogórek kiszony 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Miód (25g) 2 szt, Chleb razowy żytnio-pszenenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Gruszka 1szt. 150 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2903.36 kcal; Białko ogółem: 142.2g; Tłuszcz: 91.78 g; Kw. tł. nasy.: 28.07 g; Węglowodany ogółem: 397.58 g; W tym cukry: 87.32 g; Błonnik pok.: 41.95 g; Sól: 11.96 g; WW: 35.67 Por; : 19.59 %; : 49 %; Ener. z T: 28.45 %; Ener. z Bł.: 2.89 %; K: 3940.51 mg;

wtorek 2024-02-27 Jadłospis dla diety: SZ-UL Posiłki regeneracyjne		
	Wielowarzywna z zacierką*. 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>), Kotlet mielony wieprzowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Surówka wykwinna z olejem b/c 150 g (<u>JAJ, GOR</u>), Marchew gotowana z olejem* 150 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1125.35 kcal; Białko ogółem: 38.77 g; Tłuszcz: 54.54 g; Kw. tł. nasy.: 6.84 g; Węglowodany ogółem: 127.74 g; W tym cukry: 17.06 g; Błonnik pok.: 17.5 g; Sól: 2.33 g; WW: 11.07 Por; : 13.78 %; : 39.19 %; Ener. z T: 43.62 %; Ener. z Bł.: 3.11 %; K: 1543.35 mg;

wtorek 2024-02-27 Jadłospis dla diety: SZ-UL Normalna Broniewskiego		
Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb razowy żytnio-pszenenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Sertopiony 50 g (<u>MLE</u>), Pomidor 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Wielowarzywna z zacierką*. 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 250 g (<u>GLU JECZ</u>), Kotlet mielony wieprzowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (<u>JAJ, GOR</u>), Marchew oprószana z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb razowy żytnio-pszenenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Ogórek kiszony 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
	Podwieczorek: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Herbatniki 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>), Kompot z czarnej porzeczki* z/c 200 ml,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 3032.84 kcal; Białko ogółem: 104.2g; Tłuszcz: 118.64 g; Kw. tł. nasy.: 40.02 g; Węglowodany ogółem: 402.59g; W tym cukry: 85.63 g; Błonnik pok.: 34.23 g; Sól: 9.2 g; WW: 36.99 Por; : 13.74 %; : 48.58 %; Ener. z T: 35.21 %; Ener. z Bł.: 2.26 %; K: 2842.82 mg;

Jadłospis dla oddziałów

wtorek 2024-02-27 Jadłospis dla diety: SZ-UL Lekkostrawna Broniewskiego		
Plątki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ,</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE,</u>), Szyunka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>), Pomidor 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>),	Jarzynowa z zacierką*dieta b/brokula i kalafiora. 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>), Kasza jęczmienna/sypko 250 g (<u>GLU JECZ,</u>), Pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>), Sos ziołowy* 150 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</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: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>), Herbatniki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>), Kompot z czarnej porzeczki* z/c 200 ml,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2426.12 kcal; Białko ogółem: 99.44 g; Tłuszcz: 77.85 g; Kw. tł. nasy.: 28.07 g; Węglowodany ogółem: 344.03 g; W tym cukry: 80.83 g; Błonnik pok.: 26.44 g; Sól: 6.13 g; WW: 31.95 Por; : 16.4 %; : 52.36 %; Ener. z T: 28.88 %; Ener. z Bł.: 2.18 %; K: 2768.44 mg;

wtorek 2024-02-27 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa CH Broniewskiego		
Plątki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Szyunka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>), Papryka świeża 50 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>),	Wielowarzywna z zacierką*. 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>), Kasza jęczmienna/sypko 250 g (<u>GLU JECZ,</u>), Pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>), Sos ziołowy* 150 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (<u>JAJ, GOR,</u>), Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>), Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>), Pomidor 100 g,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>), Cukinia pieczona z olejem* 150 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2434.61 kcal; Białko ogółem: 100.21 g; Tłuszcz: 86.06 g; Kw. tł. nasy.: 27.22 g; Węglowodany ogółem: 336.69 g; W tym cukry: 52.46 g; Błonnik pok.: 47.63 g; Sól: 7.49 g; WW: 29.05 Por; : 16.46 %; : 47.49 %; Ener. z T: 31.81 %; Ener. z Bł.: 3.91 %; K: 4021.45 mg;

wtorek 2024-02-27 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa NCH Policie Diabetologia		
Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Szyunka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 70 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>), Papryka świeża 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,	Wielowarzywna z zacierką*. 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ,</u>), Pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>), Sos ziołowy* 150 ml (<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 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Twarożek 100 g (<u>MLE,</u>), Ogórek świeży 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Pomidor 100 g,	Podwieczorek: Cukinia pieczona z olejem* 150 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1817.71 kcal; Białko ogółem: 80.37 g; Tłuszcz: 68.27 g; Kw. tł. nasy.: 18.59 g; Węglowodany ogółem: 235.13 g; W tym cukry: 29.02 g; Błonnik pok.: 33.61 g; Sól: 5.98 g; WW: 20.17 Por; : 17.69 %; : 44.35 %; Ener. z T: 33.8 %; Ener. z Bł.: 3.7 %; K: 2914.91 mg;

wtorek 2024-02-27 Jadłospis dla diety: SZ-UL Lekkostrawna Policie		
Plątki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ,</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE,</u>), Szyunka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>), Pomidor 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>),	Jarzynowa z zacierką*dieta b/brokula i kalafiora. 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ,</u>), Pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>), Sos ziołowy* 150 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</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: Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ,</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>), Miód (25g) 1 szt, Herbatniki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2445.55 kcal; Białko ogółem: 95.53 g; Tłuszcz: 78.73 g; Kw. tł. nasy.: 30.79 g; Węglowodany ogółem: 349.77 g; W tym cukry: 72.48 g; Błonnik pok.: 24.57 g; Sól: 6.14 g; WW: 32.72 Por; : 15.63 %; : 53.19 %; Ener. z T: 28.98 %; Ener. z Bł.: 2.01 %; K: 2528.37 mg;