

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SSPSK Nr 1 PUM Szczecin		
Sniadanie II Sniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posilek nocny
czwartek 2023-11-02 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>), Ser topiony 50 g (<u>MLE, </u>), Jabłko 1 szt 1 szt , Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, </u>),	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT, </u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią* 400 g (<u>SEL, GLU JECZ, </u>), Sos pomidorowy 100 ml (<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-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE, </u>), Pomidor 50 g , Połędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
	Podwieczerek: Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (<u>MLE, </u>),	

Wartości odżywcze: E: 2354.16 kcal; B: 79.28 g; T: 81.55 g; Kw. tł. nasy.: 36.32 g; W: 338.54 g; W tym cukry: 77.72 g; Bł.: 31.84 g; Sól: 7.61 g; WW: 30.7 Por; Ener. z B: 13.47 %; Ener. z W: 52.11 %; Ener. z T: 31.18 %; Ener. z Bł.: 2.7 %; K: 3434.55 mg;

czwartek 2023-11-02 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>), Ser topiony 50 g (<u>MLE, </u>), Jabłko 1 szt 1 szt , Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, </u>),	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT, </u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią* 400 g (<u>SEL, GLU JECZ, </u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ, </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>), Połędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 70 g , Pomidor 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Sniadanie: Śliwka szt 2 szt , Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE, </u>),	Podwieczerek: Budyń o smaku waniliowym z/c 300 ml (<u>MLE, </u>), Rodzynki 20 g ,	

Wartości odżywcze: E: 2735.94 kcal; B: 97.61 g; T: 89.7 g; Kw. tł. nasy.: 41.33 g; W: 392.67 g; W tym cukry: 112.68 g; Bł.: 29.18 g; Sól: 8.2 g; WW: 36.32 Por; Ener. z B: 14.27 %; Ener. z W: 53.14 %; Ener. z T: 29.51 %; Ener. z Bł.: 2.13 %; K: 3769.65 mg;

czwartek 2023-11-02 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>), Ser topiony 50 g (<u>MLE, </u>), Jabłko 1 szt 1 szt , Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, </u>),	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT, </u>), Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie* 400 g (<u>SEL, GLU JECZ, </u>), Sos pomidorowy 100 ml (<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-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE, </u>), Pomidor 100 g , Tofu 50 g (<u>SOJ, </u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Sniadanie: Śliwka szt 2 szt ,	Podwieczerek: Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE, </u>),	

Wartości odżywcze: E: 2359.25 kcal; B: 59.97 g; T: 79.34 g; Kw. tł. nasy.: 35.05 g; W: 367.23 g; W tym cukry: 96.2 g; Bł.: 35.33 g; Sól: 6.58 g; WW: 33.25 Por; Ener. z B: 10.17 %; Ener. z W: 56.27 %; Ener. z T: 30.26 %; Ener. z Bł.: 2.99 %; K: 3576.62 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2023-11-02 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bezmleczna		
Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Chleb razowy żytnio-pszeny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt , Tofu 100 g (<u>SOJ,</u>), Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,	Barszcz biały z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GLU ŻYT,</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią* 400 g (<u>SEL, GLU JECZ,</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<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-pszeny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Margaryna porcjowa 15g 2 szt , Południca delikatna-produkt białkowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g , Pomidor 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Śliwka szt 2 szt ,	Podwieczorek: Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 250 ml ,	

Wartości odżywcze: E: 2226.39 kcal; B: 71.9 g; T: 80.67 g; Kw. tł. nasy.: 19.15 g; W: 316.98 g; W tym cukry: 56.37 g; Bł.: 31.74 g; Sól: 6.74 g; WW: 28.54 Por; Ener. z B: 12.92 %; Ener. z W: 51.25 %; Ener. z T: 32.61 %; Ener. z Bł.: 2.85 %; K: 2967.36 mg;

czwartek 2023-11-02 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bez laktozy		
Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Chleb razowy żytnio-pszeny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt , Tofu 100 g (<u>SOJ,</u>), Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,	Barszcz biały z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GLU ŻYT,</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią* 400 g (<u>SEL, GLU JECZ,</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<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-pszeny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Margaryna porcjowa 15g 2 szt , Pomidor 50 g , Południca delikatna-produkt białkowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Śliwka szt 2 szt ,	Podwieczorek: Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 250 ml ,	

Wartości odżywcze: E: 2226.39 kcal; B: 71.9 g; T: 80.67 g; Kw. tł. nasy.: 19.15 g; W: 316.98 g; W tym cukry: 56.37 g; Bł.: 31.74 g; Sól: 6.74 g; WW: 28.54 Por; Ener. z B: 12.92 %; Ener. z W: 51.25 %; Ener. z T: 32.61 %; Ener. z Bł.: 2.85 %; K: 2967.36 mg;

czwartek 2023-11-02 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>), Jabłko 1 szt 1 szt , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,	Koperkowa z ziemniakami (bez glutenu, bez mleka) (*) 400 ml (<u>SEL,</u>), Gryczotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią* 400 g (<u>SEL,</u>), Sos pomidorowy (bez glutenu) 100 ml , Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Chleb bezglutenowy 120 g , Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE,</u>), Południca delikatna-produkt białkowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g , Pomidor 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Śliwka szt 2 szt ,	Podwieczorek: Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 200 ml ,	

Wartości odżywcze: E: 2209.46 kcal; B: 56.92 g; T: 86.37 g; Kw. tł. nasy.: 30.5 g; W: 306.84 g; W tym cukry: 66.92 g; Bł.: 20.91 g; Sól: 3.66 g; WW: 28.51 Por; Ener. z B: 10.3 %; Ener. z W: 51.76 %; Ener. z T: 35.18 %; Ener. z Bł.: 1.89 %; K: 2928.08 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2023-11-02 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bezglutenowa, bez mleka		
Chleb bezglutenowy 120 g , Margaryna porcjowa 15g 1 szt , Tofu 100 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,	Koperkowa z ziemniakami (bez glutenu, bez mleka) (*) 400 ml (<u>SEL</u>), Gryczotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią* 400 g (<u>SEL</u>), Sos pomidorowy (bez glutenu) 100 ml , Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml ,	Chleb bezglutenowy 100 g , Margaryna porcjowa 15g 1 szt , Pomidor 50 g , Polędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Śliwka szt 2 szt ,	Podwieczorek: Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 250 ml , Chleb bezglutenowy 40 g , Margaryna porcjowa 15g 1 szt , Papryka świeża 100 g ,	

Wartości odżywcze: E: 2253.43 kcal; B: 64.35 g; T: 90.9 g; Kw. tł. nasy.: 17.95 g; W: 300.51 g; W tym cukry: 48.3 g; Bł.: 20.87 g; Sól: 3.27 g; WW: 27.96 Por; Ener. z B: 11.42 %; Ener. z W: 49.64 %; Ener. z T: 36.31 %; Ener. z Bł.: 1.85 %; K: 3045.35 mg;

czwartek 2023-11-02 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bogatoresztkowa		
Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Ser topiony 50 g (<u>MLE</u>), Jabłko 1 szt 1 szt , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią* 400 g (<u>SEL, GLU JECZ</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</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>), Polędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 50 g , Pomidor 100 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Śliwka szt 2 szt ,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Brokuł gotowany* 100 g ,	

Wartości odżywcze: E: 2236.52 kcal; B: 70.43 g; T: 88.3 g; Kw. tł. nasy.: 37.47 g; W: 309.98 g; W tym cukry: 64.83 g; Bł.: 44.6 g; Sól: 6.76 g; WW: 26.51 Por; Ener. z B: 12.6 %; Ener. z W: 47.46 %; Ener. z T: 35.53 %; Ener. z Bł.: 3.99 %; K: 4066.94 mg;

czwartek 2023-11-02 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>), Twarożek 100 g (<u>MLE</u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt , Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią* 400 g (<u>SEL, GLU JECZ</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<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>), Polędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 50 g , Pomidor b/skórki 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
	Podwieczorek: Budyń o smaku waniliowym z/c 250 ml (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2252.18 kcal; B: 88.99 g; T: 77.02 g; Kw. tł. nasy.: 30.72 g; W: 309.46 g; W tym cukry: 93.37 g; Bł.: 21.7 g; Sól: 4.6 g; WW: 28.84 Por; Ener. z B: 15.81 %; Ener. z W: 51.11 %; Ener. z T: 30.78 %; Ener. z Bł.: 1.93 %; K: 3405.22 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2023-11-02 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dzieci łatwo strawna		
Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW, </u>), Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ, </u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE, </u>), Twarożek 100 g (<u>MLE, </u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt , Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, </u>),	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią* 400 g (<u>SEL, GLU JECZ, </u>), Sos pomidorowy 100 ml (<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>), Pomidor b/skórki 50 g , Polędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Banan 1szt. 1 szt ,	Podwieczorek: Budyń o smaku waniliowym z/c 300 ml (<u>MLE, </u>),	

Wartości odżywcze: E: 2692.73 kcal; B: 104.75 g; T: 80.79 g; Kw. tł. nasy.: 34.59 g; W: 398.14 g; W tym cukry: 150.54 g; Bł.: 27.18 g; Sól: 4.95 g; WW: 37.21 Por; Ener. z B: 15.56 %; Ener. z W: 55.11 %; Ener. z T: 27 %; Ener. z Bł.: 2.02 %; K: 4732.4 mg;

czwartek 2023-11-02 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>), Twarożek 100 g (<u>MLE, </u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt , Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, </u>),	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią* 400 g (<u>SEL, GLU JECZ, </u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ, </u>), 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>), Polędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g , Buraczki gotowane (.) 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt ,	Podwieczorek: Budyń o smaku waniliowym z/c 250 ml (<u>MLE, </u>),	

Wartości odżywcze: E: 2200.04 kcal; B: 94.32 g; T: 50.58 g; Kw. tł. nasy.: 17.64 g; W: 351.53 g; W tym cukry: 97.03 g; Bł.: 23.56 g; Sól: 5.21 g; WW: 32.83 Por; Ener. z B: 17.15 %; Ener. z W: 59.63 %; Ener. z T: 20.69 %; Ener. z Bł.: 2.14 %; K: 3543.24 mg;

czwartek 2023-11-02 Jadłospis dla diety: SZ-UL Żołądkowa		
Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ, </u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE, </u>), Twarożek 100 g (<u>MLE, </u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt , Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, </u>),	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią* 400 g (<u>SEL, GLU JECZ, </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>), Polędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g , Buraczki gotowane (.) 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
	Podwieczorek: Budyń o smaku waniliowym z/c 250 ml (<u>MLE, </u>),	

Wartości odżywcze: E: 2242.09 kcal; B: 88.68 g; T: 76.78 g; Kw. tł. nasy.: 30.67 g; W: 307.94 g; W tym cukry: 95.2 g; Bł.: 22.18 g; Sól: 4.59 g; WW: 28.61 Por; Ener. z B: 15.82 %; Ener. z W: 50.98 %; Ener. z T: 30.82 %; Ener. z Bł.: 1.98 %; K: 3380.79 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2023-11-02 Jadłospis dla diety: SZ-UL Specjalna bezmleczna		
Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Szyńska wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 50 g, Jabłko pieczone 1szt. 1 szt, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)*(). 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią*. 400 g (<u>SEL, GLU JECZ</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Margaryna porcjowa 15g 2 szt, Pasta z warzyw i szyński drobiowej 100 g (<u>SEL</u>), Buraczki gotowane () 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Sok pomidorowy 0,3l 1 szt,	Podwieczorek: Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 200 ml,	

Wartości odżywcze: E: 2205.84 kcal; B: 72.75 g; T: 81.36 g; Kw. tł. nasy.: 18.3 g; W: 308.43 g; W tym cukry: 63.31 g; Bł.: 25.65 g; Sól: 7.01 g; WW: 28.22 Por; Ener. z B: 13.19 %; Ener. z W: 51.28 %; Ener. z T: 33.2 %; Ener. z Bł.: 2.33 %; K: 2963.28 mg;

czwartek 2023-11-02 Jadłospis dla diety: SZ-UL Papkowata		
Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW</u>), Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Twarożek 100 g (<u>MLE</u>), Marchew gotowana z olejem* 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Klopsik drobiowy z indyka 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Dynia z wody 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Ryż na wywarze jarzynowym. 300 ml (<u>SEL</u>), Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Buraczki gotowane (). 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, Pasta z wędliną drob wp i koperkiem 100 g (<u>SOJ, GOR</u>),
	Podwieczorek: Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2644.4 kcal; B: 109.34 g; T: 90.1 g; Kw. tł. nasy.: 32.17 g; W: 355.29 g; W tym cukry: 92.94 g; Bł.: 23.95 g; Sól: 6.34 g; WW: 33.22 Por; Ener. z B: 16.54 %; Ener. z W: 50.12 %; Ener. z T: 30.67 %; Ener. z Bł.: 1.81 %; K: 4848.33 mg;

czwartek 2023-11-02 Jadłospis dla diety: SZ-UL Papkowata cukrzycowa		
Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, GLU OW</u>), Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Twarożek 100 g (<u>MLE</u>), Marchew gotowana z olejem* 50 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Klopsik drobiowy z indyka 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Dynia z wody 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Ryż na wywarze jarzynowym. 300 ml (<u>SEL</u>), Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Buraczki gotowane (). 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml, Pasta z wędliną drob wp i koperkiem 100 g (<u>SOJ, GOR</u>),
II Śniadanie: Sok pomidorowy 0,3l 1 szt,	Podwieczorek: Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2407.37 kcal; B: 101.27 g; T: 85.16 g; Kw. tł. nasy.: 29.21 g; W: 315.56 g; W tym cukry: 54.52 g; Bł.: 24.17 g; Sól: 6.79 g; WW: 29.23 Por; Ener. z B: 16.83 %; Ener. z W: 48.42 %; Ener. z T: 31.84 %; Ener. z Bł.: 2.01 %; K: 4520.96 mg;

czwartek 2023-11-02 Jadłospis dla diety: SZ-UL Płynna cukrzycowa		
Mięso drobiowe gotowane 100g 1 szt, Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u> , (), Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL, GLU OW</u>),	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 50 g, Pulpet drobiowy z indyka 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u> , (), Buraczki gotowane (). 100 g, Olej rzepakowy 10 g,	Ryż na wywarze jarzynowym. 400 ml (<u>SEL</u>), Mięso drobiowe gotowane 100g 1 szt, Buraczki gotowane (). 50 g, 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: E: 2018.62 kcal; B: 120.38 g; T: 104.56 g; Kw. tł. nasy.: 37.27 g; W: 156.48 g; W tym cukry: 19.32 g; Bł.: 15.19 g; Sól: 3.84 g; WW: 14.01 Por; Ener. z B: 23.85 %; Ener. z W: 28 %; Ener. z T: 46.62 %; Ener. z Bł.: 1.51 %; K: 3762.23 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2023-11-02 Jadłospis dla diety: SZ-UL Płynna wysokobiałkowa		
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 2 szt (<u>JAJ</u>), Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW</u>),	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 50 g, Pulpet drobiowy z indyka 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Buraczki gotowane () 100 g, Olej rzepakowy 10 g,	Ryż na wywarze jarzynowym. 400 ml (<u>SEL</u>), Mięso drobiowe gotowane 100g 1 szt, Buraczki gotowane () 50 g, 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: E: 2265.69 kcal; B: 119.96 g; T: 104.3 g; Kw. tł. nasy.: 39.57 g; W: 220.03 g; W tym cukry: 48.01 g; Bł.: 15.8 g; Sól: 4.52 g; WW: 20.34 Por; Ener. z B: 21.18 %; Ener. z W: 36.06 %; Ener. z T: 41.43 %; Ener. z Bł.: 1.39 %; K: 4244.89 mg;

czwartek 2023-11-02 Jadłospis dla diety: SZ-UL Przecierana		
Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW</u>), Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Mleko w proszku 10 g (<u>MLE</u>),	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 150 g, Pulpet drobiowy z indyka 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Buraczki gotowane () 100 g, Olej rzepakowy 10 g,	Ryż na wywarze jarzynowym. 300 ml (<u>SEL</u>), Mięso drobiowe gotowane 100g 1 szt, Buraczki gotowane () 50 g, 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: Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2245.14 kcal; B: 103.15 g; T: 90.4 g; Kw. tł. nasy.: 35.07 g; W: 263.67 g; W tym cukry: 61.64 g; Bł.: 17.48 g; Sól: 4.44 g; WW: 24.62 Por; Ener. z B: 18.38 %; Ener. z W: 43.86 %; Ener. z T: 36.24 %; Ener. z Bł.: 1.56 %; K: 4672.62 mg;

czwartek 2023-11-02 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>), Twarożek 100 g (<u>MLE</u>), Jabłko 1 szt 1 szt, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,	Barszcz biały z ziemniakami (*) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią* 400 g (<u>SEL, GLU JECZ</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Pomidor 50 g, Połędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Śliwka szt 2 szt,	Podwieczorek: Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 1495.58 kcal; B: 72.47 g; T: 45.17 g; Kw. tł. nasy.: 15.13 g; W: 211.61 g; W tym cukry: 42.27 g; Bł.: 28.47 g; Sól: 3.86 g; WW: 18.32 Por; Ener. z B: 19.38 %; Ener. z W: 48.98 %; Ener. z T: 27.18 %; Ener. z Bł.: 3.81 %; K: 2987.97 mg;

czwartek 2023-11-02 Jadłospis dla diety: SZ-UL Wysokobiałkowa/Wysokokaloryczna		
Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW</u>), Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Twarożek 150 g (<u>MLE</u>), Szynka wędzona-pr.dr.wędzony, parzony 50 g, Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią* 400 g (<u>SEL, GLU JECZ</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</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>), Połędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g, Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Budyń o smaku waniliowym z/c 250 ml (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2749.03 kcal; B: 131.13 g; T: 86.22 g; Kw. tł. nasy.: 36.98 g; W: 377.1 g; W tym cukry: 110.68 g; Bł.: 34.77 g; Sól: 7.54 g; WW: 34.39 Por; Ener. z B: 19.08 %; Ener. z W: 49.81 %; Ener. z T: 28.23 %; Ener. z Bł.: 2.53 %; K: 4405.71 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2023-11-02 Jadłospis dla diety: SZ-UL Hematologiczna		
Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW, </u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Chleb Graham 40 g (<u>GLU PSZ, </u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE, </u>), Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 50 g , Ogórek kiszony 50 g , Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, </u>),	Barszcz biały z ziemniakami (*) z mięsem 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT, </u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią* 400 g (<u>SEL, GLU JECZ, </u>), Sos pomidorowy 100 ml (<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>), Polędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 50 g , Buraczki gotowane (). 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Herbatniki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, </u>),	Podwieczorek: Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE, </u>),	

Wartości odżywcze: E: 2644.97 kcal; B: 105.95 g; T: 80.99 g; Kw. tł. nasy.: 32.84 g; W: 385.12 g; W tym cukry: 93.99 g; Bł.: 30.23 g; Sól: 9.22 g; WW: 35.53 Por; Ener. z B: 16.02 %; Ener. z W: 53.67 %; Ener. z T: 27.56 %; Ener. z Bł.: 2.29 %; K: 3896.59 mg;

czwartek 2023-11-02 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>), Twarożek 100 g (<u>MLE, </u>), Jabłko 1 szt 1 szt , 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>),	Barszcz biały z ziemniakami (*) z mięsem 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT, </u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią* 400 g (<u>SEL, GLU JECZ, </u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ, </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>), Pomidor 50 g , Polędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Śliwka szt 2 szt , Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE, </u>),	Podwieczorek: Budyń o smaku waniliowym z/c 300 ml (<u>MLE, </u>), Rodzynki 20 g ,	

Wartości odżywcze: E: 2720.59 kcal; B: 108.53 g; T: 81.62 g; Kw. tł. nasy.: 36.12 g; W: 395.92 g; W tym cukry: 115.59 g; Bł.: 29.18 g; Sól: 6.87 g; WW: 36.68 Por; Ener. z B: 15.96 %; Ener. z W: 53.92 %; Ener. z T: 27 %; Ener. z Bł.: 2.15 %; K: 3965.85 mg;

czwartek 2023-11-02 Jadłospis dla diety: SZ- UL Hematologiczna cukrzyca wysokobiałkowa/wys		
Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW, </u>), Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ, </u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE, </u>), Twarożek 100 g (<u>MLE, </u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt , Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, </u>),	Barszcz biały z ziemniakami (*) z mięsem 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT, </u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią* 400 g (<u>SEL, GLU JECZ, </u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ, </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>), Polędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 50 g , Buraczki gotowane (). 50 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml ,
II Śniadanie: Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ, </u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, </u>), Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE, </u>),	Podwieczorek: Chleb Graham 40 g (<u>GLU PSZ, </u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, </u>), Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE, </u>),	Posiłek nocny: Chleb Graham 40 g (<u>GLU PSZ, </u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, </u>), Jajko gotowane ki M 1 szt (<u>JAJ, </u>),

Wartości odżywcze: E: 3146.92 kcal; B: 153.04 g; T: 122.52 g; Kw. tł. nasy.: 55.45 g; W: 378.49 g; W tym cukry: 64.21 g; Bł.: 42.66 g; Sól: 9.81 g; WW: 33.65 Por; Ener. z B: 19.45 %; Ener. z W: 42.69 %; Ener. z T: 35.04 %; Ener. z Bł.: 2.71 %; K: 4659.81 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2023-11-02 Jadłospis dla diety: SZ- UL Hematologiczna łatwo strawna		
Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW, </u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ, </u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE, </u>), Twarożek 100 g (<u>MLE, </u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt , Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, </u>),	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią* 400 g (<u>SEL, GLU JECZ, </u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ, </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>), Polędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g , Buraczki gotowane (). 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Herbatniki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, </u>),	Podwieczorek: Budyń o smaku waniliowym z/c 300 ml (<u>MLE, </u>),	

Wartości odżywcze: E: 2785.97 kcal; B: 110.4 g; T: 84.2 g; Kw. tł. nasy.: 34.89 g; W: 407.31 g; W tym cukry: 125.99 g; Bł.: 25.93 g; Sól: 5.74 g; WW: 38.21 Por; Ener. z B: 15.85 %; Ener. z W: 54.76 %; Ener. z T: 27.2 %; Ener. z Bł.: 1.86 %; K: 4123.16 mg;

czwartek 2023-11-02 Jadłospis dla diety: SZ- UL Hematologiczna wysokobiałkowa		
Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW, </u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Chleb Graham 40 g (<u>GLU PSZ, </u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE, </u>), Twarożek 100 g (<u>MLE, </u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt , Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, </u>),	Barszcz biały z ziemniakami (*) z mięsem 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT, </u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią* 400 g (<u>SEL, GLU JECZ, </u>), Sos pomidorowy 100 ml (<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>), Polędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g , Buraczki gotowane (). 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Chleb mieszany pszenno-żytni 30 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: Budyń o smaku waniliowym z/c 300 ml (<u>MLE, </u>),	

Wartości odżywcze: E: 3091.22 kcal; B: 138.46 g; T: 101.61 g; Kw. tł. nasy.: 43.8 g; W: 420.91 g; W tym cukry: 121.03 g; Bł.: 33.6 g; Sól: 9.6 g; WW: 38.79 Por; Ener. z B: 17.92 %; Ener. z W: 50.12 %; Ener. z T: 29.58 %; Ener. z Bł.: 2.17 %; K: 4430.91 mg;

czwartek 2023-11-02 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa niskocholesterolowa		
Chleb razowy żytnio-pszenno 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, </u>), Twarożek 100 g (<u>MLE, </u>), Salata zielona 20 g , Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, </u>),	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT, </u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią* 400 g (<u>SEL, GLU JECZ, </u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ, </u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml ,	Chleb razowy żytnio-pszenno 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, </u>), Rzodkiew biała 50 g , Polędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszenno 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, </u>), Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE, </u>), Ogórek kiszony 50 g ,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenno 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, </u>), Papryka świeża 100 g ,	

Wartości odżywcze: E: 2207.15 kcal; B: 108.87 g; T: 80.25 g; Kw. tł. nasy.: 31.88 g; W: 282.15 g; W tym cukry: 42.27 g; Bł.: 41.31 g; Sól: 8.44 g; WW: 24.22 Por; Ener. z B: 19.73 %; Ener. z W: 43.65 %; Ener. z T: 32.72 %; Ener. z Bł.: 3.74 %; K: 4074.66 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2023-11-02 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa wysokolaryczna/wysokobiałkowa		
Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW, </u>), Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ, </u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE, </u>), Twarożek 100 g (<u>MLE, </u>), Ser topiony 50 g (<u>MLE, </u>), Salata zielona 20 g , Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, </u>),	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT, </u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią* 400 g (<u>SEL, GLU JECZ, </u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ, </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>), Rzodkiew biała 50 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml , Polędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g ,
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszeny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, </u>), Kefir 2.0% t 150g 1 szt (<u>MLE, </u>),	Podwieczorek: Chleb Graham 40 g (<u>GLU PSZ, </u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, </u>), Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE, </u>),	Posiłek nocny: Chleb razowy żytnio-pszeny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, </u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ, </u>), Salata zielona 20 g ,

Wartości odżywcze: E: 2928.91 kcal; B: 134.93 g; T: 112.3 g; Kw. tł. nasy.: 49.92 g; W: 363.85 g; W tym cukry: 41.89 g; Bł.: 43.66 g; Sól: 8.86 g; WW: 32.13 Por; Ener. z B: 18.43 %; Ener. z W: 43.73 %; Ener. z T: 34.51 %; Ener. z Bł.: 2.98 %; K: 4495.37 mg;

czwartek 2023-11-02 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa wątrobowa/trzustkowa		
Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ, </u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, </u>), Twarożek 200 g (<u>MLE, </u>), Cukinia pieczona z olejem * 200 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>), Ziemniaki () 250 g , Klopsik drobiowy z indyka b/soli 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, </u>), Szpinak gotowany z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ, </u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml ,	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ, </u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, </u>), Polędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 70 g , Buraczki gotowane () 50 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,
II Śniadanie: Kefir 2.0% t 150g 1 szt (<u>MLE, </u>), Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ, </u>),	Podwieczorek: Budyń o smaku waniliowym b/c 300 ml (<u>MLE, </u>),	

Wartości odżywcze: E: 2297.59 kcal; B: 124.09 g; T: 50.29 g; Kw. tł. nasy.: 16.95 g; W: 347.33 g; W tym cukry: 52.96 g; Bł.: 22.25 g; Sól: 5.97 g; WW: 32.61 Por; Ener. z B: 21.6 %; Ener. z W: 56.6 %; Ener. z T: 19.7 %; Ener. z Bł.: 1.94 %; K: 5117.97 mg;

czwartek 2023-11-02 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa ciężarnych		
Chleb razowy żytnio-pszeny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, </u>), Twarożek 100 g (<u>MLE, </u>), Pomidor 150 g , Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, </u>),	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT, </u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią* 400 g (<u>SEL, GLU JECZ, </u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ, </u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml ,	Chleb razowy żytnio-pszeny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE, </u>), Rzodkiew biała 50 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml , Polędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g ,
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszeny 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>), Ogórek kiszony 50 g ,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszeny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, </u>), Papryka świeża 50 g ,	Posiłek nocny: Chleb razowy żytnio-pszeny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, </u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ, </u>), Salata zielona 20 g ,

Wartości odżywcze: E: 2468.01 kcal; B: 118.41 g; T: 95.43 g; Kw. tł. nasy.: 39.91 g; W: 305.78 g; W tym cukry: 44.82 g; Bł.: 45.44 g; Sól: 9.11 g; WW: 26.15 Por; Ener. z B: 19.19 %; Ener. z W: 42.19 %; Ener. z T: 34.8 %; Ener. z Bł.: 3.68 %; K: 4563.75 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2023-11-02 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa dla matek karmiących		
Chleb razowy żytnio-pszeniczny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Twarożek 100 g (<u>MLE.</u>), Pomidor 150 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią* 400 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszeniczny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Rzodkiew biała 50 g, Połędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszeniczny 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>), Ogórek kiszony 50 g,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszeniczny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Papryka świeża 50 g,	Posiłek nocny: Chleb razowy żytnio-pszeniczny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>), Sałata zielona 20 g,

Wartości odżywcze: E: 2468.01 kcal; B: 118.41 g; T: 95.43 g; Kw. tł. nasy.: 39.91 g; W: 305.78 g; W tym cukry: 44.82 g; Bł.: 45.44 g; Sól: 9.11 g; WW: 26.15 Por; Ener. z B: 19.19 %; Ener. z W: 42.19 %; Ener. z T: 34.8 %; Ener. z Bł.: 3.68 %; K: 4563.75 mg;

czwartek 2023-11-02 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa dla dzieci		
Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Twarożek 100 g (<u>MLE.</u>), Sałata zielona 20 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią* 300 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</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>), Połędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g, Papryka świeża 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszeniczny 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt, Baton szynkowy z kurcząt 30 g, Ogórek świeży 50 g, Śliwka szt 2 szt,	Podwieczorek: Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Serek truskawkowy termizowany 100g 1 szt (<u>MLE.</u>), Pomidor 50 g,	Posiłek nocny: Chleb razowy żytnio-pszeniczny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>), Sałata zielona 20 g,

Wartości odżywcze: E: 2801.95 kcal; B: 114.02 g; T: 96.9 g; Kw. tł. nasy.: 43.87 g; W: 385.68 g; W tym cukry: 70.61 g; Bł.: 43.64 g; Sól: 8.45 g; WW: 34.35 Por; Ener. z B: 16.28 %; Ener. z W: 48.83 %; Ener. z T: 31.13 %; Ener. z Bł.: 3.11 %; K: 4121.41 mg;

czwartek 2023-11-02 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa bezmleczna		
Chleb razowy żytnio-pszeniczny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Tofu 100 g (<u>SOJ.</u>), Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,	Barszcz biały z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GLU ŻYT.</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią* 400 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszeniczny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Rzodkiew biała 50 g, Połędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszeniczny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Baton szynkowy z kurcząt 30 g, Cukinia pieczona z olejem * 100 g,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszeniczny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Brokuł gotowany* 100 g,	

Wartości odżywcze: E: 2216.91 kcal; B: 81.87 g; T: 97.3 g; Kw. tł. nasy.: 23.43 g; W: 273.7 g; W tym cukry: 21.89 g; Bł.: 43.74 g; Sól: 7.6 g; WW: 22.97 Por; Ener. z B: 14.77 %; Ener. z W: 41.49 %; Ener. z T: 39.5 %; Ener. z Bł.: 3.95 %; K: 3870.14 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2023-11-02 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzyca nerkowa		
Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g , Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Twarożek 30 g (<u>MLE</u>), Cukinia pieczona z olejem * 150 g , Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JECZ</u>),	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie* 400 g (<u>SEL</u> , <u>GLU JECZ</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml ,	Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 120 g , Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 25 g , Buraczki gotowane (.) 200 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,
II Śniadanie: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt ,	Podwieczorek: Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 40 g , Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Dynia z wody 150 g ,	

Wartości odżywcze: E: 2226.25 kcal; B: 46.71 g; T: 88 g; Kw. tł. nasy.: 29.85 g; W: 312.62 g; W tym cukry: 51.31 g; Bł.: 45.69 g; Sól: 7.27 g; WW: 26.51 Por; Ener. z B: 8.39 %; Ener. z W: 47.96 %; Ener. z T: 35.58 %; Ener. z Bł.: 4.1 %; K: 4203.46 mg;

czwartek 2023-11-02 Jadłospis dla diety: SZ-UL Nerkowa		
Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g , Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Twarożek 30 g (<u>MLE</u>), Cukinia pieczona z olejem * 50 g , Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JECZ</u>), Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt ,	Koperkowa z ziemniakami (*) b/s 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie* b/s 400 g (<u>SEL</u> , <u>GLU JECZ</u>), Sos pomidorowy (bez soli) 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g , Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 30 g , Buraczki gotowane (.) 100 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
	Podwieczorek: Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml (<u>MLE</u>), Chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: E: 2233.71 kcal; B: 49.49 g; T: 74.34 g; Kw. tł. nasy.: 25.68 g; W: 342.56 g; W tym cukry: 99.73 g; Bł.: 35.21 g; Sól: 4.56 g; WW: 30.72 Por; Ener. z B: 8.86 %; Ener. z W: 55.04 %; Ener. z T: 29.95 %; Ener. z Bł.: 3.15 %; K: 3243.41 mg;

czwartek 2023-11-02 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dna moczaniowa		
Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Hummus 50 g (<u>SEZ</u>), Jabłko 1 szt 1 szt , Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JECZ</u>),	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie* 400 g (<u>SEL</u> , <u>GLU JECZ</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</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 razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Tofu 50 g (<u>SOJ</u>), Pomidor 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Śliwka szt 2 szt ,	Podwieczorek: Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2364.43 kcal; B: 57.24 g; T: 79.28 g; Kw. tł. nasy.: 28.25 g; W: 369.31 g; W tym cukry: 94.18 g; Bł.: 34.68 g; Sól: 6.32 g; WW: 33.53 Por; Ener. z B: 9.68 %; Ener. z W: 56.61 %; Ener. z T: 30.18 %; Ener. z Bł.: 2.93 %; K: 3403.03 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2023-11-02 Jadłospis dla diety: SZ-UL Atopowa		
Margaryna porcjowa 15g 2 szt , Filet z indyka gotowany 100 g , Marchew gotowana z olejem* 100 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml , Wafle ryżowe 40 g ,	Kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu)* 400 ml , Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>), Gulasz z udźca z indyka z warzywami (bez selera, bez glutenu) ATOPOWA 200 ml , Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g , Woda źródłana 250 ml ,	Wafle ryżowe 40 g , Margaryna porcjowa 15g 2 szt , Pulpet drobiowy z indyka (bez glutenu, bez jaj) 100 g , Brokuł gotowany* 100 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,
II Śniadanie: Gruszka 2szt. 300 g ,	Podwieczorek: Kasza jaglana na wodzie 200 ml , Mus z jabłek () z/c 150 g ,	

Wartości odżywcze: E: 2114.64 kcal; B: 100.25 g; T: 74.01 g; Kw. tł. nasy.: 21.11 g; W: 276.67 g; W tym cukry: 60.83 g; Bł.: 33.83 g; Sól: 3.35 g; WW: 24.08 Por; Ener. z B: 18.96 %; Ener. z W: 45.94 %; Ener. z T: 31.5 %; Ener. z Bł.: 3.2 %; K: 3557.71 mg;

czwartek 2023-11-02 Jadłospis dla diety: SZ-UL Niemowlaki		
Płatki owsiane na mleku 200 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>), Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Twarożek 100 g (<u>MLE.</u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt , Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml ,	Koperkowa z ziemniakami (*) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią* 300 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>), Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Buraczki gotowane (). 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml , Pasta z wędliną drob wp i koperkiem 100 g (<u>SOJ, GOR.</u>),
II Śniadanie: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt ,	Podwieczorek: Budyń o smaku waniliowym z/c 100 ml (<u>MLE.</u>),	

Wartości odżywcze: E: 1781.66 kcal; B: 77.41 g; T: 61.58 g; Kw. tł. nasy.: 20.27 g; W: 235.5 g; W tym cukry: 72.33 g; Bł.: 18.16 g; Sól: 4.33 g; WW: 21.73 Por; Ener. z B: 17.38 %; Ener. z W: 48.8 %; Ener. z T: 31.11 %; Ener. z Bł.: 2.04 %; K: 2469.03 mg;

czwartek 2023-11-02 Jadłospis dla diety: SZ-UL papkowata niemowlaki		
Płatki owsiane na mleku 200 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>), Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Twarożek 100 g (<u>MLE.</u>), Dżem 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml ,	Koperkowa z ziemniakami (*) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g , Klopsik drobiowy z indyka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml , Marchew gotowana z olejem* 150 g ,	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>), Buraczki gotowane (). 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml , Pasta z wędliną drob wp i koperkiem 100 g (<u>SOJ, GOR.</u>),
II Śniadanie: Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt ,	Podwieczorek: Budyń o smaku waniliowym z/c 100 ml (<u>MLE.</u>),	

Wartości odżywcze: E: 1867.46 kcal; B: 77.1 g; T: 48.77 g; Kw. tł. nasy.: 13.5 g; W: 287.94 g; W tym cukry: 98.54 g; Bł.: 19.33 g; Sól: 4.73 g; WW: 27 Por; Ener. z B: 16.51 %; Ener. z W: 57.54 %; Ener. z T: 23.51 %; Ener. z Bł.: 2.07 %; K: 3664.37 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2023-11-02 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dieta Mamy I trymestr		
Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Twarożek 100 g (<u>MLE,</u>), Jabłko 1 szt 1 szt, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>),	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią* 400 g (<u>SEL, GLU JECZ,</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<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% 10 g (<u>MLE,</u>), Pomidor 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, Połudwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g,
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>), Śliwka szt 2 szt,	Podwieczorek: Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2462.63 kcal; B: 112.53 g; T: 79.89 g; Kw. tł. nasy.: 31.41 g; W: 342.24 g; W tym cukry: 109.36 g; Bł.: 39.86 g; Sól: 7.35 g; WW: 30.33 Por; Ener. z B: 18.28 %; Ener. z W: 49.12 %; Ener. z T: 29.2 %; Ener. z Bł.: 3.24 %; K: 4579.17 mg;

czwartek 2023-11-02 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>), Twarożek 100 g (<u>MLE,</u>), Jabłko 1 szt 1 szt, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>),	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią* 400 g (<u>SEL, GLU JECZ,</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<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>), Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE,</u>), Pomidor 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, Połudwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g,
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>), Śliwka szt 2 szt,	Podwieczorek: Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2664.82 kcal; B: 115.07 g; T: 91.42 g; Kw. tł. nasy.: 38.83 g; W: 364.86 g; W tym cukry: 109.44 g; Bł.: 41.18 g; Sól: 7.99 g; WW: 32.46 Por; Ener. z B: 17.27 %; Ener. z W: 48.59 %; Ener. z T: 30.87 %; Ener. z Bł.: 3.09 %; K: 4582.5 mg;

czwartek 2023-11-02 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dieta Mamy III trymestr		
Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE,</u>), Twarożek 100 g (<u>MLE,</u>), Jabłko 1 szt 1 szt, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>),	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią* 400 g (<u>SEL, GLU JECZ,</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<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>), Pomidor 150 g, Połudwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 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>), Śliwka szt 2 szt,	Podwieczorek: Budyń o smaku waniliowym z/c 250 ml (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2853.97 kcal; B: 126.38 g; T: 99.06 g; Kw. tł. nasy.: 42.67 g; W: 384.02 g; W tym cukry: 128.21 g; Bł.: 41.94 g; Sól: 7.69 g; WW: 34.32 Por; Ener. z B: 17.71 %; Ener. z W: 47.94 %; Ener. z T: 31.24 %; Ener. z Bł.: 2.94 %; K: 5119.68 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2023-11-02 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dieta Mamy Okres Laktacji		
Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW, </u>), Chleb Graham 80 g (<u>GLU PSZ, </u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE, </u>), Twarożek 100 g (<u>MLE, </u>), Jabłko 1 szt 1 szt , Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, </u>),	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT, </u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią* 450 g (<u>SEL, GLU JECZ, </u>), Sos pomidorowy 100 ml (<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>), Tofu 30 g (<u>SOJ, </u>), Pomidor 150 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml , Połudwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g ,
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>), Śliwka szt 2 szt ,	Podwieczorek: Budyń o smaku waniliowym z/c 250 ml (<u>MLE, </u>),	

Wartości odżywcze: E: 2958.44 kcal; B: 135.3 g; T: 103.8 g; Kw. tł. nasy.: 43.32 g; W: 389.89 g; W tym cukry: 127.96 g; Bł.: 40.94 g; Sól: 7.9 g; WW: 35.01 Por; Ener. z B: 18.29 %; Ener. z W: 47.18 %; Ener. z T: 31.58 %; Ener. z Bł.: 2.77 %; K: 5187.06 mg;

czwartek 2023-11-02 Jadłospis dla diety: SZ-UL Ciąża mnoga (wysokobiałkowa)		
Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW, </u>), Chleb Graham 80 g (<u>GLU PSZ, </u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, </u>), Twarożek 100 g (<u>MLE, </u>), Jabłko 1 szt 1 szt , Sałata zielona 20 g , Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, </u>),	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT, </u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią* 450 g (<u>SEL, GLU JECZ, </u>), Sos pomidorowy 100 ml (<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>), Pomidor 150 g , Tofu 50 g (<u>SOJ, </u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml , Połudwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE, </u>), 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>), Śliwka szt 2 szt ,	Podwieczorek: Budyń o smaku waniliowym b/c 250 ml (<u>MLE, </u>),	

Wartości odżywcze: E: 2977.62 kcal; B: 143.79 g; T: 103.05 g; Kw. tł. nasy.: 42 g; W: 387.21 g; W tym cukry: 119.88 g; Bł.: 41.32 g; Sól: 8.15 g; WW: 34.74 Por; Ener. z B: 19.32 %; Ener. z W: 46.47 %; Ener. z T: 31.15 %; Ener. z Bł.: 2.78 %; K: 5221.41 mg;

czwartek 2023-11-02 Jadłospis dla diety: SZ-UL Posiłki regeneracyjne		
	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT, </u>), Gryczotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią* 400 g (<u>SEL, </u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ, </u>),	

Wartości odżywcze: E: 954.28 kcal; B: 46.06 g; T: 35.57 g; Kw. tł. nasy.: 5.19 g; W: 118.09 g; W tym cukry: 10.71 g; Bł.: 14.44 g; Sól: 1.67 g; WW: 10.3 Por; Ener. z B: 19.31 %; Ener. z W: 43.45 %; Ener. z T: 33.55 %; Ener. z Bł.: 3.03 %; K: 2526.02 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2023-11-02 Jadłospis dla diety: SZ-UL Normalna Broniewskiego		
Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW, </u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Chleb razowy żytnio-pszenno 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE, </u>), Ser topiony 100 g (<u>MLE, </u>), Jabłko 1 szt 1 szt , Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, </u>),	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT, </u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią* 400 g (<u>SEL, GLU JECZ, </u>), Sos pomidorowy 150 ml (<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>), Połudwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 100 g , Pomidor 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
	Podwieczorek: Budyń o smaku waniliowym z/c 300 ml (<u>MLE, </u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	

Wartości odżywcze: E: 3021.16 kcal; B: 112.62 g; T: 110.83 g; Kw. tł. nasy.: 49.78 g; W: 407.32 g; W tym cukry: 116.29 g; Bł.: 35.2 g; Sól: 10.12 g; WW: 37.25 Por; Ener. z B: 14.91 %; Ener. z W: 49.27 %; Ener. z T: 33.02 %; Ener. z Bł.: 2.33 %; K: 4153.19 mg;

czwartek 2023-11-02 Jadłospis dla diety: SZ-UL Lekkostrawna Broniewskiego		
Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW, </u>), Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ, </u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE, </u>), Twarożek 100 g (<u>MLE, </u>), Jabłko 1 szt 1 szt , Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, </u>),	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią* 400 g (<u>SEL, GLU JECZ, </u>), Sos pomidorowy 100 ml (<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>), Pomidor b/skórki 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml , Połudwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g ,
	Podwieczorek: Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE, </u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	

Wartości odżywcze: E: 2430.58 kcal; B: 99.61 g; T: 78.26 g; Kw. tł. nasy.: 33.21 g; W: 342.16 g; W tym cukry: 105.35 g; Bł.: 24.84 g; Sól: 4.82 g; WW: 31.8 Por; Ener. z B: 16.39 %; Ener. z W: 52.22 %; Ener. z T: 28.98 %; Ener. z Bł.: 2.04 %; K: 3834.14 mg;

czwartek 2023-11-02 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa CH Broniewskiego		
Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW, </u>), Chleb razowy żytnio-pszenno 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, </u>), Twarożek 100 g (<u>MLE, </u>), Sałata zielona 20 g , Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, </u>),	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią* 400 g (<u>SEL, GLU JECZ, </u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ, </u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml ,	Chleb razowy żytnio-pszenno 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, </u>), Połudwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g , Pomidor 50 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszenno 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, </u>), Ogórek świeży 100 g ,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenno 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, </u>), Brokuł gotowany* 100 g ,	

Wartości odżywcze: E: 2229.9 kcal; B: 98.81 g; T: 73.42 g; Kw. tł. nasy.: 29.33 g; W: 312.37 g; W tym cukry: 46.75 g; Bł.: 42.59 g; Sól: 6.38 g; WW: 26.98 Por; Ener. z B: 17.72 %; Ener. z W: 48.39 %; Ener. z T: 29.63 %; Ener. z Bł.: 3.82 %; K: 4398.4 mg;

*

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2023-11-02 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa NCH Police Diabetologia		
Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Twarożek 150 g (<u>MLE</u>), Salata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią* 450 g (<u>SEL, GLU JECZ</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Pomidor 50 g, Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 70 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Ogórek świeży 100 g,	Podwieczorek: Papryka świeża 100 g,	

Wartości odżywcze: E: 1840.32 kcal; B: 96.17 g; T: 58.04 g; Kw. tł. nasy.: 19.81 g; W: 247.5 g; W tym cukry: 26.67 g; Bł.: 31.6 g; Sól: 5.67 g; WW: 21.66 Por; Ener. z B: 20.9 %; Ener. z W: 46.93 %; Ener. z T: 28.39 %; Ener. z Bł.: 3.43 %; K: 3538.34 mg;

czwartek 2023-11-02 Jadłospis dla diety: SZ-UL Lekkostrawna Police		
Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW</u>), Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Twarożek 100 g (<u>MLE</u>), Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią* 400 g (<u>SEL, GLU JECZ</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<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>), Pomidor b/skórki 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g,
	Podwieczorek: Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2398.03 kcal; B: 99.42 g; T: 78.18 g; Kw. tł. nasy.: 33.15 g; W: 333.86 g; W tym cukry: 99.64 g; Bł.: 23.76 g; Sól: 4.82 g; WW: 31.08 Por; Ener. z B: 16.58 %; Ener. z W: 51.73 %; Ener. z T: 29.34 %; Ener. z Bł.: 1.98 %; K: 3800.44 mg;

czwartek 2023-11-02 Jadłospis dla diety: SZ-UL Neutropeniczna		
Płatki owsiane na mleku/p 300 ml (<u>MLE, GLU OW</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna 75g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ</u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Mus z truskawek* 200 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) OTS 400 ml (<u>MLE, SEL</u>), Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>), Sos boloński # OTS 200 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Fasolka szparagowa z bułką tartą i z olejem * 150 g (<u>GLU PSZ</u>), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 200 ml, Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna 75g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ</u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>), Krakowska sucha wieprzowa 100g-kiełbasa wieprzowa grubo rozdrobniona, wędzona, parzona, suszona w plastrach 1 szt, Kasza manna na mleku/p 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Przymak owocowy do smarowania 25g 25 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
	Podwieczorek: Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, Biskopty b/m 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ</u>), Budyń o smaku waniliowym z/c 1 szt 200 ml (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 3428.31 kcal; B: 136.84 g; T: 96.2 g; Kw. tł. nasy.: 42.99 g; W: 515.2 g; W tym cukry: 132.36 g; Bł.: 30.35 g; Sól: 8.74 g; WW: 48.39 Por; Ener. z B: 15.97 %; Ener. z W: 56.57 %; Ener. z T: 25.26 %; Ener. z Bł.: 1.77 %; K: 4069.09 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2023-11-02 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa OTS neutropeniczna		
Płatki owsiane na mleku/p 300 ml (<u>MLE, GLU OW, </u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Bułka pszenna 75g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ, </u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE, </u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ, </u>), Mus z truskawek* b/c 200 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) OTS 400 ml (<u>MLE, SEL, </u>), Makaron 200 g (<u>GLU PSZ, </u>), Sos boloński # OTS 200 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>), Fasolka szparagowa z bułką tartą i z olejem * 150 g (<u>GLU PSZ, </u>), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml , Jabłko pieczone 1szt. 1 szt ,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Bułka pszenna 75g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ, </u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE, </u>), Krakowska sucha wieprzowa 100g-kiełbasa wieprzowa grubo rozdrobniona, wędzona, parzona, suszona w plastrach 1 szt , Kasza manna na mleku/p 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, </u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml , Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w ostrońce niejadalnej 50 g ,
	Podwieczorek: Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml , Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Budyń o smaku waniliowym b/c 1 szt 200 ml (<u>MLE, </u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE, </u>), Kalafior gotowany* 100 g ,	

Wartości odżywcze: E: 3103.05 kcal; B: 145.6 g; T: 99.62 g; Kw. tł. nasy.: 49.06 g; W: 419.84 g; W tym cukry: 91.41 g; Bł.: 34.37 g; Sól: 10.66 g; WW: 38.42 Por; Ener. z B: 18.77 %; Ener. z W: 49.69 %; Ener. z T: 28.89 %; Ener. z Bł.: 2.22 %; K: 4324.68 mg;

czwartek 2023-11-02 Jadłospis dla diety: SZ-UL Antydyspeptyczna		
Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml , Suchary b/c 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, </u>), Kleik ryżowy na wodzie 250 g ,	Ryżowa*. 400 ml (<u>MLE, SEL, </u>), Ziemniaki () 200 g , Marchew gotowana z olejem* 100 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,	Kleik ryżowy na wodzie 200 g , Suchary b/c 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, </u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,
II Śniadanie: Kisiel z jagód b/c* 200 ml , Suchary b/c 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, </u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,	Podwieczorek: Marchwianka. 200 ml , Suchary b/c 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, </u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,	

Wartości odżywcze: E: 1663.24 kcal; B: 42.61 g; T: 30.43 g; Kw. tł. nasy.: 1.28 g; W: 309.78 g; W tym cukry: 15.21 g; Bł.: 16.87 g; Sól: 1.48 g; WW: 29.4 Por; Ener. z B: 10.25 %; Ener. z W: 70.45 %; Ener. z T: 16.47 %; Ener. z Bł.: 2.03 %; K: 2351.66 mg;

czwartek 2023-11-02 Jadłospis dla diety: SZ-UL Ścisła		
Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ, </u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE, </u>), Szyńka delikatna z fileta wyrób drobiowy z piersi kurczaka, parzony, z połączonych kawałków mięsa z dodat. biał. ml. w ost. niej 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, GOR, </u>),		Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ, </u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE, </u>), Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w ostrońce niejadalnej 50 g ,

Wartości odżywcze: E: 774.93 kcal; B: 34.93 g; T: 32.15 g; Kw. tł. nasy.: 19.49 g; W: 87.75 g; W tym cukry: 2 g; Bł.: 2.7 g; Sól: 3.67 g; WW: 8.55 Por; Ener. z B: 18.03 %; Ener. z W: 43.9 %; Ener. z T: 37.34 %; Ener. z Bł.: .7 %; K: 176.34 mg;

czwartek 2023-11-02 Jadłospis dla diety: SZ-UL Ścisła I		
Kleik ryżowy na wodzie 300 g , Suchary b/c 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, </u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,	Kleik ryżowy na wodzie 300 g , Suchary b/c 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, </u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,	Kleik ryżowy na wodzie 300 g , Suchary b/c 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, </u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,

Wartości odżywcze: E: 1103.06 kcal; B: 29.98 g; T: 12.14 g; Kw. tł. nasy.: .23 g; W: 217.4 g; W tym cukry: .29 g; Bł.: 3.51 g; Sól: .32 g; WW: 21.47 Por; Ener. z B: 10.87 %; Ener. z W: 77.56 %; Ener. z T: 9.9 %; Ener. z Bł.: .64 %; K: 200.74 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2023-11-02 Jadłospis dla diety: SZ-UL Ścisła II		
Kleik ryżowy na wodzie 300 g , Suchary b/c 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, </u>), Grysikowa * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL, </u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g , Suchary b/c 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, </u>), Grysikowa * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL, </u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g , Suchary b/c 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, </u>), Grysikowa * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL, </u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml

Wartości odżywcze: E: 1362.02 kcal; B: 37.31 g; T: 13.19 g; Kw. tł. nasy.: 36 g; W: 274.26 g; W tym cukry: 2.88 g; Bł.: 7.45 g; Sól: 1.51 g; WW: 26.72 Por; Ener. z B: 10.96 %; Ener. z W: 78.36 %; Ener. z T: 8.72 %; Ener. z Bł.: 1.09 %; K: 451.3 mg;

czwartek 2023-11-02 Jadłospis dla diety: SZ-UL Ścisła III		
Kleik ryżowy na wodzie 300 g , Suchary b/c 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, </u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,	Grysikowa * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL, </u>), Ziemniaki () 200 g , Klopsik drobiowy z indyka (bez glutenu) 90 g (<u>JAJ, </u>), Marchew gotowana z olejem* 100 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g , Suchary b/c 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, </u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,

Wartości odżywcze: E: 1318.53 kcal; B: 54.11 g; T: 21.22 g; Kw. tł. nasy.: 1.07 g; W: 231.67 g; W tym cukry: 6.7 g; Bł.: 11.69 g; Sól: 1.57 g; WW: 22.1 Por; Ener. z B: 16.41 %; Ener. z W: 66.73 %; Ener. z T: 14.49 %; Ener. z Bł.: 1.77 %; K: 1908.05 mg;

czwartek 2023-11-02 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bariatryczna		
Zupa jarzynowa z drobiem * 200 ml (<u>SEL, </u>), Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE, </u>),	Zupa jarzynowa z drobiem * 200 ml (<u>SEL, </u>),	Kisiel z jagód b/c * 200 ml , Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE, </u>),
II Śniadanie: Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE, </u>),	Podwieczorek: Kasza kukurydziana z jabłkiem prażonym 200 g (<u>MLE, </u>), Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE, </u>),	

Wartości odżywcze: E: 881.75 kcal; B: 59.85 g; T: 31.95 g; Kw. tł. nasy.: 10.33 g; W: 91.49 g; W tym cukry: 18.88 g; Bł.: 4.54 g; Sól: .96 g; WW: 8.77 Por; Ener. z B: 27.15 %; Ener. z W: 39.45 %; Ener. z T: 32.61 %; Ener. z Bł.: 1.03 %; K: 998.17 mg;

czwartek 2023-11-02 Jadłospis dla diety: SZ-UL NZJ I (nieswoiste zapalenie jelit)		
Jarzynowa z ziemniakami (*)-dieta b/brokula i kalafiora. 400 ml (<u>SEL, </u>),	Zupa jarzynowa z drobiem * 400 ml (<u>SEL, </u>),	Jarzynowa z ziemniakami (*)-dieta b/brokula i kalafiora. 400 ml (<u>SEL, </u>),
II Śniadanie: Kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem prażonym 300 ml , Kisiel z jagód b/c * 200 ml ,	Podwieczorek: Marchwianka. 150 ml , Kleik ryżowy na wodzie 200 g ,	

Wartości odżywcze: E: 1116.44 kcal; B: 35.68 g; T: 30.69 g; Kw. tł. nasy.: 2.4 g; W: 185.32 g; W tym cukry: 27.61 g; Bł.: 19.14 g; Sól: 1.76 g; WW: 16.61 Por; Ener. z B: 12.78 %; Ener. z W: 59.54 %; Ener. z T: 24.74 %; Ener. z Bł.: 3.43 %; K: 3152.34 mg;

czwartek 2023-11-02 Jadłospis dla diety: SZ-UL NZJ II (nieswoiste zapalenie jelit)		
Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ, </u>), Filet z kurczaka gotowany 80 g , Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL, </u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,	Ziemniaczana D. * (). 400 ml (<u>SEL, </u>), Ziemniaki () 200 g , Potrawka drobiowa () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL, </u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL, </u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml ,	Makaron z jabłkiem prażonym 300 g (<u>GLU PSZ, </u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,
II Śniadanie: Kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem prażonym 300 ml , Kisiel z jagód b/c * 200 ml ,	Podwieczorek: Marchwianka. 200 ml ,	

Wartości odżywcze: E: 1962.96 kcal; B: 89.8 g; T: 34.92 g; Kw. tł. nasy.: 4.56 g; W: 342.6 g; W tym cukry: 63.8 g; Bł.: 31.76 g; Sól: 3.92 g; WW: 31.02 Por; Ener. z B: 18.3 %; Ener. z W: 63.34 %; Ener. z T: 16.01 %; Ener. z Bł.: 3.24 %; K: 5090.42 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2023-11-02 Jadłospis dla diety: SZ-UL NZJ III (nieswoiste zapalenie jelit)		
Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Szyńka delikatna z fileta wyrób drobiowy z piersi kurczaka, parzony, z połączonych kawałków mięsa z dodat. biał. ml. w osł. niej 60 g (<u>SOJ, MLE, SEL, GOR</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,	Koperkowa z ziemniakami (bez glutenu, bez mleka) (*) 400 ml (<u>SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Udko gotowane bez skóry 1szt. 210 g, Marchew gotowana z olejem* 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Knedle z jabłkami () 200 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Banan 1szt. 1 szt, Bułka maślana 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>),	Podwieczorek: Kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem prażonym 200 ml,	

Wartości odżywcze: E: 2312.31 kcal; B: 102.37 g; T: 54.56 g; Kw. tł. nasy.: 15.39 g; W: 368.4 g; W tym cukry: 68.02 g; Bł.: 28.6 g; Sól: 5.31 g; WW: 34.11 Por; Ener. z B: 17.71 %; Ener. z W: 58.78 %; Ener. z T: 21.24 %; Ener. z Bł.: 2.47 %; K: 6020.51 mg;

czwartek 2023-11-02 Jadłospis dla diety: SZ-UL Pokrzywkowa		
Chleb mieszany pszenno-żytni 75 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>), Marchew gotowana z olejem* 100 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Kalaflorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera) (*) 400 ml (<u>GLU PSZ</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ</u>), Gulasz z udźca z indyka z warzywami (bez selera) ATOPOWA 200 ml (<u>GLU PSZ</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt,	Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Filet z indyka gotowany 100 g, Brokuł gotowany* 100 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Gruszka 2szt. 300 g,	Podwieczorek: Kasza manna na mleku 200 ml, Mus z jabłek () z/c 150 g,	

Wartości odżywcze: E: 2040.83 kcal; B: 95.67 g; T: 56.39 g; Kw. tł. nasy.: 25.27 g; W: 305 g; W tym cukry: 66.84 g; Bł.: 36.56 g; Sól: 5.37 g; WW: 26.68 Por; Ener. z B: 18.75 %; Ener. z W: 52.61 %; Ener. z T: 24.87 %; Ener. z Bł.: 3.58 %; K: 3913.79 mg;

czwartek 2023-11-02 Jadłospis dla diety: SZ-UL Uboga w alergeny		
Wafle ryżowe 40 g, Margaryna porcjowa 15g 2 szt, Filet z indyka gotowany 100 g, Ogórek świeży 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml,	Kalaflorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera) (*) 400 ml (<u>GLU PSZ</u>), Ziemniaki () 200 g, Pulpet drobiowy z indyka (bez jaj) 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Brokuł gotowany* 150 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt,	Wafle ryżowe 40 g, Margaryna porcjowa 15g 2 szt, Udziec z indyka b/s b/k 100 g, Ogórek świeży 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml,
II Śniadanie: Kleik ryżowy na wodzie 300 g,	Podwieczorek: Ryż na wodzie 300 ml,	

Wartości odżywcze: E: 2044.7 kcal; B: 107.57 g; T: 64.06 g; Kw. tł. nasy.: 19.51 g; W: 268.28 g; W tym cukry: 31.45 g; Bł.: 19.48 g; Sól: 3.3 g; WW: 24.67 Por; Ener. z B: 21.04 %; Ener. z W: 48.67 %; Ener. z T: 28.2 %; Ener. z Bł.: 1.91 %; K: 4813.25 mg;

