

Jadłospisy dla oddziałów

Dzielnica ŚPSK Nr 1 PUM Szczecin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2023-12-26 Jadłospis dla diety: SZ-UL Normalna		
Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE, </u>), Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g , Ser żółty 50 g (<u>MLE, </u>), Jabłko 1 szt 1 szt , Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, </u>),	Brokułowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>), Ziemniaki () 200 g , udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 200 g , Surówka z marchwi i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE, </u>), Marchewka z groszkiem*oprószana 100 g (<u>GLU PSZ, MLE, </u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE, </u>), Jajko gotowane kl M- 2 szt (<u>JAJ, </u>), Majonez 20 g (<u>JAJ, GOR, </u>), Pomidor 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
	Podwieczorek: Ciasto jogurtowe z brzoskwinia 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, </u>),	

Wartości odżywcze: E: 2939.38 kcal; B: 131.64 g; T: 128.7 g; Kw. tł. nasy.: 48.81 g; W: 329.3 g; W tym cukry: 78.9 g; Bł.: 32.54 g; Sól: 9.6 g; WW: 29.63 Por; Ener. z B: 17.91 %; Ener. z W: 40.38 %; Ener. z T: 39.41 %; Ener. z Bł.: 2.21 %; K: 4176.24 mg;

wtorek 2023-12-26 Jadłospis dla diety: SZ-UL Normalna dla dzieci		
Bulka pszenna 75g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ, </u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE, </u>), Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g , Ser żółty 50 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>),	Brokułowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>), Ziemniaki () 200 g , udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 200 g , Surówka z marchwi i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE, </u>), Marchewka z groszkiem*oprószana 100 g (<u>GLU PSZ, MLE, </u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Bulka pszenna 75g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ, </u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE, </u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE, </u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ, </u>), Majonez 20 g (<u>JAJ, GOR, </u>), Pomidor 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Podpłomyki b/c 30 g (<u>GLU PSZ, MLE, </u>), Mandarynka 1 szt ,	Podwieczorek: Ciasto jogurtowe z brzoskwinia 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, </u>),	

Wartości odżywcze: E: 3180.08 kcal; B: 148.17 g; T: 132.07 g; Kw. tł. nasy.: 48.35 g; W: 360.26 g; W tym cukry: 93.12 g; Bł.: 28.54 g; Sól: 9.35 g; WW: 33.11 Por; Ener. z B: 18.64 %; Ener. z W: 41.72 %; Ener. z T: 37.38 %; Ener. z Bł.: 1.79 %; K: 4075.54 mg;

wtorek 2023-12-26 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>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE, </u>), Jabłko 1 szt 1 szt , Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, </u>),	Brokułowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>), Kotlety sojowe 200 g (<u>SOJ, </u>), Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, </u>), Surówka z marchwi i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE, </u>), Marchewka z groszkiem*oprószana 100 g (<u>GLU PSZ, MLE, </u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE, </u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ, </u>), Majonez 20 g (<u>JAJ, GOR, </u>), Pomidor 150 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml , Podpłomyki b/c 30 g (<u>GLU PSZ, MLE, </u>),	Podwieczorek: Jabłko 1 szt 1 szt ,	

Wartości odżywcze: E: 2323.65 kcal; B: 107.94 g; T: 74.78 g; Kw. tł. nasy.: 27.97 g; W: 311.89 g; W tym cukry: 81.29 g; Bł.: 46.59 g; Sól: 5.93 g; WW: 26.48 Por; Ener. z B: 18.58 %; Ener. z W: 45.67 %; Ener. z T: 28.96 %; Ener. z Bł.: 4.01 %; K: 2373.46 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2023-12-26 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bezmleczna		
Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb razowy żytnio-pszenno 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g, Jabłko 1 szt 1 szt, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Brokułowa z makaronem (bez mleka) * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g, udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 200 g, Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 100 g, Marchew gotowana z olejem* 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb Graham 40 g (<u>GLU PSZ.</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>), Majonez 20 g (<u>JAJ, GOR.</u>), Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 50 g,	Podwieczorek: Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2542.2 kcal; B: 109.75 g; T: 90.98 g; Kw. tł. nasy.: 23.27 g; W: 335.85 g; W tym cukry: 68.73 g; Bł.: 32.2 g; Sól: 7.92 g; WW: 30.3 Por; Ener. z B: 17.27 %; Ener. z W: 47.78 %; Ener. z T: 32.21 %; Ener. z Bł.: 2.53 %; K: 4086.43 mg;

wtorek 2023-12-26 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bez laktozy		
Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb razowy żytnio-pszenno 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g, Jabłko 1 szt 1 szt, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Brokułowa z makaronem (bez mleka) * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g, udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 200 g, Surówka z marchwi i jabłką z olejem b/c () 100 g, Marchew gotowana z olejem* 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb Graham 40 g (<u>GLU PSZ.</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>), Majonez 20 g (<u>JAJ, GOR.</u>), Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 50 g,	Podwieczorek: Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2542.2 kcal; B: 109.75 g; T: 90.98 g; Kw. tł. nasy.: 23.27 g; W: 335.85 g; W tym cukry: 68.73 g; Bł.: 32.2 g; Sól: 7.92 g; WW: 30.3 Por; Ener. z B: 17.27 %; Ener. z W: 47.78 %; Ener. z T: 32.21 %; Ener. z Bł.: 2.53 %; K: 4086.43 mg;

wtorek 2023-12-26 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bezglutenowa		
Chleb bezglutenowy 100 g, Masio extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g, Jabłko 1 szt 1 szt, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>),	Brokułowa z makaronem (bez glutenu) * 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g, Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 200 g, Sos szpinakowy (bez glutenu)* 100 ml, Surówka z marchwi i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE.</u>), Marchew gotowana z olejem* 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb bezglutenowy 100 g, Masio extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>), Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, Majonez 20 g (<u>JAJ, GOR.</u>),
II Śniadanie: Chrupki kukurydziane 30 g,	Podwieczorek: Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2595.04 kcal; B: 106.92 g; T: 115.4 g; Kw. tł. nasy.: 42.68 g; W: 291.9 g; W tym cukry: 68.33 g; Bł.: 21.98 g; Sól: 5.3 g; WW: 26.95 Por; Ener. z B: 16.48 %; Ener. z W: 41.6 %; Ener. z T: 40.02 %; Ener. z Bł.: 1.69 %; K: 3974.08 mg;

wtorek 2023-12-26 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bezglutenowa, bez mleka		
Chleb bezglutenowy 100 g, Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g, Jabłko 1 szt 1 szt, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Brokułowa z makaronem (bez mleka i glutenu) * 400 ml (<u>SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g, Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 200 g, Marchew gotowana z olejem* 100 g, Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 100 g, Sos szpinakowy (bez glutenu)* 100 ml, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c	Chleb bezglutenowy 100 g, Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>), Majonez 20 g (<u>JAJ, GOR.</u>), Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Chrupki kukurydziane 30 g,	Podwieczorek: Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2380.09 kcal; B: 92.85 g; T: 96.88 g; Kw. tł. nasy.: 22.4 g; W: 293.32 g; W tym cukry: 67.26 g; Bł.: 22.2 g; Sól: 4.53 g; WW: 27.03 Por; Ener. z B: 15.6 %; Ener. z W: 45.57 %; Ener. z T: 36.64 %; Ener. z Bł.: 1.87 %; K: 3936.41 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2023-12-26		
Jadłospis dla diety: SZ-UL Bogatoresztkowa		
Chleb razowy żytnio-pszenno 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE, </u>), Szynekowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g , Jabłko 1 szt 1 szt , Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, </u>), Ser zółty 50 g (<u>MLE, </u>),	Brokułowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>), Ziemniaki () 200 g , udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 200 g , Surówka z marchwi i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE, </u>), Marchewka z groszkiem*oprószana 100 g (<u>GLU PSZ, MLE, </u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Chleb razowy żytnio-pszenno 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE, </u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ, </u>), Pomidor 150 g , Majonez 20 g (<u>JAJ, GOR, </u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Mandarynka 1 szt ,	Podwieczerek: Ciasto jogurtowe z brzoskwinia 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, </u>),	

Wartości odżywcze: E: 2824.41 kcal; B: 129.75 g; T: 128.73 g; Kw. tł. nasy.: 48.7 g; W: 306.07 g; W tym cukry: 92.74 g; Bł.: 38.86 g; Sól: 8.21 g; WW: 26.68 Por; Ener. z B: 18.38 %; Ener. z W: 37.84 %; Ener. z T: 41.02 %; Ener. z Bł.: 2.75 %; K: 4950.42 mg;

wtorek 2023-12-26		
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>), Szynekowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g , Jabłko pieczone 1szt 1 szt , Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, </u>),	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>), Ziemniaki () 200 g , Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 200 g , Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, </u>), Surówka z marchwi i jabłka () 150 g (<u>MLE, </u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ, </u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE, </u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ, </u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE, </u>), Pomidor 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
	Podwieczerek: Ciasto jogurtowe z brzoskwinia 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, </u>),	

Wartości odżywcze: E: 2642.53 kcal; B: 131.19 g; T: 100.58 g; Kw. tł. nasy.: 36.45 g; W: 314.69 g; W tym cukry: 81.62 g; Bł.: 24.27 g; Sól: 6.33 g; WW: 29.12 Por; Ener. z B: 19.86 %; Ener. z W: 43.96 %; Ener. z T: 34.25 %; Ener. z Bł.: 1.84 %; K: 5002.99 mg;

wtorek 2023-12-26		
Jadłospis dla diety: SZ-UL Dzieci łatwo strawna		
Kasza jaglana na mleku 300 ml (<u>MLE, </u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ, </u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE, </u>), Szynekowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g , Jabłko pieczone 1szt 1 szt , Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, </u>),	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>), Ziemniaki () 200 g , Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 200 g , Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, </u>), Surówka z marchwi i jabłka () 150 g (<u>MLE, </u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ, </u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE, </u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ, </u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE, </u>), Pomidor 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Podpłomyki b/c 50 g (<u>GLU PSZ, MLE, </u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,	Podwieczerek: Ciasto jogurtowe z brzoskwinia 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, </u>),	

Wartości odżywcze: E: 3165.02 kcal; B: 147.27 g; T: 104.8 g; Kw. tł. nasy.: 38.3 g; W: 419.99 g; W tym cukry: 101.53 g; Bł.: 26.13 g; Sól: 6.95 g; WW: 39.52 Por; Ener. z B: 18.61 %; Ener. z W: 49.78 %; Ener. z T: 29.8 %; Ener. z Bł.: 1.65 %; K: 5430.98 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2023-12-26 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>), Szynekowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g, Jabłko pieczone 1szt. 1 szt, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ MLE SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 200 g, 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>), Seler z pietruszką gotowany bez oleju () 50 g (<u>GLU PSZ SEL</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Mandarynka 1 szt, Podpiomyki b/c 50 g (<u>GLU PSZ MLE</u>),	Podwieczorek: Makaron drobny z jabłkiem prażonym 250 g (<u>GLU PSZ</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2588.42 kcal; B: 127.97 g; T: 55.33 g; Kw. tł. nasy.: 15.81 g; W: 411.32 g; W tym cukry: 80.69 g; Bł.: 29.06 g; Sól: 5.57 g; WW: 38.34 Por; Ener. z B: 19.78 %; Ener. z W: 59.07 %; Ener. z T: 19.24 %; Ener. z Bł.: 2.25 %; K: 4931.14 mg;

wtorek 2023-12-26 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>), Szynekowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g, Jabłko pieczone 1szt. 1 szt, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ MLE SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Udziec drobiowy gotowany z/k z/s. 200 g, Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Marchew gotowana z olejem* 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Seler z pietruszką gotowany z olejem () 50 g (<u>GLU PSZ SEL</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
	Podwieczorek: Makaron drobny z jabłkiem prażonym 300 g (<u>GLU PSZ</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2622.45 kcal; B: 126.51 g; T: 80.07 g; Kw. tł. nasy.: 31.16 g; W: 365.28 g; W tym cukry: 83.6 g; Bł.: 27.4 g; Sól: 5.45 g; WW: 33.95 Por; Ener. z B: 19.3 %; Ener. z W: 51.54 %; Ener. z T: 27.48 %; Ener. z Bł.: 2.09 %; K: 5018.53 mg;

wtorek 2023-12-26 Jadłospis dla diety: SZ-UL Specjalna bezmleczna		
Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Szynekowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g, Jabłko pieczone 1szt. 1 szt, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Brokułowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ SEL</u>), Ziemniaki () 250 g, Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 200 g, Sos szpinakowy (bez mleka)* 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Marchew gotowana z olejem* 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g, Seler z pietruszką gotowany z olejem () 50 g (<u>GLU PSZ SEL</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml
II Śniadanie: Chrupki kukurydziane 30 g,	Podwieczorek: Mandarynka 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2091.99 kcal; B: 105.49 g; T: 66.57 g; Kw. tł. nasy.: 19.37 g; W: 282.74 g; W tym cukry: 57.69 g; Bł.: 27.45 g; Sól: 6.58 g; WW: 25.56 Por; Ener. z B: 20.17 %; Ener. z W: 48.81 %; Ener. z T: 28.64 %; Ener. z Bł.: 2.62 %; K: 4217.25 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2023-12-26		
Jadłospis dla diety: SZ-UL Papkowata		
Kasza jaglana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>), Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pasta z warzyw i szynki drobiowej 100 g (<u>SEL</u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt, Kawa z makiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g ; Pulpet drobiowy z indyka 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Marchew gotowana z olejem* 150 g , Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Ryż na wywarze jarzynowym. 300 ml (<u>SEL</u>), Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Dżem 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
Podwieczorek: Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt ,		

Wartości odżywcze: E: 2476.2 kcal; B: 92.75 g; T: 73.01 g; Kw. tł. nasy.: 26.86 g; W: 375.21 g; W tym cukry: 106.66 g; Bł.: 26.47 g; Sól: 5.12 g; WW: 35.07 Por; Ener. z B: 14.98 %; Ener. z W: 56.33 %; Ener. z T: 26.54 %; Ener. z Bł.: 2.14 %; K: 4594.08 mg;

wtorek 2023-12-26		
Jadłospis dla diety: SZ-UL Papkowata cukrzycowa		
Ryż na wywarze jarzynowym. 300 ml (<u>SEL</u>), Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pasta z warzyw i szynki drobiowej 100 g (<u>SEL</u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt, Kawa z makiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g , Pulpet drobiowy z indyka 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Marchew gotowana z olejem* 150 g , Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml ,	Ryż na wywarze jarzynowym. 300 ml (<u>SEL</u>), Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Seler z pietruszką gotowany z olejem () 50 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt ,	

Wartości odżywcze: E: 2325.89 kcal; B: 91.82 g; T: 76.25 g; Kw. tł. nasy.: 24.1 g; W: 331.52 g; W tym cukry: 43.86 g; Bł.: 32.3 g; Sól: 5.14 g; WW: 30.11 Por; Ener. z B: 15.79 %; Ener. z W: 51.46 %; Ener. z T: 29.5 %; Ener. z Bł.: 2.78 %; K: 4407.48 mg;

wtorek 2023-12-26		
Jadłospis dla diety: SZ-UL Płynna cukrzycowa		
Ryż na wywarze jarzynowym. 300 ml (<u>SEL</u>), Mięso drobiowe gotowane 100g 1 szt , Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>),	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 50 g , Pulpet drobiowy z indyka 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Marchew gotowana z olejem* 100 g , Olej rzepakowy 10 g ,	Ryż na wywarze jarzynowym. 300 ml (<u>SEL</u>), Mięso drobiowe gotowane 100g 1 szt , Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>),
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Sok pomidorowy 0,3l 1 szt ,	

Wartości odżywcze: E: 1850.71 kcal; B: 104.27 g; T: 97.49 g; Kw. tł. nasy.: 31.75 g; W: 148.27 g; W tym cukry: 14.43 g; Bł.: 17.8 g; Sól: 3.64 g; WW: 13.1 Por; Ener. z B: 22.54 %; Ener. z W: 28.2 %; Ener. z T: 47.41 %; Ener. z Bł.: 1.92 %; K: 3672.7 mg;

wtorek 2023-12-26		
Jadłospis dla diety: SZ-UL Płynna wysokobiałkowa		
Kasza jaglana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>), Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Mleko w proszku 50 g (<u>MLE</u>), Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>),	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 50 g , Pulpet drobiowy z indyka 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Marchew gotowana z olejem* 100 g , Olej rzepakowy 10 g ,	Ryż na wywarze jarzynowym. 300 ml (<u>SEL</u>), Mięso drobiowe gotowane 100g 1 szt , Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>),
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt ,	

Wartości odżywcze: E: 2153.96 kcal; B: 109.95 g; T: 90.72 g; Kw. tł. nasy.: 32.94 g; W: 235.09 g; W tym cukry: 70.61 g; Bł.: 18.36 g; Sól: 3.86 g; WW: 21.71 Por; Ener. z B: 20.42 %; Ener. z W: 40.25 %; Ener. z T: 37.91 %; Ener. z Bł.: 1.7 %; K: 4753.68 mg;

Jadłospis dla oddziałów

wtorek 2023-12-26 Jadłospis dla diety: SZ-UL Przecierana		
Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl.M 1 szt (<u>JAJ</u>), Kasza jaglana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>), Mleko w proszku 10 g (<u>MLE</u>),	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ MLE SEL</u>), Ziemniaki () 150 g, Pulpet drobiowy z indyka 90 g (<u>GLU PSZ JAJ</u>), Marchew gotowana z olejem* 100 g, Olej rzepakowy 10 g,	Ryż na wywarze jarzynowym. 300 ml (<u>SEL</u>), Mięso drobiowe gotowane 100g 1 szt, Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ SEL</u>), Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>),
II Śniadanie: Kefir 2.0% t 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2203.11 kcal; B: 100.93 g; T: 90.74 g; Kw. tł. nasy.: 32.69 g; W: 256.84 g; W tym cukry: 50.94 g; Bł.: 21.13 g; Sól: 3.89 g; WW: 23.62 Por; Ener. z B: 18.32 %; Ener. z W: 42.8 %; Ener. z T: 37.07 %; Ener. z Bł.: 1.92 %; K: 4744.03 mg;

wtorek 2023-12-26 Jadłospis dla diety SZ-UL Niskokaloryczna		
Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5g (<u>MLE</u>), Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio-rozdrobiona,wędzona,parzona 60 g, Jabłko 1 szt 1 szt, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Brokułowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ MLE SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Pulpet drobiowy z indyka 90 g (<u>GLU PSZ JAJ</u>), Surówka z marchwi i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE</u>), Marchew gotowana.z olejem* 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Podpłomyki b/c 30 g (<u>GLU PSZ MLE</u>),	Podwieczorek: Waflle ryżowe 50 g,	

Wartości odżywcze: E: 1667.49 kcal; B: 83.77 g; T: 36.18 g; Kw. tł. nasy.: 10.55 g; W: 264.13 g; W tym cukry: 43.08 g; Bł.: 30.11 g; Sól: 4.52 g; WW: 23.5 Por; Ener. z B: 20.1 %; Ener. z W: 56.14 %; Ener. z T: 19.53 %; Ener. z Bł.: 3.61 %; K: 3217.16 mg;

wtorek 2023-12-26 Jadłospis dla diety: SZ-UL Wysokobiałkowa/Wysokokaloryczna		
Kasza jaglana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Szynkowa z indyka-produkt białkowy,drobiowy,średnio-rozdrobiona,wędzona,parzona 60 g, Jabłko pieczone 1szt. 1 szt, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>), Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE</u>),	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ MLE SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 200 g, Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Marchewka z groszkiem*oprószana 150 g (<u>GLU PSZ MLE</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Mandarynka 1 szt,	Podwieczorek: Ciasto jogurtowe z brzoskwinia 100 g (<u>GLU PSZ JAJ MLE</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Dżem 50 g,	

Wartości odżywcze: E: 3390.66 kcal; B: 158.39 g; T: 124.53 g; Kw. tł. nasy.: 49.07 g; W: 424.86 g; W tym cukry: 119.7 g; Bł.: 31.64 g; Sól: 10.99 g; WW: 39.29 Por; Ener. z B: 18.69 %; Ener. z W: 46.39 %; Ener. z T: 33.05 %; Ener. z Bł.: 1.87 %; K: 5481.51 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2023-12-26 Jadłospis dla diety: SZ-UL Hematologiczna		
<p>Kasza jaglana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 40 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g, Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),</p>	<p>Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 200 g, Marchewka z groszkiem*oprószana 150 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb 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>), Seler z pietruszką gotowany z olejem () 50 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,</p>
<p>II Śniadanie: Biskopki b/m 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ</u>),</p>	<p>Podwieczorek: Ciasto jogurtowe z brzoskwinia 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>),</p>	

Wartości odżywcze: E: 3343.55 kcal; B: 153.43 g; T: 121.24 g; Kw. tł. nasy.: 48.06 g; W: 425.81 g; W tym cukry: 86.55 g; Bł.: 33.24 g; Sól: 9.32 g; WW: 39.38 Por; Ener. z B: 18.36 %; Ener. z W: 46.96 %; Ener. z T: 32.63 %; Ener. z Bł.: 1.99 %; K: 5189.42 mg;

wtorek 2023-12-26 Jadłospis dla diety: SZ-UL Hematologiczna dziecięca		
<p>Bułka pszenna 75g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g, Jabłko pieczone 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>), Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>),</p>	<p>Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 200 g, Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Marchewka z groszkiem*oprószana 150 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,</p>	<p>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>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Majonez 20 g (<u>JAJ, GOR</u>), Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,</p>
<p>II Śniadanie: Podplomyki b/c 50 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>),</p>	<p>Podwieczorek: Ciasto jogurtowe z brzoskwinia 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>),</p>	

Wartości odżywcze: E: 3324.41 kcal; B: 151.34 g; T: 133.29 g; Kw. tł. nasy.: 48.3 g; W: 389.18 g; W tym cukry: 79.55 g; Bł.: 26.58 g; Sól: 9.31 g; WW: 36.27 Por; Ener. z B: 18.21 %; Ener. z W: 43.63 %; Ener. z T: 36.08 %; Ener. z Bł.: 1.6 %; K: 4610.71 mg;

wtorek 2023-12-26 Jadłospis dla diety: SZ- UL Hematologiczna cukrzyca wysokobiałkowa/wys		
<p>Kasza jaglana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>), Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g, Dynia z wody 50 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>), Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>),</p>	<p>Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 200 g, Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Marchewka z groszkiem*oprószana 150 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,</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>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Seler z pietruszką gotowany z olejem () 50 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,</p>
<p>II Śniadanie: Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt,</p>	<p>Podwieczorek: Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),</p>	<p>Posiłek nocny: Chleb Graham 40 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Ser topiony 50 g (<u>MLE</u>),</p>

Wartości odżywcze: E: 3302.47 kcal; B: 190.22 g; T: 135.73 g; Kw. tł. nasy.: 60.08 g; W: 347.49 g; W tym cukry: 37.49 g; Bł.: 40.2 g; Sól: 10.1 g; WW: 30.84 Por; Ener. z B: 23.04 %; Ener. z W: 37.22 %; Ener. z T: 36.99 %; Ener. z Bł.: 2.43 %; K: 5745.19 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2023-12-26 Jadłospis dla diety: SZ- UL Hematologiczna łatwo strawna		
Kasza jaglana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>), Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g, Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt., Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 400 g, Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Marchew gotowana z olejem* 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, Seler z pietruszką gotowany z olejem () 50 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>),
II Śniadanie: Biskopki b/m 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ</u>),	Podwieczorek: Ciasto jogurtowe z brzoskwinia 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 3432.93 kcal; B: 186.4 g; T: 134.81 g; Kw. tł. nasy.: 44.85 g; W: 380.63 g; W tym cukry: 90.5 g; Bł.: 26.21 g; Sól: 7.16 g; WW: 35.67 Por; Ener. z B: 21.72 %; Ener. z W: 41.3 %; Ener. z T: 35.34 %; Ener. z Bł.: 1.53 %; K: 6167.35 mg;

wtorek 2023-12-26 Jadłospis dla diety: SZ- UL Hematologiczna wysokobiałkowa		
Kasza jaglana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 40 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g, Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt., Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>), Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>),	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 200 g, Marchewka z groszkiem*oprószana 150 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 40 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Dżem 25 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Biskopki b/m 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ</u>),	Podwieczorek: Ciasto jogurtowe z brzoskwinia 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 3483.47 kcal; B: 164.55 g; T: 129.72 g; Kw. tł. nasy.: 50.96 g; W: 429.15 g; W tym cukry: 93.25 g; Bł.: 30.52 g; Sól: 9.53 g; WW: 39.93 Por; Ener. z B: 18.89 %; Ener. z W: 45.77 %; Ener. z T: 33.51 %; Ener. z Bł.: 1.75 %; K: 5110.33 mg;

wtorek 2023-12-26 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa niskocholesterolowa		
Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g, Ogórek świeży 50 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 200 g, Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Cukinia pieczona z olejem * 100 g, Surówka z marchwi i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb Graham 80 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Papryka świeża 100 g,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 150 g,	

Wartości odżywcze: E: 2349.71 kcal; B: 123.05 g; T: 84.12 g; Kw. tł. nasy.: 30.47 g; W: 296.57 g; W tym cukry: 41.7 g; Bł.: 42.83 g; Sól: 6.93 g; WW: 25.55 Por; Ener. z B: 20.95 %; Ener. z W: 43.19 %; Ener. z T: 32.22 %; Ener. z Bł.: 3.65 %; K: 6107.48 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2023-12-26 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa wysokolaryczna/wysokobiałkowa		
Kasza jaglana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>), Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Szynekowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 60 g, Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Ogórek świeży 50 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 200 g, Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Surówka z marchwi i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE</u>), Cukinia pieczona z olejem * 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67g (<u>MLE</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g, Papryka świeża 100 g	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 150 g,	Posiłek nocny: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Sałata zielona 20 g,

Wartości odżywcze: E: 3181.44 kcal; B: 166.33 g; T: 115.38 g; Kw. tł. nasy.: 46.03 g; W: 394.81 g; W tym cukry: 54.45 g; Bł.: 49.93 g; Sól: 9.91 g; WW: 34.7 Por; Ener. z B: 20.91 %; Ener. z W: 43.36 %; Ener. z T: 32.64 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 7055.7 mg;

wtorek 2023-12-26 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>), Szynekowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g, Dynia z wody 50 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 250 g, Pulpet drobiowy z indyka 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Cukinia pieczona z olejem * 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Serek homo naturalny 150g .1 szt (<u>MLE</u>), Marchew gotowana z olejem * 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Podpłomyki b/c 50 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>),	Podwieczorek: Makaron drobny z jabłkami b/c () 200 g (<u>GLU PSZ</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2215.93 kcal; B: 99.77 g; T: 42.68 g; Kw. tł. nasy.: 10.65 g; W: 367.92 g; W tym cukry: 25.84 g; Bł.: 23.68 g; Sól: 5.4 g; WW: 34.51 Por; Ener. z B: 18.01 %; Ener. z W: 62.14 %; Ener. z T: 17.33 %; Ener. z Bł.: 2.14%; K: 4343.95 mg;

wtorek 2023-12-26 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa ciężarnych		
Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Szynekowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 100 g, Ogórek świeży 150 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 200 g, Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Surówka z marchwi i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE</u>), Cukinia pieczona z olejem * 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Pomidor 150 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Papryka świeża 100 g,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Sok pomidorowy 0,3l 1 szt,	Posiłek nocny: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Sałata zielona 20 g,

Wartości odżywcze: E: 2563.09 kcal; B: 141.71 g; T: 90.52 g; Kw. tł. nasy.: 34.93 g; W: 318.19 g; W tym cukry: 40.83 g; Bł.: 45.78 g; Sól: 9 g; WW: 27.38 Por; Ener. z B: 22.11 %; Ener. z W: 42.51 %; Ener. z T: 31.78 %; Ener. z Bł.: 3.57 %; K: 6423.28 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2023-12-26 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa dla matek karmiących		
Chleb razowy żytnio-pszeny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 60 g, Ogórek świeży 150 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g, Udziec drobiowy gotowany, z/k z/s 200 g, Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>), Surówka z marchwi i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE.</u>), Cukinia pieczona z olejem * 100 g, 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>), Pomidor 150 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml, Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszeny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Papryka świeża 100 g,	Podwieczerek: Chleb razowy żytnio-pszeny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Sok pomidorowy 0,3l 1 szt, Pomarańcza 150 g,	Posiłek nocny: Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>), Chleb razowy żytnio-pszeny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Salata zielona 20 g,

Wartości odżywcze: E: 2711.08 kcal; B: 140.03 g; T: 100.66 g; Kw. tł. nasy.: 39.88 g; W: 335.49 g; W tym cukry: 53.92 g; Bł.: 48.63 g; Sól: 8.44 g; WW: 28.73 Por; Ener. z B: 20.66%; Ener. z W: 42.32%; Ener. z T: 33.42%; Ener. z Bł.: 3.59%; K: 6765.95 mg;

wtorek 2023-12-26 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>), Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 60 g, Ogórek świeży 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g, udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 200 g, Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>), Surówka z marchwi i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE.</u>), Marchewka z groszkiem*oprószana 100 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>), Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszeny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>), Mandarynka 1 szt,	Podwieczerek: Chleb razowy żytnio-pszeny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Surówka z kapusty białej z olejem () 150 g, Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),	Posiłek nocny: Chleb razowy żytnio-pszeny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>), Salata zielona 20 g,

Wartości odżywcze: E: 2958.13 kcal; B: 151.53 g; T: 110.4 g; Kw. tł. nasy.: 47.64 g; W: 365.15 g; W tym cukry: 40.47 g; Bł.: 50.06 g; Sól: 8.68 g; WW: 31.61 Por; Ener. z B: 20.49%; Ener. z W: 42.61%; Ener. z T: 33.59%; Ener. z Bł.: 3.38%; K: 5996.85 mg;

wtorek 2023-12-26 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa bezmleczna		
Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g, Ogórek świeży 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml, Chleb razowy żytnio-pszeny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>),	Brokułowa z makaronem (bez mleka) * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Ziemniaki () 250 g, Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 200 g, Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>), Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 100 g, Marchew gotowana z olejem* 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszeny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>), Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszeny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Papryka świeża 100 g,	Podwieczerek: Chleb razowy żytnio-pszeny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Surówka z kapusty białej z olejem () 150 g,	

Wartości odżywcze: E: 2409.3 kcal; B: 111.32 g; T: 105.42 g; Kw. tł. nasy.: 30.87 g; W: 278.07 g; W tym cukry: 36.7 g; Bł.: 45.64 g; Sól: 7.65 g; WW: 23.26 Por; Ener. z B: 18.48%; Ener. z W: 38.59%; Ener. z T: 39.38%; Ener. z Bł.: 3.79%; K: 5320.35 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2023-12-26		
Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzyca nerkowa		
Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 120 g , Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Szynekowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 25 g , Dynia z wody 100 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,	Brokułowa z makaronem (bez mleka) * 400 ml (<u>GLU PSZ SEL</u>), Ziemniaki () 250 g , Pulpet drobiowy z indyka 50 g (<u>GLU PSZ JAJ</u>), Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Marchew gotowana z olejem* 150 g , Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml ,	Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 120 g , Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Serek homo naturalny 150g 0.50 szt (<u>MLE</u>), Seler z pietruszką gotowany z olejem () 150 g (<u>GLU PSZ SEL</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,
II Śniadanie: Kefir 2.0% t 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 50g , Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt ,	

Wartości odżywcze: E: 2087.25 kcal; B: 53.21 g; T: 73.24 g; Kw. tł. nasy.: 25.34 g; W: 303.21 g; W tym cukry: 23.49 g; Bł.: 48.89 g; Sól: 7.95 g; WW: 25.46 Por; Ener. z B: 10.2 %; Ener. z W: 48.74 %; Ener. z T: 31.58 %; Ener. z Bł.: 4.68 %; K: 3635.14 mg;

wtorek 2023-12-26		
Jadłospis dla diety: SZ-UL Nerkowa		
Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g , Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Szynekowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g , Miód (25g) 1 szt , Jabłko pieczone 1szt. 1 szt , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,	Koperkowa z ziemniakami (*) b/s 400 ml (<u>GLU PSZ MLE SEL</u>), Ziemniaki () 250 g , Sos szpinakowy (bez soli)* 10g ml (<u>GLU PSZ</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml , Pulpet drobiowy z indyka 50 g (<u>GLU PSZ JAJ</u>), Marchew gotowana z olejem* 150 g ,	Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g , Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Serek homo naturalny 150g 0.50 szt (<u>MLE</u>), Dżem 70 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
	Podwieczorek: Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 50 g , Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Miód (25g) 2 szt , Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt ,	

Wartości odżywcze: E: 2465.48 kcal; B: 47.49 g; T: 72.94 g; Kw. tł. nasy.: 25.66 g; W: 406.21 g; W tym cukry: 90.52 g; Bł.: 37.42 g; Sól: 6.33 g; WW: 37.03 Por; Ener. z B: 7.71 %; Ener. z W: 59.83 %; Ener. z T: 26.63 %; Ener. z Bł.: 3.04 %; K: 3771.85 mg;

wtorek 2023-12-26		
Jadłospis dla diety: SZ-UL Dna moczaniowa		
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 , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ MLE SEL</u>), Risotto wegetariańskie* 400 g (<u>SEL</u>), Surówka z marchwi i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml , Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ</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>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Sałata zielona z olejem 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Kefir 2.0% t 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Jabłko 1 szt 1 szt ,	

Wartości odżywcze: E: 2216.55 kcal; B: 72.11 g; T: 68.47 g; Kw. tł. nasy.: 24.15 g; W: 345.2 g; W tym cukry: 54.88 g; Bł.: 34.5 g; Sól: 5.62 g; WW: 31.18 Por; Ener. z B: 13.01 %; Ener. z W: 56.07 %; Ener. z T: 27.8 %; Ener. z Bł.: 3.11 %; K: 3149.15 mg;

Jadłospis dla oddziałów

wtorek 2023-12-26 Jadłospis dla diety: SZ-UL Atopowa		
Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Filet z indyka gotowany 50 g, Marchew gotowana z olejem* 200 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) (*) 400 ml, Ziemniaki () 200 g, Udziec z indyka b/s b/k 120 g, Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 150 g, Woda źródłana 250 ml,	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Filet z indyka gotowany 80 g, Brokuł gotowany* 200 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Mandarynka 1 szt,	Podwieczorek: Płatki owsiane na wodzie z jabłkiem prażonym - dieta atopowa 400 ml (<u>GLU OW.</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2197.95 kcal; B: 118.82 g; T: 46.46 g; Kw. tł. nasy.: 12.44 g; W: 352.16 g; W tym cukry: 99.02 g; Bł.: 37.13 g; Sól: 5.81 g; WW: 31.43 Por; Ener. z B: 21.62 %; Ener. z W: 57.33 %; Ener. z T: 19.02 %; Ener. z Bł.: 3.38 %; K: 6398.31 mg;

wtorek 2023-12-26 Jadłospis dla diety: SZ-UL Niemowlaki		
Płatki pszenne na mleku 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>), Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobiona,wędzona,parzona 50 g, Jabłko 1 szt 1 szt, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Brokułowa z makaronem * 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki () 100 g, udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 200 g , Sos szpinakowy* 50 ml (<u>GLU PSZ.</u>), Marchewka z groszkiem*oprószana 150 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>), Pomidor b/skórki 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Podwieczorek: Ciasto jogurtowe z brzoskwinia 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2179.9 kcal; B: 112.68 g; T: 84 g; Kw. tł. nasy.: 26.79 g; W: 251.44 g; W tym cukry: 80.2 g; Bł.: 17.59 g; Sól: 4.99 g; WW: 23.44 Por; Ener. z B: 20.68 %; Ener. z W: 42.91 %; Ener. z T: 34.68 %; Ener. z Bł.: 1.61 %; K: 2920.13 mg;

wtorek 2023-12-26 Jadłospis dla diety: SZ-UL papkowata niemowlaki		
Płatki pszenne na mleku 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>), Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Pasta z warzyw i szynki drobiowej 100 g (<u>SEL.</u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	Brokułowa z makaronem * 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki () 100 g, Pulpet drobiowy z indyka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Sos szpinakowy* 50 ml (<u>GLU PSZ.</u>), Marchew gotowana z olejem* 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Ryż na wywarze jarzynowym 200 ml (<u>SEL.</u>), Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Pasta z jaj z koperkiem -dieta 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>), Seler z pietruszką gotowany z olejem () 50 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Mandarynka 1 szt,	Podwieczorek: Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 1543.11 kcal; B: 54.66 g; T: 47.26 g; Kw. tł. nasy.: 17.06 g; W: 236.83 g; W tym cukry: 86.39 g; Bł.: 23.85 g; Sól: 4.2 g; WW: 21.31 Por; Ener. z B: 14.17 %; Ener. z W: 55.21 %; Ener. z T: 27.56 %; Ener. z Bł.: 3.09 %; K: 2812.31 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2023-12-26 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dieta Mamy I trymestr		
Chleb razowy żytnio-pszeniczny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 60 g, Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>), Jabłko 1 szt 1 szt, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Brokułowa z makaronem* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g, udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 200 g, Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>), Surówka z marchwi i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE.</u>), Marchewka z groszkiem*oprószana 100 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>), Kompót z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb-razowy żytnio-pszeniczny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>), Majonez 20 g (<u>JAJ, GOR.</u>), Pomidor 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Mandarynka 1 szt,	Podwieczorek: Ciasto jogurtowe z brzoskwinia 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>), Pomarańcza 150 g;	

Wartości odżywcze: E: 2780.76 kcal; B: 132.81 g; T: 117.9 g; Kw. tł. nasy.: 41.43 g; W: 317.09 g; W tym cukry: 105.48 g; Bł.: 40.32 g; Sól: 8.3 g; WW: 27.57 Por; Ener. z B: 19.1 %; Ener. z W: 39.81 %; Ener. z T: 38.16 %; Ener. z Bł.: 2.9 %; K: 5189.87 mg;

wtorek 2023-12-26 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dieta Mamy II trymestr		
Chleb razowy żytnio-pszeniczny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 60 g, Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>), Jabłko 1 szt 1 szt, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Brokułowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g, udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 200 g, Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>), Surówka z marchwi i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE.</u>), Marchewka z groszkiem*oprószana 100 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>), Kompót z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszeniczny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>), Majonez 20 g (<u>JAJ, GOR.</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>), Pomidor 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Mandarynka 1 szt,	Podwieczorek: Pomarańcza 150 g, Ciasto jogurtowe z brzoskwinia 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>),	

Wartości odżywcze: E: 3005.04 kcal; B: 147.9 g; T: 134.16 g; Kw. tł. nasy.: 48.73 g; W: 321.68 g; W tym cukry: 105.56 g; Bł.: 40.32 g; Sól: 8.34 g; WW: 28.08 Por; Ener. z B: 19.69 %; Ener. z W: 37.45 %; Ener. z T: 40.18 %; Ener. z Bł.: 2.68 %; K: 5193.21 mg;

wtorek 2023-12-26 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dieta Mamy III trymestr		
Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>), Chleb razowy żytnio-pszeniczny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 60 g, Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>), Jabłko 1 szt 1 szt, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Brokułowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g, udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 200 g, Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>), Surówka z marchwi i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE.</u>), Marchewka z groszkiem*oprószana 100 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>), Kompót z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszeniczny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>), Majonez 20 g (<u>JAJ, GOR.</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>), Pomidor 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Mandarynka 1 szt,	Podwieczorek: Pomarańcza 150 g, Ciasto jogurtowe z brzoskwinia 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>),	

Wartości odżywcze: E: 3243.24 kcal; B: 159.03 g; T: 140.06 g; Kw. tł. nasy.: 51.96 g; W: 358.23 g; W tym cukry: 119.52 g; Bł.: 43.35 g; Sól: 9.1 g; WW: 31.46 Por; Ener. z B: 19.61 %; Ener. z W: 38.84 %; Ener. z T: 38.87 %; Ener. z Bł.: 2.67 %; K: 5653.71 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2023-12-26 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dieta Mamy Okres Laktacji		
Kasza jaglana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>), Chleb razowy żytnio-pszeniczny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 60 g, Jabłko 1 szt 1 szt, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>), Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>),	Brokułowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 200 g, Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Marchewka z groszkiem*oprószana 200 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszeniczny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Majonez 20 g (<u>JAJ, GOR</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Pomidor 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Mandarynka 1 szt,	Podwieczorek: Pomarańcza 150 g, Ciasto jogurtowe z brzoskwinia 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 3273.29 kcal; B: 161.04 g; T: 142.67 g; Kw. tł. nasy.: 52.69 g; W: 356.32 g; W tym cukry: 115.43 g; Bł.: 40.54 g; Sól: 8.57 g; WW: 31.52 Por; Ener. z B: 19.68 %; Ener. z W: 38.59 %; Ener. z T: 39.23 %; Ener. z Bł.: 2.48 %; K: 5511.61 mg;

wtorek 2023-12-26 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cięża mnoga (wysokobiałkowa)		
Kasza jaglana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>), Chleb razowy żytnio-pszeniczny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 40 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 60 g, Jabłko 1 szt 1 szt, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Brokułowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 200 g, Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Surówka z marchwi i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE</u>), Marchewka z groszkiem*oprószana 100 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszeniczny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 40 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Pomidor 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Mandarynka 1 szt,	Podwieczorek: Pomarańcza 150 g, Ciasto jogurtowe z brzoskwinia 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 3055.2 kcal; B: 153.32 g; T: 107.06 g; Kw. tł. nasy.: 37.64 g; W: 391.26 g; W tym cukry: 117.88 g; Bł.: 45.82 g; Sól: 8.27 g; WW: 34.52 Por; Ener. z B: 20.07 %; Ener. z W: 45.23 %; Ener. z T: 31.54 %; Ener. z Bł.: 3 %; K: 5786.09 mg;

wtorek 2023-12-26 Jadłospis dla diety: SZ-UL Posiłki regeneracyjne		
	Brokułowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 200 g, Surówka z marchwi i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE</u>), Marchewka z groszkiem*oprószana 100 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 1010.75 kcal; B: 66.37 g; T: 38.56 g; Kw. tł. nasy.: 11.25 g; W: 107.15 g; W tym cukry: 12.46 g; Bł.: 14.8 g; Sól: 2.43 g; WW: 9.19 Por; Ener. z B: 26.27 %; Ener. z W: 36.55 %; Ener. z T: 34.34 %; Ener. z Bł.: 2.93 %; K: 3125.89 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2023-12-26 Jadłospis dla diety: SZ-UL Normalna Broniewskiego		
Kasza jaglana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb razowy żytnio-pszenno 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Szynekowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g, Jabłko 1 szt 1 szt, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>), Wafle ryżowe 50 g, Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>),	Brokułowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 200 g, Surówka z marchwi i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE</u>), Marchewka z groszkiem*oprószana 100 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb razowy żytnio-pszenno 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Majonez 20 g (<u>JAJ, GOR</u>), Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
	Podwieczerek: Ciasto jogurtowe z brzoskwinia 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	

Wartości odżywcze: E: 3396.28 kcal; B: 147.74 g; T: 135.9 g; Kw. tł. nasy.: 52.33 g; W: 411.32 g; W tym cukry: 97.83 g; Bł.: 36.23 g; Sól: 9.91 g; WW: 37.47 Por; Ener. z B: 17.4 %; Ener. z W: 44.18 %; Ener. z T: 36.01 %; Ener. z Bł.: 2.13 %; K: 4635.49 mg;

wtorek 2023-12-26 Jadłospis dla diety: SZ-UL Lekkostrawna Broniewskiego		
Kasza jaglana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>), Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Szynekowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g; Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 200g, Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Marchew gotowana z olejem* 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
	Podwieczerek: Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml, Ciasto jogurtowe z brzoskwinia 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2753.24 kcal; B: 129.88 g; T: 98.79 g; Kw. tł. nasy.: 35.98 g; W: 347.96 g; W tym cukry: 95.19 g; Bł.: 25.02 g; Sól: 6.21 g; WW: 32.53 Por; Ener. z B: 18.87 %; Ener. z W: 46.92 %; Ener. z T: 32.29 %; Ener. z Bł.: 1.82 %; K: 5203.23 mg;

wtorek 2023-12-26 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa CH Broniewskiego		
Kasza jaglana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>), Chleb razowy żytnio-pszenno 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Szynekowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g, Ogórek świeży 50 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 200 g, Surówka z marchwi i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE</u>), Cukinia pieczona z olejem * 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenno 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), 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>), Papryka świeża 100 g,	Podwieczerek: Chleb razowy żytnio-pszenno 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Surówka z kapusty białej z olejem () 150 g,	

Wartości odżywcze: E: 2757.73 kcal; B: 137.09 g; T: 91.43 g; Kw. tł. nasy.: 33.92 g; W: 372.42 g; W tym cukry: 59.08 g; Bł.: 52.11 g; Sól: 7.96 g; WW: 32.25 Por; Ener. z B: 19.88 %; Ener. z W: 46.46 %; Ener. z T: 29.84 %; Ener. z Bł.: 3.78 %; K: 6762.25 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2023-12-26 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa NCH Police Diabetologia		
Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g, Ogórek świeży 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 200 g, Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Surówka z marchwi i jabłka b/c () 150 g (<u>MLE</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g, Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Papryka świeża 100 g ;	Podwieczorek: Surówka z kapusty białej z olejem () 150 g,	

Wartości odżywcze: E: 2174.42 kcal; B: 128.97 g; T: 67.62 g; Kw. tł. nasy.: 23.28 g; W: 283.35 g; W tym cukry: 32.34 g; Bł.: 38.68 g; Sól: 7.85 g; WW: 24.68 Por; Ener. z B: 23.72 %; Ener. z W: 45.01 %; Ener. z T: 27.99 %; Ener. z Bł.: 3.56 %; K: 5550.29 mg;

wtorek 2023-12-26 Jadłospis dla diety: SZ-UL Lekkostrawna Police		
Kasza jaglana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>), Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g, Jabłko pieczone 1szt. 1 szt, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 200 g, Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Marchew gotowana z olejem* 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
	Podwieczorek: Wafle ryżowe 50 g,	

Wartości odżywcze: E: 2627.19 kcal; B: 126.69 g; T: 89.11 g; Kw. tł. nasy.: 37.27 g; W: 340.21 g; W tym cukry: 68.98 g; Bł.: 24.99 g; Sól: 5.77 g; WW: 31.61 Por; Ener. z B: 19.29 %; Ener. z W: 47.99 %; Ener. z T: 30.53 %; Ener. z Bł.: 1.9 %; K: 5302.53 mg;

wtorek 2023-12-26 Jadłospis dla diety: SZ-UL Neutropeniczna		
Makaron na mleku/p 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna 75g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ</u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>), Kiełbasa biała luksusowa-produkt bezglutenowy z kurczaka średnio rozdrobniony,parzony,w osionce jadalnej-kolagen wołowy 80 g, Ketchup saszetka 20g 2 szt, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, Kisiel instant 1 szt. 200 ml,	Pomidorowa z ryżem * OTS 400 ml (<u>MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Filet z indyka pieczony 150 g, Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Marchew gotowana z olejem* 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna 75g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ</u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>), Pierś z indyka plastry 100g-wędlina drobiowa parzona z dodatkiem wody i białka wieprzowego z połączonych kawałków mięsa w pla 1 szt, Krem z dyni OTS * 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
	Podwieczorek: Drożdżówka z dżemem 1 szt. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Kisiel instant 1 szt. 200 ml, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	

Wartości odżywcze: E: 3074.26 kcal; B: 134.4 g; T: 76.64 g; Kw. tł. nasy.: 36.53 g; W: 478.51 g; W tym cukry: 83.21 g; Bł.: 23.68 g; Sól: 11.73 g; WW: 45.58 Por; Ener. z B: 17.49 %; Ener. z W: 59.18 %; Ener. z T: 22.44 %; Ener. z Bł.: 1.54 %; K: 4254.82 mg;