

### Jadłospisy dla oddziałów

Szpital GSPSK Nr 1 PUM Szczecin		
Sniadanie II Sniadanie	Obiad II Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2023-12-28      Jadłospis dla diety: SZ-UL Normalna</b>		
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 , Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
	Podwieczorek: Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml ( <u>MLE, </u> ),	

**Wartości odżywcze:** E: 2393.36 kcal; B: 78.97 g; T: 85.88 g; Kw. tł. nasy.: 36.83 g; W: 339.14 g; W tym cukry: 77.72 g; Bł.: 31.84 g; Sól: 7.74 g; WW: 30.76 Por; Ener. z B: 337.22 %; Ener. z W: 1108.85 %; Ener. z T: 489.26 %; Ener. z Bł.: 81.6 %; K: 3434.55 mg;

<b>czwartek 2023-12-28      Jadłospis dla diety: SZ-UL Normalna dla dzieci</b>		
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> ), Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 70 g , Pomidor 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Mandarynka 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: 2804.01 kcal; B: 97.66 g; T: 93.8 g; Kw. tł. nasy.: 41.92 g; W: 401.87 g; W tym cukry: 120.52 g; Bł.: 31.06 g; Sól: 8.39 g; WW: 37 Por; Ener. z B: 421.52 %; Ener. z W: 1551.36 %; Ener. z T: 556.42 %; Ener. z Bł.: 100.82 %; K: 3898.05 mg;

<b>czwartek 2023-12-28      Jadłospis dla diety: SZ-UL Wegetariańska</b>		
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 Śniadanie: Mandarynka 2 szt ,	Podwieczorek: Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml ( <u>MLE, </u> ),	

**Wartości odżywcze:** E: 2390.45 kcal; B: 60.45 g; T: 79.38 g; Kw. tł. nasy.: 35.05 g; W: 375.59 g; W tym cukry: 104.04 g; Bł.: 37.21 g; Sól: 6.58 g; WW: 33.85 Por; Ener. z B: 248.18 %; Ener. z W: 1232.84 %; Ener. z T: 500.56 %; Ener. z Bł.: 82.35 %; K: 3705.02 mg;

### Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2023-12-28 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, 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-pszenno 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Margaryna porcjowa 15g 2 szt, Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g, Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Mandarynka 2 szt,	Podwieczorek: Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 250 ml,	

**Wartości odżywcze:** E: 2251.79 kcal; B: 72.07 g; T: 80.04 g; Kw. tł. nasy.: 19.33 g; W: 325.94 g; W tym cukry: 64.21 g; Bł.: 33.62 g; Sól: 6.87 g; WW: 29.2 Por; Ener. z B: 364.12 %; Ener. z W: 1259.14 %; Ener. z T: 572.81 %; Ener. z Bł.: 110.66 %; K: 3095.76 mg;

czwartek 2023-12-28 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, 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-pszenno 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Margaryna porcjowa 15g 2 szt, Pomidor 50g, Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Mandarynka 2 szt,	Podwieczorek: Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 250 ml,	

**Wartości odżywcze:** E: 2251.79 kcal; B: 72.07 g; T: 80.04 g; Kw. tł. nasy.: 19.33 g; W: 325.94 g; W tym cukry: 64.21 g; Bł.: 33.62 g; Sól: 6.87 g; WW: 29.2 Por; Ener. z B: 364.12 %; Ener. z W: 1259.14 %; Ener. z T: 572.81 %; Ener. z Bł.: 110.66 %; K: 3095.76 mg;

czwartek 2023-12-28 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> ), Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g, Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Mandarynka 2 szt,	Podwieczorek: Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 200 ml,	

**Wartości odżywcze:** E: 2234.85 kcal; B: 57.09 g; T: 85.74 g; Kw. tł. nasy.: 30.68 g; W: 315.8 g; W tym cukry: 74.76 g; Bł.: 22.79 g; Sól: 3.79 g; WW: 29.17 Por; Ener. z B: 248.57 %; Ener. z W: 1233.17 %; Ener. z T: 416.16 %; Ener. z Bł.: 88.12 %; K: 3056.48 mg;

### Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2023-12-28 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bezglutenowa, bez mleka		
Chleb bezglutenowy 120 g , Margaryna porcjowa 15g 1 szt , Tofu 100 g ( <u>SOJ</u> ), Salata 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 , Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Mandarynka 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: 2278.82 kcal; B: 64.53 g; T: 90.27 g; Kw. tł. nasy.: 18.13 g; W: 309.47 g; W tym cukry: 56.14 g; Bł.: 22.75 g; Sól: 3.4 g; WW: 28.62 Por; Ener. z B: 366.22 %; Ener. z W: 1216.27 %; Ener. z T: 618.49 %; Ener. z Bł.: 126.6 %; K: 3173.75 mg;

czwartek 2023-12-28 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 , 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 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g , Pomidor 100 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Mandarynka 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: 2381.5 kcal; B: 77.27 g; T: 91.68 g; Kw. tł. nasy.: 40.03 g; W: 332.8 g; W tym cukry: 84.17 g; Bł.: 46.87 g; Sól: 7.11 g; WW: 28.54 Por; Ener. z B: 390.86 %; Ener. z W: 1326.68 %; Ener. z T: 547.58 %; Ener. z Bł.: 136.61 %; K: 4464.57 mg;

czwartek 2023-12-28 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> ), Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <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> ), Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona 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: 2250.75 kcal; B: 87.26 g; T: 77.41 g; Kw. tł. nasy.: 28.31 g; W: 310.71 g; W tym cukry: 89.96 g; Bł.: 21.7 g; Sól: 4.72 g; WW: 28.98 Por; Ener. z B: 362.15 %; Ener. z W: 1043.71 %; Ener. z T: 432.41 %; Ener. z Bł.: 71.4 %; K: 3288.72 mg;

### Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2023-12-28 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> ), Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <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, Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona 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: 2736.3 kcal; B: 103.02 g; T: 86.18 g; Kw. tł. nasy.: 32.51 g; W: 399.39 g; W tym cukry: 147.13 g; Bł.: 27.18 g; Sól: 5.07 g; WW: 37.36 Por; Ener. z B: 441.77 %; Ener. z W: 1273.28 %; Ener. z T: 532.22 %; Ener. z Bł.: 75.97 %; K: 4615.9 mg;

czwartek 2023-12-28 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> ), Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <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> ), Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona 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: 2198.61 kcal; B: 92.59 g; T: 50.97 g; Kw. tł. nasy.: 15.24 g; W: 352.78 g; W tym cukry: 93.62 g; Bł.: 23.56 g; Sól: 5.33 g; WW: 32.97 Por; Ener. z B: 361.88 %; Ener. z W: 1151.85 %; Ener. z T: 306.95 %; Ener. z Bł.: 66.05 %; K: 3426.74 mg;

czwartek 2023-12-28 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> ), Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <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> ), Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona 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: 2240.66 kcal; B: 86.94 g; T: 77.17 g; Kw. tł. nasy.: 28.26 g; W: 309.19 g; W tym cukry: 91.79 g; Bł.: 22.18 g; Sól: 4.72 g; WW: 28.76 Por; Ener. z B: 337.84 %; Ener. z W: 941.05 %; Ener. z T: 419.66 %; Ener. z Bł.: 62.21 %; K: 3264.29 mg;

### Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2023-12-28 Jadłospis dla diety: SZ-UL Specjalna bezmleczna		
Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 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 szynki 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: 2201.87 kcal; B: 73.66 g; T: 80.65 g; Kw. tł. nasy.: 18.15 g; W: 308 g; W tym cukry: 63.31 g; Bł.: 25.65 g; Sól: 6.88 g; WW: 28.17 Por; Ener. z B: 319.12 %; Ener. z W: 1087.59 %; Ener. z T: 549.64 %; Ener. z Bł.: 72.1 %; K: 2963.28 mg;

czwartek 2023-12-28 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> ), Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <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,
	Podwieczorek: Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** E: 2648.78 kcal; B: 107.92 g; T: 91.17 g; Kw. tł. nasy.: 29.58 g; W: 355.94 g; W tym cukry: 89.52 g; Bł.: 23.95 g; Sól: 6.33 g; WW: 33.31 Por; Ener. z B: 337.61 %; Ener. z W: 1071.33 %; Ener. z T: 500.97 %; Ener. z Bł.: 57.55 %; K: 4731.83 mg;

czwartek 2023-12-28 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> ), Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <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,
II Śniadanie: Sok pomidorowy 0,3l 1 szt,	Podwieczorek: Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** E: 2411.74 kcal; B: 99.85 g; T: 86.23 g; Kw. tł. nasy.: 26.62 g; W: 316.21 g; W tym cukry: 51.11 g; Bł.: 24.17 g; Sól: 6.78 g; WW: 29.31 Por; Ener. z B: 303.49 %; Ener. z W: 966.65 %; Ener. z T: 458.59 %; Ener. z Bł.: 71.89 %; K: 4404.46 mg;

### Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2023-12-28 Jadłospis dla diety: SZ-UL Płynna cukrzycowa		
Mięso drobiowe gotowane 100g 1 szt , Masło extra 82% 20 g (MLE, ), Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ, ), Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL, GLU OW, ),	Ziemniaczana * ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, ), Ziemniaki ( ) 50 g , Pulpet drobiowy z indyka 90 g (GLU PSZ, JAJ, ), Buraczki gotowane ( ) 100 g , Olej rzepakowy 10 g ,	Ryz na wywarze jarzynowym. 400 ml (SEL, ), Mięso drobiowe gotowane 100g 1 szt , Buraczki gotowane ( ) 50 g , Masło extra 82% 20 g (MLE, ), Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ, ),
II Śniadanie: Sok pomidorowy 0,3l 1 szt ,	Podwieczorek: Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE, ),	

**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: 402.64 %; Ener. z W: 406.69 %; Ener. z T: 779.14 %; Ener. z Bł.: 25.18 %; K: 3762.23 mg;

czwartek 2023-12-28 Jadłospis dla diety: SZ-UL Płynna wysokobiałkowa		
Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, ), Mleko w proszku 25 g (MLE, ), Masło extra 82% 20 g (MLE, ), Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ, ), Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW, ),	Ziemniaczana * ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, ), Ziemniaki ( ) 50 g , Pulpet drobiowy z indyka 90 g (GLU PSZ, JAJ, ), Buraczki gotowane ( ) 100 g , Olej rzepakowy 10 g ,	Ryz na wywarze jarzynowym. 400 ml (SEL, ), Mięso drobiowe gotowane 100g 1 szt , Buraczki gotowane ( ) 50 g , Masło extra 82% 20 g (MLE, ), Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ, ),
II Śniadanie: Sok pomidorowy 0,3l 1 szt ,	Podwieczorek: Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE, ),	

**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: 447.79 %; Ener. z W: 547.01 %; Ener. z T: 839.31 %; Ener. z Bł.: 20.72 %; K: 4244.89 mg;

czwartek 2023-12-28 Jadłospis dla diety: SZ-UL Przecierana		
Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW, ), Bułka pszenna długa krojona 75 g (GLU PSZ, ), Masło extra 82% 20 g (MLE, ), Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ, ), Mleko w proszku 10 g (MLE, ),	Ziemniaczana * ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, ), Ziemniaki ( ) 150g , Pulpet drobiowy z indyka 90 g (GLU PSZ, JAJ, ), Buraczki gotowane ( ) 100 g , Olej rzepakowy 10 g ,	Ryz na wywarze jarzynowym. 300 ml (SEL, ), Mięso drobiowe gotowane 100g 1 szt , Buraczki gotowane ( ) 50 g , Masło extra 82% 20 g (MLE, ), Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ, ),
II Śniadanie: Sok pomidorowy 0,3l 1 szt ,	Podwieczorek: Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE, ),	

**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: 337.94 %; Ener. z W: 594.98 %; Ener. z T: 668.51 %; Ener. z Bł.: 21.12 %; K: 4672.62 mg;

czwartek 2023-12-28 Jadłospis dla diety: SZ-UL Niskokaloryczna		
Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, ), Masło extra 82% 5 g (MLE, ), Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE, ), Jabłko 1 szt 1 szt , Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,	Barszcz biały z ziemniakami ( ) * 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT, ), Kaszotto jęczmieńne z mięsem drobiowym i dynią* 400 g (SEL, GLU JECZ, ), Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ, ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml ,	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, ), Masło extra 82% 5 g (MLE, ), Pomidor 50 g , Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,
II Śniadanie: Mandarynka 2 szt ,	Podwieczorek: Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE, ),	

**Wartości odżywcze:** E: 1570.35 kcal; B: 71.22 g; T: 50.6 g; Kw. tł. nasy.: 13.06 g; W: 221.22 g; W tym cukry: 46.69 g; Bł.: 30.35 g; Sól: 3.98 g; WW: 19.07 Por; Ener. z B: 316.94 %; Ener. z W: 909.69 %; Ener. z T: 272.64 %; Ener. z Bł.: 104.18 %; K: 2999.87 mg;

### Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2023-12-28 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> ), Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <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> ),	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> ), Kompót z czarnej porzeczki i jablek *z/c 200 ml,	Chleb Graham 120 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE,</u> ), Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g, Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Kefir 1,5% t 150g 1 Por ( <u>MLE,</u> ),	Podwieczorek: Budyń o smaku waniliowym z/c 250 ml ( <u>MLE,</u> ),	

**Wartości odżywcze:** E: 2728.56 kcal; B: 122.09 g; T: 88.8 g; Kw. tł. nasy.: 33.45 g; W: 376 g; W tym cukry: 105.57 g; Bł.: 34.77 g; Sól: 7.51 g; WW: 34.28 Por; Ener. z B: 565.21 %; Ener. z W: 1252.87 %; Ener. z T: 577.88 %; Ener. z Bł.: 82.44 %; K: 4230.96 mg;

czwartek 2023-12-28 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> ), Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 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> ), Kompót z czarnej porzeczki i jablek *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> ), Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona 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: 2680.19 kcal; B: 106.55 g; T: 84.61 g; Kw. tł. nasy.: 33.19 g; W: 385.3 g; W tym cukry: 93.99 g; Bł.: 30.23 g; Sól: 9.22 g; WW: 35.54 Por; Ener. z B: 511.98 %; Ener. z W: 1198.56 %; Ener. z T: 531.61 %; Ener. z Bł.: 70.32 %; K: 3896.59 mg;

czwartek 2023-12-28 Jadłospis dla diety: SZ-UL Hematologiczna dziecięca		
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> ), 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> ), Kompót z czarnej porzeczki i jablek *z/c 200 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Bulka pszenna 75g 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ,</u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE,</u> ), Pomidor 50 g, Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Mandarynka 2 szt, Jogurt naturalny 2,5% t 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ),	Podwieczorek: Budyń o smaku waniliowym z/c 300 ml ( <u>MLE,</u> ), Rodzynki 20 g,	

**Wartości odżywcze:** E: 2795.36 kcal; B: 107.28 g; T: 87.05 g; Kw. tł. nasy.: 34.05 g; W: 405.53 g; W tym cukry: 120.02 g; Bł.: 31.06 g; Sól: 6.99 g; WW: 37.43 Por; Ener. z B: 442.24 %; Ener. z W: 1562.64 %; Ener. z T: 521.81 %; Ener. z Bł.: 100.82 %; K: 3977.75 mg;

### Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2023-12-28 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> ), Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <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> ), Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona 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 kl M 1 szt ( <u>JAJ, </u> ),

**Wartości odżywcze:** E: 3190.49 kcal; B: 151.31 g; T: 127.91 g; Kw. tł. nasy.: 53.37 g; W: 379.74 g; W tym cukry: 60.8 g; Bł.: 42.66 g; Sól: 9.93 g; WW: 33.8 Por; Ener. z B: 562.71 %; Ener. z W: 1125.4 %; Ener. z T: 807.02 %; Ener. z Bł.: 92.28 %; K: 4543.31 mg;

czwartek 2023-12-28 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> ), Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <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> ), Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona 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: 2829.54 kcal; B: 108.67 g; T: 89.59 g; Kw. tł. nasy.: 32.81 g; W: 408.56 g; W tym cukry: 122.58 g; Bł.: 25.93 g; Sól: 5.86 g; WW: 38.35 Por; Ener. z B: 442.17 %; Ener. z W: 1266.48 %; Ener. z T: 548.17 %; Ener. z Bł.: 67.18 %; K: 4006.66 mg;

czwartek 2023-12-28 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> ), Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <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> ), Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona 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: 3134.79 kcal; B: 136.73 g; T: 107 g; Kw. tł. nasy.: 41.72 g; W: 422.16 g; W tym cukry: 117.62 g; Bł.: 33.6 g; Sól: 9.72 g; WW: 38.94 Por; Ener. z B: 497.08 %; Ener. z W: 1264.68 %; Ener. z T: 630.55 %; Ener. z Bł.: 72.45 %; K: 4314.41 mg;



### Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2023-12-28 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> ), Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <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* 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 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE, </u> ), Rzodkiew biała 50 g , Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 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> ), Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt ( <u>MLE, </u> ), Ogórek kiszony 50 g ,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE, </u> ), Papryka świeża 100 g ,	

**Wartości odżywcze:** E: 2250.72 kcal; B: 107.13 g; T: 85.64 g; Kw. tł. nasy.: 29.8 g; W: 283.4 g; W tym cukry: 38.86 g; Bł.: 41.31 g; Sól: 8.56 g; WW: 24.37 Por; Ener. z B: 492.2 %; Ener. z W: 1067.87 %; Ener. z T: 501.95 %; Ener. z Bł.: 157.54 %; K: 3958.16 mg;

czwartek 2023-12-28 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 50 g ( <u>MLE, </u> ), Ser topiony 50 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* 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 , Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona 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> ), Kefir 2.0% tł 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-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: 2908.04 kcal; B: 126.41 g; T: 114.53 g; Kw. tł. nasy.: 49.14 g; W: 362.52 g; W tym cukry: 40.19 g; Bł.: 43.66 g; Sól: 8.96 g; WW: 31.98 Por; Ener. z B: 625.33 %; Ener. z W: 1175.08 %; Ener. z T: 789.5 %; Ener. z Bł.: 149.6 %; K: 4437.12 mg;

czwartek 2023-12-28 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa wątrobowa/trzustkowa		
Bulka 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> ), 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 ,	Bulka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ, </u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE, </u> ), Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 70 g , Buraczki gotowane ( ). 100 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <u>MLE, </u> ), Bulka pszenna długa krojona 30 g ( <u>GLU PSZ, </u> ),	Podwieczorek: Budyń o smaku waniliowym b/c 300 ml ( <u>MLE, </u> ),	

**Wartości odżywcze:** E: 2202.06 kcal; B: 107.03 g; T: 46.29 g; Kw. tł. nasy.: 12.04 g; W: 351.38 g; W tym cukry: 50.79 g; Bł.: 23.73 g; Sól: 6.21 g; WW: 32.84 Por; Ener. z B: 371.66 %; Ener. z W: 877.9 %; Ener. z T: 321.87 %; Ener. z Bł.: 60.89 %; K: 5119.87 mg;

### Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2023-12-28 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> ), Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE, </u> ), Pomidor 150 g , Kawa z mlekiem instant b/c. 250ml ( <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-pszenny 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 , Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona 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> ), Ogórek kiszony 50 g ,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 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-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: 2511.58 kcal; B: 116.67 g; T: 100.82 g; Kw. tł. nasy.: 37.83 g; W: 307.03 g; W tym cukry: 41.4 g; Bł.: 45.44 g; Sól: 9.23 g; WW: 26.29 Por; Ener. z B: 563.16 %; Ener. z W: 1202.61 %; Ener. z T: 635.92 %; Ener. z Bł.: 179.81 %; K: 4447.25 mg;

czwartek 2023-12-28 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa dla matek karmiących		
Chleb razowy żytnio-pszenny 80g ( <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 , 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-pszenny 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE, </u> ), Rzodkiew biała 50 g , Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 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> ), Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt ( <u>MLE, </u> ), Ogórek kiszony 50 g ,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 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-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: 2511.58 kcal; B: 116.67 g; T: 100.82 g; Kw. tł. nasy.: 37.83 g; W: 307.03 g; W tym cukry: 41.4 g; Bł.: 45.44 g; Sól: 9.23 g; WW: 26.29 Por; Ener. z B: 563.16 %; Ener. z W: 1202.61 %; Ener. z T: 635.92 %; Ener. z Bł.: 179.81 %; K: 4447.25 mg;

czwartek 2023-12-28 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> ), Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <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> ), Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g , Papryka świeża 50 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszenny 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 kurczątką 30 g , Ogórek świeży 50 g , Mandarynka 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-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: 2865.47 kcal; B: 112.77 g; T: 101.08 g; Kw. tł. nasy.: 41.71 g; W: 395.29 g; W tym cukry: 75.03 g; Bł.: 45.52 g; Sól: 8.57 g; WW: 35.1 Por; Ener. z B: 546.26 %; Ener. z W: 1407.86 %; Ener. z T: 685.56 %; Ener. z Bł.: 155.81 %; K: 4133.31 mg;

### Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2023-12-28 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa bezmleczna		
Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u> ), Margaryna porcjowa 15g 1 szt , Tofu 100 g ( <u>SOJ, </u> ), Salata 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-pszenny 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u> ), Margaryna porcjowa 15g 1 szt , Rzodkiew biała 50 g , Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u> ), Margaryna porcjowa 15g 1 szt , Baton szynkowy z kurcząt 30 g , Cukinia pieczona z olejem * 100 g ,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u> ), Margaryna porcjowa 15g 1 szt , Brokuł gotowany* 100 g ,	

**Wartości odżywcze:** E: 2256.11 kcal; B: 81.56 g; T: 101.63 g; Kw. tł. nasy.: 23.94 g; W: 274.3 g; W tym cukry: 21.89 g; Bł.: 43.74 g; Sól: 7.74 g; WW: 23.02 Por; Ener. z B: 445.93 %; Ener. z W: 930.28 %; Ener. z T: 799.12 %; Ener. z Bł.: 155.56 %; K: 3870.14 mg;

czwartek 2023-12-28 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, GLU ŻYT, GLU JECZ, </u> ),	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, </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 *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: 216.44 %; Ener. z W: 855.09 %; Ener. z T: 522.12 %; Ener. z Bł.: 83.53 %; K: 4203.46 mg;

czwartek 2023-12-28 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, GLU ŻYT, GLU JECZ, </u> ), Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt ,	Koperkowa z ziemniakami (*) b/s 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u> ), Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie* b/s 400 g ( <u>SEL, 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: 206.61 %; Ener. z W: 980.22 %; Ener. z T: 408.51 %; Ener. z Bł.: 48.94 %; K: 3243.41 mg;

### Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2023-12-28		Jadłospis dla diety: SZ-UL Dna moczanowa	
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> ), Hummus 50 g ( <u>SEZ.</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> ), Tofu 50 g ( <u>SOJ.</u> ), Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	
II Śniadanie: Mandarynka 2 szt,	Podwieczorek: Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml ( <u>MLE.</u> ),		

**Wartości odżywcze:** E: 2395.63 kcal; B: 57.72 g; T: 79.32 g; Kw. tł. nasy.: 28.25 g; W: 377.67 g; W tym cukry: 102.02 g; Bł.: 36.56 g; Sól: 6.32 g; WW: 34.13 Por; Ener. z B: 223.73 %; Ener. z W: 1194.9 %; Ener. z T: 459.06 %; Ener. z Bł.: 73.35 %; K: 3531.43 mg;

czwartek 2023-12-28		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: 388.6 %; Ener. z W: 987.73 %; Ener. z T: 656.32 %; Ener. z Bł.: 99.34 %; K: 3557.71 mg;

czwartek 2023-12-28		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> ), Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt, Kawa z mlekiem instant. 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ),	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,	
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: 1932.58 kcal; B: 82.62 g; T: 70.41 g; Kw. tł. nasy.: 20.31 g; W: 248.32 g; W tym cukry: 78.72 g; Bł.: 18.55 g; Sól: 4.53 g; WW: 23.02 Por; Ener. z B: 273.13 %; Ener. z W: 909.28 %; Ener. z T: 370.43 %; Ener. z Bł.: 50.34 %; K: 2618.53 mg;

### Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2023-12-28 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> ), Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE, </u> ), Dżem 50 g , Kawa z mlekiem instant. 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, </u> ),	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 ,
II Śniadanie: Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt ,	Podwieczorek: Budyń o smaku waniliowym z/c 100 ml ( <u>MLE, </u> ),	

**Wartości odżywcze:** E: 1984.64 kcal; B: 82.31 g; T: 53.84 g; Kw. tł. nasy.: 13.29 g; W: 300.76 g; W tym cukry: 104.93 g; Bł.: 19.72 g; Sól: 4.93 g; WW: 28.29 Por; Ener. z B: 247.77 %; Ener. z W: 980.76 %; Ener. z T: 335.57 %; Ener. z Bł.: 40.78 %; K: 3813.87 mg;

czwartek 2023-12-28 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> ), 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> ),	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 , Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona 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> ), Mandarynka 2 szt ,	Podwieczorek: Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml ( <u>MLE, </u> ),	

**Wartości odżywcze:** E: 2537.4 kcal; B: 111.28 g; T: 85.32 g; Kw. tł. nasy.: 29.34 g; W: 351.85 g; W tym cukry: 113.79 g; Bł.: 41.74 g; Sól: 7.47 g; WW: 31.07 Por; Ener. z B: 450.49 %; Ener. z W: 1405.46 %; Ener. z T: 482.93 %; Ener. z Bł.: 125.6 %; K: 4591.07 mg;

czwartek 2023-12-28 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> ), 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> ),	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 , Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona 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> ), Mandarynka 2 szt ,	Podwieczorek: Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml ( <u>MLE, </u> ),	

**Wartości odżywcze:** E: 2739.59 kcal; B: 113.81 g; T: 96.85 g; Kw. tł. nasy.: 36.75 g; W: 374.47 g; W tym cukry: 113.87 g; Bł.: 43.06 g; Sól: 8.11 g; WW: 33.21 Por; Ener. z B: 453.91 %; Ener. z W: 1433.31 %; Ener. z T: 550.66 %; Ener. z Bł.: 126.46 %; K: 4594.4 mg;

### Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2023-12-28 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dieta Mamy III trymestr		
Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW, ZYT, </u> ), Chleb razowy żytnio-pszeny 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT, </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 ZYT, GLU JECZ, </u> ),	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ZYT, </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-pszeny 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT, </u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE, </u> ), Pomidor 150 g , Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszeny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT, </u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE, </u> ), Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt ( <u>MLE, </u> ), Mandarynka 2 szt ,	Podwieczorek: Budyń o smaku waniliowym z/c 250 ml ( <u>MLE, </u> ),	

**Wartości odżywcze:** E: 2928.74 kcal; B: 125.13 g; T: 104.49 g; Kw. tł. nasy.: 40.59 g; W: 393.63 g; W tym cukry: 132.64 g; Bł.: 43.82 g; Sól: 7.81 g; WW: 35.06 Por; Ener. z B: 526.24 %; Ener. z W: 1545.38 %; Ener. z T: 646.18 %; Ener. z Bł.: 126.67 %; K: 5131.58 mg;

czwartek 2023-12-28 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dieta Mamy Okres Laktacji		
Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW, ZYT, </u> ), Chleb Graham 80 g ( <u>GLU PSZ, </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 ZYT, GLU JECZ, </u> ),	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ZYT, </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-pszeny 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT, </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 , Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g ,
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszeny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT, </u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE, </u> ), Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt ( <u>MLE, </u> ), Mandarynka 2 szt ,	Podwieczorek: Budyń o smaku waniliowym z/c 250 ml ( <u>MLE, </u> ),	

**Wartości odżywcze:** E: 3038.83 kcal; B: 134.04 g; T: 109.85 g; Kw. tł. nasy.: 41.28 g; W: 399.5 g; W tym cukry: 132.39 g; Bł.: 42.82 g; Sól: 8.02 g; WW: 35.76 Por; Ener. z B: 559.89 %; Ener. z W: 1538.18 %; Ener. z T: 688.2 %; Ener. z Bł.: 126.01 %; K: 5198.96 mg;

czwartek 2023-12-28 Jadłospis dla diety: SZ-UL Ciąża mnoga (wysokobiałkowa)		
Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW, ZYT, </u> ), Chleb Graham 80 g ( <u>GLU PSZ, </u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE, </u> ), Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE, </u> ), Jabłko 1 szt 1 szt , Sałata zielona 20 g , Kawa z mlekiem instant. 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ, </u> ),	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ZYT, </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-pszeny 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT, </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 , Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt ( <u>MLE, </u> ), Chleb razowy żytnio-pszeny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT, </u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE, </u> ), Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt ( <u>MLE, </u> ), Mandarynka 2 szt ,	Podwieczorek: Budyń o smaku waniliowym b/c 250 ml ( <u>MLE, </u> ),	

**Wartości odżywcze:** E: 3058.01 kcal; B: 142.54 g; T: 109.11 g; Kw. tł. nasy.: 39.96 g; W: 396.82 g; W tym cukry: 124.31 g; Bł.: 43.2 g; Sól: 8.27 g; WW: 35.49 Por; Ener. z B: 645.13 %; Ener. z W: 1594.4 %; Ener. z T: 731.17 %; Ener. z Bł.: 143.62 %; K: 5233.31 mg;

### Jadłospisy dla oddziałów

<b>czwartek 2023-12-28</b>	<b>Jadłospis dla diety: SZ-UL Posiłki regeneracyjne</b>	
	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: 165.58 %; Ener. z W: 435.92 %; Ener. z T: 128.43 %; Ener. z Bł.: 45.9 %; K: 2526.02 mg;

<b>czwartek 2023-12-28</b>	<b>Jadłospis dla diety: SZ-UL Normalna Broniewskiego</b>	
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> ), Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osionce niejadalnej. 100 g , Pomidor 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
	<b>Podwieczorek:</b> Budyń o smaku waniliowym z/c 300 ml ( <u>MLE,</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	

**Wartości odżywcze:** E: 3009.55 kcal; B: 112 g; T: 109.49 g; Kw. tł. nasy.: 50.14 g; W: 408.52 g; W tym cukry: 116.29 g; Bł.: 35.2 g; Sól: 10.38 g; WW: 37.36 Por; Ener. z B: 509.85 %; Ener. z W: 1410.05 %; Ener. z T: 686.03 %; Ener. z Bł.: 90.63 %; K: 4153.19 mg;

<b>czwartek 2023-12-28</b>	<b>Jadłospis dla diety: SZ-UL Lekkostrawna Broniewskiego</b>	
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> ), 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> ),	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 , Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osionce niejadalnej. 50 g ,
	<b>Podwieczorek:</b> Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml ( <u>MLE,</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	

**Wartości odżywcze:** E: 2474.15 kcal; B: 97.87 g; T: 83.65 g; Kw. tł. nasy.: 31.14 g; W: 343.41 g; W tym cukry: 101.94 g; Bł.: 24.84 g; Sól: 4.94 g; WW: 31.95 Por; Ener. z B: 431.16 %; Ener. z W: 1226.41 %; Ener. z T: 519.66 %; Ener. z Bł.: 79.08 %; K: 3717.64 mg;

### Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2023-12-28		Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa CH Broniewskiego	
Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW, </u> ), Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE, </u> ), Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE, </u> ), 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-pszenny 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE, </u> ), Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej: 50 g , 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> ), Ogórek świeży 100 g ,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE, </u> ), Brokuł gotowany* 100 g ,		

**Wartości odżywcze:** E: 2273.47 kcal; B: 97.08 g; T: 78.81 g; Kw. tł. nasy.: 27.25 g; W: 313.62 g; W tym cukry: 48.33 g; Bł.: 42.59 g; Sól: 6.5 g; WW: 27.13 Por; Ener. z B: 531.48 %; Ener. z W: 1172.84 %; Ener. z T: 521.51 %; Ener. z Bł.: 142.73 %; K: 4281.9 mg;

czwartek 2023-12-28		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> ), Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE, </u> ), Sałata 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 100g ( <u>GLU PSZ, </u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE, </u> ), Pomidor 50 g , Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona 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: 1827.13 kcal; B: 86.1 g; T: 61.7 g; Kw. tł. nasy.: 16.56 g; W: 247.07 g; W tym cukry: 21.56 g; Bł.: 31.6 g; Sól: 5.82 g; WW: 21.62 Por; Ener. z B: 422.39 %; Ener. z W: 927.39 %; Ener. z T: 322.41 %; Ener. z Bł.: 131.2 %; K: 3363.59 mg;

czwartek 2023-12-28		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> ), Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <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 , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml , Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej: 50 g ,	
	Podwieczorek: Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml ( <u>MLE, </u> ),		

**Wartości odżywcze:** E: 2441.6 kcal; B: 97.68 g; T: 83.57 g; Kw. tł. nasy.: 31.08 g; W: 335.11 g; W tym cukry: 96.23 g; Bł.: 23.76 g; Sól: 4.94 g; WW: 31.23 Por; Ener. z B: 428.83 %; Ener. z W: 1137.68 %; Ener. z T: 517.45 %; Ener. z Bł.: 72.44 %; K: 3683.94 mg;



### Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2023-12-28 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 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> ), Przymak owocowy do smarowania 25g 25 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
	Podwieczorek: Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, Biskopki 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: 405.23 %; Ener. z W: 1703.5 %; Ener. z T: 811.68 %; Ener. z Bł.: 74.37 %; K: 4069.09 mg;

czwartek 2023-12-28 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, Pierś delikatna z kurnej pólki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce 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: 3097.25 kcal; B: 145.29 g; T: 98.95 g; Kw. tł. nasy.: 49.24 g; W: 420.44 g; W tym cukry: 91.41 g; Bł.: 34.37 g; Sól: 10.79 g; WW: 38.47 Por; Ener. z B: 475.59 %; Ener. z W: 1101.29 %; Ener. z T: 881.2 %; Ener. z Bł.: 92.87 %; K: 4324.68 mg;

czwartek 2023-12-28 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: 88.4 %; Ener. z W: 634.86 %; Ener. z T: 108.86 %; Ener. z Bł.: 51.65 %; K: 2351.66 mg;

### Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2023-12-28 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> ), Szynka delikatna z fileta wyrób drobiowy z piersi kurczaka, parzony, z połączonych kawałków mięsa z dodat.biał.ml.w osł.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> ), Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osionce niejadalnej. 50 g,

**Wartości odżywcze:** E: 769.12 kcal; B: 34.63 g; T: 31.48 g; Kw. tł. nasy.: 19.67 g; W: 88.35 g; W tym cukry: 2 g; Bł.: 2.7 g; Sól: 3.8 g; WW: 8.6 Por; Ener. z B: 185.15%; Ener. z W: 134.79%; Ener. z T: 203.66%; Ener. z Bł.: 1.95%; K: 176.34 mg;

czwartek 2023-12-28 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: 46.19%; Ener. z W: 345.65%; Ener. z T: 39.93%; Ener. z Bł.: 3.13%; K: 200.74 mg;

czwartek 2023-12-28 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: 71.68%; Ener. z W: 529.57%; Ener. z T: 48.21%; Ener. z Bł.: 9.97%; K: 451.3 mg;

czwartek 2023-12-28 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: 112.54%; Ener. z W: 407.3%; Ener. z T: 116.19%; Ener. z Bł.: 17.98%; K: 1908.05 mg;

czwartek 2023-12-28 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: 256.51%; Ener. z W: 401.1%; Ener. z T: 224.64%; Ener. z Bł.: 17.99%; K: 998.17 mg;

### Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2023-12-28 Jadłospis dla diety: SZ-UL NZJ I (nieswoiste zapalenie jelit)		
Jarzynowa z ziemniakami (*)-dieta b/brokula i kalafiora. 400 ml ( <u>SEL</u> ),	Zupa jarzynową 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: 162.11 %; Ener. z W: 724.43 %; Ener. z T: 65.16 %; Ener. z Bł.: 76.35 %; K: 3152.34 mg;

czwartek 2023-12-28 Jadłospis dla diety: SZ-UL NZJ II (nieswoiste zapalenie jelit)		
Bulka 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: 241.38 %; Ener. z W: 826.33 %; Ener. z T: 200.97 %; Ener. z Bł.: 88.98 %; K: 5090.42 mg;

czwartek 2023-12-28 Jadłospis dla diety: SZ-UL NZJ III (nieswoiste zapalenie jelit)		
Bulka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ), Szyzka delikatna z fileta wyrób drobiowy z piersi kurczaka, parzony, z połączonych kawałków mięsa z dodat.biał .ml.w ost .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 , Bulka 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: 244.57 %; Ener. z W: 745.58 %; Ener. z T: 159.83 %; Ener. z Bł.: 60.61 %; K: 6020.51 mg;

czwartek 2023-12-28 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 ,	Kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera) (*) 400 ml ( <u>GLU PSZ</u> ), Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ</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: 336.95 %; Ener. z W: 932.76 %; Ener. z T: 477.01 %; Ener. z Bł.: 90.45 %; K: 3913.79 mg;

### Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2023-12-28      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 ,	Kalańorowa 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 wódzie 300 g ,	Podwieczorek: Ryż na wódzie 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 cukru: 31.45 g; Bł.: 19.48 g; Sól: 3.3 g; WW: 24.67 Por; Ener. z B: 618.61 %; Ener. z W: 1201.25 %; Ener. z T: 599.1 %; Ener. z Bł.: 82.3 %; K: 4813.25 mg;