

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2023-12-29 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, Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g, Rzodkiew biała 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Szpinakowa z makaronem (bez mleka)*. 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g, Kotlet z ryby (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g, Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL.</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 1 szt, Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>), Majonez 20 g (<u>JAJ, GOR.</u>), Papryka świeża 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Dżem 25 g 1 szt,	Podwieczorek: Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2467.44 kcal; B: 80.05 g; T: 100.56 g; Kw. tł. nasy.: 21.36 g; W: 325.29 g; W tym cukry: 46.53 g; Bł.: 35.7 g; Sól: 8.41 g; WW: 28.92 Por; Ener. z B: 12.98 %; Ener. z W: 46.95 %; Ener. z T: 36.68 %; Ener. z Bł.: 2.89 %; K: 3282.18 mg;

piątek 2023-12-29 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, Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g, Rzodkiew biała 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Szpinakowa z makaronem (bez mleka)*. 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g, Kotlet z ryby (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g, Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL.</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 1 szt, Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>), Majonez 20 g (<u>JAJ, GOR.</u>), Papryka świeża 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, Majonez 20 g (<u>JAJ, GOR.</u>),
II Śniadanie: Jogurt truskawkowy bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>),	Podwieczorek: Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2502.74 kcal; B: 83.52 g; T: 106.09 g; Kw. tł. nasy.: 20.77 g; W: 315.55 g; W tym cukry: 37.43 g; Bł.: 34.73 g; Sól: 8.29 g; WW: 27.99 Por; Ener. z B: 13.35 %; Ener. z W: 44.88 %; Ener. z T: 38.15 %; Ener. z Bł.: 2.78 %; K: 3285.18 mg;

piątek 2023-12-29 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bezglutenowa		
Chleb bezglutenowy 100 g, Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>), Rzodkiew biała 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Szpinakowa z makaronem (bez glutenu)*. 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g, Pulpet rybny (Morszczuk) (bez glutenu) 90 g (<u>JAJ, RYB.</u>), Sos pietruszkowy (bez glutenu)* 100 ml (<u>MLE.</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL.</u>), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c	Chleb bezglutenowy 100 g, Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Pasta z jaj 100 g (<u>JAJ, MLE.</u>), Papryka świeża 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 50 g, Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Dżem 25 g,	Podwieczorek: Ryż na mleku z musem jabłkowym 200 g (<u>MLE.</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2425.7 kcal; B: 70.69 g; T: 97.29 g; Kw. tł. nasy.: 38.6 g; W: 325.55 g; W tym cukry: 50.05 g; Bł.: 21.62 g; Sól: 3.71 g; WW: 30.35 Por; Ener. z B: 11.66 %; Ener. z W: 50.12 %; Ener. z T: 36.1 %; Ener. z Bł.: 1.78 %; K: 3243.39 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2023-12-29 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bezglutenowa, bez mleka		
Chleb bezglutenowy 100 g , Margaryna porcjowa 15g 1 szt , Pierś delikatna z kurnej pólki produkt drobiowy z połączonych kawalków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g , Rzodkiew biała 50 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,	Szpinakowa z makaronem (bez mleka, bez glutenu)*. 400 ml (<u>SEL</u>), Ziemniaki () 200 g , Pulpet rybny (Morszczuk) (bez glutenu) 90 g (<u>JAJ, RYB</u>), Sos pietruszkowy (bez glutenu, bez mleka)* 100 ml , Bukiet jarzyn gotowany z olejem (bez glutenu) () 100 g (<u>SEL</u>), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g , Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml ,	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>), Papryka świeża 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml , Majonez 20 g (<u>JAJ, GOR</u>),
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 50 g , Margaryna porcjowa 15g 1 szt , Dżem 50 g ,	Podwieczorek: Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt ,	

Wartości odżywcze: E: 2387.11 kcal; B: 61.21 g; T: 116.56 g; Kw. tł. nasy.: 21.09 g; W: 279.9 g; W tym cukry: 44.74 g; Bł.: 23.47 g; Sól: 4.81 g; WW: 25.55 Por; Ener. z B: 10.26 %; Ener. z W: 42.97 %; Ener. z T: 43.95 %; Ener. z Bł.: 1.97 %; K: 3181.52 mg;

piątek 2023-12-29 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bogatoresztkowa		
Chleb razowy żytnio-pszeny 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), Rzodkiew biała 150 g , Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Szpinakowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g , Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>), Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g , Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Chleb razowy żytnio-pszeny 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pasta z jaj 100 g (<u>JAJ, MLE</u>), Papryka świeża 150 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Serek truskawkowy termizowany 100g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Ryż na mleku z musem jabłkowym 200 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2513.12 kcal; B: 106.71 g; T: 88.43 g; Kw. tł. nasy.: 41.83 g; W: 345.21 g; W tym cukry: 64.15 g; Bł.: 43.8 g; Sól: 6.48 g; WW: 30.23 Por; Ener. z B: 16.98 %; Ener. z W: 47.97 %; Ener. z T: 31.67 %; Ener. z Bł.: 3.49 %; K: 4849.25 mg;

piątek 2023-12-29 Jadłospis dla diety: SZ-UL Łatwo strawna		
Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g , Dżem 50 g , Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Szpinakowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g , Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>), Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (<u>SEL</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (<u>JAJ, MLE</u>), Salata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
	Podwieczorek: Ryż na mleku z musem jabłkowym 200 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2319.29 kcal; B: 95.12 g; T: 67.53 g; Kw. tł. nasy.: 28.61 g; W: 343.54 g; W tym cukry: 68.23 g; Bł.: 22.24 g; Sól: 6.4 g; WW: 32.09 Por; Ener. z B: 16.4 %; Ener. z W: 55.41 %; Ener. z T: 26.2 %; Ener. z Bł.: 1.92 %; K: 3447.5 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2023-12-29		Jadłospis dla diety: SZ-UL Dzieci łatwo strawna	
Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g , Dżem 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Szpinakowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g. (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>), Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u> , Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (<u>SEL</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (<u>JAJ, MLE</u>), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	
II Śniadanie: Serek truskawkowy termizowany 100g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Ryż na mleku z musem jabłkowym 200 g (<u>MLE</u>),		

Wartości odżywcze: E: 2733.95 kcal; B: 118.42 g; T: 79.79 g; Kw. tł. nasy.: 34.64 g; W: 395.8 g; W tym cukry: 80.51 g; Bł.: 22.99 g; Sól: 7.43 g; WW: 37.26 Por; Ener. z B: 17.33 %; Ener. z W: 54.54 %; Ener. z T: 26.27 %; Ener. z Bł.: 1.68 %; K: 3834.8 mg;

piątek 2023-12-29		Jadłospis dla diety: SZ-UL Trzustkowa/Wątrobowa	
Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Dżem 70 g, Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Szpinakowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>), Bukiet jarzyn gotowany (bez oleju)* 150 g (<u>SEL</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Pasta z białek z koperkiem. 100 g (<u>JAJ, MLE</u>), Dynia z wody 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	
II Śniadanie: Serek truskawkowy termizowany 100g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Ryż na mleku z musem jabłkowym 250 g (<u>MLE</u>),		

Wartości odżywcze: E: 2324.88 kcal; B: 105.58 g; T: 46.76 g; Kw. tł. nasy.: 18.94 g; W: 379.91 g; W tym cukry: 79.93 g; Bł.: 25.99 g; Sól: 6.97 g; WW: 35.25 Por; Ener. z B: 18.17 %; Ener. z W: 60.89 %; Ener. z T: 18.1 %; Ener. z Bł.: 2.24 %; K: 3837.97 mg;

piątek 2023-12-29		Jadłospis dla diety: SZ-UL Żołądkowa	
Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g , Cukinia pieczona z olejem * 100 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>), Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt,	Szpinakowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>), Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u> , Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (<u>SEL</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pasta z białek z koperkiem 100 g (<u>JAJ, MLE</u>), Dynia z wody 100 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	
	Podwieczorek: Ryż na mleku z musem jabłkowym 200 g (<u>MLE</u>),		

Wartości odżywcze: E: 2406.57 kcal; B: 104.04 g; T: 78.71 g; Kw. tł. nasy.: 30.97 g; W: 330.37 g; W tym cukry: 56.34 g; Bł.: 24.85 g; Sól: 7.06 g; WW: 30.39 Por; Ener. z B: 17.29 %; Ener. z W: 50.78 %; Ener. z T: 29.44 %; Ener. z Bł.: 2.07 %; K: 4050.95 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2023-12-29 Jadłospis dla diety: SZ-UL Specjalna bezmleczna		
Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Piers delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g, Cukinia pieczona z olejem * 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Szpinakowa z makaronem (bez mleka)*. 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki z tłuszczem () 250 g, Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>), Sos pietruszkowy (bez mleka)* 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (<u>SEL</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Dynia z wody 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Dżem 50 g,	Podwieczorek: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2335.47 kcal; B: 87.75 g; T: 80.39 g; Kw. tł. nasy.: 20.83 g; W: 326.62 g; W tym cukry: 54.1 g; Bł.: 22.12 g; Sól: 7.14 g; WW: 30.31 Por; Ener. z B: 15.03 %; Ener. z W: 52.15 %; Ener. z T: 30.98 %; Ener. z Bł.: 1.89 %; K: 3599.64 mg;

piątek 2023-12-29 Jadłospis dla diety: SZ-UL Papkowata		
Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE</u>), Cukinia pieczona z olejem * 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Szpinakowa z makaronem *. 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>), Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (<u>SEL</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Ryż na wywarze jarzynowym. 300 ml (<u>SEL</u>), Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (<u>JAJ, MLE</u>), Dynia z wody 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
	Podwieczorek: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2521.05 kcal; B: 117.59 g; T: 95.05 g; Kw. tł. nasy.: 35.46 g; W: 309.86 g; W tym cukry: 67.4 g; Bł.: 21.14 g; Sól: 7.21 g; WW: 28.81 Por; Ener. z B: 18.66 %; Ener. z W: 45.81 %; Ener. z T: 33.93 %; Ener. z Bł.: 1.68 %; K: 4262.43 mg;

piątek 2023-12-29 Jadłospis dla diety: SZ-UL Papkowata cukrzycowa		
Kasza manna na wywarze jarzynowym. 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE</u>), Cukinia pieczona z olejem * 50 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Szpinakowa z makaronem *. 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>), Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (<u>SEL</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Ryż na wywarze jarzynowym. 300 ml (<u>SEL</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (<u>JAJ, MLE</u>), Dynia z wody 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Jabłko pieczone 1szt. 1 szt,	Podwieczorek: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2514.54 kcal; B: 114.2 g; T: 91.4 g; Kw. tł. nasy.: 32.68 g; W: 322.11 g; W tym cukry: 50.85 g; Bł.: 25.62 g; Sól: 7.45 g; WW: 29.54 Por; Ener. z B: 18.17 %; Ener. z W: 47.17 %; Ener. z T: 32.72 %; Ener. z Bł.: 2.04 %; K: 4212.93 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2023-12-29 Jadłospis dla diety: SZ-UL Płynna cukrzycowa		
Mięso drobiowe gotowane 100g 1 szt , Masło extra 82% 20 g (MLE,), Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,), Kasza manna na wywarze jarzynowym. 400 ml (GLU PSZ, SEL,),	Ziemniaczana * (). 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Ziemniaki () 50 g , Pulpet drobiowy z indyka 90 g (GLU PSZ, JAJ,), Marchew gotowana z olejem* 100 g , Olej rzepakowy 10 g ,	Ryż na wywarze jarzynowym. 400 ml (SEL,), Mięso drobiowe gotowane 100g 1 szt , Dynia z wody 100 g , Masło extra 82% 20 g (MLE,), Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (JAJ, MLE,),
II Śniadanie: Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE,),	Podwieczorek: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE,),	

Wartości odżywcze: E: 2082.44 kcal; B: 117.45 g; T: 110.36 g; Kw. tł. nasy.: 36.39 g; W: 160.4 g; W tym cukry: 15.41 g; Bł.: 15.24 g; Sól: 3.56 g; WW: 14.44 Por; Ener. z B: 22.56 %; Ener. z W: 27.88 %; Ener. z T: 47.7 %; Ener. z Bł.: 1.46 %; K: 3688.34 mg;

piątek 2023-12-29 Jadłospis dla diety: SZ-UL Płynna wysokobiałkowa		
Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,), Mleko w proszku 50 g (MLE,), Masło extra 82% 20 g (MLE,), Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,), Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE,),	Ziemniaczana * (). 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Ziemniaki () 50 g , Pulpet drobiowy z indyka 90 g (GLU PSZ, JAJ,), Marchew gotowana z olejem* 100 g , Olej rzepakowy 10 g ,	Ryż na wywarze jarzynowym. 400 ml (SEL,), Mięso drobiowe gotowane 100g 1 szt , Dynia z wody 100 g , Masło extra 82% 20 g (MLE,), Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (JAJ, MLE,),
II Śniadanie: Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE,),	Podwieczorek: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE,),	

Wartości odżywcze: E: 2324.86 kcal; B: 125.2 g; T: 100.49 g; Kw. tł. nasy.: 38.15 g; W: 236.58 g; W tym cukry: 56.78 g; Bł.: 15.36 g; Sól: 4.53 g; WW: 22.1 Por; Ener. z B: 21.54 %; Ener. z W: 38.06 %; Ener. z T: 38.9 %; Ener. z Bł.: 1.32 %; K: 4611.85 mg;

piątek 2023-12-29 Jadłospis dla diety: SZ-UL Przecierana		
Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,), Masło extra 82% 20 g (MLE,), Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,), Bułka pszenna długa krojona 75 g (GLU PSZ,), Mleko w proszku 10 g (MLE,),	Ziemniaczana * (). 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Ziemniaki () 150 g , Pulpet drobiowy z indyka 90 g (GLU PSZ, JAJ,), Marchew gotowana z olejem* 100 g , Olej rzepakowy 10 g ,	Ryż na wywarze jarzynowym. 300 ml (SEL,), Masło extra 82% 20 g (MLE,), Mięso drobiowe gotowane 100g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,), Dynia z wody 100 g ,
II Śniadanie: Koktajl bananowy. 200 ml (MLE,),	Podwieczorek: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE,),	

Wartości odżywcze: E: 2269.45 kcal; B: 104.22 g; T: 96.83 g; Kw. tł. nasy.: 36.85 g; W: 252.7 g; W tym cukry: 52.69 g; Bł.: 18.23 g; Sól: 4.1 g; WW: 23.5 Por; Ener. z B: 18.37 %; Ener. z W: 41.33 %; Ener. z T: 38.4 %; Ener. z Bł.: 1.61 %; K: 4743.83 mg;

piątek 2023-12-29 Jadłospis dla diety: SZ-UL Niskokaloryczna		
Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 5 g (MLE,), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g , Rzodkiew biała 50 g , Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,),	Szpinakowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Ziemniaki () 200 g , Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,), Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE,), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g , Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL,), 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,), Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,), Papryka świeża 50 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,
II Śniadanie: Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE,),	Podwieczorek: Ryż na mleku z musem jabłkowym 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: E: 1684.89 kcal; B: 92.01 g; T: 46.17 g; Kw. tł. nasy.: 13.53 g; W: 240.18 g; W tym cukry: 32.87 g; Bł.: 29.89 g; Sól: 5.28 g; WW: 21.08 Por; Ener. z B: 21.84 %; Ener. z W: 49.92 %; Ener. z T: 24.66 %; Ener. z Bł.: 3.55 %; K: 3778.92 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2023-12-29 Jadłospis dla diety: SZ-UL Wysokobiałkowa/Wysokokaloryczna		
Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, </u>), Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ, </u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE, </u>), Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE, </u>), Sałata zielona 20 g , Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, </u>),	Szpinakowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>), Ziemniaki () 200 g , Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, </u>), Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, </u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (<u>SEL, </u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ, </u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE, </u>), Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (<u>JAJ, MLE, </u>), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g , Dynia z wody 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, </u>), Dżem 50 g ,	Podwieczorek: Ryż na mleku z musem jabłkowym 200 g (<u>MLE, </u>),	

Wartości odżywcze: E: 2935.47 kcal; B: 136.37 g; T: 95.48 g; Kw. tł. nasy.: 40.41 g; W: 398.43 g; W tym cukry: 91.26 g; Bł.: 33.54 g; Sól: 9.77 g; WW: 36.5 Por; Ener. z B: 18.58 %; Ener. z W: 49.72 %; Ener. z T: 29.27 %; Ener. z Bł.: 2.28 %; K: 4479.41 mg;

piątek 2023-12-29 Jadłospis dla diety: SZ-UL Hematologiczna		
Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, </u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Chleb Graham 40 g (<u>GLU PSZ, </u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE, </u>), Ser żółty 50 g (<u>MLE, </u>), Dżem 50 g , Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, </u>),	Szpinakowa z makaronem * z mięsem 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>), Ziemniaki () 200 g , Kotlec z ryby (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, </u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (<u>SEL, </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>), Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (<u>JAJ, MLE, </u>), Ogórek kiszony 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Serek truskawkowy termizowany 100g 1 szt (<u>MLE, </u>),	Podwieczorek: Jabłko pieczone 1szt. 1 szt ,	

Wartości odżywcze: E: 2829.45 kcal; B: 109.96 g; T: 103.22 g; Kw. tł. nasy.: 44 g; W: 378.59 g; W tym cukry: 87.63 g; Bł.: 29.9 g; Sól: 8.95 g; WW: 34.8 Por; Ener. z B: 15.55 %; Ener. z W: 49.3 %; Ener. z T: 32.83 %; Ener. z Bł.: 2.11 %; K: 3833.76 mg;

piątek 2023-12-29 Jadłospis dla diety: SZ-UL Hematologiczna dziecięca		
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>), Ser żółty 50 g (<u>MLE, </u>), Sałata zielona 20 g , Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, </u>),	Szpinakowa z makaronem * z mięsem 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>), Ziemniaki () 200 g , Kotlec z ryby (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, </u>), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g , Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL, </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>), Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (<u>JAJ, MLE, </u>), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g , Papryka świeża 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Serek truskawkowy termizowany 100g 1 szt (<u>MLE, </u>),	Podwieczorek: Ryż na mleku z musem jabłkowym 200 g (<u>MLE, </u>),	

Wartości odżywcze: E: 2847.58 kcal; B: 117.62 g; T: 104.19 g; Kw. tł. nasy.: 43.59 g; W: 368.56 g; W tym cukry: 58.48 g; Bł.: 27.92 g; Sól: 8.76 g; WW: 34.01 Por; Ener. z B: 16.52 %; Ener. z W: 47.85 %; Ener. z T: 32.93 %; Ener. z Bł.: 1.96 %; K: 3537.98 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2023-12-29 Jadłospis dla diety: SZ- UL Hematologiczna cukrzyca wysokobiałkowa/wys		
Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, </u>), Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ, </u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE, </u>), Ser żółty 50 g (<u>MLE, </u>), Seler z pietruszką gotowany z olejem () 50 g (<u>GLU PSZ, SEL, </u>), Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, </u>),	Szpinakowa z makaronem * z mięsem 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>), Ziemniaki () 200 g , Kotlec z ryby (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, </u>), Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, </u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (<u>SEL, </u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml ,	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ, </u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE, </u>), Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (<u>JAJ, MLE, </u>), Ogórek kiszony 50 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,
II Śniadanie: Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE, </u>),	Podwieczorek: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE, </u>),	Posiłek nocny: Chleb Graham 40 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. 30 g ,

Wartości odżywcze: E: 2840.82 kcal; B: 138.77 g; T: 113.8 g; Kw. tł. nasy.: 44.26 g; W: 333 g; W tym cukry: 37.84 g; Bł.: 35.8 g; Sól: 9.78 g; WW: 29.75 Por; Ener. z B: 19.54 %; Ener. z W: 41.85 %; Ener. z T: 36.05 %; Ener. z Bł.: 2.52 %; K: 4459.52 mg;

piątek 2023-12-29 Jadłospis dla diety: SZ- UL Hematologiczna łatwo strawna		
Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, </u>), Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ, </u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE, </u>), 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>),	Szpinakowa z makaronem * z mięsem 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>), Ziemniaki () 200 g , Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, </u>), Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, </u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (<u>SEL, </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>), Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (<u>JAJ, MLE, </u>), Szyunka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g , Dynia z wody 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Serek truskawkowy termizowany 100g 1 szt (<u>MLE, </u>),	Podwieczorek: Jabłko pieczone 1szt. 1 szt ,	

Wartości odżywcze: E: 2548.75 kcal; B: 122.51 g; T: 84.12 g; Kw. tł. nasy.: 33.12 g; W: 333.97 g; W tym cukry: 91.5 g; Bł.: 22.59 g; Sól: 6.3 g; WW: 31.12 Por; Ener. z B: 19.23 %; Ener. z W: 48.87 %; Ener. z T: 29.7 %; Ener. z Bł.: 1.77 %; K: 4009.68 mg;

piątek 2023-12-29 Jadłospis dla diety: SZ- UL Hematologiczna wysokobiałkowa		
Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, </u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Chleb Graham 40 g (<u>GLU PSZ, </u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE, </u>), Ser żółty 50 g (<u>MLE, </u>), Dżem 25 g , Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, </u>),	Szpinakowa z makaronem * z mięsem 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>), Ziemniaki () 200 g , Kotlec z ryby (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, </u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (<u>SEL, </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>), Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (<u>JAJ, MLE, </u>), Ogórek kiszony 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Serek truskawkowy termizowany 100g 1 szt (<u>MLE, </u>),	Podwieczorek: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE, </u>),	

Wartości odżywcze: E: 2791.2 kcal; B: 114.39 g; T: 105.57 g; Kw. tł. nasy.: 43.94 g; W: 358.04 g; W tym cukry: 63.83 g; Bł.: 26.7 g; Sól: 9.09 g; WW: 33.08 Por; Ener. z B: 16.39 %; Ener. z W: 47.48 %; Ener. z T: 34.04 %; Ener. z Bł.: 1.91 %; K: 3800.01 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2023-12-29 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 dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Rzodkiew biała 50 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>),	Szpinakowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki () 200 g, Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>), Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g, Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL,</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Pasta z białek z koperkiem 100 g (<u>JAJ, MLE,</u>), Papryka świeża 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>), Sałatka z soczewicy, pomidora i ogórka kiszzonego 150 g,	

Wartości odżywcze: E: 2124.29 kcal; B: 106.26 g; T: 73.37 g; Kw. tł. nasy.: 25.25 g; W: 277.75 g; W tym cukry: 34.25 g; Bł.: 42.5 g; Sól: 8.33 g; WW: 23.49 Por; Ener. z B: 20.01 %; Ener. z W: 44.3 %; Ener. z T: 31.08 %; Ener. z Bł.: 4 %; K: 4682.99 mg;

piątek 2023-12-29 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa wysokolaryczna/wysokobiałkowa		
Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ,</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE,</u>), Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE,</u>), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Rzodkiew biała 50 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>),	Szpinakowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki () 200 g, Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>), Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g, Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL,</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ,</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE,</u>), Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (<u>JAJ, MLE,</u>), Papryka świeża 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb Graham 35 g (<u>GLU PSZ,</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>), Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt,	Podwieczorek: Chleb Graham 35 g (<u>GLU PSZ,</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>), Sałatka z soczewicy, pomidora i ogórka kiszzonego 150 g,	Posiłek nocny: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>), Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osionce niejadalnej. 30 g, Sałata zielona 20 g,

Wartości odżywcze: E: 3212.19 kcal; B: 161.63 g; T: 117.42 g; Kw. tł. nasy.: 46.64 g; W: 400.63 g; W tym cukry: 56.52 g; Bł.: 48.95 g; Sól: 13.06 g; WW: 35.24 Por; Ener. z B: 20.13 %; Ener. z W: 43.79 %; Ener. z T: 32.9 %; Ener. z Bł.: 3.05 %; K: 5577.41 mg;

piątek 2023-12-29 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>), Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 50 g, Cukinia pieczona (bez oleju) * 150 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 200 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>),	Szpinakowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Ziemniaki () 250 g, Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>), Bukiet jarzyn gotowany (bez oleju)* 150 g (<u>SEL,</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>), Pasta z białek z koperkiem 100 g (<u>JAJ, MLE,</u>), Dynia z wody 150 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: Ryż na mleku z musem jabłkowym 250 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2243.97 kcal; B: 112.4 g; T: 50.45 g; Kw. tł. nasy.: 19.31 g; W: 344.41 g; W tym cukry: 37.81 g; Bł.: 28.59 g; Sól: 7.45 g; WW: 31.41 Por; Ener. z B: 20.04 %; Ener. z W: 56.3 %; Ener. z T: 20.23 %; Ener. z Bł.: 2.55 %; K: 4685.31 mg;

Jadłospis dla oddziałów

piątek 2023-12-29		Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa ciężarnych
Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE,</u>), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Sałata zielona 20 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>), Rzodkiew biała 100 g,	Szpinakowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki () 250 g, Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>), Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL,</u>), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE,</u>), Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (<u>JAJ, MLE,</u>), Papryka świeża 150 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>),	Podwieczerek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>), Sałatka z soczewicy, pomidora i ogórka kiszzonego 150 g,	Posiłek nocny: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>), Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 30 g, Ogórek świeży 50 g,

Wartości odżywcze: E: 2524.01 kcal; B: 116.95 g; T: 88.54 g; Kw. tł. nasy.: 36.7 g; W: 340.31 g; W tym cukry: 44.29 g; Bł.: 51.68 g; Sól: 9.94 g; WW: 28.93 Por; Ener. z B: 18.53 %; Ener. z W: 45.74 %; Ener. z T: 31.57 %; Ener. z Bł.: 4.1 %; K: 5783.48 mg;

piątek 2023-12-29		Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa dla matek karmiących
Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Sałata zielona 20 g, Rzodkiew biała 100 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>),	Szpinakowa z makaronem *. 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki () 250 g, Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>), Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL,</u>), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (<u>JAJ, MLE,</u>), Papryka świeża 150 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>),	Podwieczerek: Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Sałatka z soczewicy, pomidora i ogórka kiszzonego 150 g,	Posiłek nocny: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>), Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 30 g, Ogórek świeży 50 g,

Wartości odżywcze: E: 2547.02 kcal; B: 118.78 g; T: 88.78 g; Kw. tł. nasy.: 32.64 g; W: 343.53 g; W tym cukry: 43.75 g; Bł.: 51.17 g; Sól: 10.08 g; WW: 29.3 Por; Ener. z B: 18.65 %; Ener. z W: 45.91 %; Ener. z T: 31.37 %; Ener. z Bł.: 4.02 %; K: 5777.29 mg;

piątek 2023-12-29		Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa dla dzieci
Chleb Graham 80 g (<u>GLU PSZ,</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE,</u>), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Ogórek świeży 50 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>),	Szpinakowa z makaronem *. 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki () 200 g, Kotlef z ryby (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g, Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL,</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb Graham 80 g (<u>GLU PSZ,</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE,</u>), Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (<u>JAJ, MLE,</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml, Pomidor 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>), Gruszka 1szt. 150 g, Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt,	Podwieczerek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>), Sałatka z soczewicy, pomidora i ogórka kiszzonego 150 g, Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>),	Posiłek nocny: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>), Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 30 g, Papryka świeża 50 g,

Wartości odżywcze: E: 3015.42 kcal; B: 137.87 g; T: 124.83 g; Kw. tł. nasy.: 45.81 g; W: 358.53 g; W tym cukry: 56.63 g; Bł.: 46.13 g; Sól: 11.92 g; WW: 31.19 Por; Ener. z B: 18.29 %; Ener. z W: 41.44 %; Ener. z T: 37.26 %; Ener. z Bł.: 3.06 %; K: 5074.94 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2023-12-29 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa bezmleczna		
Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Piersz delikatna z kurnej pólki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, pażona w osłonce niejadalnej. 50 g, Rzodkiew biała 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,	Szpinakowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Ziemniaki () 200 g, Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>), Sos pietruszkowy (bez mleka)* 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g, Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL,</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u>), Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 50 g, Papryka świeża 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, Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Sałatka z soczewicy, pomidora i ogórka kiszzonego 150 g,	

Wartości odżywcze: E: 2280.04 kcal; B: 102.15 g; T: 90.94 g; Kw. tł. nasy.: 23.98 g; W: 283.29 g; W tym cukry: 23.08 g; Bł.: 45.44 g; Sól: 9.64 g; WW: 23.73 Por; Ener. z B: 17.92 %; Ener. z W: 41.73 %; Ener. z T: 35.9 %; Ener. z Bł.: 3.99 %; K: 4372.69 mg;

piątek 2023-12-29 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzyca nerkowa		
Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g, Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE,</u>), Twarożek 40 g (<u>MLE,</u>), Cukinia pieczona z olejem * 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,	Ziemniaczana *(bez mleka) (). 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Ziemniaki () 200 g, Pulpet rybny (Morszczuk) (bez soli) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>), Sos pietruszkowy (bez mleka)* 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (<u>SEL,</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g, Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE,</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>), Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 50 g, Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt,	Podwieczorek: Ryż z jabłkami 250 g,	

Wartości odżywcze: E: 2278.14 kcal; B: 48.02 g; T: 83.76 g; Kw. tł. nasy.: 29.37 g; W: 334.94 g; W tym cukry: 13.83 g; Bł.: 38.9 g; Sól: 6.36 g; WW: 29.57 Por; Ener. z B: 8.43 %; Ener. z W: 51.98 %; Ener. z T: 33.09 %; Ener. z Bł.: 3.42 %; K: 3654.23 mg;

piątek 2023-12-29 Jadłospis dla diety: SZ-UL Nerkowa		
Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE,</u>), Twarożek 40 g (<u>MLE,</u>), Dżem 70 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 120 g,	Ziemniaczana *(bez soli) (). 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki () 200 g, Pulpet rybny (Morszczuk) (bez soli) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>), Sos pietruszkowy (bez mleka)* 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (<u>SEL,</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 120 g, Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE,</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>), Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
	Podwieczorek: Ryż z jabłkami 250 g,	

Wartości odżywcze: E: 2303.82 kcal; B: 47.67 g; T: 73.54 g; Kw. tł. nasy.: 23.75 g; W: 364.92 g; W tym cukry: 57.22 g; Bł.: 38.02 g; Sól: 5.42 g; WW: 32.67 Por; Ener. z B: 8.28 %; Ener. z W: 56.76 %; Ener. z T: 28.73 %; Ener. z Bł.: 3.3 %; K: 3547.8 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2023-12-29 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dna moczanowa		
Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb razowy żytnio-pszenno 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), 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>),	Szpinakowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 400 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb razowy żytnio-pszenno 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (<u>JAJ, MLE.</u>), Dynia z wody 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 2,5% t 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),	Podwieczorek: Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2215.09 kcal; B: 76.55 g; T: 59.07 g; Kw. tł. nasy.: 27.99 g; W: 354.9 g; W tym cukry: 99.63 g; Bł.: 26.13 g; Sól: 5.75 g; WW: 32.87 Por; Ener. z B: 13.82 %; Ener. z W: 59.37 %; Ener. z T: 24 %; Ener. z Bł.: 2.36 %; K: 1648.85 mg;

piątek 2023-12-29 Jadłospis dla diety: SZ-UL Atopowa		
Wafle ryżowe 40 g, Margaryna porcjowa 15g 2 szt, Filet z indyka gotowany 100 g, Ogórek świeży 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka, bez selera)*() 400 ml (<u>GLU JECZ.</u>), Ziemniaki () 200 g, Gołąbki zawijane z kapustą ryżem i mięsem z indyka (bez jaj) ATOPOWA 240 g, Sos jarzynowy (bez selera, bez glutenu) 100 ml, Brokuł gotowany* 150 g, Woda źródlana 250 ml,	Zapiekanka z ziemniaków i warzyw* -dieta Atopowa 400 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Kisiel z jabłek z/c* 200 ml,	Podwieczorek: Ryż na wodzie 200 ml, Mus z jabłek () z/c 150 g,	

Wartości odżywcze: E: 2125.13 kcal; B: 110.25 g; T: 58.88 g; Kw. tł. nasy.: 14.2 g; W: 299.83 g; W tym cukry: 43.16 g; Bł.: 28.09 g; Sól: 3.69 g; WW: 27.14 Por; Ener. z B: 20.75 %; Ener. z W: 51.15 %; Ener. z T: 24.94 %; Ener. z Bł.: 2.64 %; K: 5863.2 mg;

piątek 2023-12-29 Jadłospis dla diety: SZ-UL Niemowlaki		
Kasza manna na mleku 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>), Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Dżem 25 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Szpinakowa z makaronem *. 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki () 100 g, Pulpet rybny (Morszczuk) 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>), Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (<u>SEL.</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>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>), Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Serek truskawkowy termizowany 100g 1 szt (<u>MLE.</u>),	Podwieczorek: Ryż na mleku z musem jabłkowym 150 g (<u>MLE.</u>),	

Wartości odżywcze: E: 1792.64 kcal; B: 74.46 g; T: 56.63 g; Kw. tł. nasy.: 23.38 g; W: 253.89 g; W tym cukry: 62.05 g; Bł.: 16.32 g; Sól: 4.49 g; WW: 23.74 Por; Ener. z B: 16.61 %; Ener. z W: 53.01 %; Ener. z T: 28.43 %; Ener. z Bł.: 1.82 %; K: 2424.29 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2023-12-29 Jadłospis dla diety: SZ-UL papkowata niemowlaki		
Kasza manna na mleku 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, </u>), Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ, </u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE, </u>), Pasta z wędliną drob wp i koperek. 100 g , Dżem 25 g 1 szt , Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, </u>),	Szpinakowa z makaronem *. 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>), Ziemniaki () 100 g , Pulpet rybny (Morszczuk) 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, </u>), Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, </u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (<u>SEL, </u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Ryż na wywarze jarzynowym 200 ml (<u>SEL, </u>), Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ, </u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE, </u>), Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (<u>JAJ, MLE, </u>), Dynia z wody 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Koktajl bananowy. 200 ml (<u>MLE, </u>),	Podwieczorek: Serek truskawkowy termizowany 100g 1 szt (<u>MLE, </u>),	

Wartości odżywcze: E: 2173.43 kcal; B: 90.43 g; T: 91.18 g; Kw. tł. nasy.: 35.89 g; W: 252.83 g; W tym cukry: 83.19 g; Bł.: 16.2 g; Sól: 5.74 g; WW: 23.67 Por; Ener. z B: 16.64 %; Ener. z W: 43.55 %; Ener. z T: 37.76 %; Ener. z Bł.: 1.49 %; K: 2984.03 mg;

piątek 2023-12-29 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>), Ser żółty 50 g (<u>MLE, </u>), Sałata zielona 20 g , Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, </u>), Rzodkiew biała 100 g ,	Szpinakowa z makaronem *. 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>), Ziemniaki () 200 g , Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, </u>), Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, </u>), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g , Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL, </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>), Pasta z jaj 100 g (<u>JAJ, MLE, </u>), Papryka świeża 150 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Serek truskawkowy termizowany 100g 1 szt (<u>MLE, </u>), Gruszka 1szt. 150 g ,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, </u>), Sałatka z soczewicy, pomidora i ogórka kiszzonego 150 g ,	

Wartości odżywcze: E: 2581.32 kcal; B: 112.21 g; T: 95.33 g; Kw. tł. nasy.: 36.98 g; W: 343.32 g; W tym cukry: 76.12 g; Bł.: 48.24 g; Sól: 8.13 g; WW: 29.55 Por; Ener. z B: 17.39 %; Ener. z W: 45.73 %; Ener. z T: 33.24 %; Ener. z Bł.: 3.74 %; K: 5339.17 mg;

piątek 2023-12-29 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dieta Mamy II trymestr		
Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE, </u>), Ser żółty 50 g (<u>MLE, </u>), Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, </u>), Sałata zielona 20 g , Rzodkiew biała 100 g ,	Szpinakowa z makaronem *. 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>), Ziemniaki () 200 g , Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, </u>), Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, </u>), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g , Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL, </u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE, </u>), Pasta z ja 100 g (<u>JAJ, MLE, </u>), Papryka świeża 150 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Gruszka 1szt. 150 g , Serek truskawkowy termizowany 100g 1 szt (<u>MLE, </u>),	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, </u>), Sałatka z soczewicy, pomidora i ogórka kiszzonego 150 g ,	

Wartości odżywcze: E: 2702.7 kcal; B: 112.15 g; T: 106.02 g; Kw. tł. nasy.: 44.28 g; W: 347.5 g; W tym cukry: 74.92 g; Bł.: 44.16 g; Sól: 8.49 g; WW: 30.37 Por; Ener. z B: 16.6 %; Ener. z W: 44.89 %; Ener. z T: 35.3 %; Ener. z Bł.: 3.27 %; K: 5119.31 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2023-12-29 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dieta Mamy III trymestr		
Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Chleb Graham 80 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>), Sałata zielona 20 g, Rzodkiew biała 100 g,	Szpinakowa z makaronem*. 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>), Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g, Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszeny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pasta z ja 100 g (<u>JAJ, MLE</u>), Papryka świeża 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Serek truskawkowy termizowany 100g 1 szt (<u>MLE</u>), Gruszka 1szt. 150 g,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszeny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Sałatka z soczewicy, pomidora i ogórka kiszzonego 150 g,	

Wartości odżywcze: E: 2964.36 kcal; B: 134.77 g; T: 112.9 g; Kw. tł. nasy.: 47.67 g; W: 376.45 g; W tym cukry: 87.86 g; Bł.: 46.83 g; Sól: 9.7 g; WW: 33.01 Por; Ener. z B: 18.18 %; Ener. z W: 44.48 %; Ener. z T: 34.28 %; Ener. z Bł.: 3.16 %; K: 5678.61 mg;

piątek 2023-12-29 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dieta Mamy Okres Laktacji		
Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Chleb Graham 80 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>), Sałata zielona 20 g, Rzodkiew biała 100 g,	Szpinakowa z makaronem*. 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g, Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL</u>), Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszeny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pasta z ja 100 g (<u>JAJ, MLE</u>), Papryka świeża 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Serek truskawkowy termizowany 100g 1 szt (<u>MLE</u>), Gruszka 1szt. 150 g,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszeny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Sałatka z soczewicy, pomidora i ogórka kiszzonego 200 g,	

Wartości odżywcze: E: 3036.28 kcal; B: 138.34 g; T: 115.84 g; Kw. tł. nasy.: 47.91 g; W: 384.99 g; W tym cukry: 88.71 g; Bł.: 48.34 g; Sól: 10.22 g; WW: 33.72 Por; Ener. z B: 18.22 %; Ener. z W: 44.35 %; Ener. z T: 34.34 %; Ener. z Bł.: 3.18 %; K: 5876.68 mg;

piątek 2023-12-29 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cięża mnoga (wysokobiałkowa)		
Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Chleb Graham 80 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Ser żółty 60 g (<u>MLE</u>), Sałata zielona 20 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>), Rzodkiew biała 100 g,	Szpinakowa z makaronem*. 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>), Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g, Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszeny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pasta z ja 100 g (<u>JAJ, MLE</u>), Papryka świeża 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Serek truskawkowy termizowany 100g 1 szt (<u>MLE</u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszeny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Sałatka z soczewicy, pomidora i ogórka kiszzonego 200 g,	

Wartości odżywcze: E: 3010.94 kcal; B: 131.32 g; T: 117.86 g; Kw. tł. nasy.: 49.53 g; W: 381.14 g; W tym cukry: 87.99 g; Bł.: 48.19 g; Sól: 9.17 g; WW: 33.4 Por; Ener. z B: 17.45 %; Ener. z W: 44.23 %; Ener. z T: 35.23 %; Ener. z Bł.: 3.2 %; K: 5900.68 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2023-12-29		Jadłospis dla diety: SZ-UL Posiłki regeneracyjne	
		Szpinakowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Kotlet z ryby (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (<u>SEL</u>), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g,	

Wartości odżywcze: E: 1022.62 kcal; B: 38.01 g; T: 40.71 g; Kw. tł. nasy.: 3.67 g; W: 134.34 g; W tym cukry: 17.16 g; Bł.: 18.92 g; Sól: 2.36 g; WW: 11.48 Por; Ener. z B: 14.87 %; Ener. z W: 45.15 %; Ener. z T: 35.83 %; Ener. z Bł.: 3.7 %; K: 2841.92 mg;

piątek 2023-12-29		Jadłospis dla diety: SZ-UL Normalna Broniewskiego	
Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb razowy żytnio-pszeny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), Sałata zielona 20 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>), Serek truskawkowy termizowany 100g 1 szt (<u>MLE</u>),	Szpinakowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Kotlet z ryby (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g, Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb razowy żytnio-pszeny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pasta z jaj 100 g (<u>JAJ, MLE</u>), Papryka świeża 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	
	Podwieczorek: Ryż na mleku z musem jabłkowym 250 g (<u>MLE</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,		

Wartości odżywcze: E: 3065.91 kcal; B: 114.46 g; T: 105.41 g; Kw. tł. nasy.: 45.97 g; W: 431.63 g; W tym cukry: 72.08 g; Bł.: 36.45 g; Sól: 8.02 g; WW: 39.55 Por; Ener. z B: 14.93 %; Ener. z W: 51.56 %; Ener. z T: 30.94 %; Ener. z Bł.: 2.38 %; K: 4123.11 mg;

piątek 2023-12-29		Jadłospis dla diety: SZ-UL Lekkostrawna Broniewskiego	
Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g, Dżem 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>), Serek truskawkowy termizowany 100g 1 szt (<u>MLE</u>),	Szpinakowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>), Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (<u>SEL</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>), Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (<u>JAJ, MLE</u>), Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	
	Podwieczorek: Ryż na mleku z musem jabłkowym 250 g (<u>MLE</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,		

Wartości odżywcze: E: 2630.82 kcal; B: 111.09 g; T: 77.36 g; Kw. tł. nasy.: 34.44 g; W: 384.29 g; W tym cukry: 98.85 g; Bł.: 21.75 g; Sól: 6.4 g; WW: 36.23 Por; Ener. z B: 16.89 %; Ener. z W: 55.12 %; Ener. z T: 26.47 %; Ener. z Bł.: 1.65 %; K: 3897.47 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2023-12-29 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa CH Broniewskiego		
Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, </u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, </u>), Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g , Sałata zielona 20 g , Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, </u>),	Szpinakowa z makaronem *. 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>), Ziemniaki () 200 g , Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, </u>), Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, </u>), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g , Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL, </u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml ,	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, </u>), Pasta z białek z koperkiem 100 g (<u>JAJ, MLE, </u>), Papryka świeża 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>), Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt ,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, </u>), Sałatka z soczewicy, pomidora i ogórka kiszzonego 150 g ,	

Wartości odżywcze: E: 2539.31 kcal; B: 119.5 g; T: 90.45 g; Kw. tł. nasy.: 31.58 g; W: 330.78 g; W tym cukry: 46.03 g; Bł.: 44.99 g; Sól: 9.05 g; WW: 28.57 Por; Ener. z B: 18.82 %; Ener. z W: 45.02 %; Ener. z T: 32.06 %; Ener. z Bł.: 3.54 %; K: 5030.52 mg;

piątek 2023-12-29 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa NCH Police Diabetologia		
Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, </u>), Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,	Szpinakowa z makaronem *. 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>), Ziemniaki () 200 g , Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, </u>), Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, </u>), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g , Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml ,	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, </u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE, </u>), Papryka świeża 50 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,
II Śniadanie: Rzodkiew biała 100 g ,	Podwieczorek: Sałatka z soczewicy, pomidora i ogórka świeżego 200 g ,	

Wartości odżywcze: E: 1928.76 kcal; B: 95.51 g; T: 60.17 g; Kw. tł. nasy.: 15.49 g; W: 272.98 g; W tym cukry: 26.03 g; Bł.: 41.88 g; Sól: 6.77 g; WW: 23.24 Por; Ener. z B: 19.81 %; Ener. z W: 47.93 %; Ener. z T: 28.07 %; Ener. z Bł.: 4.34 %; K: 4549.23 mg;

piątek 2023-12-29 Jadłospis dla diety: SZ-UL Lekkostrawna Police		
Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, </u>), Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ, </u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE, </u>), Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g , Dżem 50 g , Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, </u>),	Szpinakowa z makaronem *. 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>), Ziemniaki () 200 g , Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, </u>), Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, </u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (<u>SEL, </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>), Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (<u>JAJ, MLE, </u>), Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml , Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ,
	Podwieczorek: Ryż na mleku z musem jabłkowym 250 g (<u>MLE, </u>),	

Wartości odżywcze: E: 2612.72 kcal; B: 112.33 g; T: 82.93 g; Kw. tł. nasy.: 32.36 g; W: 364.09 g; W tym cukry: 81.04 g; Bł.: 22.92 g; Sól: 7.27 g; WW: 34.1 Por; Ener. z B: 17.2 %; Ener. z W: 52.23 %; Ener. z T: 28.57 %; Ener. z Bł.: 1.75 %; K: 3824.4 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2023-12-29 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>), Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 80 g, Ketchup saszetka 20g 2 szt, Kisiel instant 1 szt. 200 ml, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Dyniowa z ziemniakami*(<u>)</u> OTS 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki (<u>)</u> 200 g, Pulpet rybny (Morszczuk) 160 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>), Brokuł z bułką tartą i z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ,</u>), 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>), Ser żółty Gouda plastry 100g 1 szt (<u>MLE,</u>), Sok pomidorowy 0,3l 1 szt, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
	Podwieczorek: Babka piaskowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE,</u>), Kasza manna na mleku/p 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Przymak owocowy do smarowania 25g 25 g,	

Wartości odżywcze: E: 3393.64 kcal; B: 152.46 g; T: 128.34 g; Kw. tł. nasy.: 61.28 g; W: 423.22 g; W tym cukry: 76.71 g; Bł.: 27.36 g; Sól: 11.65 g; WW: 39.5 Por; Ener. z B: 17.97 %; Ener. z W: 46.66 %; Ener. z T: 34.04 %; Ener. z Bł.: 1.61 %; K: 5051.88 mg;

piątek 2023-12-29 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>), Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 80 g, Ketchup saszetka 20g 2 szt, Kisiel o smaku truskawkowym b/c 1 szt. 200 ml, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,	Dyniowa z ziemniakami*(<u>)</u> OTS 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki (<u>)</u> 200 g, Pulpet rybny (Morszczuk) 160 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>), Brokuł z bułką tartą i z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ,</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/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>), Ser żółty Gouda plastry 100g 1 szt (<u>MLE,</u>), Sok pomidorowy 0,3l 1 szt, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
	Podwieczorek: Kasza manna na mleku/p 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: E: 3169.68 kcal; B: 149.14 g; T: 117.31 g; Kw. tł. nasy.: 57.68 g; W: 395.99 g; W tym cukry: 56.44 g; Bł.: 26.48 g; Sól: 11.65 g; WW: 36.89 Por; Ener. z B: 18.82 %; Ener. z W: 46.63 %; Ener. z T: 33.31 %; Ener. z Bł.: 1.67 %; K: 5007.11 mg;

piątek 2023-12-29 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,	Ziemniaczana * (<u>)</u> . 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki (<u>)</u> 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: 1760.67 kcal; B: 45.04 g; T: 30.49 g; Kw. tł. nasy.: 1.26 g; W: 333.15 g; W tym cukry: 15.81 g; Bł.: 19.68 g; Sól: 1.91 g; WW: 31.47 Por; Ener. z B: 10.23 %; Ener. z W: 71.22 %; Ener. z T: 15.59 %; Ener. z Bł.: 2.23 %; K: 3378.41 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2023-12-29		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>), Szynkowa dębiowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g		Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g,

Wartości odżywcze: E: 781.94 kcal; B: 31.78 g; T: 34.13 g; Kw. tł. nasy.: 19 g; W: 87.51 g; W tym cukry: 2.42 g; Bł.: 2.7 g; Sól: 3.72 g; WW: 8.48 Por; Ener. z B: 16.26 %; Ener. z W: 43.39 %; Ener. z T: 39.28 %; Ener. z Bł.: .69 %; K: 176.34 mg;

piątek 2023-12-29		Jadłospis dla diety: SZ-UL Ścisła I
Kleik ryżowy na wodzie 300 g, Suchary b/c 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,	Kleik ryżowy na wodzie 300 g, Suchary b/c 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g, Suchary b/c 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,

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

piątek 2023-12-29		Jadłospis dla diety: SZ-UL Ścisła II
Kleik ryżowy na wodzie 300 g, Suchary b/c 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>), Grysikowa * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g, Suchary b/c 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>), Grysikowa * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g, Suchary b/c 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>), Grysikowa * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml

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

piątek 2023-12-29		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, Pulpet drobiowy z indyka 90 g (<u>GLU PSZ, 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: 1302.15 kcal; B: 48.77 g; T: 18.23 g; Kw. tł. nasy.: .95 g; W: 239.88 g; W tym cukry: 6.84 g; Bł.: 11.95 g; Sól: 1.68 g; WW: 22.9 Por; Ener. z B: 14.98 %; Ener. z W: 70.02 %; Ener. z T: 12.6 %; Ener. z Bł.: 1.84 %; K: 1923.26 mg;

piątek 2023-12-29:		Jadłospis dla diety: SZ-UL Bariatryczna
Zupa jarzynowa z drobiem *. 200 ml (<u>SEL</u>), Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Zupa jarzynowa z drobiem *. 200 ml (<u>SEL</u>),	Kisiel z jagód b/c * 200 ml, Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),
II Śniadanie: Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Kasza kukurydziana z jabłkiem prażonym 200 g (<u>MLE</u>), Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	

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

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2023-12-29 Jadłospis dla diety: SZ-UL NZJ I (nieswoiste zapalenie jelit)		
Jarzynowa z ziemniakami (*)-dieta b/brokula i kalafiora. 400 ml (<u>SEL</u>),	Zupa jarzynowa z drobiem * 400 ml (<u>SEL</u>),	Jarzynowa z ziemniakami (*)-dieta b/brokula i kalafiora. 400 ml (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: Kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem prażonym 300 ml , Kisiel z jagód b/c * 200 ml ,	Podwieczorek: Marchwianka. 150 ml , Kleik ryżowy na wodzie 200 g ,	

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

piątek 2023-12-29 Jadłospis dla diety: SZ-UL NZJ II (nieswoiste zapalenie jelit)		
Makaron 150 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 ,	Grycikowa D.* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g , Pulpet rybny (Morszczuk) (bez soli) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (<u>SEL</u>), Marchew gotowana z olejem* 100 g , Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml ,	Ryż z jabłkami gotowanymi 300 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,
II Śniadanie: Kasza manna z jabłkiem prażonym b/c 300 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>),	Podwieczorek: Makaron 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL</u>),	

Wartości odżywcze: E: 1941.81 kcal; B: 80.41 g; T: 43.59 g; Kw. tł. nasy.: 6.75 g; W: 323.33 g; W tym cukry: 43.05 g; Bł.: 29.97 g; Sól: 3.14 g; WW: 29.28 Por; Ener. z B: 16.56 %; Ener. z W: 60.43 %; Ener. z T: 20.21 %; Ener. z Bł.: 3.09 %; K: 3848.41 mg;

piątek 2023-12-29 Jadłospis dla diety: SZ-UL NZJ III (nieswoiste zapalenie jelit)		
Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Pasta z mięsa drobiowego 60 g , Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml , Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,	Pejzanka () 400 ml (<u>SOJ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g , Roladka drobiowa z marchewką 80 g (<u>GLU PSZ</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Buraczki oprószone () 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml ,	Kasza jaglana na sypko 120 g , Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,
II Śniadanie: Bułka maślana 1 szt 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Deser owocowy Bobovita 1 szt , Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,	Podwieczorek: Marchwianka. 200 ml , Banan 1szt. 1 szt ,	

Wartości odżywcze: E: 2253.35 kcal; B: 94.27 g; T: 60.15 g; Kw. tł. nasy.: 13.82 g; W: 351.98 g; W tym cukry: 80 g; Bł.: 34.53 g; Sól: 5.23 g; WW: 31.7 Por; Ener. z B: 16.73 %; Ener. z W: 56.35 %; Ener. z T: 24.03 %; Ener. z Bł.: 3.06 %; K: 5877.91 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2023-12-29		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>), Twarożek 100 g (<u>MLE.</u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka, bez selera)*() 400 ml (<u>GLU JECZ.</u>), Ziemniaki () 200 g, Gołąbki zawijane z kapustą ryżem i mięsem z indyka (bez jaj) ATOPOWA 240 g, Sos jarzynowy (bez selera) 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>), Brokuł gotowany* 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>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>), Marchew gotowana z olejem* 100 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	
II Śniadanie: Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),	Podwieczorek: Banan 1szt. 1 szt,		

Wartości odżywcze: E: 2180.92 kcal; B: 82.46 g; T: 64.74 g; Kw. tł. nasy.: 28.95 g; W: 332.93 g; W tym cukry: 89.51 g; Bł.: 32.74 g; Sól: 5.71 g; WW: 30.09 Por; Ener. z B: 15.12 %; Ener. z W: 55.06 %; Ener. z T: 26.72 %; Ener. z Bł.: 3 %; K: 4908.31 mg;

piątek 2023-12-29		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,	Kalafiiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera)* 400 ml (<u>GLU PSZ.</u>), Ziemniaki () 200 g, Pulpet drobiowy z indyka (bez jaj) 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Brokuł gotowany* 150 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt,	Wafle ryżowe 40 g, Margaryna porcjowa 15g 2 szt, Udziec z indyka, b/s b/k 100 g, Ogórek świeży 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml,	
II Śniadanie: Kleik ryżowy na wodzie 300 g,	Podwieczorek: Ryż na wodzie 300 ml,		

Wartości odżywcze: E: 2001.2 kcal; B: 106.62 g; T: 64.01 g; Kw. tł. nasy.: 19.5 g; W: 258.03 g; W tym cukry: 31.3 g; Bł.: 18.68 g; Sól: 3.29 g; WW: 23.72 Por; Ener. z B: 21.31 %; Ener. z W: 47.84 %; Ener. z T: 28.79 %; Ener. z Bł.: 1.87 %; K: 4567.75 mg;