

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-01-15 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bez laktozy		
Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt., Ser żółty b/laktozy dojrzewający pl. Gouda 50 g (<u>MLE b/LAK.</u>), Rzodkiew biała 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Ryż na sypko 200 g, Mus z jabłek prażonych 150 g, Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</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>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt., Pasta drobiowo-warzywna ćw z kurczaka () 100 g (<u>SEL.</u>), Pomidor 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,	Podwieczorek: Sałatka z pęczaku, cieciorki, ogórka i papryki 150 g (<u>GLU PSZ.</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2556.72 kcal; B: 81.49 g; T: 87.39 g; Kw. tł. nasy.: 27.17 g; W: 381.79 g; W tym cukry: 86.36 g; Bł.: 34.18 g; Sól: 7.11 g; WW: 34.79 Por; Ener. z B: 12.75 %; Ener. z W: 54.38 %; Ener. z T: 30.76 %; Ener. z Bł.: 2.67 %; K: 3040.39 mg;

poniedziałek 2024-01-15 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bezglutenowa		
Chleb bezglutenowy 100 g, Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Ser żółty 70 g (<u>MLE.</u>), Rzodkiew biała 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu) (*) 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>), Ryż na sypko 200 g, Mus z jabłek prażonych 150 g, Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb bezglutenowy 100 g, Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Pasta drobiowo-warzywna ćw z kurczaka () 100 g (<u>SEL.</u>), Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 50 g, Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Dżem 50 g,	Podwieczorek: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2411.1 kcal; B: 65.08 g; T: 88.88 g; Kw. tł. nasy.: 40.53 g; W: 349.82 g; W tym cukry: 99.28 g; Bł.: 17.77 g; Sól: 3.12 g; WW: 33.25 Por; Ener. z B: 10.8 %; Ener. z W: 55.09 %; Ener. z T: 33.18 %; Ener. z Bł.: 1.47 %; K: 2918.87 mg;

poniedziałek 2024-01-15 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bezglutenowa, bez mleka		
Chleb bezglutenowy 100 g, Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>), Rzodkiew biała 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka, bez glutenu) (*) 400 ml (<u>SEL.</u>), Ryż na sypko 200 g, Klopsik drobiowy z udźca (bez glutenu) 90 g (<u>JAU.</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g, Seler z pietruszką gotowany z olejem () (bez glutenu) 100 g (<u>SEL.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb bezglutenowy 100 g, Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Pasta drobiowo-warzywna ćw z kurczaka () 100 g (<u>SEL.</u>), Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 50 g, Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Dżem 50 g,	Podwieczorek: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2356.23 kcal; B: 74.52 g; T: 92.37 g; Kw. tł. nasy.: 20.23 g; W: 314.68 g; W tym cukry: 58.61 g; Bł.: 22.4 g; Sól: 3.76 g; WW: 29.2 Por; Ener. z B: 12.65 %; Ener. z W: 49.62 %; Ener. z T: 35.28 %; Ener. z Bł.: 1.9 %; K: 3408.58 mg;

poniedziałek 2024-01-15 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bogatoresztkowa		
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>), Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>),	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ryż na sypko (brązowy) 200 g, Mus z jabłek prażonych 150 g, Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Pasta drobiowo-warzywna ćw z kurczaka () 100 g (<u>SEL.</u>), Pomidor 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Ogórek kiszony 100 g,	Podwieczorek: Sałatka z pęczaku, cieciorki, ogórka i papryki 150 g (<u>GLU PSZ.</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2474.88 kcal; B: 88.59 g; T: 88.97 g; Kw. tł. nasy.: 40.61 g; W: 355.67 g; W tym cukry: 102.22 g; Bł.: 52.27 g; Sól: 7.74 g; WW: 30.39 Por; Ener. z B: 14.32 %; Ener. z W: 49.04 %; Ener. z T: 32.35 %; Ener. z Bł.: 4.22 %; K: 4711.98 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-01-15 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>), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>), Marchew gotowana z olejem* 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ryż na sypko 200 g, Mus z jabłek prażonych 150 g, Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pasta drobiowo-warzywna ćw z kurczaka () 100 g (<u>SEL</u>), Pomidor b/skórki 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
	Podwieczorek: Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Dżem 50 g, Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2419.33 kcal; B: 86.09 g; T: 76.23 g; Kw. tł. nasy.: 35.41 g; W: 360.4 g; W tym cukry: 127.96 g; Bł.: 20.97 g; Sól: 5.56 g; WW: 34.06 Por; Ener. z B: 14.23 %; Ener. z W: 56.12 %; Ener. z T: 28.36 %; Ener. z Bł.: 1.73 %; K: 3701.85 mg;

poniedziałek 2024-01-15 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dzieci łatwo strawna		
Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>), Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>), Marchew gotowana z olejem* 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ryż na sypko 200 g, Mus z jabłek prażonych 150 g, Sos jogurtowo-truskawkowy* 150 g (<u>MLE</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Serek a'la homogenizowany 150 g (<u>MLE</u>), Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 50 g, Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt,	Podwieczorek: Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Dżem 50 g,	

Wartości odżywcze: E: 2665.18 kcal; B: 94.86 g; T: 67.64 g; Kw. tł. nasy.: 35.81 g; W: 429.9 g; W tym cukry: 127.28 g; Bł.: 19.84 g; Sól: 5.14 g; WW: 41.16 Por; Ener. z B: 14.24 %; Ener. z W: 61.54 %; Ener. z T: 22.84 %; Ener. z Bł.: 1.49 %; K: 3249.95 mg;

poniedziałek 2024-01-15 Jadłospis dla diety: SZ-UL Trzustkowa/Wątrobowa		
Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>), Marchew gotowana (bez oleju)* 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ryż na sypko 200 g, Mus z jabłek prażonych 150 g, Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pasta drobiowo-warzywna ćw z kurczaka () 100 g (<u>SEL</u>), Pasta warzywna* 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Dżem 50 g,	

Wartości odżywcze: E: 2297.52 kcal; B: 99.13 g; T: 49.47 g; Kw. tł. nasy.: 14.51 g; W: 379.99 g; W tym cukry: 111.47 g; Bł.: 25.01 g; Sól: 6.15 g; WW: 35.6 Por; Ener. z B: 17.26 %; Ener. z W: 61.8 %; Ener. z T: 19.38 %; Ener. z Bł.: 2.18 %; K: 3556.8 mg;

poniedziałek 2024-01-15 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>), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>), Marchew gotowana z olejem* 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ryż na sypko 250 g, Mus z jabłek prażonych 150 g, Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Pasta warzywna* 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
	Podwieczorek: Budyń o smaku śmietankowym z/c 250 ml (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2220.67 kcal; B: 75.88 g; T: 61.93 g; Kw. tł. nasy.: 26.36 g; W: 352.73 g; W tym cukry: 118.2 g; Bł.: 18.89 g; Sól: 4.86 g; WW: 33.49 Por; Ener. z B: 13.67 %; Ener. z W: 60.13 %; Ener. z T: 25.1 %; Ener. z Bł.: 1.7 %; K: 3040.42 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-01-15 Jadłospis dla diety: SZ-UL Specjalna bezmleczna		
Bulka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>), Marchew gotowana z olejem* 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ryż na sypko 200 g, Klopsik drobiowy z udźca 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos jarzynowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Seler z pietruszką gotowany z olejem () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek z/c 200 ml,	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Pasta warzywna* 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt,	Podwieczorek: Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Dżem 25 g 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2371.71 kcal; B: 80.86 g; T: 81.65 g; Kw. tł. nasy.: 19.77 g; W: 344.95 g; W tym cukry: 58.84 g; Bł.: 31.43 g; Sól: 6.52 g; WW: 31.37 Por; Ener. z B: 13.64 %; Ener. z W: 52.88 %; Ener. z T: 30.98 %; Ener. z Bł.: 2.65 %; K: 3473.91 mg;

poniedziałek 2024-01-15 Jadłospis dla diety: SZ-UL Papkowata		
Bulka 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>), Kasza kukurydziana na mleku. 300 ml (<u>MLE</u>),	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Klopsik drobiowy z udźca 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos jarzynowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</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>), Bulka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pasta drobiowo-warzywna ćw z kurczaka () 100 g (<u>SEL</u>), Pasta warzywna* 50 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
	Podwieczorek: Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2655.04 kcal; B: 114.57 g; T: 84.2 g; Kw. tł. nasy.: 33.36 g; W: 370.81 g; W tym cukry: 93.1 g; Bł.: 29.03 g; Sól: 5.74 g; WW: 34.31 Por; Ener. z B: 17.26 %; Ener. z W: 51.49 %; Ener. z T: 28.54 %; Ener. z Bł.: 2.19 %; K: 5853.85 mg;

poniedziałek 2024-01-15 Jadłospis dla diety: SZ-UL Papkowata cukrzycowa		
Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL</u>), Bulka 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>),	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Klopsik drobiowy z udźca 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos jarzynowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</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>), Bulka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pasta drobiowo-warzywna ćw z kurczaka () 100 g (<u>SEL</u>), Pasta warzywna* 50 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2651.08 kcal; B: 114.87 g; T: 94.39 g; Kw. tł. nasy.: 33.84 g; W: 347.08 g; W tym cukry: 58.52 g; Bł.: 30.03 g; Sól: 5.72 g; WW: 31.8 Por; Ener. z B: 17.33 %; Ener. z W: 47.84 %; Ener. z T: 32.04 %; Ener. z Bł.: 2.27 %; K: 5608.36 mg;

poniedziałek 2024-01-15 Jadłospis dla diety: SZ-UL Płynna cukrzycowa		
Mięso drobiowe gotowane 100g 1 szt, Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL</u>),	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 50 g, Pulpet drobiowy z indyka 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Olej rzepakowy 10 g,	Ryż na wywarze jarzynowym. 400 ml (<u>SEL</u>), Mięso drobiowe gotowane 100g 1 szt, Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>),
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Sok pomidorowy 0,3l 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 1918.89 kcal; B: 118.7 g; T: 94.97 g; Kw. tł. nasy.: 33.94 g; W: 155.09 g; W tym cukry: 15.69 g; Bł.: 16.21 g; Sól: 4.1 g; WW: 13.82 Por; Ener. z B: 24.74 %; Ener. z W: 28.95 %; Ener. z T: 44.54 %; Ener. z Bł.: 1.69 %; K: 3791.51 mg;

poniedziałek 2024-01-15 Jadłospis dla diety: SZ-UL Płynna wysokobiałkowa		
Kasza kukurydziana na mleku. 400 ml (<u>MLE</u>), Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Mleko w proszku 50 g (<u>MLE</u>), Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>),	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 50 g, Pulpet drobiowy z indyka 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Olej rzepakowy 10 g,	Ryż na wywarze jarzynowym. 400 ml (<u>SEL</u>), Mięso drobiowe gotowane 100g 1 szt, Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>),
II Śniadanie: Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Sok pomidorowy 0,3l 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2199.69 kcal; B: 121.35 g; T: 90.35 g; Kw. tł. nasy.: 37.4 g; W: 233.86 g; W tym cukry: 57.07 g; Bł.: 16.4 g; Sól: 4.92 g; WW: 21.78 Por; Ener. z B: 22.07 %; Ener. z W: 39.54 %; Ener. z T: 36.97 %; Ener. z Bł.: 1.49 %; K: 4468.61 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-01-15 Jadłospis dla diety: SZ-UL Przecierana		
Kasza kukurydziana na mleku. 300 ml (MLE), Masło extra 82% 16.67 g (MLE), Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ), Bułka pszenna długa krojona 75 g (GLU PSZ), Mleko w proszku 10 g (MLE),	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Ziemniaki () 150 g, Pulpet drobiowy z indyka 90 g (GLU PSZ, JAJ), Seler z pietruszką, gotowany z olejem () 100 g (GLU PSZ, SEL), Olej rzepakowy 10 g,	Ryż na wywarze jarzynowym. 300 ml (SEL), Mięso drobiowe gotowane 100g 1 szt, Masło extra 82% 20 g (MLE), Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ),
II Śniadanie: Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE),	Podwieczorek: Sok pomidorowy 0,3l 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2045.28 kcal; B: 101.68 g; T: 80.92 g; Kw. tł. nasy.: 32.8 g; W: 236.5 g; W tym cukry: 33.01 g; Bł: 18.49 g; Sól: 4.66 g; WW: 21.86 Por; Ener. z B: 19.89 %; Ener. z W: 42.64 %; Ener. z T: 35.61 %; Ener. z Bł: 1.81 %; K: 4235.88 mg;

poniedziałek 2024-01-15 Jadłospis dla diety: SZ-UL Niskokaloryczna		
Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 82% 10 g (MLE), Szyntka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR), Rzodkiew biała 50 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ),	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Ryż na sypko (brązowy) 150 g, Mus z jabłek () b/c 100 g, Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (MLE), 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), Pasta drobiowo-warzywna ów z kurczaka () 100 g (SEL), Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Ogórek kiszony 100 g,	Podwieczorek: Sałatka z pęczaku, cieciorki, ogórka i papryki 150 g (GLU PSZ),	

Wartości odżywcze: E: 1611.99 kcal; B: 66.89 g; T: 54.23 g; Kw. tł. nasy.: 17.76 g; W: 224.8 g; W tym cukry: 35.61 g; Bł: 34.33 g; Sól: 5.9 g; WW: 19.06 Por; Ener. z B: 16.6 %; Ener. z W: 47.26 %; Ener. z T: 30.28 %; Ener. z Bł: 4.26 %; K: 3346.71 mg;

poniedziałek 2024-01-15 Jadłospis dla diety: SZ-UL Wysokobiałkowa/Wysokokaloryczna		
Kasza kukurydziana na mleku. 300 ml (MLE), Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 82% 16.67 g (MLE), Szyntka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR), Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE), Marchew gotowana z olejem* 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ),	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Ryż na sypko 200 g, Mus z jabłek prażonych 150 g, Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (MLE), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 16.67 g (MLE), Twarożek 100 g (MLE), Pomidor 50 g, Miód (25g) 1 szt, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb Graham 35 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 5 g (MLE), Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ), Papryka świeża 50 g,	Podwieczorek: Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 10 g (MLE), Serek wiejski ziemisty 200g 1 szt (MLE),	

Wartości odżywcze: E: 2980.34 kcal; B: 123.98 g; T: 92.04 g; Kw. tł. nasy.: 46.17 g; W: 432.13 g; W tym cukry: 111.15 g; Bł: 28.25 g; Sól: 9.39 g; WW: 40.57 Por; Ener. z B: 16.64 %; Ener. z W: 54.21 %; Ener. z T: 27.79 %; Ener. z Bł: 1.9 %; K: 3596.16 mg;

poniedziałek 2024-01-15 Jadłospis dla diety: SZ-UL Hematologiczna		
Kasza kukurydziana na mleku. 300 ml (MLE), Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Chleb Graham 40 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 16.67 g (MLE), Ser żółty 50 g (MLE), Marchew gotowana z olejem* 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ),	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) z mięsem 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Ryż na sypko 200 g, Mus z jabłek prażonych 150 g, Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (MLE), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Chleb Graham 40 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 16.67 g (MLE), Twarożek 100 g (MLE), Pasta warzywna* 50 g (SEL), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Podwieczorek: Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2606.17 kcal; B: 108.9 g; T: 77.11 g; Kw. tł. nasy.: 39.04 g; W: 385.14 g; W tym cukry: 109.14 g; Bł: 28.87 g; Sól: 6.86 g; WW: 35.8 Por; Ener. z B: 16.71 %; Ener. z W: 54.68 %; Ener. z T: 26.63 %; Ener. z Bł: 2.22 %; K: 2946.46 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-01-15 Jadłospis dla diety: SZ-UL Hematologiczna dziecięca		
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 żółty 60 g (<u>MLE</u>), Rzodkiew biała 50 g, Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>).	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) (z mięsem) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Naleśniki z serem 240 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>), Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE</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>), Twarożek 100 g (<u>MLE</u>), Miód (25g) 2 szt, Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml.
II Śniadanie: Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Sok owocowo warzywny 0,175L 1 szt,	

Wartości odżywcze: E: 2718.09 kcal; B: 116.53 g; T: 85.21 g; Kw. tł. nasy.: 42.45 g; W: 376.72 g; W tym cukry: 79.91 g; Bł.: 19.89 g; Sól: 6.27 g; WW: 35.87 Por; Ener. z B: 17.15 %; Ener. z W: 52.51 %; Ener. z T: 28.21 %; Ener. z Bł.: 1.46 %; K: 2688.07 mg;

poniedziałek 2024-01-15 Jadłospis dla diety: SZ- UL Hematologiczna cukrzyca wysokobiałkowa/wys		
Kasza kukurydziana na mleku. 300 ml (<u>MLE</u>), Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ,</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>), Marchew gotowana z olejem* 50 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>).	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) (z mięsem) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ryż na sypko (brązowy) 200 g, Klopsik drobiowy z udźca 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Seler z pietruszką gotowany z olejem () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/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 drobiowo-warzywna ćw z kurczaka () 100 g (<u>SEL,</u>), Szpinak gotowany z olejem* 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 2,5% t 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt,	Posiłek nocny: Chleb Graham 35 g (<u>GLU PSZ,</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>),

Wartości odżywcze: E: 2854.28 kcal; B: 132.87 g; T: 101.01 g; Kw. tł. nasy.: 39.19 g; W: 368.67 g; W tym cukry: 49.21 g; Bł.: 49.23 g; Sól: 8.51 g; WW: 32.04 Por; Ener. z B: 18.62 %; Ener. z W: 44.77 %; Ener. z T: 31.85 %; Ener. z Bł.: 3.45 %; K: 4695.02 mg;

poniedziałek 2024-01-15 Jadłospis dla diety: SZ- UL Hematologiczna łatwo strawna		
Kasza kukurydziana na mleku. 300 ml (<u>MLE</u>), Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ,</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>), Marchew gotowana z olejem* 50 g, Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>).	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) (z mięsem) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ryż na sypko 200 g, Mus z jabłek prażonych 150 g, Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ,</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pasta drobiowo-warzywna ćw z kurczaka () 100 g (<u>SEL,</u>), Pasta warzywna* 50 g (<u>SEL,</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Herbatniki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>),	Podwieczorek: Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2611.88 kcal; B: 98.94 g; T: 79.29 g; Kw. tł. nasy.: 33.12 g; W: 389.71 g; W tym cukry: 139.5 g; Bł.: 22.59 g; Sól: 5.75 g; WW: 36.85 Por; Ener. z B: 15.15 %; Ener. z W: 56.22 %; Ener. z T: 27.32 %; Ener. z Bł.: 1.73 %; K: 4058.83 mg;

poniedziałek 2024-01-15 Jadłospis dla diety: SZ- UL Hematologiczna wysokobiałkowa		
Kasza kukurydziana na mleku. 300 ml (<u>MLE</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Chleb Graham 40 g (<u>GLU PSZ,</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>), Marchew gotowana z olejem* 50 g, Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>).	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) (z mięsem) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ryż na sypko 200 g, Mus z jabłek prażonych 150 g, Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Chleb Graham 40 g (<u>GLU PSZ,</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pasta drobiowo-warzywna ćw z kurczaka () 100 g (<u>SEL,</u>), Pasta warzywna* 50 g (<u>SEL,</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, Twarożek 100 g (<u>MLE</u>),
II Śniadanie: Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Budyń o smaku śmietankowym z/c 300 ml (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 3088.55 kcal; B: 144.92 g; T: 97.44 g; Kw. tł. nasy.: 41.98 g; W: 426.95 g; W tym cukry: 151.46 g; Bł.: 30.41 g; Sól: 9.69 g; WW: 39.81 Por; Ener. z B: 18.77 %; Ener. z W: 51.36 %; Ener. z T: 28.39 %; Ener. z Bł.: 1.97 %; K: 4275.26 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-01-15 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa niskocholesterolowa		
Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>), Rzodkiew biała 50 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ryż na sypko (brązowy) 200 g, Klopsik drobiowy z udźca 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g, Seler z pietruszką gotowany z olejem 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Pasta drobiowo-warzywna ćw z kurczaka 100 g (<u>SEL</u>), Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Ogórek kiszony 100 g,	Podwieczorek: Sałatka z pęczaku, ciecior, ogórka i papryki 150 g (<u>GLU PSZ</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2310.1 kcal; B: 96.64 g; T: 81.77 g; Kw. tł. nasy.: 24.86 g; W: 315.29 g; W tym cukry: 40.51 g; Bł.: 51.93 g; Sól: 8.15 g; WW: 26.35 Por; Ener. z B: 16.73 %; Ener. z W: 45.6 %; Ener. z T: 31.86 %; Ener. z Bł.: 4.5 %; K: 4852.21 mg;

poniedziałek 2024-01-15 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa wysokolaryczna/wysokobiałkowa		
Kasza kukurydziana na mleku. 300 ml (<u>MLE</u>), Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>), Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Rzodkiew biała 50 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ryż na sypko (brązowy) 200 g, Klopsik drobiowy z udźca 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g, Seler z pietruszką gotowany z olejem 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pasta drobiowo-warzywna ćw z kurczaka 100 g (<u>SEL</u>), Pomidor 100 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 kiszony 100 g,	Podwieczorek: Sałatka z pęczaku, ciecior, ogórka i papryki 150 g (<u>GLU PSZ</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: 3129.07 kcal; B: 134.59 g; T: 112.77 g; Kw. tł. nasy.: 42.38 g; W: 414.73 g; W tym cukry: 53.74 g; Bł.: 57.49 g; Sól: 10.31 g; WW: 35.8 Por; Ener. z B: 17.21 %; Ener. z W: 45.67 %; Ener. z T: 32.44 %; Ener. z Bł.: 3.67 %; K: 5695.16 mg;

poniedziałek 2024-01-15 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 (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>), Marchew gotowana (bez oleju) * 200 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ryż na sypko 200 g, Klopsik drobiowy z udźca 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Seler z pietruszką gotowany (bez oleju) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Twarożek 100 g (<u>MLE</u>), Dynia z wody 200 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2286.41 kcal; B: 113.76 g; T: 51.02 g; Kw. tł. nasy.: 16.41 g; W: 354.28 g; W tym cukry: 69.22 g; Bł.: 33.55 g; Sól: 6.81 g; WW: 32.24 Por; Ener. z B: 19.9 %; Ener. z W: 56.11 %; Ener. z T: 20.08 %; Ener. z Bł.: 2.93 %; K: 4487.67 mg;

poniedziałek 2024-01-15 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>), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>), Rzodkiew biała 150 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ryż na sypko (brązowy) 250 g, Klopsik drobiowy z udźca 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Seler z pietruszką gotowany z olejem 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pasta drobiowo-warzywna ćw z kurczaka 100 g (<u>SEL</u>), Pomidor 150 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Ogórek kiszony 100 g,	Podwieczorek: Sałatka z pęczaku, ciecior, ogórka i papryki 150 g (<u>GLU PSZ</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: 2690.94 kcal; B: 109.93 g; T: 98.72 g; Kw. tł. nasy.: 33.17 g; W: 363.67 g; W tym cukry: 47.82 g; Bł.: 62.89 g; Sól: 8.89 g; WW: 30.11 Por; Ener. z B: 16.34 %; Ener. z W: 44.71 %; Ener. z T: 33.02 %; Ener. z Bł.: 4.67 %; K: 5819.28 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-01-15 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>), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>), Rzodkiew biała 150 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ryż na sypko (brązowy) 250 g, Klopsik drobiowy z udźca 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pasta drobiowo-warzywna ćw z kurczaka () 100 g (<u>SEL</u>), Pomidor 150 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Ogórek kiszony 100 g,	Podwieczorek: Sałatka z peęczaku.cieciorki.ogórka i papryki 150 g (<u>GLU PSZ</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: 2690.94 kcal; B: 109.93 g; T: 98.72 g; Kw. tł. nasy.: 33.17 g; W: 363.67 g; W tym cukry: 47.82 g; Bł.: 62.89 g; Sól: 8.89 g; WW: 30.11 Por; Ener. z B: 16.34 %; Ener. z W: 44.71 %; Ener. z T: 33.02 %; Ener. z Bł.: 4.67 %; K: 5819.28 mg;

poniedziałek 2024-01-15 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>), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>), Papryka świeża 50 g, Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ryż na sypko (brązowy) 200 g, Mus z jabłek () b/c 150 g, Sos jogurtowo truskawkowy*b/c 100 g (<u>MLE</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Serek a'la homogenizowany 100 g (<u>MLE</u>), Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Twarożek 50 g (<u>MLE</u>), Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt, Banan 1szt. 1 szt,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Sałatka z peęczaku.cieciorki.ogórka i papryki 150 g (<u>GLU PSZ</u>), Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Masło extra 82% 5 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 2 szt (<u>JAJ</u>), Sałata zielona 20 g,

Wartości odżywcze: E: 2943.65 kcal; B: 111.23 g; T: 89.93 g; Kw. tł. nasy.: 42.27 g; W: 440.63 g; W tym cukry: 74.65 g; Bł.: 52.19 g; Sól: 7.43 g; WW: 38.98 Por; Ener. z B: 15.11 %; Ener. z W: 52.78 %; Ener. z T: 27.5 %; Ener. z Bł.: 3.55 %; K: 4482.62 mg;

poniedziałek 2024-01-15 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa bezmleczna		
Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>), Rzodkiew biała 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,	Ziemniaczana *(bez mleka, bez glutenu) () 400 ml (<u>SEL</u>), Ziemniaki () 250 g, Klopsik drobiowy z udźca 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g, Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Pasta drobiowo-warzywna ćw z kurczaka () 150 g (<u>SEL</u>), Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Ogórek kiszony 100 g,	Podwieczorek: Sałatka z peęczaku.cieciorki.ogórka i papryki 150 g (<u>GLU PSZ</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2439.2 kcal; B: 101.46 g; T: 96.07 g; Kw. tł. nasy.: 22.75 g; W: 316.69 g; W tym cukry: 27.75 g; Bł.: 51.73 g; Sól: 8.92 g; WW: 26.51 Por; Ener. z B: 16.64 %; Ener. z W: 43.45 %; Ener. z T: 35.45 %; Ener. z Bł.: 4.24 %; K: 6346.19 mg;

poniedziałek 2024-01-15 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzyca nerkowa		
Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g, Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>), Marchew gotowana z olejem* 150 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ryż na sypko 200 g, Mus z jabłek () b/c 150 g, Sos jogurtowo truskawkowy*b/c 100 g (<u>MLE</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>), Twarożek 30 g (<u>MLE</u>), Pasta warzywna* 150 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml,
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 50 g, Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt, Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2302.26 kcal; B: 50.11 g; T: 84.1 g; Kw. tł. nasy.: 30.25 g; W: 335.92 g; W tym cukry: 38.11 g; Bł.: 46.13 g; Sól: 7.81 g; WW: 29.02 Por; Ener. z B: 8.71 %; Ener. z W: 50.35 %; Ener. z T: 32.88 %; Ener. z Bł.: 4.01 %; K: 2960.3 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-01-15 Jadłospis dla diety: SZ-UL Nerkowa		
Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g , Masło extra 82% 16.67 g (MLE), Szyntka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR), Marchew gotowana z olejem* 50 g , Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ),	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Ryż na sypko 250 g , Mus z jabłek prażonych 150 g , Sos jogurtowo-truskawkowy* 50 g (MLE), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g , Masło extra 82% 16.67 g (MLE), Twarożek 30 g (MLE), Miód (25g) 2 szt , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
	Podwieczorek: Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 16.67 g (MLE), Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt ,	

Wartości odżywcze: E: 2279.68 kcal; B: 42.93 g; T: 70.02 g; Kw. tł. nasy.: 31.98 g; W: 371.06 g; W tym cukry: 82.38 g; Bł.: 29.85 g; Sól: 5.78 g; WW: 34.22 Por; Ener. z B: 7.53 %; Ener. z W: 59.87 %; Ener. z T: 27.64 %; Ener. z Bł.: 2.62 %; K: 2207.44 mg;

poniedziałek 2024-01-15 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dna moczanowa		
Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 82% 16.67 g (MLE), Konserwa sterylizowana sojowa z papryką 50 g (SOJ, GOR), Marchew gotowana z olejem* 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Ryż na sypko 200 g , Mus z jabłek prażonych 150 g , Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (MLE), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 82% 16.67 g (MLE), Pasta drobiowo-warzywna ćw z kurczaka () 100 g (SEL), Pomidor 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE),	Podwieczorek: Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE),	

Wartości odżywcze: E: 2411.09 kcal; B: 74.68 g; T: 76.14 g; Kw. tł. nasy.: 30.35 g; W: 374.91 g; W tym cukry: 107.99 g; Bł.: 30.08 g; Sól: 6.7 g; WW: 34.59 Por; Ener. z B: 12.39 %; Ener. z W: 57.21 %; Ener. z T: 28.42 %; Ener. z Bł.: 2.5 %; K: 3326.38 mg;

poniedziałek 2024-01-15 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 (GLU JECZ), Gulasz z udźca z indyka z warzywami (bez selera, bez glutenu) ATOPOWA 200 ml , Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g , Woda źródlana 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: 2109.06 kcal; B: 100.25 g; T: 74.01 g; Kw. tł. nasy.: 21.11 g; W: 275.28 g; W tym cukry: 60.83 g; Bł.: 33.82 g; Sól: 3.35 g; WW: 23.94 Por; Ener. z B: 19.01 %; Ener. z W: 45.79 %; Ener. z T: 31.58 %; Ener. z Bł.: 3.21 %; K: 3557.46 mg;

poniedziałek 2024-01-15 Jadłospis dla diety: SZ-UL Niemowlaki		
Kasza kukurydziana na mleku 200 ml (MLE), Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 5 g (MLE), Szyntka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR), Marchew gotowana z olejem* 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Ryż na sypko 150 g , Mus z jabłek prażonych 100 g , Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (MLE), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 5 g (MLE), Twarożek 100 g (MLE), Pomidor b/skórki 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt ,	Podwieczorek: Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE),	

Wartości odżywcze: E: 1535.75 kcal; B: 62.27 g; T: 31.12 g; Kw. tł. nasy.: 14.21 g; W: 258.95 g; W tym cukry: 97.47 g; Bł.: 11.27 g; Sól: 3.42 g; WW: 24.88 Por; Ener. z B: 16.22 %; Ener. z W: 64.51 %; Ener. z T: 18.24 %; Ener. z Bł.: 1.47 %; K: 2089.23 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-01-15 Jadłospis dla diety: SZ-UL papkowata niemowlaki		
Kasza kukurydziana na mleku 200 ml (<u>MLE</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>), Marchew gotowana z olejem* 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ryż na sypko 100 g, Mus z jabłek prażonych 100 g, Sos jogurtowo-truskawkowy* 50 g (<u>MLE</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Twarożek 100 g (<u>MLE</u>), Dżem 25 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt,	Podwieczerek: Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 1515.3 kcal; B: 65.06 g; T: 31.54 g; Kw. tł. nasy.: 13.68 g; W: 250.68 g; W tym cukry: 101.88 g; Bł.: 10.09 g; Sól: 2.33 g; WW: 24.21 Por; Ener. z B: 17.17 %; Ener. z W: 63.51 %; Ener. z T: 18.73 %; Ener. z Bł.: 1.33 %; K: 1845.76 mg;

poniedziałek 2024-01-15 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dieta Mamy I trymestr		
Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), Rzodkiew biała 150 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ryż na sypko (brązowy) 200 g, Mus z jabłek () b/c 150 g, Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE</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 drobiowo-warzywna ćw z kurczaka () 100 g (<u>SEL</u>), Pomidor 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Mus z brzoskwiń 100 g, Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczerek: Sałatka z pęczaku.cieciorki.ogórka i papryki 150 g (<u>GLU PSZ</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2529.78 kcal; B: 98.6 g; T: 90.42 g; Kw. tł. nasy.: 38.58 g; W: 351.98 g; W tym cukry: 77.31 g; Bł.: 53.15 g; Sól: 5.56 g; WW: 29.99 Por; Ener. z B: 15.59 %; Ener. z W: 47.25 %; Ener. z T: 32.17 %; Ener. z Bł.: 4.2 %; K: 4494.03 mg;

poniedziałek 2024-01-15 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dieta Mamy II trymestr		
Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Ser żółty 60 g (<u>MLE</u>), Rzodkiew biała 150 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>),	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ryż na sypko (brązowy) 200 g, Mus z jabłek () b/c 150 g, Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE</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>), Pasta drobiowo-warzywna ćw z kurczaka () 100 g (<u>SEL</u>), Pomidor 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Mus z brzoskwiń 100 g, Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczerek: Sałatka z pęczaku.cieciorki.ogórka i papryki 150 g (<u>GLU PSZ</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2659 kcal; B: 103.76 g; T: 94.07 g; Kw. tł. nasy.: 40.68 g; W: 372.79 g; W tym cukry: 77.95 g; Bł.: 56.51 g; Sól: 6.23 g; WW: 31.75 Por; Ener. z B: 15.61 %; Ener. z W: 47.58 %; Ener. z T: 31.84 %; Ener. z Bł.: 4.25 %; K: 4605.63 mg;

poniedziałek 2024-01-15 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dieta Mamy III trymestr		
Kasza kukurydziana na mleku. 300 ml (<u>MLE</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Ser żółty 60 g (<u>MLE</u>), Rzodkiew biała 150 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ryż na sypko (brązowy) 200 g, Mus z jabłek () b/c 150 g, Sos jogurtowo-truskawkowy* 150 g (<u>MLE</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 drobiowo-warzywna ćw z kurczaka () 100 g (<u>SEL</u>), Pomidor 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Mus z brzoskwiń 100 g,	Podwieczerek: Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Sałatka z pęczaku.cieciorki.ogórka i papryki 150 g (<u>GLU PSZ</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2830.44 kcal; B: 113.92 g; T: 99.45 g; Kw. tł. nasy.: 44.01 g; W: 391.67 g; W tym cukry: 92.93 g; Bł.: 54.17 g; Sól: 6.11 g; WW: 33.9 Por; Ener. z B: 16.1 %; Ener. z W: 47.7 %; Ener. z T: 31.62 %; Ener. z Bł.: 3.83 %; K: 4971.3 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-01-15 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dieta Mamy Okres Laktacji		
Kasza kukurydziana na mleku. 300 ml (MLE), Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 82% 16.67 g (MLE), Ser żółty 60 g (MLE), Rzodkiew biała 150 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ),	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Ryż na sypko (brązowy) 200 g, Mus z jabłek () b/c 150 g, Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (MLE), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 82% 16.67 g (MLE), Pasta drobiowo-warzywna ćw z kurczaka () 100 g (SEL), Pomidor 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 50 g, Mus z brzoskwiń 100 g,	Podwieczorek: Sałatka z pęczaku, cieciorki, ogórka i papryki 300 g (GLU PSZ),	

Wartości odżywcze: E: 3034.85 kcal; B: 103.65 g; T: 102.39 g; Kw. tł. nasy.: 44.36 g; W: 444.11 g; W tym cukry: 91.19 g; Bł.: 56.15 g; Sól: 5.8 g; WW: 38.91 Por; Ener. z B: 13.66 %; Ener. z W: 51.14 %; Ener. z T: 30.37 %; Ener. z Bł.: 3.7 %; K: 5174.67 mg;

poniedziałek 2024-01-15 Jadłospis dla diety: SZ-UL Ciąża mnoga (wysokobiałkowa)		
Kasza kukurydziana na mleku. 300 ml (MLE), Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Chleb Graham 40 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 16.67 g (MLE), Szyntka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR), Rzodkiew biała 150 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ),	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Ryż na sypko (brązowy) 250 g, Mus z jabłek () b/c 150 g, Sos jogurtowo-truskawkowy* 150 g (MLE), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 82% 16.67 g (MLE), Pasta drobiowo-warzywna ćw z kurczaka () 100 g (SEL), Pomidor 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb Graham 50 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 5 g (MLE), Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt,	Podwieczorek: Sałatka z pęczaku, cieciorki, ogórka i papryki 300 g (GLU PSZ),	

Wartości odżywcze: E: 3000.82 kcal; B: 103.42 g; T: 94.06 g; Kw. tł. nasy.: 35.89 g; W: 455.18 g; W tym cukry: 79.99 g; Bł.: 60.84 g; Sól: 6.75 g; WW: 39.59 Por; Ener. z B: 13.79 %; Ener. z W: 52.56 %; Ener. z T: 28.21 %; Ener. z Bł.: 4.05 %; K: 5419.39 mg;

poniedziałek 2024-01-15 Jadłospis dla diety: SZ-UL Posiłki regeneracyjne		
	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Ryż na sypko 300 g, Mus z jabłek prażonych 250 g, Sos jogurtowo-truskawkowy* 200 g (MLE),	

Wartości odżywcze: E: 1013.78 kcal; B: 27.95 g; T: 10.14 g; Kw. tł. nasy.: 2.41 g; W: 216.54 g; W tym cukry: 86.94 g; Bł.: 12.51 g; Sól: 1.56 g; WW: 20.39 Por; Ener. z B: 11.03 %; Ener. z W: 80.5 %; Ener. z T: 9 %; Ener. z Bł.: 2.47 %; K: 1860.61 mg;

poniedziałek 2024-01-15 Jadłospis dla diety: SZ-UL Normalna Broniewskiego		
Kasza kukurydziana na mleku. 300 ml (MLE), Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 82% 16.67 g (MLE), Szyntka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR), Rzodkiew biała 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ),	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Ryż na sypko 250 g, Mus z jabłek prażonych 200 g, Sos jogurtowo-truskawkowy* 150 g (MLE), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 82% 16.67 g (MLE), Pasta drobiowo-warzywna ćw z kurczaka () 150 g (SEL), Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
	Podwieczorek: Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ), Sałatka z pęczaku, cieciorki, ogórka i papryki 200 g (GLU PSZ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	

Wartości odżywcze: E: 3052.3 kcal; B: 113.26 g; T: 89.91 g; Kw. tł. nasy.: 33.53 g; W: 470.22 g; W tym cukry: 131.49 g; Bł.: 42.09 g; Sól: 7.92 g; WW: 42.96 Por; Ener. z B: 14.84 %; Ener. z W: 56.11 %; Ener. z T: 26.51 %; Ener. z Bł.: 2.76 %; K: 4474.15 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-01-15 Jadłospis dla diety: SZ-UL Lekkostrawna Broniewskiego		
Kasza kukurydziana na mleku. 300 ml (MLE), Bułka pszenna długa krojona 75 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 16.67 g (MLE), Szyunka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR), Marchew gotowana z olejem* 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ),	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Ryż na sypko 250 g, Mus z jabłek prażonych 150 g, Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (MLE), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Bułka pszenna długa krojona 75 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 16.67 g (MLE), Twarożek 100 g (MLE), Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
	Podwieczorek: Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 10 g (MLE), Dżem 50 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	

Wartości odżywcze: E: 2392.42 kcal; B: 80.97 g; T: 64.29 g; Kw. tł. nasy.: 33.9 g; W: 384.39 g; W tym cukry: 126.88 g; Bł.: 18.93 g; Sól: 4.8 g; WW: 36.71 Por; Ener. z B: 13.54 %; Ener. z W: 61.1 %; Ener. z T: 24.19 %; Ener. z Bł.: 1.58 %; K: 3127.88 mg;

poniedziałek 2024-01-15 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa CH Broniewskiego		
kasza kukurydziana na ml/p 300 ml (MLE), Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 82% 10 g (MLE), Szyunka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR), Rzodkiew biała 50 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ),	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Ryż na sypko (brązowy) 200 g, Mus z jabłek () b/c 150 g, Sos jogurtowo truskawkowy*b/c 100 g (MLE), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 82% 10 g (MLE), Twarożek 100 g (MLE), Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 82% 5 g (MLE), Rzodkiew biała 100 g,	Podwieczorek: Sałatka z pęczaku, cieciorki, ogórka i papryki 150 g (GLU PSZ),	

Wartości odżywcze: E: 2290.72 kcal; B: 85.52 g; T: 55.1 g; Kw. tł. nasy.: 23.03 g; W: 382.34 g; W tym cukry: 52.71 g; Bł.: 53.59 g; Sól: 6.2 g; WW: 32.99 Por; Ener. z B: 14.93 %; Ener. z W: 57.41 %; Ener. z T: 21.65 %; Ener. z Bł.: 4.68 %; K: 4369.49 mg;

poniedziałek 2024-01-15 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa NCH Police Diabetologia		
Chleb Graham 120 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 10 g (MLE), Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (MLE), Rzodkiew biała 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Ziemniaki () 200 g, Klopsik drobiowy z udźca 90 g (GLU PSZ, JAJ), Sos jarzynowy * 100 ml (GLU PSZ, SEL), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb Graham 90 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 10 g (MLE), Szyunka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR), Surówka z marchwi b/c 100 g (MLE), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Ogórek świeży 100 g,	Podwieczorek: Sałatka z pęczaku, cieciorki, ogórka i papryki 150 g (GLU PSZ),	

Wartości odżywcze: E: 2065.21 kcal; B: 93.92 g; T: 66.01 g; Kw. tł. nasy.: 20.79 g; W: 293.33 g; W tym cukry: 31.76 g; Bł.: 38.63 g; Sól: 8.15 g; WW: 25.46 Por; Ener. z B: 18.19 %; Ener. z W: 49.33 %; Ener. z T: 28.76 %; Ener. z Bł.: 3.74 %; K: 4954.2 mg;

poniedziałek 2024-01-15 Jadłospis dla diety: SZ-UL Lekkostrawna Police		
Kasza kukurydziana na mleku. 300 ml (MLE), Bułka pszenna długa krojona 75 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 16.67 g (MLE), Szyunka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR), Marchew gotowana z olejem* 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ),	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Ryż na sypko 200 g, Mus z jabłek prażonych 150 g, Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (MLE), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Bułka pszenna długa krojona 75 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 16.67 g (MLE), Twarożek 100 g (MLE), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt, Miód (25g) 2 szt, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
	Podwieczorek: Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 10 g (MLE), Dżem 50 g, Kakao z mlekiem 250 ml (MLE),	

Wartości odżywcze: E: 2659.5 kcal; B: 86.95 g; T: 68.14 g; Kw. tł. nasy.: 36.55 g; W: 436.11 g; W tym cukry: 154.94 g; Bł.: 19.82 g; Sól: 5 g; WW: 41.8 Por; Ener. z B: 13.08 %; Ener. z W: 62.61 %; Ener. z T: 23.06 %; Ener. z Bł.: 1.49 %; K: 3482.91 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-01-15		
Jadłospis dla diety: SZ-UL Neutropeniczna		
Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna 75g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ</u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>), Ser żółty Gouda plastry 100g 1 szt (<u>MLE</u>), Miód (25g) 1 szt, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Kalafirowa z ziemniakami (*) OTS 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Risotto wegetariańskie* 400 g (<u>SEL</u>), Sos pomidorowy OTS 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</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>), Krakowska sucha wieprzowa 100g-kiełbasa wieprzowa grubo rozdrobniona, wędzona, parzona, suszona w plastrach 1 szt, Jabłko pieczone 1szt. 1 szt, 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>), Serek o smaku waniliowym termizowany 100g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 3277.03 kcal; B: 117.21 g; T: 107.41 g; Kw. tł. nasy.: 53.21 g; W: 469.25 g; W tym cukry: 71.11 g; Bł.: 25.01 g; Sól: 9.62 g; WW: 44.34 Por; Ener. z B: 14.31 %; Ener. z W: 54.22 %; Ener. z T: 29.5 %; Ener. z Bł.: 1.53 %; K: 2563.42 mg;

poniedziałek 2024-01-15		
Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa OTS neutropeniczna		
Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna 75g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ</u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>), Ser żółty Gouda plastry 100g 1 szt (<u>MLE</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml, Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka) (*) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>),	Kalafirowa z ziemniakami (*) OTS 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Risotto wegetariańskie* 400 g (<u>SEL</u>), Sos pomidorowy OTS 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</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>), Krakowska sucha wieprzowa 100g-kiełbasa wieprzowa grubo rozdrobniona, wędzona, parzona, suszona w plastrach 1 szt, Jabłko pieczone 1szt. 1 szt, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
	Podwieczorek: Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 3000.53 kcal; B: 122.68 g; T: 111.72 g; Kw. tł. nasy.: 57.22 g; W: 387.5 g; W tym cukry: 46.48 g; Bł.: 28.91 g; Sól: 10.61 g; WW: 35.8 Por; Ener. z B: 16.35 %; Ener. z W: 47.8 %; Ener. z T: 33.51 %; Ener. z Bł.: 1.93 %; K: 3048.75 mg;

poniedziałek 2024-01-15		
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,	Gryskowa * 400 ml (<u>GLU PSZ, 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: 1585.34 kcal; B: 42.72 g; T: 22.41 g; Kw. tł. nasy.: .69 g; W: 308.21 g; W tym cukry: 14.69 g; Bł.: 16.9 g; Sól: 1.85 g; WW: 29.22 Por; Ener. z B: 10.78 %; Ener. z W: 73.5 %; Ener. z T: 12.72 %; Ener. z Bł.: 2.13 %; K: 2339.06 mg;

poniedziałek 2024-01-15		
Jadłospis dla diety: SZ-UL Ścisła		
Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Szyńka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>),		Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g,

Wartości odżywcze: E: 774.44 kcal; B: 31.96 g; T: 33.3 g; Kw. tł. nasy.: 19.28 g; W: 87.58 g; W tym cukry: 2 g; Bł.: 2.7 g; Sól: 3.64 g; WW: 8.54 Por; Ener. z B: 16.51 %; Ener. z W: 43.84 %; Ener. z T: 38.69 %; Ener. z Bł.: .7 %; K: 176.34 mg;

poniedziałek 2024-01-15		
Jadłospis dla diety: SZ-UL Ścisła I		
Kleik ryżowy na wodzie 300 g, Suchary b/c 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,	Kleik ryżowy na wodzie 300 g, Suchary b/c 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,	Kleik ryżowy na wodzie 300 g, Suchary b/c 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,

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

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-01-15		
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 500 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: 1474.14 kcal; B: 39.59 g; T: 13.42 g; Kw. tł. nasy.: .41 g; W: 299.91 g; W tym cukry: 2.95 g; Bł.: 8.23 g; Sól: 1.57 g; WW: 29.22 Por; Ener. z B: 10.74 %; Ener. z W: 79.14 %; Ener. z T: 8.19 %; Ener. z Bł.: 1.12 %; K: 487.37 mg;

poniedziałek 2024-01-15		
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;

poniedziałek 2024-01-15		
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;

poniedziałek 2024-01-15		
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;

poniedziałek 2024-01-15		
Jadłospis dla diety: SZ-UL NZJ II (nieswoiste zapalenie jelit)		
Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Pulpet drobiowy z indyka 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,	Krupnik ryżowy z ziemniakami(*) 400 ml (<u>MLE, 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 jabłek *b/c 200 ml ,	Ryż na sypko 150 g , Filet z kurczaka gotowany 80 g , Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,
II Śniadanie: Kisiel z jagód b/c * 200 ml , Kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem prażonym 300 ml ,	Podwieczorek: Marchwianka. 200 ml ,	

Wartości odżywcze: E: 1956.81 kcal; B: 104.63 g; T: 42.42 g; Kw. tł. nasy.: 5.06 g; W: 306.69 g; W tym cukry: 40.88 g; Bł.: 32.42 g; Sól: 4.3 g; WW: 27.38 Por; Ener. z B: 21.39 %; Ener. z W: 56.07 %; Ener. z T: 19.51 %; Ener. z Bł.: 3.31 %; K: 4726.04 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-01-15			Jadłospis dla diety: SZ-UL NZJ III (nieswoiste zapalenie jelit)		
Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 5 g (MLE), Szywnka wieprzowa duszona 40 g, Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL), Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ),	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Ziemniaki () 200 g, Filet z kurczaka gotowany 80 g, Sos jarzynowy * 100 ml (GLU PSZ, SEL), Marchew gotowana z olejem* 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Ryż na sypko 100 g, Potrawka drobiowa 200 g (GLU PSZ, SEL), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,			
II Śniadanie: Biszkopty b/m 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ), Kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem prażonym 200 ml,	Podwieczorek: Bułka maślana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE), Masło extra 82% 5 g (MLE), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,				

Wartości odżywcze: E: 2082.57 kcal; B: 101.6 g; T: 45.47 g; Kw. tł. nasy.: 11.48 g; W: 330.15 g; W tym cukry: 32.16 g; Bł.: 25.68 g; Sól: 4.21 g; WW: 30.45 Por; Ener. z B: 19.51 %; Ener. z W: 58.48 %; Ener. z T: 19.65 %; Ener. z Bł.: 2.47 %; K: 4894.99 mg;

poniedziałek 2024-01-15			Jadłospis dla diety: SZ-UL Pokrzywkowa		
Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 82% 16.67 g (MLE), Twarożek 100 g (MLE), Jabłko pieczone 1 szt, 1 szt, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera) (*) 400 ml (GLU PSZ), Ziemniaki () 200 g, Udziec z indyka b/s b/k 120 g, Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 150 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt,	Risotto z mięsa z udźca z indyka i warzywami* 400 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,			
II Śniadanie: Banan 1szt. 1 szt,	Podwieczorek: Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE),				

Wartości odżywcze: E: 2134.44 kcal; B: 115.08 g; T: 49.13 g; Kw. tł. nasy.: 16.22 g; W: 319.18 g; W tym cukry: 84.82 g; Bł.: 26.44 g; Sól: 4.03 g; WW: 29.5 Por; Ener. z B: 21.57 %; Ener. z W: 54.86 %; Ener. z T: 20.71 %; Ener. z Bł.: 2.48 %; K: 5265.87 mg;

poniedziałek 2024-01-15			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,	Kalańciorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera)* 400 ml (GLU PSZ), Ziemniaki () 200 g, Puipeł drobiowy z indyka (bez jaj) 100 g (GLU PSZ), Brokuł gotowany* 150 g, Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt,	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,			
II Śniadanie: Kleik ryżowy na wodzie 300 g,	Podwieczorek: Ryż na wodzie 300 ml,				

Wartości odżywcze: E: 1967.05 kcal; B: 105.36 g; T: 60.83 g; Kw. tł. nasy.: 18.52 g; W: 258.03 g; W tym cukry: 31.3 g; Bł.: 18.68 g; Sól: 3.26 g; WW: 23.72 Por; Ener. z B: 21.42 %; Ener. z W: 48.67 %; Ener. z T: 27.83 %; Ener. z Bł.: 1.9 %; K: 4813.75 mg;

1944

1944

1944