

<nazwa jednostki> <ulica>, <kod>

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SPSK Nr 1 PUM Szczecin		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2024-01-25 Jadłospis dla diety: SZ-UL Normalna		
Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Ser topiony 50 g (<u>MLE.</u>), Jabłko 1 szt 1 szt, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią* 400 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Pomidor 50 g, Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
	Podwieczorek: Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (<u>MLE.</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2393.36 kcal; B: 78.97 g; T: 85.88 g; Kw. tł. nasy.: 36.83 g; W: 339.14 g; W tym cukry: 77.72 g; Bł.: 31.84 g; Sól: 7.74 g; WW: 30.76 Por; Ener. z B: 13.2 %; Ener. z W: 51.36 %; Ener. z T: 32.29 %; Ener. z Bł.: 2.66 %; K: 3434.55 mg;

czwartek 2024-01-25 Jadłospis dla diety: SZ-UL Normalna dla dzieci		
Bułka pszenna 75g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ.</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Ser topiony 50 g (<u>MLE.</u>), Jabłko 1 szt 1 szt, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią* 400 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Bułka pszenna 75g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 70 g, Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Mandarynka 2 szt, Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),	Podwieczorek: Budyń o smaku waniliowym z/c 300 ml (<u>MLE.</u>), Rodzynki 20 g,	

Wartości odżywcze: E: 2804.01 kcal; B: 97.66 g; T: 93.8 g; Kw. tł. nasy.: 41.92 g; W: 401.87 g; W tym cukry: 120.52 g; Bł.: 31.06 g; Sól: 8.39 g; WW: 37 Por; Ener. z B: 13.93 %; Ener. z W: 52.9 %; Ener. z T: 30.11 %; Ener. z Bł.: 2.22 %; K: 3898.05 mg;

czwartek 2024-01-25 Jadłospis dla diety: SZ-UL Wegetariańska		
Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Ser topiony 50 g (<u>MLE.</u>), Jabłko 1 szt 1 szt, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>), Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie* 400 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Pomidor 100 g, Tofu 50 g (<u>SOJ.</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Mandarynka 2 szt,	Podwieczorek: Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2390.45 kcal; B: 60.45 g; T: 79.38 g; Kw. tł. nasy.: 35.05 g; W: 375.59 g; W tym cukry: 104.04 g; Bł.: 37.21 g; Sól: 6.58 g; WW: 33.85 Por; Ener. z B: 10.12 %; Ener. z W: 56.62 %; Ener. z T: 29.88 %; Ener. z Bł.: 3.11 %; K: 3705.02 mg;

czwartek 2024-01-25 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bezmleczna		
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, Tofu 100 g (<u>SOJ.</u>), Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Barszcz biały z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GLU ŻYT.</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią* 400 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Margaryna porcjowa 15g 2 szt, Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g, Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Mandarynka 2 szt,	Podwieczorek: Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 250 ml,	

Wartości odżywcze: E: 2251.79 kcal; B: 72.07 g; T: 80.04 g; Kw. tł. nasy.: 19.33 g; W: 325.94 g; W tym cukry: 64.21 g; Bł.: 33.62 g; Sól: 6.87 g; WW: 29.2 Por; Ener. z B: 12.8 %; Ener. z W: 51.93 %; Ener. z T: 31.99 %; Ener. z Bł.: 2.99 %; K: 3095.76 mg;

<nazwa jednostki> <ulica>, <kod>

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-01-25 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, Tofu 100 g (<u>SOJ.</u>), Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Barszcz biały z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GLU ŻYT.</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią* 400 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Margaryna porcjowa 15g 2 szt, Pomidor 50 g, Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Mandarynka 2 szt,	Podwieczorek: Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 250 ml,	

Wartości odżywcze: E: 2251.79 kcal; B: 72.07 g; T: 80.04 g; Kw. tł. nasy.: 19.33 g; W: 325.94 g; W tym cukry: 64.21 g; Bł.: 33.62 g; Sól: 6.87 g; WW: 29.2 Por; Ener. z B: 12.8 %; Ener. z W: 51.93 %; Ener. z T: 31.99 %; Ener. z Bł.: 2.99 %; K: 3095.76 mg;

czwartek 2024-01-25 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bezglutenowa		
Chleb bezglutenowy 120 g, Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Ser topiony 50 g (<u>MLE.</u>), Jabłko 1 szt 1 szt, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Koperkowa z ziemniakami (bez glutenu, bez mleka) (*) 400 ml (<u>SEL.</u>), Gryczotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią* 400 g (<u>SEL.</u>), Sos pomidorowy (bez glutenu) 100 ml, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb bezglutenowy 120 g, Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g, Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Mandarynka 2 szt,	Podwieczorek: Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 200 ml,	

Wartości odżywcze: E: 2234.85 kcal; B: 57.09 g; T: 85.74 g; Kw. tł. nasy.: 30.68 g; W: 315.8 g; W tym cukry: 74.76 g; Bł.: 22.79 g; Sól: 3.79 g; WW: 29.17 Por; Ener. z B: 10.22 %; Ener. z W: 52.44 %; Ener. z T: 34.53 %; Ener. z Bł.: 2.04 %; K: 3056.48 mg;

czwartek 2024-01-25 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bezglutenowa, bez mleka		
Chleb bezglutenowy 120 g, Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Tofu 100 g (<u>SOJ.</u>), Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,	Koperkowa z ziemniakami (bez glutenu, bez mleka) (*) 400 ml (<u>SEL.</u>), Gryczotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią* 400 g (<u>SEL.</u>), Sos pomidorowy (bez glutenu) 100 ml, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb bezglutenowy 100 g, Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Pomidor 50 g, Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Mandarynka 2 szt,	Podwieczorek: Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 250 ml, Chleb bezglutenowy 40 g, Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Papryka świeża 100 g,	

Wartości odżywcze: E: 2278.82 kcal; B: 64.53 g; T: 90.27 g; Kw. tł. nasy.: 18.13 g; W: 309.47 g; W tym cukry: 56.14 g; Bł.: 22.75 g; Sól: 3.4 g; WW: 28.62 Por; Ener. z B: 11.33 %; Ener. z W: 50.33 %; Ener. z T: 35.65 %; Ener. z Bł.: 2 %; K: 3173.75 mg;

czwartek 2024-01-25 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bogatoresztkowa		
Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Ser topiony 50 g (<u>MLE.</u>), Jabłko 1 szt 1 szt, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią* 400 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g, Pomidor 100 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Mandarynka 2 szt,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Brokuł gotowany* 100 g,	

Wartości odżywcze: E: 2381.5 kcal; B: 77.27 g; T: 91.68 g; Kw. tł. nasy.: 40.03 g; W: 332.8 g; W tym cukry: 84.17 g; Bł.: 46.87 g; Sól: 7.11 g; WW: 28.54 Por; Ener. z B: 12.98 %; Ener. z W: 48.03 %; Ener. z T: 34.65 %; Ener. z Bł.: 3.94 %; K: 4464.57 mg;

<nazwa jednostki> <ulica>, <kod>

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-01-25 Jadłospis dla diety: SZ-UL Łatwo strawna		
Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią* 400 g (<u>SEL, GLU JECZ</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g, Pomidor b/skórki 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
	Podwieczorek: Budyń o smaku waniliowym z/c 250 ml (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2250.75 kcal; B: 87.26 g; T: 77.41 g; Kw. tł. nasy.: 28.31 g; W: 310.71 g; W tym cukry: 89.96 g; Bł.: 21.7 g; Sól: 4.72 g; WW: 28.98 Por; Ener. z B: 15.51 %; Ener. z W: 51.36 %; Ener. z T: 30.96 %; Ener. z Bł.: 1.93 %; K: 3288.72 mg;

czwartek 2024-01-25 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dzieci łatwo strawna		
Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW</u>), Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią* 400 g (<u>SEL, GLU JECZ</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pomidor b/skórki 50 g, Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Banan 1szt. 1 szt,	Podwieczorek: Budyń o smaku waniliowym z/c 300 ml (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2736.3 kcal; B: 103.02 g; T: 86.18 g; Kw. tł. nasy.: 32.51 g; W: 399.39 g; W tym cukry: 147.13 g; Bł.: 27.18 g; Sól: 5.07 g; WW: 37.36 Por; Ener. z B: 15.06 %; Ener. z W: 54.41 %; Ener. z T: 28.35 %; Ener. z Bł.: 1.99 %; K: 4615.9 mg;

czwartek 2024-01-25 Jadłospis dla diety: SZ-UL Trzustkowa/Wątrobowa		
Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią* 400 g (<u>SEL, GLU JECZ</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g, Buraczki gotowane (). 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt,	Podwieczorek: Budyń o smaku waniliowym z/c 250 ml (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2198.61 kcal; B: 92.59 g; T: 50.97 g; Kw. tł. nasy.: 15.24 g; W: 352.78 g; W tym cukry: 93.62 g; Bł.: 23.56 g; Sól: 5.33 g; WW: 32.97 Por; Ener. z B: 16.85 %; Ener. z W: 59.9 %; Ener. z T: 20.86 %; Ener. z Bł.: 2.14 %; K: 3426.74 mg;

czwartek 2024-01-25 Jadłospis dla diety: SZ-UL Żołądkowa		
Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią* 400 g (<u>SEL, GLU JECZ</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g, Buraczki gotowane (). 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
	Podwieczorek: Budyń o smaku waniliowym z/c 250 ml (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2240.66 kcal; B: 86.94 g; T: 77.17 g; Kw. tł. nasy.: 28.26 g; W: 309.19 g; W tym cukry: 91.79 g; Bł.: 22.18 g; Sól: 4.72 g; WW: 28.76 Por; Ener. z B: 15.52 %; Ener. z W: 51.24 %; Ener. z T: 31 %; Ener. z Bł.: 1.98 %; K: 3264.29 mg;

czwartek 2024-01-25 Jadłospis dla diety: SZ-UL Specjalna bezmleczna		
Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g, Jabłko pieczone 1szt. 1 szt, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią* 400 g (<u>SEL, GLU JECZ</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Margaryna porcjowa 15g 2 szt, Pasta z warzyw i szynki drobiowej 100 g (<u>SEL</u>), Buraczki gotowane () 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Sok pomidorowy 0,3l 1 szt,	Podwieczorek: Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 200 ml,	

Wartości odżywcze: E: 2201.87 kcal; B: 73.66 g; T: 80.65 g; Kw. tł. nasy.: 18.15 g; W: 308 g; W tym cukry: 63.31 g; Bł.: 25.65 g; Sól: 6.88 g; WW: 28.17 Por; Ener. z B: 13.38 %; Ener. z W: 51.29 %; Ener. z T: 32.97 %; Ener. z Bł.: 2.33 %; K: 2963.28 mg;

<nazwa jednostki> <ulica>, <kod>

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-01-25 Jadłospis dla diety: SZ-UL Papkowata		
Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>), Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Marchew gotowana z olejem* 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g, Klopsik drobiowy z indyka 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>), Dynia z wody 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Ryż na wywarze jarzynowym. 300 ml (<u>SEL.</u>), Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Buraczki gotowane (). 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, Pasta z wędliną drob wp i koperkiem 100 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>),
Podwieczorek: Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE</u>),		

Wartości odżywcze: E: 2648.78 kcal; B: 107.92 g; T: 91.17 g; Kw. tł. nasy.: 29.58 g; W: 355.94 g; W tym cukry: 89.52 g; Bł.: 23.95 g; Sól: 6.33 g; WW: 33.31 Por; Ener. z B: 16.3 %; Ener. z W: 50.13 %; Ener. z T: 30.98 %; Ener. z Bł.: 1.81 %; K: 4731.83 mg;

czwartek 2024-01-25 Jadłospis dla diety: SZ-UL Papkowata cukrzycowa		
Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>), Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Marchew gotowana z olejem* 50 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g, Klopsik drobiowy z indyka 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>), Dynia z wody 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Ryż na wywarze jarzynowym. 300 ml (<u>SEL.</u>), Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Buraczki gotowane (). 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml, Pasta z wędliną drob wp i koperkiem 100 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>),
II Śniadanie: Sok pomidorowy 0,3l 1 szt,	Podwieczorek: Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2411.74 kcal; B: 99.85 g; T: 86.23 g; Kw. tł. nasy.: 26.82 g; W: 316.21 g; W tym cukry: 51.11 g; Bł.: 24.17 g; Sól: 6.78 g; WW: 29.31 Por; Ener. z B: 16.56 %; Ener. z W: 48.44 %; Ener. z T: 32.18 %; Ener. z Bł.: 2 %; K: 4404.46 mg;

czwartek 2024-01-25 Jadłospis dla diety: SZ-UL Płynna cukrzycowa		
Mięso drobiowe gotowane 100g 1 szt, Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>), Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>),	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki () 50 g, Pulpet drobiowy z indyka 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Buraczki gotowane (). 100 g, Olej rzepakowy 10 g,	Ryż na wywarze jarzynowym. 400 ml (<u>SEL.</u>), Mięso drobiowe gotowane 100g 1 szt, Buraczki gotowane (). 50 g, Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>),
II Śniadanie: Sok pomidorowy 0,3l 1 szt,	Podwieczorek: Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2018.62 kcal; B: 120.38 g; T: 104.56 g; Kw. tł. nasy.: 37.27 g; W: 156.48 g; W tym cukry: 19.32 g; Bł.: 15.19 g; Sól: 3.84 g; WW: 14.01 Por; Ener. z B: 23.85 %; Ener. z W: 28 %; Ener. z T: 46.62 %; Ener. z Bł.: 1.51 %; K: 3762.23 mg;

czwartek 2024-01-25 Jadłospis dla diety: SZ-UL Płynna wysokobiałkowa		
Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Mleko w proszku 25 g (<u>MLE</u>), Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>), Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>),	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki () 50 g, Pulpet drobiowy z indyka 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Buraczki gotowane (). 100 g, Olej rzepakowy 10 g,	Ryż na wywarze jarzynowym. 400 ml (<u>SEL.</u>), Mięso drobiowe gotowane 100g 1 szt, Buraczki gotowane (). 50 g, Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>),
II Śniadanie: Sok pomidorowy 0,3l 1 szt,	Podwieczorek: Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2265.69 kcal; B: 119.96 g; T: 104.3 g; Kw. tł. nasy.: 39.57 g; W: 220.03 g; W tym cukry: 48.01 g; Bł.: 15.8 g; Sól: 4.52 g; WW: 20.34 Por; Ener. z B: 21.18 %; Ener. z W: 36.06 %; Ener. z T: 41.43 %; Ener. z Bł.: 1.39 %; K: 4244.89 mg;

czwartek 2024-01-25 Jadłospis dla diety: SZ-UL Przecierana		
Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>), Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>), Mleko w proszku 10 g (<u>MLE</u>),	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki () 150 g, Pulpet drobiowy z indyka 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Buraczki gotowane (). 100 g, Olej rzepakowy 10 g,	Ryż na wywarze jarzynowym. 300 ml (<u>SEL.</u>), Mięso drobiowe gotowane 100g 1 szt, Buraczki gotowane (). 50 g, Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>),
II Śniadanie: Sok pomidorowy 0,3l 1 szt,	Podwieczorek: Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE</u>),	

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

<nazwa jednostki> <ulica>, <kod>

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-01-25 Jadłospis dla diety: SZ-UL Niskokaloryczna		
Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Jabłko 1 szt 1 szt, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,	Barszcz biały z ziemniakami (*) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią*. 400 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Pomidor 50 g, Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Mandarynka 2 szt,	Podwieczerek: Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 1570.35 kcal; B: 71.22 g; T: 50.6 g; Kw. tł. nasy.: 13.06 g; W: 221.22 g; W tym cukry: 46.69 g; Bł.: 30.35 g; Sól: 3.96 g; WW: 19.07 Por; Ener. z B: 18.14 %; Ener. z W: 48.62 %; Ener. z T: 29 %; Ener. z Bł.: 3.87 %; K: 2999.87 mg;

czwartek 2024-01-25 Jadłospis dla diety: SZ-UL Wysokobiałkowa/Wysokokaloryczna		
Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>), Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g, Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt, Kawa z makiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią*. 400 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g, Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>),	Podwieczerek: Budyń o smaku waniliowym z/c 250 ml (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2728.56 kcal; B: 122.09 g; T: 88.8 g; Kw. tł. nasy.: 33.45 g; W: 376 g; W tym cukry: 105.57 g; Bł.: 34.77 g; Sól: 7.51 g; WW: 34.28 Por; Ener. z B: 17.9 %; Ener. z W: 50.02 %; Ener. z T: 29.29 %; Ener. z Bł.: 2.55 %; K: 4230.96 mg;

czwartek 2024-01-25 Jadłospis dla diety: SZ-UL Hematologiczna		
Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb Graham 40 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g, Ogórek kiszony 50 g, Kawa z makiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Barszcz biały z ziemniakami (*) z mięsem 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią*. 400 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb Graham 40 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g, Buraczki gotowane (). 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Herbatniki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>),	Podwieczerek: Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2680.19 kcal; B: 106.55 g; T: 84.61 g; Kw. tł. nasy.: 33.19 g; W: 385.3 g; W tym cukry: 93.99 g; Bł.: 30.23 g; Sól: 9.22 g; WW: 35.54 Por; Ener. z B: 15.9 %; Ener. z W: 52.99 %; Ener. z T: 28.41 %; Ener. z Bł.: 2.26 %; K: 3896.59 mg;

czwartek 2024-01-25 Jadłospis dla diety: SZ-UL Hematologiczna dziecięca		
Bułka pszenna 75g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Jabłko 1 szt 1 szt, Kawa z makiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>),	Barszcz biały z ziemniakami (*) z mięsem 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią*. 400 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Bułka pszenna 75g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pomidor 50 g, Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Mandarynka 2 szt, Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczerek: Budyń o smaku waniliowym z/c 300 ml (<u>MLE</u>), Rodzynki 20 g,	

Wartości odżywcze: E: 2795.36 kcal; B: 107.28 g; T: 87.05 g; Kw. tł. nasy.: 34.05 g; W: 405.53 g; W tym cukry: 120.02 g; Bł.: 31.06 g; Sól: 6.99 g; WW: 37.43 Por; Ener. z B: 15.35 %; Ener. z W: 53.58 %; Ener. z T: 28.03 %; Ener. z Bł.: 2.22 %; K: 3977.75 mg;

<nazwa jednostki> <ulica>, <kod>

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-01-25		
Jadłospis dla diety: SZ- UL Hematologiczna cukrzyca wysokobiałkowa/wys		
Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW</u>), Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Twarożek 100 g (<u>MLE</u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Barszcz biały z ziemniakami (*) z mięsem 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią*. 400 g (<u>SEL, GLU JECZ</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g, Buraczki gotowane (). 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml,
II Śniadanie: Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Chleb Graham 40 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Posiłek nocny: Chleb Graham 40 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>),

Wartości odżywcze: E: 3186.11 kcal; B: 152.73 g; T: 126.84 g; Kw. tł. nasy.: 55.96 g; W: 379.09 g; W tym cukry: 64.21 g; Bł.: 42.66 g; Sól: 9.94 g; WW: 33.71 Por; Ener. z B: 19.17 %; Ener. z W: 42.24 %; Ener. z T: 35.83 %; Ener. z Bł.: 2.68 %; K: 4659.81 mg;

czwartek 2024-01-25		
Jadłospis dla diety: SZ- UL Hematologiczna łatwo strawna		
Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią*. 400 g (<u>SEL, GLU JECZ</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g, Buraczki gotowane (). 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Herbatniki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>),	Podwieczorek: Budyń o smaku waniliowym z/c 300 ml (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2829.54 kcal; B: 108.67 g; T: 89.59 g; Kw. tł. nasy.: 32.81 g; W: 408.56 g; W tym cukry: 122.58 g; Bł.: 25.93 g; Sól: 5.86 g; WW: 38.35 Por; Ener. z B: 15.36 %; Ener. z W: 54.09 %; Ener. z T: 28.5 %; Ener. z Bł.: 1.83 %; K: 4006.66 mg;

czwartek 2024-01-25		
Jadłospis dla diety: SZ- UL Hematologiczna wysokobiałkowa		
Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 40 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Twarożek 100 g (<u>MLE</u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Barszcz biały z ziemniakami (*) z mięsem 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią*. 400 g (<u>SEL, GLU JECZ</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 40 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g, Buraczki gotowane (). 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Budyń o smaku waniliowym z/c 300 ml (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 3130.42 kcal; B: 138.15 g; T: 105.93 g; Kw. tł. nasy.: 44.31 g; W: 421.51 g; W tym cukry: 121.03 g; Bł.: 33.6 g; Sól: 9.73 g; WW: 38.85 Por; Ener. z B: 17.65 %; Ener. z W: 49.57 %; Ener. z T: 30.46 %; Ener. z Bł.: 2.15 %; K: 4430.91 mg;

czwartek 2024-01-25		
Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa niskocholesterolowa		
Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Salata zielona 20 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią*. 400 g (<u>SEL, GLU JECZ</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Rzodkiew biała 50 g, Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE</u>), Ogórek kiszony 50 g,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Papryka świeża 100 g,	

Wartości odżywcze: E: 2250.72 kcal; B: 107.13 g; T: 85.64 g; Kw. tł. nasy.: 29.8 g; W: 283.4 g; W tym cukry: 38.86 g; Bł.: 41.31 g; Sól: 8.56 g; WW: 24.37 Por; Ener. z B: 19.04 %; Ener. z W: 43.02 %; Ener. z T: 34.24 %; Ener. z Bł.: 3.67 %; K: 3958.16 mg;

<nazwa jednostki> <ulica>, <kod>

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-01-25			Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa wysokolaryczna/wysokobiałkowa		
Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> , <u>OW</u>), Chleb Graham 120 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Twarożek 50 g (<u>MLE</u>), Ser topiony 50 g (<u>MLE</u>), Sałata zielona 20 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u> , <u>GLU</u> , <u>JECZ</u>),	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią* 400 g (<u>SEL</u> , <u>GLU</u> , <u>JECZ</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb Graham 120 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Rzodkiew biała 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml, Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g,			
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszeniczny 40 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Chleb Graham 40 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u>),	Posiłek nocny: Chleb razowy żytnio-pszeniczny 40 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Sałata zielona 20 g,			

Wartości odżywcze: E: 2908.04 kcal; B: 126.41 g; T: 114.53 g; Kw. tł. nasy.: 49.14 g; W: 362.52 g; W tym cukry: 40.19 g; Bł.: 43.66 g; Sól: 8.96 g; WW: 31.98 Por; Ener. z B: 17.39 %; Ener. z W: 43.86 %; Ener. z T: 35.45 %; Ener. z Bł.: 3 %; K: 4437.12 mg;

czwartek 2024-01-25			Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa wątrobowa/trzustkowa		
Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Twarożek 100 g (<u>MLE</u>), Cukinia pieczona z olejem * 200 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki () 250 g, Klopsik drobiowy z indyka b/soli 90 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u>), Szpinak gotowany z olejem* 150 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</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. 70 g, Buraczki gotowane () 100 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,			
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Bulka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u>),	Podwieczorek: Budyń o smaku waniliowym b/c 300 ml (<u>MLE</u>),				

Wartości odżywcze: E: 2197.68 kcal; B: 108.45 g; T: 45.23 g; Kw. tł. nasy.: 14.63 g; W: 350.73 g; W tym cukry: 54.2 g; Bł.: 23.73 g; Sól: 6.22 g; WW: 32.75 Por; Ener. z B: 19.74 %; Ener. z W: 59.52 %; Ener. z T: 18.52 %; Ener. z Bł.: 2.16 %; K: 5236.37 mg;

czwartek 2024-01-25			Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa ciężarnych		
Chleb razowy żytnio-pszeniczny 80 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Twarożek 100 g (<u>MLE</u>), Pomidor 150 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u> , <u>GLU</u> , <u>JECZ</u>),	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią* 400 g (<u>SEL</u> , <u>GLU</u> , <u>JECZ</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszeniczny 80 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Rzodkiew biała 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml, Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g,			
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszeniczny 40 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Serek wiejski ziemisty 200g 1 szt (<u>MLE</u>), Ogórek kiszony 50 g,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszeniczny 40 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Papryka świeża 50 g,	Posiłek nocny: Chleb razowy żytnio-pszeniczny 40 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>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: 2507.21 kcal; B: 118.1 g; T: 99.76 g; Kw. tł. nasy.: 40.42 g; W: 306.38 g; W tym cukry: 44.82 g; Bł.: 45.44 g; Sól: 9.24 g; WW: 26.21 Por; Ener. z B: 18.84 %; Ener. z W: 41.63 %; Ener. z T: 35.81 %; Ener. z Bł.: 3.62 %; K: 4563.75 mg;

czwartek 2024-01-25			Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa dla matek karmiących		
Chleb razowy żytnio-pszeniczny 80 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Twarożek 100 g (<u>MLE</u>), Pomidor 150 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u> , <u>GLU</u> , <u>JECZ</u>),	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią* 400 g (<u>SEL</u> , <u>GLU</u> , <u>JECZ</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszeniczny 80 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Rzodkiew biała 50 g, Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,			
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszeniczny 40 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Serek wiejski ziemisty 200g 1 szt (<u>MLE</u>), Ogórek kiszony 50 g,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszeniczny 40 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Papryka świeża 50 g,	Posiłek nocny: Chleb razowy żytnio-pszeniczny 40 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>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: 2507.21 kcal; B: 118.1 g; T: 99.76 g; Kw. tł. nasy.: 40.42 g; W: 306.38 g; W tym cukry: 44.82 g; Bł.: 45.44 g; Sól: 9.24 g; WW: 26.21 Por; Ener. z B: 18.84 %; Ener. z W: 41.63 %; Ener. z T: 35.81 %; Ener. z Bł.: 3.62 %; K: 4563.75 mg;

<nazwa jednostki> <ulica>, <kod>

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-01-25 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa dla dzieci		
Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Twarożek 100 g (<u>MLE</u>), Sałata zielona 20 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią* 300 g (<u>SEL, GLU JECZ</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pierś delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g, Papryka świeża 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt, Baton szynkowy z kurczątką 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>), Ogórek świeży 50 g, Mandarynka 2 szt,	Podwieczorek: Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Serek truskawkowy termizowany 100g 1 szt (<u>MLE</u>), Pomidor 50 g,	Posiłek nocny: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Sałata zielona 20 g,

Wartości odżywcze: E: 2861.1 kcal; B: 114.19 g; T: 100.02 g; Kw. tł. nasy.: 44.3 g; W: 394.64 g; W tym cukry: 78.45 g; Bł.: 45.52 g; Sól: 8.58 g; WW: 35.01 Por, Ener. z B: 15.96 %; Ener. z W: 48.81 %; Ener. z T: 31.46 %; Ener. z Bł.: 3.18 %; K: 4249.81 mg;

czwartek 2024-01-25 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa bezmleczna		
Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Tofu 100 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,	Barszcz biały z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GLU ŻYT</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią* 400 g (<u>SEL, GLU JECZ</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Rzodkiew biała 50 g, Pierś delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Baton szynkowy z kurczątką 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>), Cukinia pieczona z olejem * 100 g,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Brokuł gotowany* 100 g,	

Wartości odżywcze: E: 2256.11 kcal; B: 81.56 g; T: 101.63 g; Kw. tł. nasy.: 23.94 g; W: 274.3 g; W tym cukry: 21.89 g; Bł.: 43.74 g; Sól: 7.74 g; WW: 23.02 Por, Ener. z B: 14.46 %; Ener. z W: 40.88 %; Ener. z T: 40.54 %; Ener. z Bł.: 3.88 %; K: 3870.14 mg;

czwartek 2024-01-25 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzyca nerkowa		
Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g, Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Twarożek 30 g (<u>MLE</u>), Cukinia pieczona z olejem * 150 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie* 400 g (<u>SEL, GLU JECZ</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 120 g, Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 25 g, Buraczki gotowane (). 200 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt,	Podwieczorek: Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 40 g, Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Dynia z wody 150 g,	

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

czwartek 2024-01-25 Jadłospis dla diety: SZ-UL Nerkowa		
Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g, Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Twarożek 30 g (<u>MLE</u>), Cukinia pieczona z olejem * 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>), Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt,	Koperkowa z ziemniakami (*) b/s 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie* b/s 400 g (<u>SEL, GLU JECZ</u>), Sos pomidorowy (bez soli) 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g, Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 30 g, Buraczki gotowane (). 100 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
	Podwieczorek: Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml (<u>MLE</u>), Chrupki kukurydziane 20 g,	

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

<nazwa jednostki> <ulica>, <kod>

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-01-25 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dna moczanowa		
Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Hummus 50 g (<u>SEZ</u>), Jabłko 1 szt 1 szt, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>), Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie* 400 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Tofu 50 g (<u>SOJ.</u>), Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Mandarynka 2 szt,	Podwieczorek: Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2395.63 kcal; B: 57.72 g; T: 79.32 g; Kw. tł. nasy.: 28.25 g; W: 377.67 g; W tym cukry: 102.02 g; Bł.: 36.56 g; Sól: 6.32 g; WW: 34.13 Por; Ener. z B: 9.64 %; Ener. z W: 56.96 %; Ener. z T: 29.8 %; Ener. z Bł.: 3.05 %; K: 3531.43 mg;

czwartek 2024-01-25 Jadłospis dla diety: SZ-UL Atopowa		
Margaryna porcjowa 15g 2 szt, Filet z indyka gotowany 100 g, Marchew gotowana z olejem* 100 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, Wafle ryżowe 40 g,	Kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu)* 400 ml, Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>), Gulasz z udźca z indyka z warzywami (bez selera, bez glutenu) ATOPOWA 200 ml, Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g, Woda źródłana 250 ml,	Wafle ryżowe 40 g, Margaryna porcjowa 15g 2 szt, Pulpet drobiowy z indyka (bez glutenu, bez jaj) 100 g, Brokuł gotowany* 100 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Gruszka 2szt. 300 g,	Podwieczorek: Kasza jaglana na wodzie 200 ml, Mus z jabłek () z/c 150 g,	

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

czwartek 2024-01-25 Jadłospis dla diety: SZ-UL Niemowlaki		
Płatki owsiane na mleku 200 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>), Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Koperkowa z ziemniakami (*) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią* 300 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>), Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Buraczki gotowane (). 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, Pasta z wędliną drob wp i koperkiem 100 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>),
II Śniadanie: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt,	Podwieczorek: Budyń o smaku waniliowym z/c 100 ml (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 1932.58 kcal; B: 82.62 g; T: 70.41 g; Kw. tł. nasy.: 20.31 g; W: 248.32 g; W tym cukry: 78.72 g; Bł.: 18.55 g; Sól: 4.53 g; WW: 23.02 Por; Ener. z B: 17.1 %; Ener. z W: 47.56 %; Ener. z T: 32.79 %; Ener. z Bł.: 1.92 %; K: 2618.53 mg;

czwartek 2024-01-25 Jadłospis dla diety: SZ-UL papkowata niemowlaki		
Płatki owsiane na mleku 200 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>), Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Dżem 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Koperkowa z ziemniakami (*) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g, Klopsik drobiowy z indyka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml, Marchew gotowana z olejem* 150 g,	Ryż na wywarze jarzynowym 200 ml (<u>SEL.</u>), Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Buraczki gotowane (). 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, Pasta z wędliną drob wp i koperkiem 100 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>),
II Śniadanie: Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt,	Podwieczorek: Budyń o smaku waniliowym z/c 100 ml (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 1984.64 kcal; B: 82.31 g; T: 53.84 g; Kw. tł. nasy.: 13.29 g; W: 300.76 g; W tym cukry: 104.93 g; Bł.: 19.72 g; Sól: 4.93 g; WW: 28.29 Por; Ener. z B: 16.59 %; Ener. z W: 56.64 %; Ener. z T: 24.42 %; Ener. z Bł.: 1.99 %; K: 3813.87 mg;

<nazwa jednostki> <ulica>, <kod>

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-01-25 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dieta Mamy I trymestr		
Chleb razowy żytnio-pszeniczny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>), Jabłko 1 szt 1 szt , Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią*. 400 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Chleb razowy żytnio-pszeniczny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Pomidor 150 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml , Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g .
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszeniczny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE.</u>), Mandarynka 2 szt ,	Podwieczorek: Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2537.4 kcal; B: 111.28 g; T: 85.32 g; Kw. tł. nasy.: 29.34 g; W: 351.85 g; W tym cukry: 113.79 g; Bł.: 41.74 g; Sól: 7.47 g; WW: 31.07 Por; Ener. z B: 17.54 %; Ener. z W: 48.89 %; Ener. z T: 30.26 %; Ener. z Bł.: 3.29 %; K: 4591.07 mg;

czwartek 2024-01-25 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dieta Mamy II trymestr		
Chleb razowy żytnio-pszeniczny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>), Jabłko 1 szt 1 szt , Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią*. 400 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Chleb razowy żytnio-pszeniczny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Pomidor 150 g , Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszeniczny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE.</u>), Mandarynka 2 szt ,	Podwieczorek: Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2739.59 kcal; B: 113.81 g; T: 96.85 g; Kw. tł. nasy.: 36.75 g; W: 374.47 g; W tym cukry: 113.87 g; Bł.: 43.06 g; Sól: 8.11 g; WW: 33.21 Por; Ener. z B: 16.62 %; Ener. z W: 48.39 %; Ener. z T: 31.82 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 4594.4 mg;

czwartek 2024-01-25 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dieta Mamy III trymestr		
Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>), Chleb razowy żytnio-pszeniczny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>), Jabłko 1 szt 1 szt , Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią*. 400 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Chleb razowy żytnio-pszeniczny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Pomidor 150 g , Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszeniczny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE.</u>), Mandarynka 2 szt ,	Podwieczorek: Budyń o smaku waniliowym z/c 250 ml (<u>MLE.</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2928.74 kcal; B: 125.13 g; T: 104.49 g; Kw. tł. nasy.: 40.59 g; W: 393.63 g; W tym cukry: 132.64 g; Bł.: 43.82 g; Sól: 7.81 g; WW: 35.06 Por; Ener. z B: 17.09 %; Ener. z W: 47.78 %; Ener. z T: 32.11 %; Ener. z Bł.: 2.99 %; K: 5131.58 mg;

czwartek 2024-01-25 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dieta Mamy Okres Laktacji		
Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>), Chleb Graham 80 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>), Jabłko 1 szt 1 szt , Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią*. 450 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Chleb razowy żytnio-pszeniczny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Tofu 30 g (<u>SOJ.</u>), Pomidor 150 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml , Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g ,
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszeniczny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE.</u>), Mandarynka 2 szt ,	Podwieczorek: Budyń o smaku waniliowym z/c 250 ml (<u>MLE.</u>),	

Wartości odżywcze: E: 3038.83 kcal; B: 134.04 g; T: 109.85 g; Kw. tł. nasy.: 41.28 g; W: 399.5 g; W tym cukry: 132.39 g; Bł.: 42.82 g; Sól: 8.02 g; WW: 35.76 Por; Ener. z B: 17.64 %; Ener. z W: 46.95 %; Ener. z T: 32.53 %; Ener. z Bł.: 2.82 %; K: 5198.96 mg;

<nazwa jednostki> <ulica>, <kod>

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-01-25 Jadłospis dla diety: SZ-UL Ciąża mnoga (wysokobiałkowa)		
Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> , <u>OW</u>), Chleb Graham 80 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Jabłko 1 szt 1 szt, Sałata zielona 20 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u> , <u>GLU</u> , <u>JECZ</u>),	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią*. 450 g (<u>SEL</u> , <u>GLU</u> , <u>JECZ</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pomidor 150 g, Tofu 50 g (<u>SOJ</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Serek wiejski ziemisty 200g 1 szt (<u>MLE</u>), Mandarynka 2 szt,	Podwieczorek: Budyń o smaku waniliowym b/c 250 ml (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 3058.01 kcal; B: 142.54 g; T: 109.11 g; Kw. tł. nasy.: 39.96 g; W: 396.82 g; W tym cukry: 124.31 g; Bł.: 43.2 g; Sól: 8.27 g; WW: 35.49 Por; Ener. z B: 18.64 %; Ener. z W: 46.26 %; Ener. z T: 32.11 %; Ener. z Bł.: 2.83 %; K: 5233.31 mg;

czwartek 2024-01-25 Jadłospis dla diety: SZ-UL Posiłki regeneracyjne		
	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u>), Gryczotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią*. 400 g (<u>SEL</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u>),	

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

czwartek 2024-01-25 Jadłospis dla diety: SZ-UL Normalna Broniewskiego		
Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> , <u>OW</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Ser topiony 100 g (<u>MLE</u>), Jabłko 1 szt 1 szt, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u> , <u>GLU</u> , <u>JECZ</u>),	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią*. 400 g (<u>SEL</u> , <u>GLU</u> , <u>JECZ</u>), Sos pomidorowy 150 ml (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 100 g, Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
	Podwieczorek: Budyń o smaku waniliowym z/c 300 ml (<u>MLE</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	

Wartości odżywcze: E: 3009.55 kcal; B: 112 g; T: 109.49 g; Kw. tł. nasy.: 50.14 g; W: 408.52 g; W tym cukry: 116.29 g; Bł.: 35.2 g; Sól: 10.38 g; WW: 37.36 Por; Ener. z B: 14.89 %; Ener. z W: 49.62 %; Ener. z T: 32.74 %; Ener. z Bł.: 2.34 %; K: 4153.19 mg;

czwartek 2024-01-25 Jadłospis dla diety: SZ-UL Lekkostrawna Broniewskiego		
Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> , <u>OW</u>), Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Jabłko 1 szt 1 szt, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u> , <u>GLU</u> , <u>JECZ</u>),	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią*. 400 g (<u>SEL</u> , <u>GLU</u> , <u>JECZ</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pomidor b/skórki 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g ,
	Podwieczorek: Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	

Wartości odżywcze: E: 2474.15 kcal; B: 97.87 g; T: 83.65 g; Kw. tł. nasy.: 31.14 g; W: 343.41 g; W tym cukry: 101.94 g; Bł.: 24.84 g; Sól: 4.94 g; WW: 31.95 Por; Ener. z B: 15.82 %; Ener. z W: 51.5 %; Ener. z T: 30.43 %; Ener. z Bł.: 2.01 %; K: 3717.64 mg;

<nazwa jednostki> <ulica>, <kod>

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-01-25 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa CH Broniewskiego		
Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Salata zielona 20 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią*. 400 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Pierś delikatna z kurej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g, Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Ogórek świeży 100 g,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Brokuł gotowany* 100 g,	

Wartości odżywcze: E: 2273.47 kcal; B: 97.08 g; T: 78.81 g; Kw. tł. nasy.: 27.25 g; W: 313.62 g; W tym cukry: 43.33 g; Bł.: 42.59 g; Sól: 6.5 g; WW: 27.13 Por; Ener. z B: 17.08 %; Ener. z W: 47.69 %; Ener. z T: 31.2 %; Ener. z Bł.: 3.75 %; K: 4281.9 mg;

czwartek 2024-01-25 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa NCH Police Diabetologia		
Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Salata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią*. 450 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Pomidor 50 g, Pierś delikatna z kurej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 70 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Ogórek świeży 100 g,	Podwieczorek: Papryka świeża 100 g,	

Wartości odżywcze: E: 1827.13 kcal; B: 86.1 g; T: 61.7 g; Kw. tł. nasy.: 16.56 g; W: 247.07 g; W tym cukry: 21.56 g; Bł.: 31.6 g; Sól: 5.82 g; WW: 21.62 Por; Ener. z B: 18.85 %; Ener. z W: 47.17 %; Ener. z T: 30.39 %; Ener. z Bł.: 3.46 %; K: 3363.59 mg;

czwartek 2024-01-25 Jadłospis dla diety: SZ-UL Lekkostrawna Police		
Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>), Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt., Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią*. 400 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pomidor b/skórki 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, Pierś delikatna z kurej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g,
	Podwieczorek: Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: E: 2441.6 kcal; B: 97.68 g; T: 83.57 g; Kw. tł. nasy.: 31.08 g; W: 335.11 g; W tym cukry: 96.23 g; Bł.: 23.76 g; Sól: 4.94 g; WW: 31.23 Por; Ener. z B: 16 %; Ener. z W: 51.01 %; Ener. z T: 30.8 %; Ener. z Bł.: 1.95 %; K: 3683.94 mg;

czwartek 2024-01-25 Jadłospis dla diety: SZ-UL Neutropeniczna		
Płatki owsiane na mleku/p 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Bułka pszenna 75g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ.</u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>), Mus z truskawek* 200 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) OTS 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>), Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>), Sos boloński #OTS 200 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Fasolka szparagowa z bułką tartą i z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ.</u>), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 200 ml, Jabłko pieczone 1szt. 1 szt,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Bułka pszenna 75g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ.</u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>), Krakowska sucha wieprzowa 100g-kielbasa wieprzowa grubo rozdrobniona, wędzona, parzona, suszona w plastrach 1 szt, Kasza manna na mleku/p 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Przymak owocowy do smarowania 25g 25 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
	Podwieczorek: Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, Biszkopty b/m 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</u>), Budyń o smaku waniliowym z/c 1 szt 200 ml (<u>MLE</u>),	

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