

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USK nr 1 PUM Szczecin

Śniadanie - II Śniadanie

Obiad - Podwieczorek

Kolacja - Posiłek nocny

piątek 2024-02-16

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>), Twarożek 100 g (<u>MLE.</u>), Dżem 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>), Jabłko 1 szt 1 szt,	Marchewkowa z ziemniakami *(). 400 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g, Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>), Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g, Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>), Majonez 20 g (<u>JAJ, GOR.</u>), Rzodkiew biała 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
	Podwieczorek: Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2614.15 kcal; Białko ogółem: 93.35 g; Tłuszcz: 99.01 g; Kw. tł. nasy.: 31.32 g; Węglowodany ogółem: 350.99 g; W tym cukry: 84.59 g; Błonnik pok.: 37.42 g; Sól: 6.61 g; WW: 31.37 Por; : 14.28 %; : 47.98 %; Ener. z T: 34.09 %; Ener. z Bł.: 2.86 %; K: 4295.93 mg;

piątek 2024-02-16

Jadłospis dla diety: SZ-UL Normalna dla dzieci

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>), Dżem 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>), Jabłko 1 szt 1 szt,	Marchewkowa z ziemniakami *(). 400 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g, Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>), Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g, Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Bułka pszenna 75g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>), Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g, Majonez 20 g (<u>JAJ, GOR.</u>), Papryka świeża 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 200 ml,	Podwieczorek: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2753.42 kcal; Białko ogółem: 106.36 g; Tłuszcz: 101.28 g; Kw. tł. nasy.: 32.73 g; Węglowodany ogółem: 363.03 g; W tym cukry: 101.62 g; Błonnik pok.: 28.66 g; Sól: 7.46 g; WW: 33.4 Por; : 15.45 %; : 48.57 %; Ener. z T: 33.1 %; Ener. z Bł.: 2.08 %; K: 4070.31 mg;

piątek 2024-02-16

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>), Twarożek 100 g (<u>MLE.</u>), Dżem 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Marchewkowa z ziemniakami *(). 400 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g, Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>), Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g, Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>), Majonez 20 g (<u>JAJ, GOR.</u>), Papryka świeża 100 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 200 ml,	Podwieczorek: Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2639.79 kcal; Białko ogółem: 93.63 g; Tłuszcz: 98.88 g; Kw. tł. nasy.: 31.34 g; Węglowodany ogółem: 356.62 g; W tym cukry: 84.78 g; Błonnik pok.: 35.61 g; Sól: 6.6 g; WW: 32.18 Por; : 14.19 %; : 48.64 %; Ener. z T: 33.71 %; Ener. z Bł.: 2.7 %; K: 4243.69 mg;

piątek 2024-02-16

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, Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g, Dżem 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Marchewkowa z ziemniakami *() (bez mleka). 400 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g, Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>), Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g, Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>), Majonez 20 g (<u>JAJ, GOR.</u>), Papryka świeża 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 250 ml,	Podwieczorek: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2378.98 kcal; Białko ogółem: 77.19 g; Tłuszcz: 86.54 g; Kw. tł. nasy.: 17.05 g; Węglowodany ogółem: 337.83 g; W tym cukry: 69.13 g; Błonnik pok.: 31.37 g; Sól: 7.77 g; WW: 30.6 Por; : 12.98 %; : 51.53 %; Ener. z T: 32.74 %; Ener. z Bł.: 2.64 %; K: 3693.14 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-02-16 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, Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g, Dżem 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Marchewkowa z ziemniakami *) (bez mleka). 400 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g, Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>), Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g, Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>), Majonez 20 g (<u>JAJ, GOR.</u>), Papryka świeża 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 250 ml,	Podwieczorek: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2378.98 kcal; Białko ogółem: 77.19 g; Tłuszcz: 86.54 g; Kw. tł. nasy.: 17.05 g; Węglowodany ogółem: 337.83 g; W tym cukry: 69.13 g; Błonnik pok.: 31.37 g; Sól: 7.77 g; WW: 30.6 Por; : 12.98 %; : 51.53 %; Ener. z T: 32.74 %; Ener. z Bł.: 2.64 %; K: 3693.14 mg;

piątek 2024-02-16 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bezglutenowa		
Chleb bezglutenowy 100 g, Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Twarożek 150 g (<u>MLE.</u>), Dżem 70 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml,	Marchewkowa z ziemniakami (bez glutenu, bez mleka)*() 400 g (<u>SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g, Pulpet rybny (Morszczuk) (bez glutenu) 90 g (<u>JAJ, RYB.</u>), Sos cytrynowy (bez glutenu) 100 ml (<u>MLE.</u>), Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g, Warzywa po grecku* (bez glutenu) 100 g (<u>SEL.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb bezglutenowy 120 g, Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>), Majonez 20 g (<u>JAJ, GOR.</u>), Papryka świeża 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml,
II Śniadanie: Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 250 ml,	Podwieczorek: Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2284.52 kcal; Białko ogółem: 63.06 g; Tłuszcz: 86.14 g; Kw. tł. nasy.: 27.97 g; Węglowodany ogółem: 318.7 g; W tym cukry: 84.23 g; Błonnik pok.: 21.35 g; Sól: 3.5 g; WW: 29.76 Por; : 11.04 %; : 52.06 %; Ener. z T: 33.94 %; Ener. z Bł.: 1.87 %; K: 3302.05 mg;

piątek 2024-02-16 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bezglutenowa, bez mleka		
Chleb bezglutenowy 120 g, Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g, Dżem 70 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml,	Marchewkowa z ziemniakami (bez glutenu, bez mleka)*() 400 g (<u>SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g, Pulpet rybny (Morszczuk) (bez glutenu) 90 g (<u>JAJ, RYB.</u>), Warzywa po grecku* (bez glutenu) 100 g (<u>SEL.</u>), Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb bezglutenowy 120 g, Margaryna porcjowa 15g 2 szt, Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>), Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g, Majonez 20 g (<u>JAJ, GOR.</u>), Papryka świeża 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml,
II Śniadanie: Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 300 ml, Jabłko 1 szt 1 szt,	Podwieczorek: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2349.86 kcal; Białko ogółem: 58.65 g; Tłuszcz: 87.39 g; Kw. tł. nasy.: 19.28 g; Węglowodany ogółem: 340.4 g; W tym cukry: 95.83 g; Błonnik pok.: 21.47 g; Sól: 5.9 g; WW: 31.8 Por; : 9.98 %; : 54.29 %; Ener. z T: 33.47 %; Ener. z Bł.: 1.83 %; K: 3315.71 mg;

piątek 2024-02-16 Jadłospis dla diety: SZ-UL Bogatoreszkowa		
Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Twarożek 100 g (<u>MLE.</u>), Jabłko 1 szt 1 szt, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Marchewkowa z ziemniakami *) . 400 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g, Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>), Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g, Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</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>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>), Majonez 20 g (<u>JAJ, GOR.</u>), Papryka świeża 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Ogórek świeży 100 g,	Podwieczorek: Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2537.12 kcal; Białko ogółem: 94.49 g; Tłuszcz: 104.13 g; Kw. tł. nasy.: 34.15 g; Węglowodany ogółem: 323.53 g; W tym cukry: 77.17 g; Błonnik pok.: 45.35 g; Sól: 5.64 g; WW: 27.87 Por; : 14.9 %; : 43.86 %; Ener. z T: 36.94 %; Ener. z Bł.: 3.58 %; K: 5085.64 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-02-16 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>), Twarożek 150 g (<u>MLE</u>), Dżem 70 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Marchewkowa z ziemniakami (*) 400 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>), Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Warzywa po grecku* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g, Salata zielona 20 g, Dynia z wody 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml,
	Podwieczorek: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2307.07 kcal; Białko ogółem: 112.01 g; Tłuszcz: 74.98 g; Kw. tł. nasy.: 30.97 g; Węglowodany ogółem: 303.7 g; W tym cukry: 86.63 g; Błonnik pok.: 23.16 g; Sól: 5.51 g; WW: 28.04 Por; : 19.42 %; : 48.64 %; Ener. z T: 29.25 %; Ener. z Bł.: 2.01 %; K: 4362.02 mg;

piątek 2024-02-16 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dzieci łatwo strawna		
Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Twarożek 150 g (<u>MLE</u>), Dżem 70 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Marchewkowa z ziemniakami (*) 400 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>), Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Warzywa po grecku* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g, Salata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 200 ml,	Podwieczorek: Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2843.28 kcal; Białko ogółem: 132.61 g; Tłuszcz: 81.88 g; Kw. tł. nasy.: 34.11 g; Węglowodany ogółem: 403.12 g; W tym cukry: 102.35 g; Błonnik pok.: 25.73 g; Sól: 6.11 g; WW: 37.83 Por; : 18.66 %; : 53.09 %; Ener. z T: 25.92 %; Ener. z Bł.: 1.81 %; K: 4454.38 mg;

piątek 2024-02-16 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>), Twarożek 100 g (<u>MLE</u>), Dżem 50 g, Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Marchewkowa z ziemniakami (*) 400 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (<u>SEL</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 100 g (<u>SEL</u>), Dynia z wody 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml,
II Śniadanie: Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 250 ml,	Podwieczorek: Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Miód (25g) 1 szt, Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2350.26 kcal; Białko ogółem: 99.12 g; Tłuszcz: 45.65 g; Kw. tł. nasy.: 14.21 g; Węglowodany ogółem: 396.55 g; W tym cukry: 89.99 g; Błonnik pok.: 28.24 g; Sól: 5.6 g; WW: 36.84 Por; : 16.87 %; : 62.69 %; Ener. z T: 17.48 %; Ener. z Bł.: 2.4 %; K: 4569.39 mg;

piątek 2024-02-16 Jadłospis dla diety: SZ-UL Żołądkowa		
Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Twarożek 150 g (<u>MLE</u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt, Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Marchewkowa z ziemniakami (*) 400 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>), Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (<u>SEL</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 100 g (<u>SEL</u>), Dynia z wody 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
	Podwieczorek: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2330.28 kcal; Białko ogółem: 102.27 g; Tłuszcz: 77.49 g; Kw. tł. nasy.: 28.82 g; Węglowodany ogółem: 316.72 g; W tym cukry: 71.77 g; Błonnik pok.: 28.85 g; Sól: 5.08 g; WW: 28.78 Por; : 17.55 %; : 49.41 %; Ener. z T: 29.93 %; Ener. z Bł.: 2.48 %; K: 4682.88 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-02-16 Jadłospis dla diety: SZ-UL Specjalna bezmleczna		
Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 70 g, Dżem 70 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml.	Marchewkowa z ziemniakami *) (bez mleka). 400 g (<u>GLU PSZ. SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g, Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g (<u>GLU PSZ. JAJ. RYB.</u>), Sos cytrynowy (bez mleka) 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>), Warzywa po grecku* 150 g (<u>GLU PSZ. SEL.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml.	Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>), Dynia z wody 200 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml.
II Śniadanie: Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 300 ml.	Podwieczorek: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt.	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2308.52 kcal; Białko ogółem: 89.41 g; Tłuszcz: 62.5 g; Kw. tł. nasy.: 15.69 g; Węglowodany ogółem: 356.97 g; W tym cukry: 89.91 g; Błonnik pok.: 26.06 g; Sól: 6.98 g; WW: 32.95 Por.; : 15.49 %; : 57.34 %; Ener. z T: 24.37 %; Ener. z Bł.: 2.26 %; K: 4142.67 mg;

piątek 2024-02-16 Jadłospis dla diety: SZ-UL Papkowata		
Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u>), Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Twarożek 100 g (<u>MLE.</u>), Dżem 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE. GLU ŻYT. GLU JECZ.</u>).	Marchewkowa z ziemniakami *) (bez mleka). 400 g (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g, Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g (<u>GLU PSZ. JAJ. RYB.</u>), Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>), Warzywa po grecku* 150 g (<u>GLU PSZ. SEL.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml.	Ryż na wywarze jarzynowym. 300 ml (<u>SEL.</u>), Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Pasta z jaj z koperkiem-dieta 100 g (<u>JAJ. MLE.</u>), Dynia z wody 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml.
	Podwieczorek: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt.	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2516.47 kcal; Białko ogółem: 105.6 g; Tłuszcz: 83.57 g; Kw. tł. nasy.: 33.12 g; Węglowodany ogółem: 345.03 g; W tym cukry: 85.32 g; Błonnik pok.: 22.38 g; Sól: 4.7 g; WW: 32.29 Por.; : 16.78 %; : 51.29 %; Ener. z T: 29.89 %; Ener. z Bł.: 1.78 %; K: 4492.67 mg;

piątek 2024-02-16 Jadłospis dla diety: SZ-UL Papkowata cukrzycowa		
Zacierka na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>GLU PSZ. JAJ. SEL.</u>), Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Twarożek 150 g (<u>MLE.</u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE. GLU ŻYT. GLU JECZ.</u>).	Marchewkowa z ziemniakami *) (bez mleka). 400 g (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g, Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g (<u>GLU PSZ. JAJ. RYB.</u>), Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>), Warzywa po grecku * (bez cukru) 150 g (<u>GLU PSZ. SEL.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml.	Ryż na wywarze jarzynowym. 300 ml (<u>SEL.</u>), Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Pasta z jaj z koperkiem-dieta 100 g (<u>JAJ. MLE.</u>), Dynia z wody 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml.
II Śniadanie: Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>).	Podwieczorek: Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>).	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2603.69 kcal; Białko ogółem: 117.65 g; Tłuszcz: 91.93 g; Kw. tł. nasy.: 36.97 g; Węglowodany ogółem: 338.45 g; W tym cukry: 50.7 g; Błonnik pok.: 28.1 g; Sól: 5.06 g; WW: 31.05 Por.; : 18.07 %; : 47.68 %; Ener. z T: 31.78 %; Ener. z Bł.: 2.16 %; K: 4637.29 mg;

piątek 2024-02-16 Jadłospis dla diety: SZ-UL Płynna cukrzycowa		
Zacierka na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>GLU PSZ. JAJ. 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>).	Marchewkowa z ziemniakami *) (bez mleka). 400 g (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>), Ziemniaki () 50 g, Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL.</u>), Olej rzepakowy 10 g.	Ryż na wywarze jarzynowym. 400 ml (<u>SEL.</u>), Mięso drobiowe gotowane 100g 1 szt, Marchew gotowana z olejem* 100 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: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>).	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2045.89 kcal; Białko ogółem: 115.81 g; Tłuszcz: 117.3 g; Kw. tł. nasy.: 36.67 g; Węglowodany ogółem: 140.48 g; W tym cukry: 16.24 g; Błonnik pok.: 16.37 g; Sól: 3.87 g; WW: 12.36 Por.; : 22.64 %; : 24.26 %; Ener. z T: 51.6 %; Ener. z Bł.: 1.6 %; K: 3589.55 mg;

piątek 2024-02-16 Jadłospis dla diety: SZ-UL Płynna wysokobiałkowa		
Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u>), Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Mleko w proszku 50 g (<u>MLE.</u>), Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>).	Marchewkowa z ziemniakami *) (bez mleka). 400 g (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>), Ziemniaki () 50 g, Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL.</u>), Olej rzepakowy 10 g.	Ryż na wywarze jarzynowym. 400 ml (<u>SEL.</u>), Mięso drobiowe gotowane 100g 1 szt, Marchew gotowana z olejem* 100 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: Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>).	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2319.04 kcal; Białko ogółem: 118.47 g; Tłuszcz: 112.76 g; Kw. tł. nasy.: 40.16 g; Węglowodany ogółem: 217.27 g; W tym cukry: 57.62 g; Błonnik pok.: 16.51 g; Sól: 4.69 g; WW: 20.11 Por.; : 20.43 %; : 34.63 %; Ener. z T: 43.76 %; Ener. z Bł.: 1.42 %; K: 4267.37 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-02-16 Jadłospis dla diety: SZ-UL Przecierana		
Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</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 20 g (<u>MLE</u>),	Marchewkowa z ziemniakami *(<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) 150 g, Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL</u>), Olej rzepakowy 10 g,	Ryz na wywarze jarzynowym. 400 ml (<u>SEL</u>), Mięso drobiowe gotowane 100g 1 szt, Marchew gotowana z olejem* 100 g, Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>),
II Śniadanie: Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 200 ml,	Podwieczorek: Jogurt naturalny 2,5% tl 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2323.79 kcal; Białko ogółem: 99.79 g; Tłuszcz: 102.74 g; Kw. tł. nasy.: 36.89 g; Węglowodany ogółem: 260.79 g; W tym cukry: 53.77 g; Błonnik pok.: 20.1 g; Sól: 3.78 g; WW: 24.16 Por; : 17.18 %; : 41.43 %; Ener. z T: 39.79 %; Ener. z Bł.: 1.73 %; K: 4347.32 mg;

piątek 2024-02-16 Jadłospis dla diety: SZ-UL Niskokaloryczna		
Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Twarożek 100 g (<u>MLE</u>), Jabłko 1 szt 1 szt, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Marchewkowa z ziemniakami *(<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) 150 g, Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>), Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Surówka z kapusty kiszzonej z olejem (<u>GLU PSZ, MLE</u>) 100 g, Warzywa po grecku* (bez cukru) 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</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% 10 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Papryka świeża 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Kisiel z czarnej porzeczki b/c* 200 ml,	Podwieczorek: Jogurt naturalny 2,5% tl 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1699.35 kcal; Białko ogółem: 81.05 g; Tłuszcz: 61.88 g; Kw. tł. nasy.: 23.01 g; Węglowodany ogółem: 217.38 g; W tym cukry: 45.64 g; Błonnik pok.: 27.84 g; Sól: 4.04 g; WW: 19.01 Por; : 19.08 %; : 44.61 %; Ener. z T: 32.77 %; Ener. z Bł.: 3.28 %; K: 3737.12 mg;

piątek 2024-02-16 Jadłospis dla diety: SZ-UL Wysokobiałkowa/Wysokokaloryczna		
Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Piers delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osionce niejadalnej. 50 g, Twarożek 100 g (<u>MLE</u>), Dżem 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Marchewkowa z ziemniakami *(<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) 200 g, Pulpet rybny (Morszczuk) 180 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>), Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Warzywa po grecku* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</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>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g, Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Ser topiony 50 g (<u>MLE</u>), Sałata zielona 20 g,	Podwieczorek: Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 3065.95 kcal; Białko ogółem: 165.49 g; Tłuszcz: 106.92 g; Kw. tł. nasy.: 46.1 g; Węglowodany ogółem: 376.11 g; W tym cukry: 71.37 g; Błonnik pok.: 37.62 g; Sól: 9.97 g; WW: 33.93 Por; : 21.59 %; : 44.16 %; Ener. z T: 31.39 %; Ener. z Bł.: 2.45 %; K: 5011.55 mg;

piątek 2024-02-16 Jadłospis dla diety: SZ-UL Hematologiczna		
Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 35 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Twarożek 100 g (<u>MLE</u>), Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Marchewkowa z ziemniakami *(<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) z mięsem 400 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) 200 g, Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>), Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Warzywa po grecku* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 35 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g, Dynia z wody 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 200 ml,	Podwieczorek: Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2613.25 kcal; Białko ogółem: 111.53 g; Tłuszcz: 76.17 g; Kw. tł. nasy.: 30.62 g; Węglowodany ogółem: 381.5 g; W tym cukry: 88.37 g; Błonnik pok.: 34.58 g; Sól: 6.94 g; WW: 34.77 Por; : 17.07 %; : 53.1 %; Ener. z T: 26.23 %; Ener. z Bł.: 2.65 %; K: 4498.49 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-02-16 Jadłospis dla diety: SZ-UL Hematologiczna dziecięca		
Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Bułka pszenna 75g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Twarożek 100 g (<u>MLE.</u>), Dżem 50 g , Jabłko 1 szt 1 szt , Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Marchewkowa z ziemniakami (*) z mięsem 400 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g , Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>), Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>), Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Surówka z marchwi i selera () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Bułka pszenna 75g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Szyunkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g , Papryka świeża 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 200 ml ,	Podwieczorek: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt , Herbatniki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2637.87 kcal; Białko ogółem: 103.01 g; Tłuszcz: 75.84 g; Kw. tł. nasy.: 29.6 g; Węglowodany ogółem: 396.78 g; W tym cukry: 116.37 g; Błonnik pok.: 32.1 g; Sól: 6.95 g; WW: 36.55 Por; : 15.62 %; : 55.3 %; Ener. z T: 25.87 %; Ener. z Bł.: 2.43 %; K: 4263.37 mg;

piątek 2024-02-16 Jadłospis dla diety: SZ- UL Hematologiczna cukrzyca wysokobiałkowa/wys		
Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>), Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Twarożek 100 g (<u>MLE.</u>), Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g , Jabłko pieczone 1szt. 1 szt , Kawa z mlekiem instant. b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Marchewkowa z ziemniakami (*) z mięsem 400 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g , Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>), Warzywa po grecku* (bez cukru) 150 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>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>), Dynia z wody 50 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 2,5% tł 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>), Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2753.21 kcal; Białko ogółem: 145.55 g; Tłuszcz: 91.37 g; Kw. tł. nasy.: 39.8 g; Węglowodany ogółem: 351.93 g; W tym cukry: 55.72 g; Błonnik pok.: 39.88 g; Sól: 8.63 g; WW: 31.29 Por; : 21.15 %; : 45.34 %; Ener. z T: 29.87 %; Ener. z Bł.: 2.9 %; K: 5020.8 mg;

piątek 2024-02-16 Jadłospis dla diety: SZ- UL Hematologiczna łatwo strawna		
Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 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>),	Marchewkowa z ziemniakami (*) z mięsem 400 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g , Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>), Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>), Warzywa po grecku* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>), Dynia z wody 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 200 ml ,	Podwieczorek: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2482.43 kcal; Białko ogółem: 110.65 g; Tłuszcz: 73.53 g; Kw. tł. nasy.: 32.53 g; Węglowodany ogółem: 355.26 g; W tym cukry: 90.49 g; Błonnik pok.: 24.92 g; Sól: 4.79 g; WW: 33.05 Por; : 17.83 %; : 53.23 %; Ener. z T: 26.66 %; Ener. z Bł.: 2.01 %; K: 4692.52 mg;

piątek 2024-02-16 Jadłospis dla diety: SZ- UL Hematologiczna wysokobiałkowa		
Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, 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>), Twarożek 150 g (<u>MLE.</u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt , Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Marchewkowa z ziemniakami (*) z mięsem 400 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g , Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>), Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>), Warzywa po grecku* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb Graham 40 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>), Ogórek kiszony 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),	Podwieczorek: Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2676.86 kcal; Białko ogółem: 128.1 g; Tłuszcz: 79.98 g; Kw. tł. nasy.: 36.49 g; Węglowodany ogółem: 373.06 g; W tym cukry: 77.37 g; Błonnik pok.: 32.74 g; Sól: 7.53 g; WW: 34.07 Por; : 19.14 %; : 50.85 %; Ener. z T: 26.89 %; Ener. z Bł.: 2.45 %; K: 4592.8 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-02-16		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>), Twarożek 100 g (<u>MLE.</u>), Papryka świeża 50 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Marchewkowa z ziemniakami *(). 400 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g, Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>), Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>), Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 100 g, Kalafior gotowany* 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 100 g (<u>SEL.</u>), Rzodkiew biała 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Ogórek świeży 100 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1995.33 kcal; Białko ogółem: 96.7 g; Tłuszcz: 70.7 g; Kw. tł. nasy.: 25.81 g; Węglowodany ogółem: 261.26 g; W tym cukry: 34.97 g; Błonnik pok.: 37.72 g; Sól: 5.42 g; WW: 22.42 Por; : 19.39 %; : 44.81 %; Ener. z T: 31.89 %; Ener. z Bł.: 3.78 %; K: 4859.34 mg;

piątek 2024-02-16		Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa wysokolaryczna/wysokobiałkowa
Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>), Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE.</u>), Piers delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g, Twarożek 100 g (<u>MLE.</u>), Papryka świeża 50 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Marchewkowa z ziemniakami *(). 400 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g, Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>), Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>), Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 100 g, Kalafior gotowany* 100 g, 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>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>), Rzodkiew biała 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Fasolka szparagowa z wody* 100 g,	Posiłek nocny: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Ser topiony 50 g (<u>MLE.</u>), Sałata zielona 20 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2891.72 kcal; Białko ogółem: 142.12 g; Tłuszcz: 109.36 g; Kw. tł. nasy.: 49.8 g; Węglowodany ogółem: 355.64 g; W tym cukry: 44.91 g; Błonnik pok.: 43.09 g; Sól: 9.69 g; WW: 31.45 Por; : 19.66 %; : 43.23 %; Ener. z T: 34.03 %; Ener. z Bł.: 2.98 %; K: 5350.15 mg;

piątek 2024-02-16		Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa wątrobowa/trzustkowa
Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Twarożek 100 g (<u>MLE.</u>), Piers delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 70 g, Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,	Marchewkowa z ziemniakami *(). 400 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g, Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>), Bukiet jarzyn gotowany (bez oleju)* 150 g (<u>SEL.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>), Dynia z wody 200 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),	Podwieczorek: Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Marchew gotowana (bez oleju)* 100 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2339.16 kcal; Białko ogółem: 123.33 g; Tłuszcz: 50.65 g; Kw. tł. nasy.: 22.44 g; Węglowodany ogółem: 359.94 g; W tym cukry: 48.25 g; Błonnik pok.: 32.87 g; Sól: 7.77 g; WW: 32.76 Por; : 21.09 %; : 55.93 %; Ener. z T: 19.49 %; Ener. z Bł.: 2.81 %; K: 4557.31 mg;

piątek 2024-02-16		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>), Twarożek 100 g (<u>MLE.</u>), Ogórek świeży 150 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Marchewkowa z ziemniakami *(). 400 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g, Pulpet rybny (Morszczuk) 180 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>), Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>), Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 100 g, Kalafior gotowany* 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>), Papryka świeża 150 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Pomidor 100 g,	Posiłek nocny: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>), Sałata zielona 20 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2473.01 kcal; Białko ogółem: 131.64 g; Tłuszcz: 88.91 g; Kw. tł. nasy.: 34.24 g; Węglowodany ogółem: 306.16 g; W tym cukry: 42.02 g; Błonnik pok.: 44.8 g; Sól: 6.96 g; WW: 26.21 Por; : 21.29 %; : 42.27 %; Ener. z T: 32.36 %; Ener. z Bł.: 3.62 %; K: 5678.27 mg;

Jadłospis dla oddziałów

piątek 2024-02-16 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>), Twarożek 100 g (<u>MLE</u>), Ogórek świeży 150 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Marchewkowa z ziemniakami *(<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g, Pulpet rybny (Morszczuk) 180 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>), Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Surówka wielowarzywna z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>), Kalafor gotowany* 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>), Papryka świeża 150 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Pomidor 100 g,	Posiłek nocny: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Ser żółty 25 g (<u>MLE</u>), Sałata zielona 20 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2479.3 kcal; Białko ogółem: 132.38 g; Tłuszcz: 86.97 g; Kw. tł. nasy.: 34.11 g; Węglowodany ogółem: 311.78 g; W tym cukry: 47.07 g; Błonnik pok.: 45.48 g; Sól: 6.87 g; WW: 26.72 Por; : 21.36 %; : 42.96 %; Ener. z T: 31.57 %; Ener. z Bł.: 3.67 %; K: 5726.33 mg;

piątek 2024-02-16 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>), Pomidor 50 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),	Marchewkowa z ziemniakami *(<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g, Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>), Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 100 g, Warzywa po grecku * (bez cukru) 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>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>), Szyunkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g, Papryka świeża 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb Graham 35 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Pierś delikatna z kunej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 25 g, Gruszka 1szt. 150 g, Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt,	Podwieczorek: Chleb Graham 35 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Serek wiejski ziemisty 200g 1 szt (<u>MLE</u>), Ogórek świeży 100 g,	Posiłek nocny: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Ser topiony 50 g (<u>MLE</u>), Sałata zielona 20 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 3110.03 kcal; Białko ogółem: 149.91 g; Tłuszcz: 127.47 g; Kw. tł. nasy.: 51.56 g; Węglowodany ogółem: 363.54 g; W tym cukry: 55.43 g; Błonnik pok.: 44.53 g; Sól: 11.51 g; WW: 31.94 Por; : 19.28 %; : 41.03 %; Ener. z T: 36.89 %; Ener. z Bł.: 2.86 %; K: 5256.86 mg;

piątek 2024-02-16 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa bezmleczna		
Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Pierś delikatna z kunej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 70 g, Rzodkiew biała 100 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,	Marchewkowa z ziemniakami *(<u>GLU PSZ, SEL.</u>) (bez mleka). 400 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g, Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>), Sos cytrynowy (bez mleka) 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 100 g, Kalafor gotowany* 100 g, 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, Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>), Szyunkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g, Papryka świeża 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Pomidor 100 g, Tofu 50 g (<u>SOJ.</u>),	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Fasolka szparagowa z wody* 150 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2291.26 kcal; Białko ogółem: 107.12 g; Tłuszcz: 95.69 g; Kw. tł. nasy.: 25.17 g; Węglowodany ogółem: 274.46 g; W tym cukry: 25.26 g; Błonnik pok.: 45.88 g; Sól: 9.1 g; WW: 22.97 Por; : 18.7 %; : 39.91 %; Ener. z T: 37.59 %; Ener. z Bł.: 4 %; K: 5022.06 mg;

piątek 2024-02-16 Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzyca nerkowa		
Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 120 g, Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Twarożek 50 g (<u>MLE</u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,	Marchewkowa z ziemniakami *(<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki () 200 g, Pulpet rybny (Morszczuk) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>), Sos cytrynowy (bez mleka) 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (<u>SEL.</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 120 g, Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>), Dynia z wody 100 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 60 g, Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Szpinak gotowany z olejem* 50 g (<u>GLU PSZ.</u>),	Podwieczorek: Sok pomidorowy 0,3l 1 szt,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2212.37 kcal; Białko ogółem: 50.58 g; Tłuszcz: 91.61 g; Kw. tł. nasy.: 29.64 g; Węglowodany ogółem: 294.71 g; W tym cukry: 34.12 g; Błonnik pok.: 43.06 g; Sól: 7.92 g; WW: 25.11 Por; : 9.14 %; : 45.5 %; Ener. z T: 37.27 %; Ener. z Bł.: 3.89 %; K: 3636.58 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-02-16 Jadłospis dla diety: SZ-UL Nerkowa		
Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 120 g , Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Twarożek 30 g (<u>MLE</u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,	Marchewkowa z ziemniakami (*) 400 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g , Pulpet rybny (Morszczuk) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>), Sos cytrynowy (bez mleka) 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (<u>SEL</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 120 g , Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Dynia z wody 150 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
	Podwieczorek: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt , Sałatka z makaronu- dieta* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2206.22 kcal; Białko ogółem: 50.14 g; Tłuszcz: 83.47 g; Kw. tł. nasy.: 24.09 g; Węglowodany ogółem: 314.3 g; W tym cukry: 55.29 g; Błonnik pok.: 41.34 g; Sól: 6.49 g; WW: 27.16 Por; : 9.09 %; : 49.49 %; Ener. z T: 34.05 %; Ener. z Bł.: 3.75 %; K: 3830.22 mg;

piątek 2024-02-16 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dna moczanowa		
Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb razowy żytnio-pszenno 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Twarożek 100 g (<u>MLE</u>), Dżem 50 g , Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Marchewkowa z ziemniakami (*) 400 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g , Gulasz warzywny z ciecierzycą * 300 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 150 g , Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb razowy żytnio-pszenno 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Sałata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 200 ml ,	Podwieczorek: Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2430.93 kcal; Białko ogółem: 77.06 g; Tłuszcz: 78.32 g; Kw. tł. nasy.: 29.14 g; Węglowodany ogółem: 367.35 g; W tym cukry: 84.95 g; Błonnik pok.: 37.67 g; Sól: 7.03 g; WW: 33.05 Por; : 12.68 %; : 54.25 %; Ener. z T: 29 %; Ener. z Bł.: 3.1 %; K: 4142.62 mg;

piątek 2024-02-16 Jadłospis dla diety: SZ-UL Atopowa		
Wafle ryżowe 40 g , Margaryna porcjowa 15g 2 szt , Filet z indyka gotowany 100 g , Ogórek świeży 150 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,	Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka, bez selera*)() 400 ml (<u>GLU JECZ</u>), Ziemniaki () 200 g , Gołąbki zawijane z kapustą ryżem i mięsem z indyka (bez jaj) ATOPOWA 240 g , Sos jarzynowy (bez selera, bez glutenu) 100 ml , Brokuł gotowany* 150 g , Woda źródłana 250 ml ,	Zapiekanka z ziemniaków i warzyw*- dieta Atopowa 400 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,
II Śniadanie: Kisiel z jabłek z/c* 200 ml ,	Podwieczorek: Ryż na wodzie 200 ml , Mus z jabłek () z/c 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2115.5 kcal; Białko ogółem: 110.25 g; Tłuszcz: 58.88 g; Kw. tł. nasy.: 14.2 g; Węglowodany ogółem: 297.43 g; W tym cukry: 43.15 g; Błonnik pok.: 28.08 g; Sól: 3.69 g; WW: 26.9 Por; : 20.85 %; : 50.93 %; Ener. z T: 25.05 %; Ener. z Bł.: 2.65 %; K: 5862.78 mg;

piątek 2024-02-16 Jadłospis dla diety: SZ-UL Niemowlaki		
Zacierka na mleku 200 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Twarożek 50 g (<u>MLE</u>), Dżem 50 g , Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Marchewkowa z ziemniakami (*) 200 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 100 g , Pulpet rybny (Morszczuk) 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>), Sos cytrynowy 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Warzywa po grecku* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml ,	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Szyunkowa z indyka-produkt białkowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g , Pomidor biskórki 50 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
II Śniadanie: Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 200 ml ,	Podwieczorek: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1605.45 kcal; Białko ogółem: 67.84 g; Tłuszcz: 43.26 g; Kw. tł. nasy.: 18.9 g; Węglowodany ogółem: 243.32 g; W tym cukry: 84 g; Błonnik pok.: 15.38 g; Sól: 3.55 g; WW: 22.85 Por; : 16.9 %; : 56.79 %; Ener. z T: 24.25 %; Ener. z Bł.: 1.92 %; K: 2741.02 mg;

Jadłospis dla oddziałów

piątek 2024-02-16 Jadłospis dla diety: SZ-UL papkowata niemowlaki		
Zacierka na mleku 200 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>), Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Twarożek 50 g (<u>MLE,</u>), Dżem 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>),	Marchewkowa z ziemniakami *(<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemiaki (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Pulpet rybny (Morszczuk) 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>), Sos cytrynowy 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Warzywa po grecku* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Ryz na wywarze jarzynowym 200 ml (<u>SEL,</u>), Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (<u>JAJ, MLE,</u>), Marchew gotowana z olejem* 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 200 ml,	Podwieczorek: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1786.03 kcal; Białko ogółem: 71.11 g; Tłuszcz: 54.13 g; Kw. tł. nasy.: 22.04 g; Węglowodany ogółem: 261.73 g; W tym cukry: 86.55 g; Błonnik pok.: 17.36 g; Sól: 3.29 g; WW: 24.45 Por.; : 15.93 %; : 54.73 %; Ener. z T: 27.28 %; Ener. z Bł.: 1.94 %; K: 2954.6 mg;

piątek 2024-02-16 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>), Twarożek 100 g (<u>MLE,</u>), Jabłko 1 szt 1 szt, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>),	Marchewkowa z ziemniakami *(<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemiaki (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemiaki (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>), Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Surówka z kapusty kiszzonej z olejem (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) 100 g, Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE,</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u>), Majonez 20 g (<u>JAJ, GOR,</u>), Papryka świeża 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Kisiel z czarnej porzeczki b/c* 200 ml,	Podwieczorek: Sałatka z makaronu razowego z brokulem 150 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2535.91 kcal; Białko ogółem: 96.24 g; Tłuszcz: 102.65 g; Kw. tł. nasy.: 32.4 g; Węglowodany ogółem: 324.42 g; W tym cukry: 78.44 g; Błonnik pok.: 42.06 g; Sól: 5.96 g; WW: 28.32 Por.; : 15.18 %; : 44.54 %; Ener. z T: 36.43 %; Ener. z Bł.: 3.32 %; K: 5177.97 mg;

piątek 2024-02-16 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dieta Mamy II trymestr		
Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE,</u>), Twarożek 100 g (<u>MLE,</u>), Jabłko 1 szt 1 szt, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>),	Marchewkowa z ziemniakami *(<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemiaki (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemiaki (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>), Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Surówka z kapusty kiszzonej z olejem (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) 100 g, Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE,</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u>), Majonez 20 g (<u>JAJ, GOR,</u>), Papryka świeża 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Kisiel z czarnej porzeczki b/c* 200 ml,	Podwieczorek: Sałatka z makaronu razowego z brokulem 150 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,</u>), Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2595.51 kcal; Białko ogółem: 96.38 g; Tłuszcz: 102.43 g; Kw. tł. nasy.: 32.5 g; Węglowodany ogółem: 337.6 g; W tym cukry: 77.16 g; Błonnik pok.: 38.08 g; Sól: 6.35 g; WW: 30.02 Por.; : 14.85 %; : 46.16 %; Ener. z T: 35.52 %; Ener. z Bł.: 2.93 %; K: 4954.77 mg;

piątek 2024-02-16 Jadłospis dla diety: SZ-UL Dieta Mamy III trymestr		
Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>), Chleb Graham 80 g (<u>GLU PSZ,</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE,</u>), Twarożek 100 g (<u>MLE,</u>), Jabłko 1 szt 1 szt, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>),	Marchewkowa z ziemniakami *(<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemiaki (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemiaki (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>), Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Surówka z kapusty kiszzonej z olejem (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) 100 g, Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE,</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u>), Majonez 20 g (<u>JAJ, GOR,</u>), Papryka świeża 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Kisiel z czarnej porzeczki b/c* 200 ml,	Podwieczorek: Sałatka z makaronu razowego z brokulem 150 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2776.01 kcal; Białko ogółem: 110.45 g; Tłuszcz: 108.35 g; Kw. tł. nasy.: 35.55 g; Węglowodany ogółem: 356.75 g; W tym cukry: 89.74 g; Błonnik pok.: 40.68 g; Sól: 6.29 g; WW: 31.71 Por.; : 15.91 %; : 45.54 %; Ener. z T: 35.13 %; Ener. z Bł.: 2.93 %; K: 5531.17 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-02-16		Jadłospis dla diety: SZ-UL Dieta Mamy Okres Laktacji
Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Chleb Graham 80 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Twarożek 150 g (<u>MLE</u>), Jabłko 1 szt 1 szt, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>),	Marchewkowa z ziemniakami *(). 400 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>), Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Surówka wielowarzywna z olejem () 100 g (<u>SEL</u>), Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Majonez 20 g (<u>JAJ, GOR</u>), Papryka świeża 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Kisiel z czarnej porzeczki b/c* 200 ml,	Podwieczorek: Sałatka z makaronu razowego z brokulem 150 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2834.38 kcal; Białko ogółem: 119.4 g; Tłuszcz: 108.5 g; Kw. tł. nasy.: 36.72 g; Węglowodany ogółem: 362.29 g; W tym cukry: 94.5 g; Błonnik pok.: 41.36 g; Sól: 6.23 g; WW: 32.23 Por; : 16.85 %; : 45.29 %; Ener. z T: 34.45 %; Ener. z Bł.: 2.92 %; K: 5637.44 mg;

piątek 2024-02-16		Jadłospis dla diety: SZ-UL Cięża mnoga (wysokobiałkowa)
Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Chleb Graham 80 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Twarożek 150 g (<u>MLE</u>), Jabłko 1 szt 1 szt, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>),	Marchewkowa z ziemniakami *(). 400 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Pulpet rybny (Morszczuk) 180 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>), Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g, Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Papryka świeża 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Kisiel z czarnej porzeczki b/c* 200 ml, Wafle ryżowe 30 g,	Podwieczorek: Sałatka z makaronu razowego z brokulem 150 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2995.21 kcal; Białko ogółem: 147.24 g; Tłuszcz: 99.19 g; Kw. tł. nasy.: 33.63 g; Węglowodany ogółem: 394.82 g; W tym cukry: 91.7 g; Błonnik pok.: 42.06 g; Sól: 6.75 g; WW: 35.39 Por; : 19.66 %; : 47.11 %; Ener. z T: 29.81 %; Ener. z Bł.: 2.81 %; K: 5986.42 mg;

piątek 2024-02-16		Jadłospis dla diety: SZ-UL Posiłki regeneracyjne
	Marchewkowa z ziemniakami *(). 400 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Ryba smażona (Morszczuk) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>), Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g, Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1017.62 kcal; Białko ogółem: 43.09 g; Tłuszcz: 38.98 g; Kw. tł. nasy.: 3.63 g; Węglowodany ogółem: 130.52 g; W tym cukry: 14.04 g; Błonnik pok.: 15.78 g; Sól: 2.26 g; WW: 11.47 Por; : 16.94 %; : 45.1 %; Ener. z T: 34.47 %; Ener. z Bł.: 3.1 %; K: 3139.02 mg;

piątek 2024-02-16		Jadłospis dla diety: SZ-UL Normalna Broniewskiego
Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), 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>), Twarożek 100 g (<u>MLE</u>), Dżem 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>),	Marchewkowa z ziemniakami *(). 400 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>), Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g, Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Majonez 20 g (<u>JAJ, GOR</u>), Papryka świeża 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
	Podwieczorek: Sałatka z makaronu razowego z brokulem 150 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 3005.92 kcal; Białko ogółem: 109.43 g; Tłuszcz: 115.24 g; Kw. tł. nasy.: 36.17 g; Węglowodany ogółem: 396.52 g; W tym cukry: 92.42 g; Błonnik pok.: 37.07 g; Sól: 7.61 g; WW: 35.98 Por; : 14.56 %; : 47.83 %; Ener. z T: 34.5 %; Ener. z Bł.: 2.47 %; K: 4853.16 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-02-16		Jadłospis dla diety: SZ-UL Lekkostrawna Broniewskiego
Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Twarożek 100 g (<u>MLE</u>), Dżem 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Marchewkowa z ziemniakami *(). 400 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>), Warzywa po grecku* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml, Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>),	Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
	Podwieczorek: Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml, Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2554.57 kcal; Białko ogółem: 119.75 g; Tłuszcz: 83.5 g; Kw. tł. nasy.: 32.44 g; Węglowodany ogółem: 341.46 g; W tym cukry: 87.52 g; Błonnik pok.: 21.78 g; Sól: 4.6 g; WW: 32.08 Por.; : 18.75 %; : 50.06 %; Ener. z T: 29.42 %; Ener. z Bł.: 1.7 %; K: 4314.83 mg;

piątek 2024-02-16		Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa CH Broniewskiego
Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Twarożek 100 g (<u>MLE</u>), Papryka świeża 50 g, Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Marchewkowa z ziemniakami *(). 400 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>), Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g, Kalafior gotowany* 100 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Rzodkiew biała 50 g, Szyngowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Fasolka szparagowa z wody* 150 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2399.27 kcal; Białko ogółem: 116.57 g; Tłuszcz: 70.53 g; Kw. tł. nasy.: 28.27 g; Węglowodany ogółem: 347.07 g; W tym cukry: 49.61 g; Błonnik pok.: 47.1 g; Sól: 7.6 g; WW: 30.27 Por.; : 19.43 %; : 50.01 %; Ener. z T: 26.46 %; Ener. z Bł.: 3.93 %; K: 5315.62 mg;

piątek 2024-02-16		Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa NCH Police Diabetologia
Chleb Graham 90 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Twarożek 150 g (<u>MLE</u>), Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,	Marchewkowa z ziemniakami *(). 400 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>), Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Kalafior gotowany* 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb Graham 90 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Szyngowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g, Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 100 g (<u>SEL</u>), Papryka świeża 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Ogórek świeży 100 g,	Podwieczorek: Rzodkiew biała 100 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1815.71 kcal; Białko ogółem: 109.08 g; Tłuszcz: 56.36 g; Kw. tł. nasy.: 19.38 g; Węglowodany ogółem: 234.84 g; W tym cukry: 27.2 g; Błonnik pok.: 33.1 g; Sól: 5.46 g; WW: 20.24 Por.; : 24.03 %; : 44.44 %; Ener. z T: 27.94 %; Ener. z Bł.: 3.65 %; K: 4718.13 mg;

piątek 2024-02-16		Jadłospis dla diety: SZ-UL Lekkostrawna Police
Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Twarożek 100 g (<u>MLE</u>), Dżem 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),	Marchewkowa z ziemniakami *(). 400 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 200 g, Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>), Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Warzywa po grecku* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 16.67 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
	Podwieczorek: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2358.71 kcal; Białko ogółem: 102.29 g; Tłuszcz: 77.88 g; Kw. tł. nasy.: 32.42 g; Węglowodany ogółem: 321.89 g; W tym cukry: 82.7 g; Błonnik pok.: 20.53 g; Sól: 4.32 g; WW: 30.19 Por.; : 17.35 %; : 51.11 %; Ener. z T: 29.72 %; Ener. z Bł.: 1.74 %; K: 4364.44 mg;