

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USK nr 1 PUM Szczecin		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>sobota 2024-02-17</b> <b>Jadłospis dla diety: SZ-UL Normalna</b>		
Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 80 g, Ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), Pomidor 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, Kociółek meksykański z wieprzowiną i fasolą 300 g ( <u>SEL</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), Ogórek kiszony 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
<b>Podwieczorek:</b> Makaron drobny z jabłkiem prażonym 200 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2440.65 kcal; Białko ogółem: 82.11 g; Tłuszcz: 89.81 g; Kw. tł. nasy.: 44.12 g; Węglowodany ogółem: 339.05 g; W tym cukry: 65.36 g; Błonnik pok.: 29.46 g; Sól: 9.98 g; WW: 31.07 Por.; : 13.46 %; : 50.74 %; Ener. z T: 33.12 %; Ener. z Bł.: 2.41 %; K: 4034.07 mg;

<b>sobota 2024-02-17</b> <b>Jadłospis dla diety: SZ-UL Normalna dla dzieci</b>		
Bułka pszenna 75g 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ.</u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 80 g, Ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), Pomidor 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ),	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Ziemniaki () 200 g, Kociółek meksykański z wieprzowiną i fasolą 300 g ( <u>SEL</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Bułka pszenna 75g 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ.</u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Serek Fromage 80 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ), Salata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
<b>II Śniadanie:</b> Bułka maślana 1 szt 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ),	<b>Podwieczorek:</b> Makaron drobny z jabłkiem prażonym 200 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2892.67 kcal; Białko ogółem: 89.67 g; Tłuszcz: 107.82 g; Kw. tł. nasy.: 56.96 g; Węglowodany ogółem: 395.79 g; W tym cukry: 80.63 g; Błonnik pok.: 25.49 g; Sól: 9.35 g; WW: 37.13 Por.; : 12.4 %; : 51.21 %; Ener. z T: 33.55 %; Ener. z Bł.: 1.76 %; K: 3983.35 mg;

<b>sobota 2024-02-17</b> <b>Jadłospis dla diety: SZ-UL Wegetariańska</b>		
Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), Pomidor 100 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> ), Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> ), Gulasz ziemniaczano-jarzynowy * 300 g ( <u>SEL</u> ), Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g ( <u>MLE, SEL</u> ), Buraczki oprószone () 100 g ( <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> ), Ogórek kiszony 100 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
<b>II Śniadanie:</b> Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ),	<b>Podwieczorek:</b> Makaron drobny z jabłkiem prażonym 200 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2715.16 kcal; Białko ogółem: 88.72 g; Tłuszcz: 83.74 g; Kw. tł. nasy.: 35.64 g; Węglowodany ogółem: 424.92 g; W tym cukry: 75.45 g; Błonnik pok.: 42.2 g; Sól: 9.22 g; WW: 38.4 Por.; : 13.07 %; : 56.38 %; Ener. z T: 27.76 %; Ener. z Bł.: 3.11 %; K: 4965.93 mg;

<b>sobota 2024-02-17</b> <b>Jadłospis dla diety: SZ-UL Bezmleczna</b>		
Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 80 g, Ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka, bez glutenu) (*). 400 ml ( <u>SEL</u> ), Ziemniaki () 200 g, Kociółek meksykański z wieprzowiną i fasolą 300 g ( <u>SEL</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Tofu 150 g ( <u>SOJ</u> ), Ogórek kiszony 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
<b>II Śniadanie:</b> Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Dżem 25 g 2 szt,	<b>Podwieczorek:</b> Sok pomidorowy 0,3l 1 szt,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2384.28 kcal; Białko ogółem: 76.66 g; Tłuszcz: 90.7 g; Kw. tł. nasy.: 27.17 g; Węglowodany ogółem: 327.12 g; W tym cukry: 51.6 g; Błonnik pok.: 29.35 g; Sól: 10.78 g; WW: 30.02 Por.; : 12.86 %; : 49.95 %; Ener. z T: 34.24 %; Ener. z Bł.: 2.46 %; K: 3558.29 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-02-17 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: SZ-UL Bez laktozy</span>		
Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ), Margaryna porcjowa 15g 1 szt., Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 80 g, Ketchup 20 g ( <u>SEL.</u> ), Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka, bez glutenu)*(). 400 ml ( <u>SEL.</u> ), Ziemniaki () 200 g, Kociołek meksykański z wieprzowiną i fasolą 300 g ( <u>SEL.</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ), Margaryna porcjowa 15g 1 szt., Ogórek kiszony 50 g, Ser żółty b/laktozy dojrzewający pl. Gouda 70 g ( <u>MLE b/LAK.</u> ), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLUPSZ,                      GLU ŻYT.</u> ), Margaryna porcjowa 15g 1 szt., Dżem 25 g 1 szt.,	Podwieczorek: Sok pomidorowy 0,3l 1 szt.,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2381.58 kcal; Białko ogółem: 75.58 g; Tłuszcz: 95.99 g; Kw. tł. nasy.: 37.42 g; Węglowodany ogółem: 315.87 g; W tym cukry: 42.1 g; Błonnik pok.: 29.35 g; Sól: 11.6 g; WW: 28.77 Por; : 12.69 %; : 48.12 %; Ener. z T: 36.27 %; Ener. z Bł.: 2.46 %; K: 3558.29 mg;

sobota 2024-02-17 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: SZ-UL Bezglutenowa</span>		
Chleb bezglutenowy 100 g, Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE.</u> ), Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 80 g, Ketchup 20 g ( <u>SEL.</u> ), Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Koperkowa z ziemniakami (bez glutenu) (*) 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ), Ziemniaki () 200 g, Kociołek meksykański z wieprzowiną i fasolą 300 g ( <u>SEL.</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb bezglutenowy 100 g, Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE.</u> ), Ser żółty 50 g ( <u>MLE.</u> ), Ogórek kiszony 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 40 g, Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ), Dżem 25 g 1 szt.,	Podwieczorek: Sok pomidorowy 0,3l 1 szt.,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2199.66 kcal; Białko ogółem: 55.8 g; Tłuszcz: 96.9 g; Kw. tł. nasy.: 43.04 g; Węglowodany ogółem: 279.05 g; W tym cukry: 41.54 g; Błonnik pok.: 15.7 g; Sól: 6.81 g; WW: 26.5 Por; : 10.15 %; : 47.89 %; Ener. z T: 39.65 %; Ener. z Bł.: 1.43 %; K: 3358.77 mg;

sobota 2024-02-17 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: SZ-UL Bezglutenowa, bez mleka</span>		
Chleb bezglutenowy 100 g, Margaryna porcjowa 15g 1 szt., Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 80 g, Ketchup 20 g ( <u>SEL.</u> ), Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka, bez glutenu)*(). 400 ml ( <u>SEL.</u> ), Ziemniaki () 200 g, Kociołek meksykański z wieprzowiną i fasolą 300 g ( <u>SEL.</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb bezglutenowy 100 g, Margaryna porcjowa 15g 1 szt., Tofu 100 g ( <u>SOJ.</u> ), Ogórek kiszony 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 40 g, Margaryna porcjowa 15g 1 szt., Dżem 25 g 2 szt.,	Podwieczorek: Sok pomidorowy 0,3l 1 szt.,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2203.28 kcal; Białko ogółem: 54.58 g; Tłuszcz: 93.87 g; Kw. tł. nasy.: 25.75 g; Węglowodany ogółem: 287.68 g; W tym cukry: 50.32 g; Błonnik pok.: 15.7 g; Sól: 6.4 g; WW: 27.4 Por; : 9.91 %; : 49.38 %; Ener. z T: 38.34 %; Ener. z Bł.: 1.43 %; K: 3335.09 mg;

sobota 2024-02-17 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: SZ-UL Bogatoreszkowa</span>		
Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE.</u> ), Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 80 g, Ogórek świeży 150 g, Ketchup 20 g ( <u>SEL.</u> ), Kawa z mlekiem instant. 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ),	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml ( <u>GLUPSZ,                      MLE, SEL.</u> ), Ziemniaki () 200 g, Kociołek meksykański z wieprzowiną i fasolą 300 g ( <u>SEL.</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE.</u> ), Ser żółty 50 g ( <u>MLE.</u> ), Ogórek kiszony 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLUPSZ, GLU                      ŻYT.</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ), Papryka świeża 100 g,	Podwieczorek: Makaron razowy z jabłkiem prażonym 200 g ( <u>GLUPSZ, MLE.</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2454.22 kcal; Białko ogółem: 85 g; Tłuszcz: 95.22 g; Kw. tł. nasy.: 47 g; Węglowodany ogółem: 331.04 g; W tym cukry: 75.5 g; Błonnik pok.: 40.81 g; Sól: 10.89 g; WW: 29.1 Por; : 13.85 %; : 47.3 %; Ener. z T: 34.92 %; Ener. z Bł.: 3.33 %; K: 4981.48 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-02-17 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: SZ-UL Łatwo strawna</span>		
Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLUPSZ</u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Parówki z fileta z kurczaka wyrób drobiowy homogenizowany, wędzony, parzony bez osłonki 80 g, Pomidor 50 g, Ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), Kawa z mlekiem instant. 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> ),	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Ziemniaki () 200 g, Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g ( <u>GLUPSZ, SEL</u> ), Buraczki oprószone () 150 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLUPSZ</u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR</u> ), Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
<b>Podwieczorek:</b> Makaron drobny z jabłkiem prażonym 250 g ( <u>GLUPSZ, MLE</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2302.5 kcal; Białko ogółem: 93.5 g; Tłuszcz: 61.91 g; Kw. tł. nasy.: 23.98 g; Węglowodany ogółem: 353.15 g; W tym cukry: 82.83 g; Błonnik pok.: 23.62 g; Sól: 7.47 g; WW: 33.01 Por; : 16.24 %; : 57.25 %; Ener. z T: 24.2 %; Ener. z Bł.: 2.05 %; K: 4691.29 mg;

sobota 2024-02-17 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: SZ-UL Dzieci łatwo strawna</span>		
Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW</u> ), Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLUPSZ</u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 80 g, Pomidor b/skórki 50 g, Ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), Kawa z mlekiem instant. 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> ),	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Ziemniaki () 200 g, Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g ( <u>GLUPSZ, SEL</u> ), Buraczki oprószone () 150 g ( <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> ), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR</u> ), Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
<b>II Śniadanie:</b> Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt,		
<b>Podwieczorek:</b> Drożdżówka różne 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2761.16 kcal; Białko ogółem: 99.73 g; Tłuszcz: 84.78 g; Kw. tł. nasy.: 38.06 g; Węglowodany ogółem: 410.63 g; W tym cukry: 83.19 g; Błonnik pok.: 26.62 g; Sól: 7.89 g; WW: 38.51 Por; : 14.45 %; : 55.63 %; Ener. z T: 27.63 %; Ener. z Bł.: 1.93 %; K: 5099.8 mg;

sobota 2024-02-17 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: SZ-UL Trzustkowa/Wątrobowa</span>		
Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLUPSZ</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Seler z pietruszką gotowany (bez oleju) () 50 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Kawa z mlekiem instant. 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> ),	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Ziemniaki () 200 g, Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g ( <u>GLUPSZ, SEL</u> ), Buraczki gotowane () 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLUPSZ</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z kurczaka 100 g, Cukinia pieczona z olejem * 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
<b>II Śniadanie:</b> Bułka maślana 1 szt 1 szt ( <u>GLUPSZ, JAJ, MLE</u> ),		
<b>Podwieczorek:</b> Makaron drobny z jabłkiem prażonym 200 g ( <u>GLUPSZ, MLE</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2430.25 kcal; Białko ogółem: 117.6 g; Tłuszcz: 45.62 g; Kw. tł. nasy.: 15.8 g; Węglowodany ogółem: 402.92 g; W tym cukry: 87.18 g; Błonnik pok.: 27.72 g; Sól: 7.29 g; WW: 37.47 Por; : 19.36 %; : 61.76 %; Ener. z T: 16.89 %; Ener. z Bł.: 2.28 %; K: 5514.6 mg;

sobota 2024-02-17 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: SZ-UL Żołądkowa</span>		
Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLUPSZ</u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Seler z pietruszką gotowany z olejem () 50 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Kawa z mlekiem instant. 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> ),	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Ziemniaki () 200 g, Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g ( <u>GLUPSZ, SEL</u> ), Buraczki oprószone () 150 g ( <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> ), Pasta z kurczaka 100 g, Cukinia pieczona z olejem * 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
<b>Podwieczorek:</b> Makaron drobny z jabłkiem prażonym 200 g ( <u>GLUPSZ, MLE</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2334.24 kcal; Białko ogółem: 109.64 g; Tłuszcz: 68.44 g; Kw. tł. nasy.: 27.06 g; Węglowodany ogółem: 334.56 g; W tym cukry: 79.89 g; Błonnik pok.: 26.12 g; Sól: 6.29 g; WW: 30.81 Por; : 18.79 %; : 52.85 %; Ener. z T: 26.39 %; Ener. z Bł.: 2.24 %; K: 5645.68 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-02-17      Jadłospis dla diety: SZ-UL Specjalna bezmleczna		
Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g, Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka, bez glutenu)*(). 400 ml ( <u>SEL</u> ), Ziemniaki () 250 g, Potrawka drobiowa z warzywami* 250 g ( <u>GLU PSZ SEL</u> ), Buraczki gotowane () 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Pasta z kurczaka 100 g, Cukinia pieczona z olejem * 100 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Bułka pszenna długa krojona 30 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Dżem 50 g,	Podwieczorek: Sok pomidorowy 0,3l 1 szt,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2402.45 kcal; Białko ogółem: 105.72 g; Tłuszcz: 75.08 g; Kw. tł. nasy.: 19.32 g; Węglowodany ogółem: 342.76 g; W tym cukry: 70.07 g; Błonnik pok.: 30.43 g; Sól: 7.82 g; WW: 31.16 Por; : 17.6 %; : 52 %; Ener. z T: 28.13 %; Ener. z Bł.: 2.53 %; K: 5855.04 mg;

sobota 2024-02-17      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> ), Seler z pietruszką gotowany z olejem () 50 g ( <u>GLU PSZ SEL</u> ), Kawa z mlekiem instant. 250 ml ( <u>MLE GLU ŻYT GLU JEZ</u> ),	Koperkowa z ziemniakami ()* 400 ml ( <u>GLU PSZ MLE SEL</u> ), Ziemniaki () 200 g, Potrawka drobiowa () 200 g ( <u>GLU PSZ SEL</u> ), Buraczki gotowane () 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> ), Pasta z wędliną drob wp i natką pietruszki 100 g ( <u>może zawierać: MLE GOR</u> ), Pasta warzywna* 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
	Podwieczorek: Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2539.93 kcal; Białko ogółem: 113.67 g; Tłuszcz: 87.1 g; Kw. tł. nasy.: 30.32 g; Węglowodany ogółem: 338.16 g; W tym cukry: 74.04 g; Błonnik pok.: 30.74 g; Sól: 6.5 g; WW: 30.84 Por; : 17.9 %; : 48.41 %; Ener. z T: 30.86 %; Ener. z Bł.: 2.42 %; K: 5404.76 mg;

sobota 2024-02-17      Jadłospis dla diety: SZ-UL Papkowata cukrzycowa		
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> ), Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ), Seler z pietruszką gotowany z olejem () 50 g ( <u>GLU PSZ SEL</u> ), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,	Koperkowa z ziemniakami ()* 400 ml ( <u>GLU PSZ MLE SEL</u> ), Ziemniaki () 200 g, Buraczki gotowane () 150 g, Potrawka drobiowa () 200 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 wędliną drob wp i natką pietruszki 100 g ( <u>może zawierać: MLE GOR</u> ), Pasta warzywna* 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2353.77 kcal; Białko ogółem: 102.35 g; Tłuszcz: 86.92 g; Kw. tł. nasy.: 25.55 g; Węglowodany ogółem: 304.21 g; W tym cukry: 32.32 g; Błonnik pok.: 29.58 g; Sól: 6.15 g; WW: 27.51 Por; : 17.39 %; : 46.67 %; Ener. z T: 33.24 %; Ener. z Bł.: 2.51 %; K: 4931.9 mg;

sobota 2024-02-17      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 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, Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <u>SEL</u> ), Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ</u> ), Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE</u> ),
II Śniadanie: Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: Kisiel z czarnej porzeczki b/c* 200 ml,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2033.09 kcal; Białko ogółem: 118.57 g; Tłuszcz: 102.89 g; Kw. tł. nasy.: 38.23 g; Węglowodany ogółem: 167.41 g; W tym cukry: 20.18 g; Błonnik pok.: 18.29 g; Sól: 3.49 g; WW: 14.74 Por; : 23.33 %; : 29.34 %; Ener. z T: 45.54 %; Ener. z Bł.: 1.8 %; K: 4142.49 mg;

sobota 2024-02-17      Jadłospis dla diety: SZ-UL Płynna wysokobiałkowa		
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 1 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 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, Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <u>SEL</u> ), Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE</u> ),
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2184.8 kcal; Białko ogółem: 107.3 g; Tłuszcz: 87.81 g; Kw. tł. nasy.: 33.71 g; Węglowodany ogółem: 252.06 g; W tym cukry: 79.28 g; Błonnik pok.: 18.06 g; Sól: 3.92 g; WW: 23.35 Por; : 19.65 %; : 42.84 %; Ener. z T: 36.17 %; Ener. z Bł.: 1.65 %; K: 5261.87 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-02-17 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: SZ-UL Przecierana</span>		
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 ki 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 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ), Buraczki gotowane () 100 g, Olej rzepakowy 10 g,	Ryż na wywarze jarzynowym 200 ml ( <u>SEL.</u> ), Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g, Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <u>SEL.</u> ),
II Śniadanie: Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ),	Podwieczorek: Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2140.97 kcal; Białko ogółem: 102.78 g; Tłuszcz: 87.52 g; Kw. tł. nasy.: 32.3 g; Węglowodany ogółem: 246.04 g; W tym cukry: 54.88 g; Błonnik pok.: 19.28 g; Sól: 3.76 g; WW: 22.69 Por; : 19.2 %; : 42.37 %; Ener. z T: 36.79 %; Ener. z Bł.: 1.8 %; K: 4860.04 mg;

sobota 2024-02-17 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: SZ-UL Niskokaloryczna</span>		
Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Pomidor 50 g, Kawa z mlekem instant b/c. 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ),	Koperkowa z ziemniakami * 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ), Ziemniaki () 200 g, Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ), Buraczki gotowane () 100 g, Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g ( <u>MLE, 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> ), Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ), Ogórek kiszony 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ),	Podwieczorek: Makaron drobny z jabłkiem prażonym 200 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1635.16 kcal; Białko ogółem: 90.56 g; Tłuszcz: 40.87 g; Kw. tł. nasy.: 17.28 g; Węglowodany ogółem: 242.41 g; W tym cukry: 53.33 g; Błonnik pok.: 31.06 g; Sól: 6.74 g; WW: 21.18 Por; : 22.15 %; : 51.7 %; Ener. z T: 22.49 %; Ener. z Bł.: 3.8 %; K: 4479.4 mg;

sobota 2024-02-17 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: SZ-UL Wysokobiałkowa/Wysokokaloryczna</span>		
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> ), Kielbasa biała luksusowa-produkt bezglutenowy z kurczaka średnio rozdrobniony, parzony, w osłonce jadalnej-kolagen wołowy 100 g, Ketchup 20 g ( <u>SEL.</u> ), Pomidor 50 g, Kawa z mlekem instant. 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ),	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ), Ziemniaki () 200 g, Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ), Buraczki oprószone () 150 g ( <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> ), Serek Fromage 80 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ), Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Serek truskawkowy termizowany 100g 1 szt ( <u>MLE.</u> ),	Podwieczorek: Drożdżówka różne 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 3107.64 kcal; Białko ogółem: 117.63 g; Tłuszcz: 109.83 g; Kw. tł. nasy.: 57.07 g; Węglowodany ogółem: 425.87 g; W tym cukry: 69.01 g; Błonnik pok.: 34.17 g; Sól: 9.16 g; WW: 39.34 Por; : 15.14 %; : 50.42 %; Ener. z T: 31.81 %; Ener. z Bł.: 2.2 %; K: 5277.65 mg;

sobota 2024-02-17 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: SZ-UL Hematologiczna</span>		
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> ), Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 80 g, Musztarda 20 g ( <u>GOR.</u> ), Ogórek kiszony 50 g, Kawa z mlekem instant. 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ),	Koperkowa z ziemniakami (*) (z mięsem) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ), Ziemniaki () 200 g, Kociołek meksykański z wieprzowiną i fasolą 300 g ( <u>SEL.</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Chleb Graham 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE.</u> ), Serek Fromage 80 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ), Cukinia pieczona z olejem * 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ),	Podwieczorek: Drożdżówka różne 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 3223.76 kcal; Białko ogółem: 105.82 g; Tłuszcz: 131.99 g; Kw. tł. nasy.: 63.67 g; Węglowodany ogółem: 414.22 g; W tym cukry: 60.48 g; Błonnik pok.: 29.09 g; Sól: 10.57 g; WW: 38.68 Por; : 13.13 %; : 47.79 %; Ener. z T: 36.85 %; Ener. z Bł.: 1.8 %; K: 4722.77 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-02-17      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> ), Szyonka dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 50 g, Pomidor 50 g, Kawa z mlekiem instant. 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ),	Koperkowa z ziemniakami (*) (z mięsem) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ), Ziemniaki () 200 g, Potrawka drobiowa z warzywami* 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ), Buraczki oprószone () 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ), Surówka z selera i jabłka () 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> ), Serek Fromage 80 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ), Salata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Serek truskawkowy termizowany 100g 1 szt ( <u>MLE.</u> ),	Podwieczorek: Drożdżówka różne 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2891.73 kcal; Białko ogółem: 98.84 g; Tłuszcz: 100.14 g; Kw. tł. nasy.: 53.44 g; Węglowodany ogółem: 408.68 g; W tym cukry: 60.68 g; Błonnik pok.: 28.65 g; Sól: 8.6 g; WW: 38.09 Por; : 13.67 %; : 52.57 %; Ener. z T: 31.17 %; Ener. z Bł.: 1.98 %; K: 4440.65 mg;

sobota 2024-02-17      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> ), Ser żółty 50 g ( <u>MLE.</u> ), Seler z pietruszką gotowany z olejem () 50 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ), Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ),	Koperkowa z ziemniakami (*) (z mięsem) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ), Ziemniaki () 200 g, Kociołek meksykański z wieprzowiną i fasolą 300 g ( <u>SEL.</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb Graham 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE.</u> ), Szyonka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ), Cukinia pieczona z olejem* 150 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ),	Podwieczorek: Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ), Twaróg półtłusty 50 g ( <u>MLE.</u> ),	Posiłek nocny: Chleb Graham 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ), Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2796.08 kcal; Białko ogółem: 137.05 g; Tłuszcz: 108.73 g; Kw. tł. nasy.: 47.41 g; Węglowodany ogółem: 335.61 g; W tym cukry: 41.34 g; Błonnik pok.: 39.25 g; Sól: 9.14 g; WW: 29.8 Por; : 19.61 %; : 42.4 %; Ener. z T: 35 %; Ener. z Bł.: 2.81 %; K: 5434.9 mg;

sobota 2024-02-17      Jadłospis dla diety: SZ- UL Hematologiczna 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> ), Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 80 g, Ketchup 20 g ( <u>SEL.</u> ), Seler z pietruszką gotowany z olejem () 50 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ), Kawa z mlekiem instant. 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ),	Koperkowa z ziemniakami (*) (z mięsem) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ), Ziemniaki () 200 g, Potrawka drobiowa z warzywami* 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ), Buraczki oprószone () 150 g ( <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> ), Szyonka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ), Cukinia pieczona z olejem* 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ),	Podwieczorek: Makaron drobny z jabłkiem prażonym 300 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2917.55 kcal; Białko ogółem: 125.26 g; Tłuszcz: 97.77 g; Kw. tł. nasy.: 37.27 g; Węglowodany ogółem: 397.46 g; W tym cukry: 104.79 g; Błonnik pok.: 29.41 g; Sól: 8.17 g; WW: 36.87 Por; : 17.17 %; : 50.46 %; Ener. z T: 30.16 %; Ener. z Bł.: 2.02 %; K: 5800.69 mg;

sobota 2024-02-17      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> ), Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 80 g, Ketchup 20 g ( <u>SEL.</u> ), Seler z pietruszką gotowany z olejem () 50 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ), Kawa z mlekiem instant. 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ),	Koperkowa z ziemniakami (*) (z mięsem) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ), Ziemniaki () 200 g, Kociołek meksykański z wieprzowiną i fasolą 300 g ( <u>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> ), Serek Fromage 80 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ), Cukinia pieczona z olejem* 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ),	Podwieczorek: Makaron drobny z jabłkiem prażonym 300 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 3148.23 kcal; Białko ogółem: 119.96 g; Tłuszcz: 124.58 g; Kw. tł. nasy.: 59 g; Węglowodany ogółem: 400.99 g; W tym cukry: 94.55 g; Błonnik pok.: 35.9 g; Sól: 9.17 g; WW: 36.71 Por; : 15.24 %; : 46.39 %; Ener. z T: 35.62 %; Ener. z Bł.: 2.28 %; K: 5376.68 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-02-17 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa niskocholesterolowa</span>		
Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Pomidor 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, Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ), Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g ( <u>MLE, SEL.</u> ), Brokuł 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 z kurczaka 100 g, Salata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Serek homo naturalny 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> ), Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadłej 30 g, Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 150 g,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2078.85 kcal; Białko ogółem: 121.59 g; Tłuszcz: 65.04 g; Kw. tł. nasy.: 23.09 g; Węglowodany ogółem: 273.99 g; W tym cukry: 35.84 g; Błonnik pok.: 44.55 g; Sól: 7.58 g; WW: 23.09 Por; : 23.39 %; : 44.15 %; Ener. z T: 28.16 %; Ener. z Bł.: 4.29 %; K: 5892.04 mg;

sobota 2024-02-17 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa wysokolaryczna/wysokobiałkowa</span>		
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> ), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Pomidor 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, Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ), Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g ( <u>MLE, SEL.</u> ), Brokuł 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> ), Ser żółty 50 g ( <u>MLE.</u> ), Papryka świeża 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ),	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ), Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 150 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> ), Salata zielona 20 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2805.38 kcal; Białko ogółem: 132.16 g; Tłuszcz: 102.71 g; Kw. tł. nasy.: 48.38 g; Węglowodany ogółem: 365.22 g; W tym cukry: 50.01 g; Błonnik pok.: 51.34 g; Sól: 9.28 g; WW: 31.56 Por; : 18.84 %; : 44.75 %; Ener. z T: 32.95 %; Ener. z Bł.: 3.66 %; K: 6194.7 mg;

sobota 2024-02-17 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa wątrobowa/trzustkowa</span>		
Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 70 g, Seler z pietruszką gotowany z olejem () 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ), 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, Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ), Buraczki gotowane () 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ), Pasta z kurczaka 100 g, Kukinia pieczona bez oleju * 150 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Sok pomidorowy 0,3l 1 szt,	Podwieczorek: Makaron drobny z jabłkami b/c () 300 g ( <u>GLU PSZ.</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2351.25 kcal; Białko ogółem: 119.78 g; Tłuszcz: 50.24 g; Kw. tł. nasy.: 19.96 g; Węglowodany ogółem: 373.2 g; W tym cukry: 46.75 g; Błonnik pok.: 36.59 g; Sól: 7.94 g; WW: 33.61 Por; : 20.38 %; : 57.27 %; Ener. z T: 19.23 %; Ener. z Bł.: 3.11 %; K: 6096.4 mg;

sobota 2024-02-17 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa ciężarnych</span>		
Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ), Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt ( <u>MLE.</u> ), Ogórek świeży 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> ), Ziemniaki () 200 g, Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ), Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g ( <u>MLE, SEL.</u> ), Brokuł 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% 16.67 g ( <u>MLE.</u> ), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ), Rzodkiew biała 150 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ), Papryka świeża 100 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ), Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 150 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> ), Salata zielona 20 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2528.09 kcal; Białko ogółem: 126.04 g; Tłuszcz: 87.39 g; Kw. tł. nasy.: 33.63 g; Węglowodany ogółem: 340.57 g; W tym cukry: 54.82 g; Błonnik pok.: 59.99 g; Sól: 9.2 g; WW: 28.18 Por; : 19.94 %; : 44.39 %; Ener. z T: 31.11 %; Ener. z Bł.: 4.75 %; K: 6775.94 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-02-17 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa dla matek karmiących</span>		
Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Serek wiejski ziemisty 200g 1 szt ( <u>MLE</u> ), Ogórek świeży 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> ), Ziemniaki ( ) 200 g, Potrawka drobiowa z warzywami* 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ), Surówka z selera i jabłka b/c ( ) 100 g ( <u>MLE, SEL.</u> ), Brokuł 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% 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ), Rzodkiew biała 150 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ), Papryka świeża 100 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ), Surówka z kapusty białej z olejem b/c ( ) 150 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> ), Salata zielona 20 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2528.09 kcal; Białko ogółem: 126.02 g; Tłuszcz: 87.39 g; Kw. tł. nasy.: 33.63 g; Węglowodany ogółem: 340.57 g; W tym cukry: 54.82 g; Błonnik pok.: 59.99 g; Sól: 9.2 g; WW: 28.18 Por; : 19.94 %; : 44.39 %; Ener. z T: 31.11 %; Ener. z Bł.: 4.75 %; K: 6772.74 mg;

sobota 2024-02-17 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa dla dzieci</span>		
Chleb Graham 120 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Serek wiejski ziemisty 200g 1 szt ( <u>MLE</u> ), Pomidor 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, Potrawka drobiowa z warzywami* 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ), Brokuł gotowany* 100 g, Surówka z selera i jabłka b/c ( ) 100 g ( <u>MLE, 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> ), Serek Fromage 80 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ), Papryka świeża 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Jabłko 1 szt 1 szt, Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ), Surówka z kapusty białej z olejem b/c ( ) 150 g, Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ),	Posiłek nocny: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ), Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ), Salata zielona 20 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 3060.98 kcal; Białko ogółem: 133.29 g; Tłuszcz: 120.18 g; Kw. tł. nasy.: 63.14 g; Węglowodany ogółem: 389.31 g; W tym cukry: 60.96 g; Błonnik pok.: 55.73 g; Sól: 10.89 g; WW: 33.5 Por; : 17.42 %; : 43.59 %; Ener. z T: 35.34 %; Ener. z Bł.: 3.64 %; K: 6253.9 mg;

sobota 2024-02-17 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa bezmleczna</span>		
Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka, bez glutenu) (*). 400 ml ( <u>SEL.</u> ), Ziemniaki ( ) 200 g, Potrawka drobiowa z warzywami* 250 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ), Brokuł gotowany* 100 g, Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g ( <u>SEL.</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g, Rzodkiew biała 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Papryka świeża 100 g,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Surówka z kapusty białej z olejem ( ) 150 g,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2271.49 kcal; Białko ogółem: 89.35 g; Tłuszcz: 76 g; Kw. tł. nasy.: 21.42 g; Węglowodany ogółem: 338.3 g; W tym cukry: 36.12 g; Błonnik pok.: 58.43 g; Sól: 9.35 g; WW: 28.05 Por; : 15.73 %; : 49.28 %; Ener. z T: 30.11 %; Ener. z Bł.: 5.14 %; K: 5876.51 mg;

sobota 2024-02-17 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzyca nerkowa</span>		
Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 120 g, Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z kurczaka 30 g, Seler z pietruszką gotowany z olejem ( ) 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ), Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,	Koperkowa z ziemniakami ( )* 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ), Gulasz ziemniaczano-jarzynowy* 400 g ( <u>SEL.</u> ), Buraczki gotowane ( ) 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g, Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ), Cukinia pieczona z olejem* 150 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Sok pomidorowy 0,3l 1 szt,	Podwieczorek: Makaron drobny z jabłkami b/c ( ) 250 g ( <u>GLU PSZ.</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2277.37 kcal; Białko ogółem: 51.89 g; Tłuszcz: 74.14 g; Kw. tł. nasy.: 21.85 g; Węglowodany ogółem: 359.56 g; W tym cukry: 36.74 g; Błonnik pok.: 50.3 g; Sól: 7.96 g; WW: 30.85 Por; : 9.11 %; : 54.32 %; Ener. z T: 29.3 %; Ener. z Bł.: 4.42 %; K: 5638.65 mg;



## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-02-17 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: SZ-UL Nerkowa</span>		
Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g , Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 80 g , Seiler z pietruszką gotowany z olejem () 50 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Gulasz ziemniaczano-jarzynowy * 400 g ( <u>SEL</u> ), Buraczki oprószone () 150 g ( <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> ), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR</u> ), Cukinia pieczona z olejem * 150 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
<b>Podwieczorek:</b> Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 50 g , Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Miód (25g) 1 szt ,		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2443.49 kcal; Białko ogółem: 39.48 g; Tłuszcz: 105.63 g; Kw. tł. nasy.: 34.91 g; Węglowodany ogółem: 336.55 g; W tym cukry: 48.62 g; Błonnik pok.: 41.85 g; Sól: 8.62 g; WW: 29.43 Por; : 6.46 %; : 48.24 %; Ener. z T: 38.91 %; Ener. z Bł.: 3.43 %; K: 4811.52 mg;

sobota 2024-02-17 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: SZ-UL Dna moczanowa</span>		
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> ), Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ), Pomidor 50 g , Kawa z mlekiem instant. 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> ),	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Gulasz ziemniaczano-jarzynowy * 400 g ( <u>SEL</u> ), Buraczki oprószone () 150 g ( <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> ), Twarożek 100 g ( <u>MLE</u> ), Salata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
<b>II Śniadanie:</b> Wafle ryżowe 30 g ,		
<b>Podwieczorek:</b> Makaron drobny z jabłkiem prażonym 200 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2444.77 kcal; Białko ogółem: 82.88 g; Tłuszcz: 60.33 g; Kw. tł. nasy.: 26 g; Węglowodany ogółem: 410.28 g; W tym cukry: 79.99 g; Błonnik pok.: 35.42 g; Sól: 5.86 g; WW: 37.59 Por; : 13.56 %; : 61.33 %; Ener. z T: 22.21 %; Ener. z Bł.: 2.9 %; K: 5060.1 mg;

sobota 2024-02-17 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: SZ-UL Atopowa</span>		
Wafle ryżowe 40 g , Margaryna porcjowa 15g 2 szt , Pulpet drobiowy z indyka (bez jaj, bez glutenu) 100 g , Ogórek świeży 150 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,	Brokułowa z ziemniakami (bez miodku, bez selera) (*) 400 ml , Ziemniaki () 250 g , Udziec z indyka b/s b/k 120 g , Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 150 g , Woda źródlana 250 ml ,	Risotto z mięsa z udźca z indyka i warzywami* 400 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml ,
<b>II Śniadanie:</b> Banan 1szt. 1 szt , Marchwianka () 300 ml ,		
<b>Podwieczorek:</b> Płatki owsiane na wodzie 200 ml ( <u>GLU OW</u> ), Mus z jabłek () b/c 150 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2257.93 kcal; Białko ogółem: 108.6 g; Tłuszcz: 58.42 g; Kw. tł. nasy.: 14.25 g; Węglowodany ogółem: 340.65 g; W tym cukry: 67.44 g; Błonnik pok.: 36.97 g; Sól: 3.8 g; WW: 30.36 Por; : 19.24 %; : 53.8 %; Ener. z T: 23.29 %; Ener. z Bł.: 3.27 %; K: 6192.53 mg;

sobota 2024-02-17 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: SZ-UL Niemowlaki</span>		
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> ), Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 40 g , Pomidor b/skórki 50 g , Kawa z mlekiem instant. 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> ),	Koperkowa z ziemniakami (*) 200 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Ziemniaki () 100 g , Potrawka drobiowa z warzywami * 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Buraczki oprószone () 150 g ( <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> ), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR</u> ), Salata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml ,
<b>II Śniadanie:</b> Jabłko pieczone 1szt. 1 szt ,		
<b>Podwieczorek:</b> Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1553.87 kcal; Białko ogółem: 64.82 g; Tłuszcz: 48.14 g; Kw. tł. nasy.: 23.52 g; Węglowodany ogółem: 222.64 g; W tym cukry: 72.52 g; Błonnik pok.: 17.89 g; Sól: 4.54 g; WW: 20.51 Por; : 16.69 %; : 52.71 %; Ener. z T: 27.89 %; Ener. z Bł.: 2.3 %; K: 3239 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-02-17      Jadłospis dla diety: SZ-UL pakwowata 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> ), Dżem 25 g 1 szt., Kawa z makiem instant. 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ),	Koperkowa z ziemniakami (*) 200 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ), Ziemniaki ( ) 100 g, Pulpét drobiowy 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ), Sos koperkowy * 50 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ), Buraczki oprószane ( ) 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Ryż na wywarze jarzynowym 200 ml ( <u>SEL.</u> ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ), Pasta z wędliną drob wp i natką pietruszki 100 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ), Pasta warzywna* 100 g ( <u>SEL.</u> ), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Jablko pieczone 1szt. 1 szt,	Podwieczorek: Jogurt owoce leśne 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1933.4 kcal; Białko ogółem: 83.04 g; Tłuszcz: 61.07 g; Kw. tł. nasy.: 19.41 g; Węglowodany ogółem: 271.24 g; W tym cukry: 92.29 g; Błonnik pok.: 21.09 g; Sól: 5.03 g; WW: 25.16 Por.; : 17.18 %; : 51.75 %; Ener. z T: 28.43 %; Ener. z Bł.: 2.18 %; K: 3570 mg;

sobota 2024-02-17      Jadłospis dla diety: SZ-UL Dieta Mamy I trymestr		
Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ), Kielbasa biała luksusowa-produkt bezglutenowy z kurczaka średnio rozdrobniony, parzony, w osłonce jadalnej-kolagen wołowy 100 g, Ogórek świeży 150 g, Kawa z makiem instant. 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ),	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ), Ziemniaki ( ) 200 g, Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ), Surówka z selera i jabłka b/c ( ) 100 g ( <u>MLE, SEL.</u> ), Buraczki oprószane ( ) 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE.</u> ), Serek Fromage 80 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ), Ogórek kiszony 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ), Papryka świeża 100 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Podwieczorek: Makaron drobny z jabłkiem prażonym 200 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2597.75 kcal; Białko ogółem: 109 g; Tłuszcz: 89.93 g; Kw. tł. nasy.: 45.74 g; Węglowodany ogółem: 359.67 g; W tym cukry: 89.89 g; Błonnik pok.: 44.04 g; Sól: 10.17 g; WW: 31.64 Por.; : 16.78 %; : 48.6 %; Ener. z T: 31.16 %; Ener. z Bł.: 3.39 %; K: 5718.32 mg;

sobota 2024-02-17      Jadłospis dla diety: SZ-UL Dieta Mamy II trymestr		
Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE.</u> ), Kielbasa biała luksusowa-produkt bezglutenowy z kurczaka średnio rozdrobniony, parzony, w osłonce jadalnej-kolagen wołowy 100 g, Ogórek świeży 150 g, Kawa z makiem instant. 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ),	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ), Ziemniaki ( ) 250 g, Potrawka drobiowa z warzywami * 250 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ), Surówka z selera i jabłka b/c ( ) 100 g ( <u>MLE, SEL.</u> ), Buraczki oprószane ( ) 100 g ( <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> ), Serek Fromage 80 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ), Ogórek kiszony 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ), Papryka świeża 100 g, Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Podwieczorek: Makaron drobny z jabłkiem prażonym 200 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2796.67 kcal; Białko ogółem: 117.23 g; Tłuszcz: 96.66 g; Kw. tł. nasy.: 49.69 g; Węglowodany ogółem: 387.81 g; W tym cukry: 91.16 g; Błonnik pok.: 47.54 g; Sól: 10.63 g; WW: 34.11 Por.; : 16.77 %; : 48.67 %; Ener. z T: 31.11 %; Ener. z Bł.: 3.4 %; K: 6287.54 mg;

sobota 2024-02-17      Jadłospis dla diety: SZ-UL Dieta Mamy III trymestr		
Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE.</u> ), Kielbasa biała luksusowa-produkt bezglutenowy z kurczaka średnio rozdrobniony, parzony, w osłonce jadalnej-kolagen wołowy 100 g, Ogórek świeży 150 g, Kawa z makiem instant. 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ), Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ),	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ), Ziemniaki ( ) 250 g, Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ), Surówka z selera i jabłka b/c ( ) 100 g ( <u>MLE, SEL.</u> ), Buraczki oprószane ( ) 100 g ( <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> ), Serek Fromage 80 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ), Ogórek kiszony 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ), Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Papryka świeża 100 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Podwieczorek: Makaron drobny z jabłkiem prażonym 200 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2997.72 kcal; Białko ogółem: 123.78 g; Tłuszcz: 103.01 g; Kw. tł. nasy.: 52.81 g; Węglowodany ogółem: 417.86 g; W tym cukry: 102.98 g; Błonnik pok.: 48.95 g; Sól: 10.81 g; WW: 36.99 Por.; : 16.52 %; : 49.23 %; Ener. z T: 30.93 %; Ener. z Bł.: 3.27 %; K: 6597.96 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-02-17 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: SZ-UL Dieta Mamy Okres Laktacji</span>		
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> ), Kiełbasa biała luksusowa-produkt bezglutenowy z kurczaka średnio rozdrobniony, parzony, w osłonce jadalnej-kolagen wołowy 100 g, Ogórek świeży 150 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, Potrawka drobiowa z warzywami * 250 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ), Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g ( <u>MLE, SEL,</u> ), Buraczki oprószone () 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb razowy żytnio-pszeniczny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE,</u> ), Serek Fromage 80 g ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ), Ogórek kiszony 150 g, Szyntka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR,</u> ), Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszeniczny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ), Papryka świeża 100 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Podwieczorek: Makaron drobny z jabłkiem prażonym 200 g ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 3042.4 kcal; Białko ogółem: 136.79 g; Tłuszcz: 106.86 g; Kw. tł. nasy.: 53.05 g; Węglowodany ogółem: 405.98 g; W tym cukry: 103.47 g; Błonnik pok.: 48.45 g; Sól: 11.81 g; WW: 35.84 Por.: 17.98 %; 47.01 %; Ener. z T: 31.61 %; Ener. z Bł.: 3.18 %; K: 6397.77 mg;

sobota 2024-02-17 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: SZ-UL Ciąża mnoga (wysokobiałkowa)</span>		
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% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Kiełbasa biała luksusowa-produkt bezglutenowy z kurczaka średnio rozdrobniony, parzony, w osłonce jadalnej-kolagen wołowy 100 g, Ogórek świeży 150 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 () 250 g, Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ), Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g ( <u>MLE, SEL,</u> ), Buraczki oprószone () 100 g ( <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> ), Ser żółty 50 g ( <u>MLE,</u> ), Ogórek kiszony 150 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszeniczny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ), Papryka świeża 100 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml, Bulka maślana 1 szt 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ),	Podwieczorek: Makaron drobny z jabłkiem prażonym 200 g ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 3073.33 kcal; Białko ogółem: 136.97 g; Tłuszcz: 85.32 g; Kw. tł. nasy.: 40.19 g; Węglowodany ogółem: 466.63 g; W tym cukry: 109.24 g; Błonnik pok.: 49.07 g; Sól: 12.22 g; WW: 41.79 Por.: 17.83 %; 54.35 %; Ener. z T: 24.98 %; Ener. z Bł.: 3.19 %; K: 6620.69 mg;

sobota 2024-02-17 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: SZ-UL Posiłki regeneracyjne</span>		
	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Ziemniaki () 250 g, Kociółek meksykański z wieprzowiną i fasolą 350 g ( <u>SEL,</u> ), Buraczki gotowane () 150 g, Surówka z selera i jabłka () 100 g ( <u>MLE, SEL,</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 963.48 kcal; Białko ogółem: 39.21 g; Tłuszcz: 19.43 g; Kw. tł. nasy.: 4.87 g; Węglowodany ogółem: 169.51 g; W tym cukry: 29.77 g; Błonnik pok.: 25.55 g; Sól: 2.92 g; WW: 14.43 Por.: 16.28 %; 59.77 %; Ener. z T: 18.15 %; Ener. z Bł.: 5.3 %; K: 4571.56 mg;

sobota 2024-02-17 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: SZ-UL Normalna Broniewskiego</span>		
Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW,</u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Chleb razowy żytnio-pszeniczny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE,</u> ), Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 80 g, Ketchup 20 g ( <u>SEL,</u> ), Pomidor 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 () 250 g, Kociółek meksykański z wieprzowiną i fasolą 300 g ( <u>SEL,</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Chleb razowy żytnio-pszeniczny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Masło extra 82% 16.67 g ( <u>MLE,</u> ), Ser żółty 100 g ( <u>MLE,</u> ), Ogórek kiszony 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
	Podwieczorek: Makaron drobny z jabłkiem prażonym 300 g ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 3010.79 kcal; Białko ogółem: 112.61 g; Tłuszcz: 105.82 g; Kw. tł. nasy.: 57.38 g; Węglowodany ogółem: 419.59 g; W tym cukry: 94.09 g; Błonnik pok.: 34.41 g; Sól: 11.53 g; WW: 38.65 Por.: 14.96 %; 51.17 %; Ener. z T: 31.63 %; Ener. z Bł.: 2.29 %; K: 4979.8 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-02-17 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: SZ-UL Lekkostrawna Broniewskiego</span>		
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> ), Parówki z fileta z kurczaka wyrób drobiowy homogenizowany, wędzony, parzony bez osłonki 80 g, Pomidor 50 g, Ketchup 20 g ( <u>SEL.</u> ), 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 ( ) 250 g, Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ), Buraczki gotowane ( ) 150 g, 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> ), Szyunka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ), Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
	Podwieczorek: Makaron drobny z jabłkami b/c ( ) 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2388.52 kcal; Białko ogółem: 99.87 g; Tłuszcz: 60.5 g; Kw. tł. nasy.: 26.34 g; Węglowodany ogółem: 371.91 g; W tym cukry: 77.05 g; Błonnik pok.: 29.28 g; Sól: 7.23 g; WW: 34.31 Por; : 16.73 %; : 57.38 %; Ener. z T: 22.8 %; Ener. z Bł.: 2.45 %; K: 5463.26 mg;

sobota 2024-02-17 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa CH Broniewskiego</span>		
Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ), Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), Pomidor 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 ( ) 250 g, Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ), Surówka z selera i jabłka b/c ( ) 100 g ( <u>MLE, SEL.</u> ), Brokuł 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> ), Szyunka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ), Sałata zielona 20 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> ), Papryka świeża 100 g,	Podwieczorek: Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ), Surówka z kapusty białej z olejem ( ) 150 g	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2429.68 kcal; Białko ogółem: 103.82 g; Tłuszcz: 72.27 g; Kw. tł. nasy.: 35.96 g; Węglowodany ogółem: 369.09 g; W tym cukry: 57.53 g; Błonnik pok.: 56.53 g; Sól: 8.39 g; WW: 31.46 Por; : 17.09 %; : 51.46 %; Ener. z T: 26.77 %; Ener. z Bł.: 4.65 %; K: 6651.68 mg;

sobota 2024-02-17 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: SZ-UL Cukrzycowa NCH Police Diabetologia</span>		
Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Szyunkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Pomidor 50 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ), Ziemniaki ( ) 200 g, Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ), Surówka z selera i jabłka b/c ( ) 150 g ( <u>MLE, SEL.</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml,	Chleb Graham 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z kurczaka 100 g, Sałata zielona z olejem 50 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml,
II Śniadanie: Papryka świeża 100 g,	Podwieczorek: Surówka z kapusty białej z olejem ( ) 150 g,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1867.74 kcal; Białko ogółem: 97.41 g; Tłuszcz: 53.72 g; Kw. tł. nasy.: 18.59 g; Węglowodany ogółem: 271.61 g; W tym cukry: 39.16 g; Błonnik pok.: 44.13 g; Sól: 6.5 g; WW: 22.95 Por; : 20.86 %; : 48.72 %; Ener. z T: 25.88 %; Ener. z Bł.: 4.73 %; K: 5737.14 mg;

sobota 2024-02-17 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: SZ-UL Lekkostrawna Police</span>		
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> ), Parówki z fileta z kurczaka wyrób drobiowy homogenizowany, wędzony, parzony bez osłonki 80 g, Ketchup 20 g ( <u>SEL.</u> ), Pomidor 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, Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ), Buraczki oprószone ( ) 150 g ( <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> ), Szyunka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ), Sałata zielona 20 g, Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml,
	Podwieczorek: Makaron drobny z jabłkami b/c ( ) 300 g ( <u>GLU PSZ.</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2423.16 kcal; Białko ogółem: 101.7 g; Tłuszcz: 61 g; Kw. tł. nasy.: 26.57 g; Węglowodany ogółem: 376.91 g; W tym cukry: 69.42 g; Błonnik pok.: 27.99 g; Sól: 7.14 g; WW: 34.94 Por; : 16.79 %; : 57.6 %; Ener. z T: 22.66 %; Ener. z Bł.: 2.31 %; K: 4988.6 mg;