

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 DLA DIET PODSTAWOWYCH SZPITALA UNIWERSYTECKIEGO

	SU- 1. Dieta lekkostrawna	SU- 2. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów, ubogoenergetyczna, bogatobiałkowa	SU- 3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów- lekkostrawna	SU- 3A. Z ogr. łatwo. węgl. lekkostrawna oszczędzająca	SU- 4. Dieta ubogobakteryjna	
2024-12-23 poniedziałek	Śniadanie	Banan 150 g Miód (25g) 1 szt Ryż na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Twaróg chudy 40 g (MLE) Rukola 10 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kiwi (g) 100 g Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Hummus 40 g (SEZ.) Rukola 10 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Kiwi (g) 100 g Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Twaróg chudy 40 g (MLE) Rukola 10 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Jabłko pieczone 150 g Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Twaróg chudy 40 g (MLE) Rukola 10 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Jabłko pieczone 150 g Ryż na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE) Szyneczka drobiowa, grubo rozdrobniona, parzona, niewędzona. op 100g 0,5 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Kielbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona, suszona op.90g 0,5 szt
	II ŚN	Kanapka z twarogiem ( chleb razowy 40g, margaryna 5g, twarózek 25g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE.)	Kanapka z twarogiem (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, twarózek 25g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE.)			
	Obiad	Ziemniaczana () SU 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Zrazik wieprzowy gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU JECZ.) Brokuł gotowany* 150 g Woda źródłana n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () SU 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Zrazik wieprzowy gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU JECZ.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Brokuł gotowany* 150 g Woda źródłana n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () SU 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU JECZ.) Zrazik wieprzowy gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Brokuł gotowany* 150 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Woda źródłana n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () SU 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU JECZ.) Zrazik wieprzowy gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Brokuł gotowany* 150 g Buraczki gotowane () 150 g Woda źródłana n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () SU 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron (polany masłem) 170 g (GLU PSZ, MLE.) Mus z jabłek () z/c 150 g Serek homo owocowy 150g 1 szt (MLE) Woda źródłana n/g 0,5l 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Kielbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona, suszona op.90g 0,25 szt Brokuł gotowany* 50 g
	PD	Kanapka z szynką drobiową ( chleb razowy 60g, margaryna 5g, szynka 25g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE.)	Kanapka z szynką drobiową (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, szynka 25g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE.)			
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 120 g (MLE) Sałata lodowa 20 g Sałatka z pomidorów i koperku 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb Graham 80 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Hummus 40 g (SEZ.) Ogórek kiszony 50 g Sałata lodowa 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 120 g (MLE) Sałata z pomidorów i koperku 50 g Sałata lodowa 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 120 g (MLE) Sałata z pomidorów i koperku 50 g Sałata lodowa 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Wędzona wieprzowa, parzona, szynka 100% mięsa op. 100g 0,5 szt Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 5 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Szyneczka drobiowa, grubo rozdrobniona, parzona, niewędzona. op 100g 0,25 szt
PN	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE.) Wafle ryżowe 10 g	Wafle ryżowe 10 g Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE.)	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE.) Wafle ryżowe 10 g		Wafle ryżowe 10 g Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE.)	
	Wartość energetyczna: 2307.81 kcal; Białko ogółem: 104.98 g; Tłuszcz: 69.61 g; Kw. tł. nasy.: 24.74 g; Węglowodany ogółem: 325.77 g; W tym cukry: 73.65 g; Błonnik pok.: 21.84 g; Sól: 6.97 g;	Wartość energetyczna: 2243.68 kcal; Białko ogółem: 91.03 g; Tłuszcz: 94.13 g; Kw. tł. nasy.: 26.04 g; Węglowodany ogółem: 271.42 g; W tym cukry: 34.13 g; Błonnik pok.: 33.16 g; Sól: 9.66 g;	Wartość energetyczna: 2179.51 kcal; Białko ogółem: 103.50 g; Tłuszcz: 76.56 g; Kw. tł. nasy.: 24.12 g; Węglowodany ogółem: 281.74 g; W tym cukry: 35.49 g; Błonnik pok.: 27.16 g; Sól: 8.11 g;	Wartość energetyczna: 2155.56 kcal; Białko ogółem: 108.35 g; Tłuszcz: 69.30 g; Kw. tł. nasy.: 23.33 g; Węglowodany ogółem: 287.13 g; W tym cukry: 46.32 g; Błonnik pok.: 25.71 g; Sól: 7.10 g;	Wartość energetyczna: 2916.62 kcal; Białko ogółem: 118.42 g; Tłuszcz: 102.03 g; Kw. tł. nasy.: 45.16 g; Węglowodany ogółem: 393.00 g; W tym cukry: 49.87 g; Błonnik pok.: 23.13 g; Sól: 7.32 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 DLA DIET PODSTAWOWYCH SZPITALA UNIWERSYTECKIEGO

		SU- 1. Dieta lekkostrawna	SU- 2. Dieta z ograniczeniem łatworzyswajanych węglowodanów, ubogoenergetyczna, bogatoresztkowa	SU- 3. Dieta z ograniczeniem łatworzyswajanych węglowodanów- lekkostrawna	SU- 3A. Z ogr. łatwo. węgl. lekkostrawna oszczędzająca	SU- 4. Dieta ubogobakteryjna
2024-12-24, wtorek	Śniadanie	Mandarynka 150 g Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Twarożek z natką pietruszki 40 g ( <u>MLE,</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> ) Sałata lodowa 20 g Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> )	Mandarynka 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ) Chleb Graham 80 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Twarożek z natką pietruszki 40 g ( <u>MLE,</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> ) Sałata lodowa 20 g Pomidor 50 g	Mandarynka 150 g Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Twarożek z natką pietruszki 40 g ( <u>MLE,</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> ) Sałata lodowa 20 g Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> )	Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ) Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Twarożek z natką pietruszki 40 g ( <u>MLE,</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Sałata lodowa 20 g Pomidor 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt ( <u>MLE,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło 83% tł. 5 g ( <u>MLE,</u> ) Ser żółty 25 g ( <u>MLE,</u> )
	II ŚN		Kanapka z twarogiem (chleb razowy 60g, margaryna 5g, twarózek 25g) 0,5 szt ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )	Kanapka z twarogiem (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, twarózek 25g) 0,5 szt ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )		
	Obiad	Dyniowa z ziemniakami () SU 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Twaróg półtłusty 120 g ( <u>MLE,</u> ) Mus z jabłek () z/c 120 g Surówka z selera i jabłka z olejem () 150 g ( <u>SEL,</u> ) Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () SU 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i serem białym 320 g ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 150 g ( <u>SEL,</u> ) Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () SU 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Makaron ze szpinakiem i serem białym 320 g ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 150 g ( <u>SEL,</u> ) Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () SU 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Makaron ze szpinakiem i serem białym 250 g ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Marchew gotowana z olejem () 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () SU 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Mus z jabłek () z/c 100 g Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ) Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło 83% tł. 5 g ( <u>MLE,</u> ) Jajko gotowane kl M 0,5 szt ( <u>JAJ,</u> ) Marchew gotowana z olejem () 50 g
	PD		Kanapka z serkiem śniadaniowym (chleb razowy 60g, margaryna 5g, serek śniadaniowy 25g) 0,5 szt ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )	Kanapka z serkiem śniadaniowym (bułka pszenna 40g, margaryna 5g, serek śniadaniowy 25g) 0,5 szt ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )		
	Kolacja	Kompot z suszu 250 ml Barszcz czerwony z ziemniakami () SU 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Chalka 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ) Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <u>RYB,</u> ) Warzywa po grecku () 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> )	Kompot z suszu b/c 250 ml Barszcz czerwony z ziemniakami () SU 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Chalka 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ) Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <u>RYB,</u> ) Kapusta z grochem () 150 g	Kompot z suszu b/c 250 ml Barszcz czerwony z ziemniakami () SU 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Chalka 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ) Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <u>RYB,</u> ) Warzywa po grecku () 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> )	Kompot z suszu b/c 250 ml Barszcz czerwony z ziemniakami () SU 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Chalka 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ) Ryba gotowana (Morszczuk) 100 g ( <u>RYB,</u> ) Warzywa po grecku () 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> )	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Barszcz czerwony z ziemniakami () SU 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Chalka 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ) Pierogi ze szpinakiem * 300 g ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Warzywa po grecku () 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> )
	PN	Ciasto drożdżowe 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,</u> ) Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> )		Pieczewo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g Serek Almette mini 30g 1 szt ( <u>MLE,</u> )		Ciasto drożdżowe 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,</u> ) Miód (25g) 1 szt
	Wartość energetyczna: 2904.57 kcal; Białko ogółem: 142.96 g; Tłuszcz: 74.02 g; Kw. tł. nasy.: 19.62 g; Węglowodany ogółem: 433.42 g; W tym cukry: 93.44 g; Błonnik pok.: 39.89 g; Sól: 5.13 g;	Wartość energetyczna: 2423.32 kcal; Białko ogółem: 119.10 g; Tłuszcz: 68.95 g; Kw. tł. nasy.: 23.08 g; Węglowodany ogółem: 345.81 g; W tym cukry: 46.03 g; Błonnik pok.: 43.75 g; Sól: 5.73 g;	Wartość energetyczna: 2448.43 kcal; Białko ogółem: 110.49 g; Tłuszcz: 71.76 g; Kw. tł. nasy.: 23.35 g; Węglowodany ogółem: 355.96 g; W tym cukry: 53.24 g; Błonnik pok.: 34.49 g; Sól: 5.15 g;	Wartość energetyczna: 2325.41 kcal; Białko ogółem: 109.27 g; Tłuszcz: 62.25 g; Kw. tł. nasy.: 21.37 g; Węglowodany ogółem: 347.74 g; W tym cukry: 62.08 g; Błonnik pok.: 33.38 g; Sól: 5.59 g;	Wartość energetyczna: 3840.65 kcal; Białko ogółem: 130.19 g; Tłuszcz: 95.84 g; Kw. tł. nasy.: 34.30 g; Węglowodany ogółem: 627.54 g; W tym cukry: 78.45 g; Błonnik pok.: 43.78 g; Sól: 10.49 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 DLA DIET PODSTAWOWYCH SZPITALA UNIWERSYTECKIEGO

		SU- 1. Dieta lekkostrawna	SU- 2. Dieta z ograniczeniem łatworzyswajanych węglowodanów, ubogoenergetyczna, bogatobiałkowa	SU- 3. Dieta z ograniczeniem łatworzyswajanych węglowodanów- lekkostrawna	SU- 3A. Z ogr. łatw. węgl. lekkostrawna oszczędzająca	SU- 4. Dieta ubogobakteryjna
2024-12-25 środa	Śniadanie	Babka piaskowa 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE</u> ) Dżem 25 g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 40 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u> ) Ser mozzarella kulki 25 g ( <u>MLE</u> ) Sałata lodowa 20 g Pomidorki koktajlowe 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Pomarańcza 200 g Chleb Graham 80 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 40 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u> ) Ser mozzarella kulki 25 g ( <u>MLE</u> ) Sałata lodowa 20 g Pomidorki koktajlowe 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Jabłko 150 g Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 40 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u> ) Ser mozzarella kulki 25 g ( <u>MLE</u> ) Sałata lodowa 20 g Pomidorki koktajlowe 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Jabłko pieczone 150 g Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 40 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u> ) Ser mozzarella kulki 25 g ( <u>MLE</u> ) Sałata lodowa 20 g Pomidorki koktajlowe 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Babka piaskowa 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Wędzona wieprzowa, parzona. szynka 100% mięsa op. 100g 0,25 szt Serek naturalny Bieluch 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło 83% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ) Ser żółty Gouda plastry 150g 0,26 szt ( <u>MLE</u> ) Dżem 25 g 1 szt
	II ŚN		Kanapka z twarogiem (chleb razowy 60g, margaryna 5g, twaróg 25g) 0,5 szt ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )	Kanapka z twarogiem (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, twaróg 25g) 0,5 szt ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )		
	Obiad	Rosół z makaronem () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Sos koperkowy * SU 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Sos koperkowy * SU 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g Marchew mini z olejem* 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Sos koperkowy * SU 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g Marchew mini z olejem* 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Klopsik drobiowy z udźca SU 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos koperkowy * SU 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Kalafor gotowany* 150 g Marchew mini z olejem* 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Sos koperkowy * SU 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Marchew mini z olejem* 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło 83% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ) Szyneczka drobiowa, grubo rozdrobniona, parzona, niewędzona. op 100g 0,25 szt Kalafor gotowany* 50 g
	PD		Kanapka z szynką drobiową ( chleb razowy 60g, margaryna 5g, szynka 25g) 0,5 szt ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )	Kanapka z szynką drobiową (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, szynka 25g) 0,5 szt ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )		
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Pasta z twarogu z koperkiem 40 g ( <u>MLE</u> ) Sałatka jarzynowa - dieta () SU. 80 g ( <u>JAJ, MLE, SEL, GOR</u> ) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb Graham 80 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Pasta z twarogu z koperkiem 40 g ( <u>MLE</u> ) Sałatka jarzynowa () 80 g ( <u>JAJ, MLE, SEL, GOR</u> ) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Pasta z twarogu z koperkiem 40 g ( <u>MLE</u> ) Sałatka jarzynowa - dieta () SU 80 g ( <u>MLE, SEL</u> ) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Pasta z twarogu z koperkiem 40 g ( <u>MLE</u> ) Sałatka jarzynowa - dieta () SU 80 g ( <u>MLE, SEL</u> ) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Wędzona wieprzowa, parzona. szynka 100% mięsa op. 100g 0,25 szt Serek śniadaniowy naturalny 80g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło 83% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ) Ser żółty Gouda plastry 150g 0,26 szt ( <u>MLE</u> )
	PN	Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE</u> )	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE</u> )	Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g Serek homo owocowy 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )
	Wartość energetyczna: 2367.85 kcal; Białko ogółem: 106.59 g; Tłuszcz: 93.21 g; Kw. tł. nasy.: 29.64 g; Węglowodany ogółem: 284.52 g; W tym cukry: 74.54 g; Błonnik pok.: 21.02 g; Sól: 7.58 g;	Wartość energetyczna: 2296.61 kcal; Białko ogółem: 116.43 g; Tłuszcz: 87.96 g; Kw. tł. nasy.: 26.75 g; Węglowodany ogółem: 277.99 g; W tym cukry: 51.39 g; Błonnik pok.: 37.12 g; Sól: 8.92 g;	Wartość energetyczna: 2334.25 kcal; Białko ogółem: 109.82 g; Tłuszcz: 89.32 g; Kw. tł. nasy.: 28.86 g; Węglowodany ogółem: 286.62 g; W tym cukry: 48.54 g; Błonnik pok.: 29.68 g; Sól: 9.05 g;	Wartość energetyczna: 2161.31 kcal; Białko ogółem: 98.00 g; Tłuszcz: 68.78 g; Kw. tł. nasy.: 23.60 g; Węglowodany ogółem: 301.10 g; W tym cukry: 50.69 g; Błonnik pok.: 27.16 g; Sól: 7.87 g;	Wartość energetyczna: 3488.37 kcal; Białko ogółem: 154.05 g; Tłuszcz: 151.31 g; Kw. tł. nasy.: 81.61 g; Węglowodany ogółem: 389.97 g; W tym cukry: 71.46 g; Błonnik pok.: 24.18 g; Sól: 9.29 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 DLA DIET PODSTAWOWYCH SZPITALA UNIWERSYTECKIEGO

		SU- 1. Dieta lekkostrawna	SU- 2. Dieta z ograniczeniem łatworzyswajanych węglowodanów, ubogoenergetyczna, bogatorestkowa	SU- 3. Dieta z ograniczeniem łatworzyswajanych węglowodanów- lekkostrawna	SU- 3A. Z ogr. łatwo. węg. lekkostrawna oszczędzająca	SU- 4. Dieta ubogobakteryjna
2024-12-26 czwartek	Śniadanie	Ciasto marchewkowe-wyrób z ciasta biszkoptowo tłuszczonego 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Dżem 25 g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Pierś gotowana wędzona-produkt grubo rozdrobniony,drobiowy,parzony,wędzony. 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 120 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 50 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Melon 150 g Chleb Graham 80 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Pierś gotowana wędzona-produkt grubo rozdrobniony,drobiowy,parzony,wędzony. 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 120 g ( <u>MLE</u> ) Sałata lodowa 20 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Melon 150 g Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 120 g ( <u>MLE</u> ) Pierś gotowana wędzona-produkt grubo rozdrobniony,drobiowy,parzony,wędzony. 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ) Sałata lodowa 20 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 120 g ( <u>MLE</u> ) Pierś gotowana wędzona-produkt grubo rozdrobniony,drobiowy,parzony,wędzony. 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ) Sałata lodowa 20 g Pomidor 50 g	Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt Dżem 25 g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Kielbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona, suszona op.90g 0,5 szt Ser topiony 25g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło 83% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ) Szyneczka drobiowa, grubo rozdrobniona, parzona, niewędzona. op 100g 0,25 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	II ŚN	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )				
	Obiad	Pomidorowa z ryżem () SU 350 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wieprzowa z szynki duszona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos własny () SU 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Cwikła z jabłkiem () 150 g Woda źródłana n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z ryżem () SU 350 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wieprzowa z szynki duszona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos własny () SU 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Cwikła z jabłkiem b/c () 150 g Seler z pietruszką gotowany z olejem () 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Woda źródłana n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z ryżem () SU 350 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wieprzowa z szynki duszona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos własny () SU 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Cwikła z chrzanem b/c () 150 g ( <u>MLE, SOJ</u> ) Seler z pietruszką gotowany z olejem () 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Woda źródłana n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z ryżem () SU 350 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wieprzowa z szynki duszona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos własny () SU 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Seler z pietruszką gotowany z olejem () 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Buraczki gotowane () 150 g Woda źródłana n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z ryżem () SU 350 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wieprzowa z szynki duszona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos własny () SU 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Seler z pietruszką gotowany z olejem () 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Woda źródłana n/g 0,5l 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło 83% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ) Kielbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona, suszona op.90g 0,25 szt Buraczki gotowane () 50 g
	PD	Kanapka z twarogiem (chleb razowy 60g, margaryna 5g, twarózek 25g) 0,5 szt ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )		Kanapka z twarogiem (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, twarózek 25g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )		
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Twarózek 40 g ( <u>MLE</u> ) Pierś delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb Graham 80 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Hummus 40 g ( <u>SEJ</u> ) Pierś delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Twarózek 40 g ( <u>MLE</u> ) Pierś delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Pierś delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Twarózek 40 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Wędzona wieprzowa, parzona, szynka 100% mięsa op. 100g 0,5 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło 83% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ) Ser topiony 25g 1 szt ( <u>MLE</u> )
PN	Deser mleczno-ryżowy malina- wiśnia 200g 1 szt ( <u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, SOJ</u> )		Wafle ryżowe 10 g Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt ( <u>MLE</u> )			
		Wartość energetyczna: 2401.77 kcal; Białko ogółem: 115.05 g; Tłuszcz: 75.50 g; Kw. tł. nasy.: 24.18 g; Węglowodany ogółem: 325.59 g; W tym cukry: 95.58 g; Błonnik pok.: 18.24 g; Sól: 6.92 g;	Wartość energetyczna: 2285.34 kcal; Białko ogółem: 117.36 g; Tłuszcz: 83.50 g; Kw. tł. nasy.: 24.89 g; Węglowodany ogółem: 282.81 g; W tym cukry: 56.12 g; Błonnik pok.: 36.69 g; Sól: 8.66 g;	Wartość energetyczna: 2338.34 kcal; Białko ogółem: 120.04 g; Tłuszcz: 76.71 g; Kw. tł. nasy.: 25.91 g; Węglowodany ogółem: 307.18 g; W tym cukry: 60.44 g; Błonnik pok.: 32.23 g; Sól: 7.78 g;	Wartość energetyczna: 2294.97 kcal; Białko ogółem: 123.50 g; Tłuszcz: 76.43 g; Kw. tł. nasy.: 25.86 g; Węglowodany ogółem: 292.80 g; W tym cukry: 49.63 g; Błonnik pok.: 29.19 g; Sól: 7.61 g;	Wartość energetyczna: 2769.65 kcal; Białko ogółem: 124.40 g; Tłuszcz: 106.89 g; Kw. tł. nasy.: 48.36 g; Węglowodany ogółem: 342.38 g; W tym cukry: 54.62 g; Błonnik pok.: 27.26 g; Sól: 10.84 g;

**Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 DLA DIET PODSTAWOWYCH SZPITALA UNIWERSYTECKIEGO**

		SU- 1. Dieta lekkostrawna	SU- 2. Dieta z ograniczeniem łatworzyswajanych węglowodanów, ubogoenergetyczna, bogatobiałkowa	SU- 3. Dieta z ograniczeniem łatworzyswajanych węglowodanów- lekkostrawna	SU- 3A. Z ogr. łatwo. węgl. lekkostrawna oszczędzająca	SU- 4. Dieta ubogobakteryjna
2024-12-27 piątek	Śniadanie	Banan 150 g Dżem 25 g 1 szt Kasza mannna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Bułka pszenna długa krojona 30 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Twarożek 40 g ( <u>MLE,</u> ) Mix салат 20 g Pomidorki koktajlowe 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kiwi (g) 100 g Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ,</u> ) Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Twarożek 40 g ( <u>MLE,</u> ) Mix салат 20 g Pomidorki koktajlowe 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Jabłko pieczone 150 g Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Twarożek 40 g ( <u>MLE,</u> ) Mix салат 20 g Pomidorki koktajlowe 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Twarożek 40 g ( <u>MLE,</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Mix салат 20 g Pomidorki koktajlowe 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt Dżem 25 g 1 szt Kasza mannna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Bułka pszenna długa krojona 30 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Mix салат 20 g Ser mozzarella kulki 25 g ( <u>MLE,</u> ) Szyneczka drobiowa, grubo rozdrobniona, parzona, niewędzona. op 100g 0,5 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło 83% tł. 5 g ( <u>MLE,</u> ) Kielbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona, suszona op.90g 0,25 szt
	II ŚN		Kanapka z szynką drobiową ( chleb razowy 60g, margaryna 5g, szynka 25g) 0,5 szt ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )	Kanapka z szynką drobiową ( bułka pszenna 45g, margaryna 5g, szynka 25g) 0,5 szt ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )		
	Obiad	Szpinakowa z zacierką () SU 350 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u> ) Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) SU 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u> ) Sos koperkowy *SU 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 150 g ( <u>SEL,</u> ) Woda źródłana n/g 0,5 l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () SU 350 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) SU 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u> ) Sos koperkowy *SU 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Salatka z kapusty czerwonej z olejem () 150 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 150 g ( <u>SEL,</u> ) Woda źródłana n/g 0,5 l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () SU 350 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) SU 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u> ) Sos koperkowy *SU 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 150 g ( <u>SEL,</u> ) Kalafor gotowany* 150 g Woda źródłana n/g 0,5 l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () SU 350 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos koperkowy *SU 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 150 g ( <u>SEL,</u> ) Woda źródłana n/g 0,5 l 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ) Szyneczka drobiowa, grubo rozdrobniona, parzona, niewędzona. op 100g 0,25 szt Kalafor gotowany* 50 g	
	PD		Kanapka z twarogiem (chleb razowy 60g, margaryna 5g, twarożek 25g) 0,5 szt ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )	Kanapka z twarogiem (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, twarożek 25g) 0,5 szt ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )		
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 40 g ( <u>JAJ, MLE,</u> ) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Pomidor 50 g Rukola 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb Graham 80 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 40 g ( <u>JAJ, MLE,</u> ) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Papryka świeża 50 g Rukola 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 40 g ( <u>JAJ, MLE,</u> ) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Pomidor 50 g Rukola 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Serek naturalny Bieluch 120 g ( <u>MLE,</u> ) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Pomidor 50 g Rukola 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> ) Wędzona wieprzowa, parzona. szynka 100% mięsa op. 100g 0,5 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło 83% tł. 5 g ( <u>MLE,</u> ) Ser topiony 25g 1 szt ( <u>MLE,</u> )
PN		Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE,</u> ) Podplomyki b/c 9 g ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )	Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE,</u> ) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g	Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE,</u> ) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g	Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ) Podplomyki b/c 9 g ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )	
		Wartość energetyczna: 2296.68 kcal; Białko ogółem: 106.34 g; Tłuszcz: 72.27 g; Kw. tł. nasy.: 22.22 g; Węglowodany ogółem: 318.07 g; W tym cukry: 91.87 g; Błonnik pok.: 25.09 g; Sól: 7.50 g;	Wartość energetyczna: 2151.13 kcal; Białko ogółem: 111.28 g; Tłuszcz: 75.54 g; Kw. tł. nasy.: 21.30 g; Węglowodany ogółem: 275.84 g; W tym cukry: 47.32 g; Błonnik pok.: 38.35 g; Sól: 8.13 g;	Wartość energetyczna: 2107.21 kcal; Białko ogółem: 104.76 g; Tłuszcz: 71.53 g; Kw. tł. nasy.: 20.87 g; Węglowodany ogółem: 275.95 g; W tym cukry: 42.31 g; Błonnik pok.: 30.47 g; Sól: 8.51 g;	Wartość energetyczna: 2303.05 kcal; Białko ogółem: 118.91 g; Tłuszcz: 82.76 g; Kw. tł. nasy.: 26.12 g; Węglowodany ogółem: 284.82 g; W tym cukry: 43.80 g; Błonnik pok.: 28.04 g; Sól: 7.28 g;	Wartość energetyczna: 2769.57 kcal; Białko ogółem: 124.28 g; Tłuszcz: 91.32 g; Kw. tł. nasy.: 42.77 g; Węglowodany ogółem: 374.26 g; W tym cukry: 75.29 g; Błonnik pok.: 26.67 g; Sól: 9.12 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 DLA DIET PODSTAWOWYCH SZPITALA UNIWERSYTECKIEGO

		SU- 1. Dieta lekkostrawna	SU- 2. Dieta z ograniczeniem łatworzyswajanych węglowodanów, ubogoenergetyczna, bogatobiałkowa	SU- 3. Dieta z ograniczeniem łatworzyswajanych węglowodanów- lekkostrawna	SU- 3A. Z ogr. łatwo. węgl. lekkostrawna oszczędzająca	SU- 4. Dieta ubogobakteryjna
2024-12-28 sobota	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU, JĘCZ.</u> ) Jabłko 150 g Miód (25g) 1 szt Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 30 g ( <u>GLU, PSZ.</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Twaróg chudy 40 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka sołtysa wieprzowa, wędzona, parzona 40 g Pomidor 50 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Jabłko 150 g Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU, PSZ.</u> ) Chleb Graham 30 g ( <u>GLU, PSZ.</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynka sołtysa wieprzowa, wędzona, parzona 40 g Twaróg chudy 40 g ( <u>MLE.</u> ) Ogórek świeży 50 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Twaróg chudy 40 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 50 g Roszponka 10 g	Jabłko pieczone 150 g Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU, PSZ.</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Twaróg chudy 40 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka sołtysa wieprzowa, wędzona, parzona 40 g Pomidor 50 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU, JĘCZ.</u> ) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 30 g ( <u>GLU, PSZ.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE.</u> ) Parówki z fileta z kurczaka wyrób drobiowy homogenizowany, wędzony, parzony bez osłonki 100 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 5 g ( <u>MLE.</u> ) Ser żółty Gouda plastry 150g 0,26 szt ( <u>MLE.</u> )
	II ŚN		Kanapka z twarogiem (chleb razowy 60g, margaryna 5g, twarózek 25g) 0,5 szt ( <u>GLU, PSZ, MLE.</u> )	Kanapka z twarogiem (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, twarózek 25g) 0,5 szt ( <u>GLU, PSZ, MLE.</u> )		
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami () SU 350 ml ( <u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ryż na sypko 150 g Filet z indyka pieczony 100 g Sos jarzynowy () SU 100 ml ( <u>GLU, PSZ, SEL.</u> ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () SU 350 ml ( <u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u> ) Filet z indyka pieczony 100 g Sos jarzynowy () SU 100 ml ( <u>GLU, PSZ, SEL.</u> ) Ryż na sypko (brązowy) 150 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 150 g Brokuł gotowany* 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () SU 350 ml ( <u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ryż na sypko 150 g Filet z indyka pieczony 100 g Sos jarzynowy () SU 100 ml ( <u>GLU, PSZ, SEL.</u> ) Brokuł gotowany* 150 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () SU 350 ml ( <u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ryż na sypko 150 g Gulasz z kurczaka 130 g ( <u>GLU, PSZ.</u> ) Buraczki gotowane drobno tartę (b/c) 150 g Brokuł gotowany* 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () SU 350 ml ( <u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ryż na sypko 150 g Filet z indyka pieczony 100 g Sos jarzynowy () SU 100 ml ( <u>GLU, PSZ, SEL.</u> ) Brokuł gotowany* 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 5 g ( <u>MLE.</u> ) Kielbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona, suszona op.90g 0,25 szt Buraczki podprawiane -drobno tartę () 50 g ( <u>GLU, PSZ.</u> )
	PD		Kanapka z szynką (chleb razowy 60g, margaryna 5g, szynka 25g). 0,5 szt ( <u>GLU, PSZ, MLE.</u> )	Kanapka z szynką drobiową (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, szynka 25g). 0,5 szt ( <u>GLU, PSZ, MLE.</u> )		
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 40 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Serek homo. o smaku naturalnym z ziołami 120 g ( <u>MLE.</u> ) Sałata lodowa 20 g Pomidorki koktajlowe 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb Graham 80 g ( <u>GLU, PSZ.</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 40 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Hummus 40 g ( <u>SEL.</u> ) Pomidorki koktajlowe 50 g Sałata lodowa 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 40 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Serek homo. o smaku naturalnym z ziołami 120 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidorki koktajlowe 50 g Sałata lodowa 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU, PSZ.</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 40 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Serek homo. o smaku naturalnym z ziołami 120 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidorki koktajlowe 50 g Sałata lodowa 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE.</u> ) Wędzona wieprzowa, parzona. szynka 100% mięsa op. 100g 0,5 szt Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 5 g ( <u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 5 g ( <u>MLE.</u> ) Szyneczka drobiowa, grubo rozdrobniona, parzona, niewędzona. op 100g 0,25 szt
PN	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt ( <u>MLE.</u> )			Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g	
	Wartość energetyczna: 2173.59 kcal; Białko ogółem: 106.79 g; Tłuszcz: 60.95 g; Kw. tł. nasy.: 21.81 g; Węglowodany ogółem: 311.36 g; W tym cukry: 66.24 g; Błonnik pok.: 24.34 g; Sól: 6.81 g;	Wartość energetyczna: 2031.36 kcal; Białko ogółem: 99.53 g; Tłuszcz: 69.49 g; Kw. tł. nasy.: 21.80 g; Węglowodany ogółem: 266.60 g; W tym cukry: 40.93 g; Błonnik pok.: 38.21 g; Sól: 8.01 g;	Wartość energetyczna: 2011.16 kcal; Białko ogółem: 106.75 g; Tłuszcz: 60.00 g; Kw. tł. nasy.: 20.50 g; Węglowodany ogółem: 274.54 g; W tym cukry: 36.70 g; Błonnik pok.: 27.93 g; Sól: 7.75 g;	Wartość energetyczna: 2011.29 kcal; Białko ogółem: 103.35 g; Tłuszcz: 59.91 g; Kw. tł. nasy.: 20.21 g; Węglowodany ogółem: 275.74 g; W tym cukry: 43.69 g; Błonnik pok.: 22.58 g; Sól: 6.40 g;	Wartość energetyczna: 2717.76 kcal; Białko ogółem: 132.10 g; Tłuszcz: 97.25 g; Kw. tł. nasy.: 48.77 g; Węglowodany ogółem: 339.95 g; W tym cukry: 58.81 g; Błonnik pok.: 24.43 g; Sól: 10.26 g;	

**Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 DLA DIET PODSTAWOWYCH SZPITALA UNIWERSYTECKIEGO**

		SU- 1. Dieta lekkostrawna	SU- 2. Dieta z ograniczeniem łatworzyswajanych węglowodanów, ubogoenergetyczna, bogatorestwkowa	SU- 3. Dieta z ograniczeniem łatworzyswajanych węglowodanów- lekkostrawna	SU- 3A. Z ogr. łatwo. węg. lekkostrawna oszczędzająca	SU- 4. Dieta ubogobakteryjna
2024-12-29 niedziela	Śniadanie	Banan 150 g Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Sałata lodowa 20 g Pomidor koktajlowy 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )	Pomarańcza 200 g Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Chleb Graham 80 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Papryka świeża 50 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )	Jabłko pieczone 150 g Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Sałata lodowa 20 g Pomidor koktajlowy 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )	Jabłko pieczone 150 g Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Twaróg półtłusty 40 g ( <u>MLE</u> ) Sałata lodowa 20 g Pomidor koktajlowy 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )	Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szynekka drobiowa, grubo rozdrobniona, parzona, niewędzona, op 100g 0,5 szt Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło 83% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ) Ser mozzarella kulki 25 g ( <u>MLE</u> )
	ISN		Kanapka z twarogiem (chleb razowy 60g, margaryna 5g, twarózek 25g) 0,5 szt ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )	Kanapka z twarogiem (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, twarózek 25g) 0,5 szt ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )		
	Obiad	Jarzynowa z makaronem dieta () SU 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab pieczony w rękawie 100 g Sos własny () SU 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem dieta () SU 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Schab pieczony w rękawie 100 g Sos własny () SU 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g Kalafor gotowany* 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem dieta () SU 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab pieczony w rękawie 100 g Sos własny () SU 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g Kalafor gotowany* 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem dieta () SU 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Klopsik wieprzowy SU 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos własny () SU 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Marchew gotowana z olejem () 150 g Kalafor gotowany* 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem dieta () SU 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab pieczony w rękawie 100 g Sos własny () SU 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Marchew gotowana z olejem () 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło 83% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ) Wędzona wieprzowa, parzona, szynka 100% mięsa op. 100g 0,25 szt Kalafor gotowany* 50 g
	PD		Kanapka z szynką drobiową (chleb razowy 60g, margaryna 5g, szynka 25g) 0,5 szt ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )	Kanapka z szynką drobiową (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, szynka 25g) 0,5 szt ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )		
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Twarózek 40 g ( <u>MLE</u> ) Pierś delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Dżem 25 g 1 szt Pomidor 50 g Mix салат 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb Graham 80 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Twarózek 40 g ( <u>MLE</u> ) Pierś delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Pomidor 50 g Mix салат 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Twarózek 40 g ( <u>MLE</u> ) Pierś delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Pomidor 50 g Mix салат 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Pierś delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Twarózek 40 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 50 g Mix салат 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Wędzona wieprzowa, parzona, szynka 100% mięsa op. 100g 0,5 szt Dżem 25 g 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło 83% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ) Ser topiony 25g 1 szt ( <u>MLE</u> )
	PN	Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Podpłomyki b/c 10 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )	Podpłomyki b/c 10 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt ( <u>MLE</u> )		Pieczyczo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt ( <u>MLE</u> )	Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Podpłomyki b/c 10 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )
		Wartość energetyczna: 2110.54 kcal; Białko ogółem: 103.33 g; Tłuszcz: 67.52 g; Kw. tł. nasy.: 26.21 g; Węglowodany ogółem: 282.59 g; W tym cukry: 83.50 g; Błonnik pok.: 20.04 g; Sól: 6.42 g;	Wartość energetyczna: 2136.02 kcal; Białko ogółem: 119.26 g; Tłuszcz: 73.86 g; Kw. tł. nasy.: 28.22 g; Węglowodany ogółem: 265.31 g; W tym cukry: 50.38 g; Błonnik pok.: 33.80 g; Sól: 7.47 g;	Wartość energetyczna: 2140.94 kcal; Białko ogółem: 112.22 g; Tłuszcz: 73.11 g; Kw. tł. nasy.: 28.16 g; Węglowodany ogółem: 270.79 g; W tym cukry: 46.21 g; Błonnik pok.: 26.05 g; Sól: 7.81 g;	Wartość energetyczna: 2278.61 kcal; Białko ogółem: 108.37 g; Tłuszcz: 79.11 g; Kw. tł. nasy.: 29.28 g; Węglowodany ogółem: 296.88 g; W tym cukry: 56.63 g; Błonnik pok.: 27.45 g; Sól: 7.06 g;	Wartość energetyczna: 2675.61 kcal; Białko ogółem: 125.02 g; Tłuszcz: 97.75 g; Kw. tł. nasy.: 50.14 g; Węglowodany ogółem: 339.72 g; W tym cukry: 65.91 g; Błonnik pok.: 28.00 g; Sól: 10.53 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 DLA DIET PODSTAWOWYCH SZPITALA UNIWERSYTECKIEGO

		SU- 1. Dieta lekkostrawna	SU- 2. Dieta z ograniczeniem łatworzysawianych węglowodanów, ubogoenergetyczna, bogatorestwkowa	SU- 3. Dieta z ograniczeniem łatworzysawianych węglowodanów- lekkostrawna	SU- 3A. Z ogr. łatwo. węgl. lekkostrawna oszczędzająca	SU- 4. Dieta ubogobakteryjna
2024-12-30 poniedziałek	Śniadanie	Jabłko 150 g Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU, OW,</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT,</u> ) Bułka pszenna długa krojona 30 g ( <u>GLU, PSZ,</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynka sołtysa wieprzowa, wędzona, parzona 40 g Serek homo. naturalny 120 g ( <u>MLE,</u> ) Sałata lodowa 20 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Jabłko 150 g Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU, PSZ,</u> ) Chleb Graham 30 g ( <u>GLU, PSZ,</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynka sołtysa wieprzowa, wędzona, parzona 40 g Serek homo. naturalny 120 g ( <u>MLE,</u> ) Sałata lodowa 20 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Jabłko 150 g Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT,</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynka sołtysa wieprzowa, wędzona, parzona 40 g Serek homo. naturalny 120 g ( <u>MLE,</u> ) Sałata lodowa 20 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU, PSZ,</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynka sołtysa wieprzowa, wędzona, parzona 40 g Serek homo. naturalny 120 g ( <u>MLE,</u> ) Sałata lodowa 20 g Pomidor 50 g	Jabłko pieczone 150 g Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU, OW,</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT,</u> ) Bułka pszenna długa krojona 30 g ( <u>GLU, PSZ,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Kielbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona, suszona op.90g 0,05 szt Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT,</u> ) Masło 83% tł. 5 g ( <u>MLE,</u> ) Ser topiony 25g 1 szt ( <u>MLE,</u> )
	II ŚN		Kanapka z twarogiem (chleb razowy 60g, margaryna 5g, twarówek 25g) 0,5 szt ( <u>GLU, PSZ, MLE,</u> )	Kanapka z twarogiem (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, twarówek 25g) 0,5 szt ( <u>GLU, PSZ, MLE,</u> )		
	Obiad	Brokułowa z ziemniakami () SU 350 ml ( <u>GLU, PSZ, MLE, SEL,</u> ) Ryz na sypko 150 g Mus z jabłek () z/c 150 g Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ) Surówka z selera i jabłka () 150 g ( <u>MLE, SEL,</u> ) Woda źródłana n/g 0,5 l 1 szt	Brokułowa z ziemniakami () SU 350 ml ( <u>GLU, PSZ, MLE, SEL,</u> ) Ryz na sypko (brązowy) 150 g Schab pieczony w rękawie 100 g Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, PSZ,</u> ) Surówka z selera i jabłka b/c () 150 g ( <u>MLE, SEL,</u> ) Brokuł gotowany* 150 g Woda źródłana n/g 0,5 l 1 szt	Brokułowa z ziemniakami () SU 350 ml ( <u>GLU, PSZ, MLE, SEL,</u> ) Ryz na sypko 150 g Schab pieczony w rękawie 100 g Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, PSZ,</u> ) Surówka z selera i jabłka b/c () 150 g ( <u>MLE, SEL,</u> ) Brokuł gotowany* 150 g Woda źródłana n/g 0,5 l 1 szt	Brokułowa z ziemniakami () SU 350 ml ( <u>GLU, PSZ, MLE, SEL,</u> ) Ryz na sypko 150 g Pulpet wieprzowy 100 g ( <u>GLU, PSZ, JAJ,</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, PSZ,</u> ) Seler z pietruszką gotowany z olejem () 150 g ( <u>GLU, PSZ, SEL,</u> ) Brokuł gotowany* 150 g Woda źródłana n/g 0,5 l 1 szt	Brokułowa z ziemniakami () SU 350 ml ( <u>GLU, PSZ, MLE, SEL,</u> ) Ryz na sypko 150 g Schab pieczony w rękawie 100 g Brokuł gotowany* 150 g Woda źródłana n/g 0,5 l 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT,</u> ) Masło 83% tł. 5 g ( <u>MLE,</u> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g ( <u>SOJ,</u> ) Seler z pietruszką gotowany z olejem () 50 g ( <u>GLU, PSZ, SEL,</u> )
	PD		Kanapka z szynką drobiową (chleb razowy 60g, margaryna 5g, szynka 25g) 0,5 szt ( <u>GLU, PSZ, MLE,</u> )	Kanapka z szynką drobiową (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, szynka 25g) 0,5 szt ( <u>GLU, PSZ, MLE,</u> )		
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT,</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Pasta z twarogu z koperkiem 40 g ( <u>MLE,</u> ) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g ( <u>może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u> ) Pomidor 50 g Rukola 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb Graham 80 g ( <u>GLU, PSZ,</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Pasta z twarogu z koperkiem 40 g ( <u>MLE,</u> ) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g ( <u>może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u> ) Rzodkiew biała 50 g Rukola 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT,</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Pasta z twarogu z koperkiem 40 g ( <u>MLE,</u> ) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g ( <u>może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u> ) Pomidor 50 g Rukola 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU, PSZ,</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Pasta z twarogu z koperkiem 40 g ( <u>MLE,</u> ) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g ( <u>może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u> ) Pomidor 50 g Rukola 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Ser żółty Gouda plastry 150g 0,26 szt ( <u>MLE,</u> ) Wędzona wieprzowa, parzona. szynka 100% mięsa op. 100g 0,5 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT,</u> ) Masło 83% tł. 5 g ( <u>MLE,</u> ) Szyneczka drobiowa, grubo rozdrobniona, parzona, niewędzona. op 100g 0,25 szt
PN	Mus jogurt&zboża i owoce sadu 100g 1 szt ( <u>MLE, GLU, OW,</u> ) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g		Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE,</u> ) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g		Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g	
	Wartość energetyczna: 2236.89 kcal; Białko ogółem: 89.26 g; Tłuszcz: 62.84 g; Kw. tł. nasy.: 23.47 g; Węglowodany ogółem: 346.26 g; W tym cukry: 103.92 g; Błonnik pok.: 31.69 g; Sól: 5.72 g;	Wartość energetyczna: 2085.43 kcal; Białko ogółem: 122.11 g; Tłuszcz: 66.61 g; Kw. tł. nasy.: 22.35 g; Węglowodany ogółem: 267.59 g; W tym cukry: 40.12 g; Błonnik pok.: 42.52 g; Sól: 7.04 g;	Wartość energetyczna: 2092.64 kcal; Białko ogółem: 115.68 g; Tłuszcz: 64.85 g; Kw. tł. nasy.: 22.03 g; Węglowodany ogółem: 276.49 g; W tym cukry: 38.52 g; Błonnik pok.: 30.44 g; Sól: 7.39 g;	Wartość energetyczna: 2214.99 kcal; Białko ogółem: 112.64 g; Tłuszcz: 73.54 g; Kw. tł. nasy.: 22.08 g; Węglowodany ogółem: 289.53 g; W tym cukry: 42.88 g; Błonnik pok.: 27.68 g; Sól: 6.33 g;	Wartość energetyczna: 2820.97 kcal; Białko ogółem: 141.26 g; Tłuszcz: 97.58 g; Kw. tł. nasy.: 46.64 g; Węglowodany ogółem: 357.17 g; W tym cukry: 55.08 g; Błonnik pok.: 26.27 g; Sól: 8.83 g;	



Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 DLA DIET PODSTAWOWYCH SZPITALA UNIWERSYTECKIEGO

		SU- 1. Dieta lekkostrawna	SU- 2. Dieta z ograniczeniem łatworzyswajanych węglowodanów, ubogoenergetyczna, bogatorestwkowa	SU- 3. Dieta z ograniczeniem łatworzyswajanych węglowodanów- lekkostrawna	SU- 3A. Z ogr. łatwo. węg. lekkostrawna oszczędzająca	SU- 4. Dieta ubogobakteryjna
2024-12-31 wtorek	Śniadanie	Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt Kefir 2 % tł 200g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 30 g ( <u>GLUPSZ</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Twarożek 40 g ( <u>MLE</u> ) Dżem 25 g 1 szt Sałata lodowa 20 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sok pomidorowy 200 ml Chleb Graham 30 g ( <u>GLUPSZ</u> ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <u>GLUPSZ</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Twarożek 40 g ( <u>MLE</u> ) Sałata lodowa 20 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Sok pomidorowy 200 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Twarożek 40 g ( <u>MLE</u> ) Sałata lodowa 20 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Sok pomidorowy 200 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLUPSZ</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 40 g Twarożek 40 g ( <u>MLE</u> ) Sałata lodowa 20 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt Dżem 25 g 1 szt Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 30 g ( <u>GLUPSZ</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Parówki z fileta z kurczaka wyrób drobiowy homogenizowany, wędzony, parzony bez osłonki 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ) Ser żółty Gouda plastry 150g 0,26 szt ( <u>MLE</u> )
	II SN			Kefir 2 % tł 200g 1 szt ( <u>MLE</u> )		
	Obiad	Solferino ( ) SU 350 ml ( <u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u> ) Gulasz wołowy - dieta 130 g ( <u>GLUPSZ</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 150 g ( <u>GLU JĘCZ.</u> ) Kalańfort gotowany* 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt	Grochowa z ziemniakami ( ) 350 ml ( <u>GLUPSZ, SEL.</u> ) Gulasz wołowy - dieta 130 g ( <u>GLUPSZ</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 150 g ( <u>GLU JĘCZ.</u> ) Surówka z rzepy białej i jabłka ( ) 150 g ( <u>MLE</u> ) Surówka z marchwi z olejem ( ) 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt	Solferino ( ) SU 350 ml ( <u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 150 g ( <u>GLU JĘCZ.</u> ) Gulasz wołowy - dieta 130 g ( <u>GLUPSZ</u> ) Surówka z marchwi z olejem ( ) 150 g Kalańfort gotowany* 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt	Solferino ( ) SU 350 ml ( <u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 150 g ( <u>GLU JĘCZ.</u> ) Gulasz wołowy - dieta 130 g ( <u>GLUPSZ</u> ) Marchew gotowana z olejem ( ) 150 g Kalańfort gotowany* 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt	Solferino ( ) SU 350 ml ( <u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u> ) Ryż na sypko 150 g Gulasz wołowy - dieta 130 g ( <u>GLUPSZ</u> ) Kalańfort gotowany* 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ) Ser topiony 25g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Marchew gotowana z olejem ( ) 50 g
	PD		Kanapka z twarogiem (chleb razowy 60g, margaryna 5g, twarozek 25g) 0,5 szt ( <u>GLUPSZ, MLE</u> )	Kanapka z twarogiem (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, twarozek 25g) 0,5 szt ( <u>GLUPSZ, MLE</u> )		
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Pasta z twarogu i tuńczyka SU 40 g ( <u>RYB, MLE</u> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g ( <u>SOJ</u> ) Pomidor 50 g Mix салат 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb Graham 80 g ( <u>GLUPSZ</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Pasta z twarogu i tuńczyka SU 40 g ( <u>RYB, MLE</u> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g ( <u>SOJ</u> ) Ogórek świeży 50 g Mix салат 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Pasta z twarogu i tuńczyka SU 40 g ( <u>RYB, MLE</u> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g ( <u>SOJ</u> ) Pomidor 50 g Mix салат 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLUPSZ</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Pasta z twarogu i tuńczyka SU 40 g ( <u>RYB, MLE</u> ) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną, 40 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Pomidor 50 g Mix салат 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Ser mozzarella kulki 25 g ( <u>MLE</u> ) Wędzona wieprzowa, parzona, szynka 100% mięsa op. 100g 0,5 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ) Szyneczka drobiowa, grubo rozdrobniona, parzona, niewędzona. op 100g 0,25 szt
	PN		Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Wafle ryżowe 10 g			Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Wafle ryżowe 10 g
		Wartość energetyczna: 1863.99 kcal; Białko ogółem: 88.57 g; Tłuszcz: 63.44 g; Kw. tł. nasy.: 21.77 g; Węglowodany ogółem: 243.27 g; W tym cukry: 55.52 g; Błonnik pok.: 18.05 g; Sól: 5.31 g;	Wartość energetyczna: 2117.88 kcal; Białko ogółem: 104.39 g; Tłuszcz: 78.21 g; Kw. tł. nasy.: 25.15 g; Węglowodany ogółem: 268.88 g; W tym cukry: 48.23 g; Błonnik pok.: 40.84 g; Sól: 6.98 g;	Wartość energetyczna: 1978.32 kcal; Białko ogółem: 94.00 g; Tłuszcz: 70.31 g; Kw. tł. nasy.: 23.08 g; Węglowodany ogółem: 255.95 g; W tym cukry: 47.12 g; Błonnik pok.: 29.10 g; Sól: 7.44 g;	Wartość energetyczna: 1969.20 kcal; Białko ogółem: 101.38 g; Tłuszcz: 65.28 g; Kw. tł. nasy.: 22.16 g; Węglowodany ogółem: 256.58 g; W tym cukry: 46.65 g; Błonnik pok.: 26.88 g; Sól: 7.24 g;	Wartość energetyczna: 2668.74 kcal; Białko ogółem: 118.35 g; Tłuszcz: 102.90 g; Kw. tł. nasy.: 46.07 g; Węglowodany ogółem: 328.09 g; W tym cukry: 41.77 g; Błonnik pok.: 21.45 g; Sól: 9.74 g;

**Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 DLA DIET PODSTAWOWYCH SZPITALA UNIWERSYTECKIEGO**

		SU- 1. Dieta lekkostrawna	SU- 2. Dieta z ograniczeniem łatworzyswajanych węglowodanów, ubogoenergetyczna, bogatorestkowa	SU- 3. Dieta z ograniczeniem łatworzyswajanych węglowodanów- lekkostrawna	SU- 3A. Z ogr. łatwo. węgl. lekkostrawna oszczędzająca	SU- 4. Dieta ubogobakteryjna
2025-01-01 środa	Śniadanie	Jabłko 150 g Ryż na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> ) Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Serek homogenizowany o smaku waniliowym 120 g ( <u>MLE</u> ) Rukola 10 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Jabłko 150 g Chleb Graham 80 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Serek homo. naturalny 120 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 50 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Jabłko 150 g Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Serek homo. naturalny 120 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 50 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Jabłko pieczone 150 g Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Serek homo. naturalny 120 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 50 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Jabłko pieczone 150 g Ryż na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> ) Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szynek drobiowy, grubo rozdrobniona, parzona, niewędzona. op 100g 0,25 szt Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło 83% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ) Kielbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona, suszona op.90g 0,25 szt
	II ŚN		Kanapka z twarogiem (chleb razowy 60g, margaryna 5g, twarózek 25g) 0,5 szt ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )	Kanapka z twarogiem (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, twarózek 25g) 0,5 szt ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )		
	Obiad	Rosół z makaronem () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Dramstik z kurczaka pieczony 150 g Sos bazyliowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt	Rosół z makaronem () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Dramstik z kurczaka pieczony 150 g Sos bazyliowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 150 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt	Rosół z makaronem () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Dramstik z kurczaka gotowany 150 g Sos bazyliowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Seler z pietruszką gotowany z olejem () 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt	Rosół z makaronem () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Pulpet drobiowy dieta 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos bazyliowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Seler z pietruszką gotowany z olejem () 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt	Rosół z makaronem () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Dramstik z kurczaka gotowany 150 g Sos bazyliowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło 83% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ) Ser topiony 25g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Seler z pietruszką gotowany z olejem () 50 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )
	PD		Kanapka z szynką drobiową (chleb razowy 60g, margaryna 5g, szynka 25g) 0,5 szt ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )	Kanapka z szynką drobiową (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, szynka 25g) 0,5 szt ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )		
	Kolejacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Twaróg chudy 40 g ( <u>MLE</u> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb Graham 80 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Twaróg chudy 40 g ( <u>MLE</u> ) Sałata lodowa 20 g Papryka świeża 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Twaróg chudy 40 g ( <u>MLE</u> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Twaróg chudy 40 g ( <u>MLE</u> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Szynek drobiowy, grubo rozdrobniona, parzona, niewędzona. op 100g 0,5 szt Ser żółty Gouda plastry 150g 0,26 szt ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło 83% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> )
PN	Serek homo o smaku waniliowym tubka 120g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g	Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g			Serek homo o smaku waniliowym tubka 120g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g	
	Wartość energetyczna: 2512.59 kcal; Białko ogółem: 121.11 g; Tłuszcz: 93.55 g; Kw. tł. nasy.: 31.30 g; Węglowodany ogółem: 302.33 g; W tym cukry: 83.08 g; Błonnik pok.: 17.53 g; Sól: 6.89 g;	Wartość energetyczna: 2346.52 kcal; Białko ogółem: 127.69 g; Tłuszcz: 99.38 g; Kw. tł. nasy.: 28.35 g; Węglowodany ogółem: 246.41 g; W tym cukry: 28.51 g; Błonnik pok.: 27.32 g; Sól: 9.67 g;	Wartość energetyczna: 2290.11 kcal; Białko ogółem: 124.50 g; Tłuszcz: 83.43 g; Kw. tł. nasy.: 27.26 g; Węglowodany ogółem: 271.03 g; W tym cukry: 32.48 g; Błonnik pok.: 27.71 g; Sól: 8.19 g;	Wartość energetyczna: 2180.41 kcal; Białko ogółem: 111.58 g; Tłuszcz: 71.75 g; Kw. tł. nasy.: 22.80 g; Węglowodany ogółem: 282.45 g; W tym cukry: 34.55 g; Błonnik pok.: 25.60 g; Sól: 7.17 g;	Wartość energetyczna: 3132.49 kcal; Białko ogółem: 140.01 g; Tłuszcz: 114.98 g; Kw. tł. nasy.: 58.30 g; Węglowodany ogółem: 389.57 g; W tym cukry: 84.05 g; Błonnik pok.: 23.58 g; Sól: 8.18 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 DLA DIET PODSTAWOWYCH SZPITALA UNIWERSYTECKIEGO

		SU- 1. Dieta lekkostrawna	SU- 2. Dieta z ograniczeniem łatworzyswajanych węglowodanów, ubogoenergetyczna, bogatobiałkowa	SU- 3. Dieta z ograniczeniem łatworzyswajanych węglowodanów- lekkostrawna	SU- 3A. Z ogr. łatwo. węgl. lekkostrawna oszczędzająca	SU- 4. Dieta ubogobakteryjna
2025-01-02 czwartek	Śniadanie	Drożdżówka z serem 80g 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ) Dżem 25g 1 szt Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Bułka pszenna długa krojona 30g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynka sołtysa wieprzowa, wędzona, parzona 40g Ser mozzarella kulki 25g ( <u>MLE,</u> ) Sałata lodowa 20g Pomidor koktajlowy 50g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kiwi (g) 100g Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ,</u> ) Chleb Graham 30g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Ser mozzarella kulki 25g ( <u>MLE,</u> ) Szynka sołtysa wieprzowa, wędzona, parzona 40g Sałata lodowa 20g Ogórek świeży 50g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 80g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Ser mozzarella kulki 25g ( <u>MLE,</u> ) Szynka sołtysa wieprzowa, wędzona, parzona 40g Sałata lodowa 20g Pomidor koktajlowy 50g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Jabłko pieczone 150g Bułka pszenna długa krojona 80g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Ser mozzarella kulki 25g ( <u>MLE,</u> ) Szynka sołtysa wieprzowa, wędzona, parzona 40g Sałata lodowa 20g Pomidor koktajlowy 50g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Rogal drożdżowy 80g 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ) Dżem 25g 1 szt Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Bułka pszenna długa krojona 30g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło 83% tł. 20g ( <u>MLE,</u> ) Parówki z fileta z kurczaka wyrób drobiowy homogenizowany, wędzony, parzony bez osłonki 100g Chleb mieszany pszenno-żytni 50g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło 83% tł. 5g ( <u>MLE,</u> ) Ser mozzarella kulki 25g ( <u>MLE,</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	II ŚN	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> )				
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami () SU 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Filet z kurczaka pieczony 100g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Sos koperkowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Makaron 150g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Brokuł gotowany* 150g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () SU 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Filet z kurczaka pieczony 100g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Sos koperkowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Makaron pełnoziarnisty 150g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 150g ( <u>SEL,</u> ) Brokuł gotowany* 150g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () SU 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Makaron 150g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Filet z kurczaka gotowany 100g Sos koperkowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Brokuł gotowany* 150g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 150g ( <u>SEL,</u> ) Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () SU 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Makaron 150g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Filet z kurczaka gotowany 100g Brokuł gotowany* 150g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło 83% tł. 5g ( <u>MLE,</u> ) Ser żółty Gouda plastry 150g 0,26 szt ( <u>MLE,</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 50g ( <u>SEL,</u> ) Sos koperkowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )	
	PD	Kanapka z twarogiem (chleb razowy 60g, margaryna 5g, twaróg 25g) 0,5 szt ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )	Kanapka z twarogiem (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, twaróg 25g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )			
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Piersz gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u> ) Pasta z twarogu z koperkiem 40g ( <u>MLE,</u> ) Pomidor 50g Roszponka 10g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb Graham 80g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Pasztet z ciecierzycy () 50g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ) Piersz gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u> ) Pomidor 50g Roszponka 10g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Piersz gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u> ) Pasta z twarogu z koperkiem 40g ( <u>MLE,</u> ) Pomidor 50g Roszponka 10g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 80g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Piersz gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u> ) Pasta z twarogu z koperkiem 40g ( <u>MLE,</u> ) Pomidor 50g Roszponka 10g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło 83% tł. 20g ( <u>MLE,</u> ) Wędzona wieprzowa, parzona, szynka 100% mięsa op. 100g 0,5 szt Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło 83% tł. 5g ( <u>MLE,</u> ) Kielbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona, suszona op.90g 0,25 szt
	PN	Podplomyki b/c 10g ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt ( <u>MLE,</u> ) Podplomyki b/c 10g ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt ( <u>MLE,</u> ) Podplomyki b/c 10g ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )	Podplomyki b/c 10g ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt ( <u>MLE,</u> )	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt ( <u>MLE,</u> ) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9g	Podplomyki b/c 10g ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt ( <u>MLE,</u> )
		Wartość energetyczna: 1949.97 kcal; Białko ogółem: 99.89g; Tłuszcz: 62.04g; Kw. tł. nasy.: 24.39g; Węglowodany ogółem: 256.81g; W tym cukry: 51.57g; Błonnik pok.: 16.92g; Sól: 6.59g;	Wartość energetyczna: 2198.24 kcal; Białko ogółem: 111.15g; Tłuszcz: 76.34g; Kw. tł. nasy.: 26.10g; Węglowodany ogółem: 277.73g; W tym cukry: 51.85g; Błonnik pok.: 37.95g; Sól: 7.76g;	Wartość energetyczna: 2216.12 kcal; Białko ogółem: 108.73g; Tłuszcz: 72.91g; Kw. tł. nasy.: 26.79g; Węglowodany ogółem: 295.86g; W tym cukry: 58.23g; Błonnik pok.: 30.15g; Sól: 8.29g;	Wartość energetyczna: 2241.85 kcal; Białko ogółem: 112.72g; Tłuszcz: 72.87g; Kw. tł. nasy.: 26.75g; Węglowodany ogółem: 297.73g; W tym cukry: 60.15g; Błonnik pok.: 27.75g; Sól: 7.27g;	Wartość energetyczna: 2936.21 kcal; Białko ogółem: 133.67g; Tłuszcz: 104.87g; Kw. tł. nasy.: 52.07g; Węglowodany ogółem: 376.46g; W tym cukry: 44.82g; Błonnik pok.: 22.67g; Sól: 12.16g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 DLA DIET PODSTAWOWYCH SZPITALA UNIWERSYTECKIEGO

	SU- 1. Dieta lekkostrawna	SU- 2. Dieta z ograniczeniem łatworzyswajanych węglowodanów, ubogoenergetyczna, bogatorestwkowa	SU- 3. Dieta z ograniczeniem łatworzyswajanych węglowodanów- lekkostrawna	SU- 3A. Z ogr. łatwo. węgl. lekkostrawna oszczędzająca	SU- 4. Dieta ubogobakteryjna	
2025-01-03 piątek	Śniadanie	Mandarynka 150 g Dżem 25 g 1 szt Makaron na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Bułka pszenna długa krojona 30 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Serek homo. naturalny 120 g ( <u>MLE,</u> ) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 40 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u> ) Pomidor 50 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Mandarynka 150 g Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ,</u> ) Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Serek homo. naturalny 120 g ( <u>MLE,</u> ) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 40 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u> ) Pomidor 50 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Jabłko 150 g Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Serek homo. naturalny 120 g ( <u>MLE,</u> ) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 40 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u> ) Pomidor 50 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Jabłko pieczone 150 g Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Serek homo. naturalny 120 g ( <u>MLE,</u> ) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 40 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u> ) Pomidor 50 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Dżem 25 g 1 szt Makaron na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Bułka pszenna długa krojona 30 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ) Kielbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona, suszona op.90g 0,5 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło 83% tł. 5 g ( <u>MLE,</u> ) Szynekka drobiowa, grubo rozdrobniona, parzona, niewędzona. op 100g 0,25 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	II ŚN		Kanapka z szynką drobiową ( chleb razowy 60g, margaryna 5g, szynka 25g) 0,5 szt ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )	Kanapka z szynką drobiową (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, szynka 25g) 0,5 szt ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )		
	Obiad	Kalaforowa z ryżem () SU 350 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ) Łosoś pieczony SU 100 g ( <u>RYB,</u> ) Sos cytrynowy SU 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Warzywa po grecku () 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt	Kalaforowa z ryżem () SU 350 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Łosoś pieczony SU 100 g ( <u>RYB,</u> ) Sos cytrynowy SU 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Surołka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt	Kalaforowa z ryżem () SU 350 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Łosoś pieczony SU 100 g ( <u>RYB,</u> ) Sos cytrynowy SU 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Warzywa po grecku () 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt	Kalaforowa z ryżem () SU 350 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ) Łosoś pieczony SU 100 g ( <u>RYB,</u> ) Sos cytrynowy SU 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Warzywa po grecku () 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt	Kalaforowa z ryżem () SU 350 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos jarzynowy () SU 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Warzywa po grecku () 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło 83% tł. 5 g ( <u>MLE,</u> ) Ser topiony 25g 1 szt ( <u>MLE,</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 50 g
	PD		Kanapka z twarogiem (chleb razowy 60g, margaryna 5g, twarózek 25g) 0,5 szt ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )	Kanapka z twarogiem (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, twarózek 25g) 0,5 szt ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )		
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Pasta z jaj z koperkiem -dieta 40 g ( <u>JAJ, MLE,</u> ) Twaróg chudy 40 g ( <u>MLE,</u> ) Sałata lodowa 20 g Pomidorki koktajlowe 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb Graham 80 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Pasta z jaj z koperkiem -dieta 40 g ( <u>JAJ, MLE,</u> ) Twaróg chudy 40 g ( <u>MLE,</u> ) Sałata lodowa 20 g Pomidorki koktajlowe 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Pasta z jaj z koperkiem -dieta 40 g ( <u>JAJ, MLE,</u> ) Twaróg chudy 40 g ( <u>MLE,</u> ) Sałata lodowa 20 g Pomidorki koktajlowe 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Twaróg chudy 40 g ( <u>MLE,</u> ) Sałata lodowa 20 g Pomidorki koktajlowe 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> ) Serek śniadaniowy naturalny 80g 1 szt ( <u>MLE,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło 83% tł. 5 g ( <u>MLE,</u> ) Wędzona wieprzowa, parzona. szynka 100% mięsa op. 100g 0,25 szt
	PN		Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE,</u> ) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 10 g		Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt ( <u>MLE,</u> ) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 10 g	
		Wartość energetyczna: 2302.69 kcal; Białko ogółem: 109.63 g; Tłuszcz: 79.43 g; Kw. tł. nasy.: 21.54 g; Węglowodany ogółem: 299.12 g; W tym cukry: 77.64 g; Błonnik pok.: 23.25 g; Sól: 6.01 g;	Wartość energetyczna: 2160.12 kcal; Białko ogółem: 113.37 g; Tłuszcz: 84.40 g; Kw. tł. nasy.: 20.87 g; Węglowodany ogółem: 248.79 g; W tym cukry: 31.68 g; Błonnik pok.: 28.72 g; Sól: 7.20 g;	Wartość energetyczna: 2203.49 kcal; Białko ogółem: 108.65 g; Tłuszcz: 79.69 g; Kw. tł. nasy.: 20.55 g; Węglowodany ogółem: 272.38 g; W tym cukry: 39.58 g; Błonnik pok.: 24.75 g; Sól: 7.03 g;	Wartość energetyczna: 2214.14 kcal; Białko ogółem: 115.19 g; Tłuszcz: 76.93 g; Kw. tł. nasy.: 19.47 g; Węglowodany ogółem: 274.32 g; W tym cukry: 41.41 g; Błonnik pok.: 22.34 g; Sól: 6.77 g;	Wartość energetyczna: 3066.57 kcal; Białko ogółem: 150.42 g; Tłuszcz: 109.36 g; Kw. tł. nasy.: 56.35 g; Węglowodany ogółem: 384.33 g; W tym cukry: 79.11 g; Błonnik pok.: 27.11 g; Sól: 10.54 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 DLA DIET PODSTAWOWYCH SZPITALA UNIWERSYTECKIEGO

		SU- 1. Dieta lekkostrawna	SU- 2. Dieta z ograniczeniem łatworzyswajanych węglowodanów, ubogoenergetyczna, bogatorestkowa	SU- 3. Dieta z ograniczeniem łatworzyswajanych węglowodanów- lekkostrawna	SU- 3A. Z ogr. łatwo. węg. lekkostrawna oszczędzająca	SU- 4. Dieta ubogobakteryjna
2025-01-04 sobota	Śniadanie	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenno długa krojona 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Piersz gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Ser mozzarella kulki 25 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 50 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sok pomidorowy 200 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Piersz gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Ser mozzarella kulki 25 g ( <u>MLE.</u> ) Mix салат 20 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Sok pomidorowy 200 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Piersz gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Ser mozzarella kulki 25 g ( <u>MLE.</u> ) Mix салат 20 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Sok pomidorowy 200 ml Bułka pszenno długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Piersz gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Mix салат 20 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenno długa krojona 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE.</u> ) Szynek drobiowy, grubo rozdrobniona, parzona, niewędzona. op 100g 0,5 szt Ser mozzarella kulki 25 g ( <u>MLE.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 5 g ( <u>MLE.</u> ) Kielbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona, suszona op.90g 0,25 szt
	II SN		Kanapka z twarogiem (chleb razowy 60g, margaryna 5g, twaróg 25g) 0,5 szt ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )	Kanapka z twarogiem (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, twaróg 25g) 0,5 szt ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )		
	Obiad	Ziemiaczana () SU 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Pulpet drobiowy SU 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos pomidorowy SU 100 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 150 g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt	Ogórkowa z ziemniakami () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Pulpet drobiowy SU 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos pomidorowy SU 100 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 150 g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Surówka wykwinna z olejem b/c 150 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt	Ziemiaczana () SU 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 150 g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Pulpet drobiowy SU 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos pomidorowy SU 100 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kalafor gotowany* 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt	Ziemiaczana () SU 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 150 g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Pulpet drobiowy SU 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos pomidorowy SU 100 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) Buraczki gotowane () 150 g Kalafor gotowany* 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt	Ziemiaczana () SU 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ryż na sypko 150 g Pulpet drobiowy SU 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos pomidorowy SU 100 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) Buraczki gotowane () 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 5 g ( <u>MLE.</u> ) Wędzona wieprzowa, parzona, szynka 100% mięsa op. 100g 0,25 szt Kalafor gotowany* 50 g
	PD		Kanapka z twarogiem (chleb razowy 60g, margaryna 5g, twaróg 25g) 0,5 szt ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )	Kanapka z twarogiem (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, twaróg 25g) 0,5 szt ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )		
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynek dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Serek homo. naturalny 120 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 50 g Sałata lodowa 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb Graham 80 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynek dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Pasztet z fasoli () 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Ogórek świeży 50 g Sałata lodowa 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynek dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Serek homo. naturalny 120 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 50 g Sałata lodowa 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenno długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynek dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Serek homo. naturalny 120 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 50 g Sałata lodowa 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE.</u> ) Kielbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona, suszona op.90g 0,25 szt Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 5 g ( <u>MLE.</u> ) Szynek drobiowy, grubo rozdrobniona, parzona, niewędzona. op 100g 0,25 szt
	PN	Mus jogurt&zboża i owoce leśne 100g 1 szt ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Wafle ryżowe 10 g	Pieczewo chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ.</u> ) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiń,haga) 1 szt ( <u>MLE.</u> )	Wafle ryżowe 10 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt ( <u>MLE.</u> )	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Wafle ryżowe 10 g	
	Wartość energetyczna: 2058.73 kcal; Białko ogółem: 86.39 g; Tłuszcz: 67.56 g; Kw. tł. nasy.: 19.48 g; Węglowodany ogółem: 283.29 g; W tym cukry: 67.29 g; Błonnik pok.: 21.56 g; Sól: 6.57 g;	Wartość energetyczna: 2428.19 kcal; Białko ogółem: 97.11 g; Tłuszcz: 98.19 g; Kw. tł. nasy.: 27.05 g; Węglowodany ogółem: 306.54 g; W tym cukry: 33.56 g; Błonnik pok.: 36.51 g; Sól: 8.93 g;	Wartość energetyczna: 2187.63 kcal; Białko ogółem: 100.95 g; Tłuszcz: 79.00 g; Kw. tł. nasy.: 25.64 g; Węglowodany ogółem: 281.05 g; W tym cukry: 37.43 g; Błonnik pok.: 26.55 g; Sól: 8.71 g;	Wartość energetyczna: 2154.67 kcal; Białko ogółem: 106.19 g; Tłuszcz: 71.69 g; Kw. tł. nasy.: 24.93 g; Węglowodany ogółem: 283.58 g; W tym cukry: 43.72 g; Błonnik pok.: 24.41 g; Sól: 7.71 g;	Wartość energetyczna: 2612.47 kcal; Białko ogółem: 99.60 g; Tłuszcz: 87.13 g; Kw. tł. nasy.: 44.50 g; Węglowodany ogółem: 366.08 g; W tym cukry: 69.02 g; Błonnik pok.: 21.70 g; Sól: 8.02 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 DLA DIET PODSTAWOWYCH SZPITALA UNIWERSYTECKIEGO

		SU- 1. Dieta lekkostrawna	SU- 2. Dieta z ograniczeniem łatworzyswajanych węglowodanów, ubogoenergetyczna, bogatobiałkowa	SU- 3. Dieta z ograniczeniem łatworzyswajanych węglowodanów- lekkostrawna	SU- 3A. Z ogr. łatwo. węgl. lekkostrawna oszczędzająca	SU- 4. Dieta ubogobakteryjna
2025-01-05 niedziela	Śniadanie	Banan 150 g Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 40 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u> ) Twarożek 40 g ( <u>MLE,</u> ) Pomidor koktajlowy 50 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Pomarańcza 200 g Chleb Graham 80 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 40 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u> ) Twarożek 40 g ( <u>MLE,</u> ) Pomidor koktajlowy 50 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Banan 150 g Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 40 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u> ) Twarożek 40 g ( <u>MLE,</u> ) Sałata lodowa 20 g Pomidor koktajlowy 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Jabłko pieczone 150 g Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 40 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u> ) Twarożek 40 g ( <u>MLE,</u> ) Sałata lodowa 20 g Pomidor koktajlowy 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ) Wędzona wieprzowa, parzona. szynka 100% mięsa op. 100g 0,4 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u> ) Masło 83% tł. 5 g ( <u>MLE,</u> ) Szyneczka drobiowa, grubo rozdrobniona, parzona, niewędzona. op 100g 0,25 szt
	II SN		Kanapka z twarogiem (chleb razowy 60g, margaryna 5g, twarózek 25g) 0,5 szt ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )	Kanapka z twarogiem (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, twarózek 25g) 0,5 szt ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )		
	Obiad	Pomidorowa z makaronem () SU 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () SU 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () SU 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () SU 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Surówka z kapusty białej z olejem () 150 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () SU 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () SU 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Seler z pietruszką gotowany z olejem () 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () SU 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ) Sos własny () SU 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Seler z pietruszką gotowany z olejem () 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () SU 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () SU 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Seler z pietruszką gotowany z olejem () 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u> ) Masło 83% tł. 5 g ( <u>MLE,</u> ) Kielbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona, suszona op.90g 0,25 szt Bukiet warzyw gotowanych królewski* 50 g
	PD		Kanapka z szynką drobiową (chleb razowy 60g, margaryna 5g, szynka 25g) 0,5 szt ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )	Kanapka z szynką drobiową (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, szynka 25g) 0,5 szt ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )		
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> ) Twaróg chudy 40 g ( <u>MLE,</u> ) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 50 g Rukola 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb Graham 80 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> ) Twaróg chudy 40 g ( <u>MLE,</u> ) Ogórek świeży 50 g Rukola 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> ) Twaróg chudy 40 g ( <u>MLE,</u> ) Pomidor 50 g Rukola 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Twaróg chudy 40 g ( <u>MLE,</u> ) Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 50 g Rukola 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE,</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> ) Szyneczka drobiowa, grubo rozdrobniona, parzona, niewędzona. op 100g 0,25 szt Dżem 25 g 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u> ) Masło 83% tł. 5 g ( <u>MLE,</u> ) Wędzona wieprzowa, parzona. szynka 100% mięsa op. 100g 0,25 szt
PN		Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE,</u> )	Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE,</u> ) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE,</u> )	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt ( <u>MLE,</u> )	
		Wartość energetyczna: 1963.59 kcal; Białko ogółem: 95.58 g; Tłuszcz: 55.73 g; Kw. tł. nasy.: 19.85 g; Węglowodany ogółem: 276.00 g; W tym cukry: 73.22 g; Błonnik pok.: 16.10 g; Sól: 5.31 g;	Wartość energetyczna: 2053.65 kcal; Białko ogółem: 110.61 g; Tłuszcz: 66.40 g; Kw. tł. nasy.: 22.16 g; Węglowodany ogółem: 266.28 g; W tym cukry: 45.73 g; Błonnik pok.: 30.21 g; Sól: 6.44 g;	Wartość energetyczna: 2140.78 kcal; Białko ogółem: 106.20 g; Tłuszcz: 64.65 g; Kw. tł. nasy.: 22.17 g; Węglowodany ogółem: 294.16 g; W tym cukry: 54.43 g; Błonnik pok.: 26.88 g; Sól: 6.96 g;	Wartość energetyczna: 2138.49 kcal; Białko ogółem: 103.19 g; Tłuszcz: 68.00 g; Kw. tł. nasy.: 21.79 g; Węglowodany ogółem: 288.77 g; W tym cukry: 42.59 g; Błonnik pok.: 25.22 g; Sól: 6.86 g;	Wartość energetyczna: 2552.99 kcal; Białko ogółem: 113.88 g; Tłuszcz: 82.54 g; Kw. tł. nasy.: 43.11 g; Węglowodany ogółem: 351.50 g; W tym cukry: 57.67 g; Błonnik pok.: 28.41 g; Sól: 8.38 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 DLA DIET PODSTAWOWYCH SZPITALA UNIWERSYTECKIEGO

		SU- 4A. Dieta ubogobakteryjna bez laktozy	SU- 5. Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego (oszczędzająca)	SU- 6. Łatwostrawna bez glutenu	SU- 6A. Dieta łatwostrawna bez białek mleka krowiego	SU- 6B. Dieta łatwostrawna bez białek mleka krowiego i glutenu
2024-12-23 poniedziałek	Śniadanie	Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mleko b/laktozy 3,2% tł UHT 240 ml ( <u>MLE b/LAK.</u> ) Płatki kukurydziane 60 g Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło bez laktozy (82% tł.) 20 g ( <u>MLE b/LAK.</u> ) Ser żółty b/laktozy dojrzewający pl. Gouda 40 g ( <u>MLE b/LAK.</u> ) Szytniczka drobiowa, grubo rozdrobniona, parzona, niewędzona. op 100g 0,5 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło bez laktozy (82% tł.) 5 g ( <u>MLE b/LAK.</u> ) Kielbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona, suszona op.90g 0,25 szt	Jabłko pieczone 150 g Miód (25g) 1 szt Ryz na mleku 300 ml ( <u>MLE.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Twaróg chudy 40 g ( <u>MLE.</u> ) Rukola 10 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Banan 150 g Miód (25g) 1 szt Chleb bezglutenowy 80 g Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Twaróg chudy 40 g ( <u>MLE.</u> ) Rukola 10 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Banan 150 g Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna długa krojona 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Rukola 10 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Banan 150 g Miód (25g) 1 szt Chleb bezglutenowy 80 g Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Schab pieczony w rękawie 40 g Rukola 10 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	II ŚN					
	Obiad	Ziemniaczana (bez mleka) ( ) SU 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Makaron (polany masłem bez laktozy) 170 g ( <u>GLU PSZ, MLE b/LAK.</u> ) Mus z jabłek ( ) z/c 150 g Serek homo waniliowy z łaską wanilii bez laktozy 150g 1 szt ( <u>MLE b/LAK.</u> ) Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło bez laktozy (82% tł.) 5 g ( <u>MLE b/LAK.</u> ) Kielbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona, suszona op.90g 0,25 szt Brokuł gotowany* 50 g	Ziemniaczana ( ) SU 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 150 g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Zrazik wieprzowy gotowany mielony 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos pomidorowy SU 100 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) Brokuł gotowany* 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt	Ziemniaczana (bez glutenu) ( ) SU 350 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ryz na sypko 150 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony (bez glutenu) 100 g ( <u>JAJ.</u> ) Sos pomidorowy (bez glutenu) 100 ml Brokuł gotowany* 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt	Ziemniaczana (bez mleka) ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 150 g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Zrazik wieprzowy pieczony mielony 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) Brokuł gotowany* 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt	Ziemniaczana (bez glutenu i mleka) ( ) 350 ml ( <u>SEL.</u> ) Ryz na sypko 150 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony (bez glutenu) 100 g ( <u>JAJ.</u> ) Sos pomidorowy (bez glutenu) 100 ml Brokuł gotowany* 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt
	PD					
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło bez laktozy (82% tł.) 20 g ( <u>MLE b/LAK.</u> ) Szytniczka drobiowa, grubo rozdrobniona, parzona, niewędzona. op 100g 0,5 szt Serek homo waniliowy z łaską wanilii bez laktozy 150g 1 szt ( <u>MLE b/LAK.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 5 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło bez laktozy (82% tł.) 5 g ( <u>MLE b/LAK.</u> ) Kielbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona, suszona op.90g 0,5 szt	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 40 g ( <u>SOJ.</u> ) <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Serek homo. naturalny 120 g ( <u>MLE.</u> ) Sałata lodowa 20 g Sałatka z pomidorów i koperku 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 80 g Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b. sojowego i wody 40 g ( <u>SOJ.</u> ) Serek homo. o smaku naturalnym z ziołami 120 g ( <u>MLE.</u> ) Sałata lodowa 20 g Sałatka z pomidorów i koperku 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b. sojowego i wody 40 g ( <u>SOJ.</u> ) Szynka sołtysa wieprzowa, wędzona, parzona 40 g Sałata lodowa 20 g Sałatka z pomidorów i koperku 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 80 g Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b. sojowego i wody 40 g ( <u>SOJ.</u> ) Schab pieczony w rękawie 40 g Sałata lodowa 20 g Sałatka z pomidorów i koperku 50 g
PN	Serek twarogowy śmietankowy bez laktozy 30g 1 szt ( <u>MLE b/LAK.</u> ) Wafle ryżowe 10 g	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Wafle ryżowe 10 g	Dżem 25 g 1 szt Wafle ryżowe 10 g	Dżem 25 g 1 szt Wafle ryżowe 10 g	Wafle ryżowe 10 g Dżem 25 g 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2734.90 kcal; Białko ogółem: 77.72 g; Tłuszcz: 103.75 g; Kw. tł. nasy.: 61.76 g; Węglowodany ogółem: 381.23 g; W tym cukry: 52.22 g; Błonnik pok.: 26.49 g; Sól: 8.10 g;	Wartość energetyczna: 2097.31 kcal; Białko ogółem: 106.15 g; Tłuszcz: 52.87 g; Kw. tł. nasy.: 18.71 g; Węglowodany ogółem: 309.32 g; W tym cukry: 60.36 g; Błonnik pok.: 21.04 g; Sól: 6.34 g;	Wartość energetyczna: 2085.82 kcal; Białko ogółem: 89.57 g; Tłuszcz: 72.39 g; Kw. tł. nasy.: 21.71 g; Węglowodany ogółem: 274.51 g; W tym cukry: 60.06 g; Błonnik pok.: 14.62 g; Sól: 4.02 g;	Wartość energetyczna: 2027.47 kcal; Białko ogółem: 84.98 g; Tłuszcz: 59.55 g; Kw. tł. nasy.: 18.28 g; Węglowodany ogółem: 299.57 g; W tym cukry: 68.10 g; Błonnik pok.: 21.24 g; Sól: 8.10 g;	Wartość energetyczna: 2071.22 kcal; Białko ogółem: 89.40 g; Tłuszcz: 69.44 g; Kw. tł. nasy.: 19.34 g; Węglowodany ogółem: 278.49 g; W tym cukry: 66.82 g; Błonnik pok.: 14.62 g; Sól: 4.04 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 DLA DIET PODSTAWOWYCH SZPITALA UNIWERSYTECKIEGO

		SU- 4A. Dieta ubogobakteryjna bez laktozy	SU- 5. Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (oszczędzająca)	SU- 6. Łatwostrawna bez glutenu	SU- 6A. Dieta łatwostrawna bez białek mleka krowiego	SU- 6B. Dieta łatwostrawna bez białek mleka krowiego i glutenu
2024-12-24, wtorek	Śniadanie	Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło bez laktozy (82% tł.) 20 g ( <u>MLE b/LAK,</u> ) Serek wiejski bez laktozy 200g 1 szt ( <u>MLE b/LAK,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło bez laktozy (82% tł.) 5 g ( <u>MLE b/LAK,</u> ) Ser żółty b/laktozy dojrzewający pl. Gouda 25 g ( <u>MLE b/LAK,</u> )	Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt ( <u>MLE,</u> ) Pomidor 50 g Sałata lodowa 20 g	Mandarynka 150 g Chleb bezglutenowy 80 g Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Twarożek z natką pietruszki 40 g ( <u>MLE,</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> ) Sałata lodowa 20 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Mandarynka 150 g Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Bułka pszenna długa krojona 30 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ,</u> ) Sałata lodowa 20 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Mandarynka 150 g Chleb bezglutenowy 80 g Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> ) Sałata lodowa 20 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	II ŚN					
	Obiad	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka) ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 1 szt ( <u>MLE b/LAK,</u> ) Mus z jabłek ( ) z/c 100 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło bez laktozy (82% tł.) 20 g ( <u>MLE b/LAK,</u> ) Jajko gotowane kl M 0,5 szt ( <u>JAJ,</u> ) Marchew gotowana z olejem ( ) 50 g	Dyniowa z ziemniakami ( ) SU 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Twaróg półtłusty 120 g ( <u>MLE,</u> ) Mus z jabłek ( ) z/c 120 g Marchew gotowana z olejem ( ) 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami (bez glutenu) ( ) 350 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ) Makaron bezglutenowy 200 g Twaróg półtłusty 120 g ( <u>MLE,</u> ) Mus z jabłek ( ) z/c 120 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka) ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Mus z jabłek ( ) z/c 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka i glutenu) ( ) 350 ml ( <u>SEL,</u> ) Makaron bezglutenowy 200 g Mus z jabłek ( ) z/c 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt
	PD					
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Pierogi z truskawkami * 300 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Serek homo waniliowy z laską wanilii bez laktozy 150g 1 szt ( <u>MLE b/LAK,</u> )	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) SU 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Chalka 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ) Ryba gotowana (Morszczuk) 100 g ( <u>RYB,</u> ) Warzywa po grecku ( ) 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> )	Kompot z suszu 250 ml Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu) ( ) SU 350 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ) Chleb bezglutenowy 80 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <u>RYB,</u> ) Warzywa po grecku (bez glutenu) ( ) 150 g ( <u>SEL,</u> )	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <u>RYB,</u> ) Warzywa po grecku ( ) 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> )	Kompot z suszu 250 ml Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka i glutenu) ( ) 350 ml ( <u>SEL,</u> ) Chleb bezglutenowy 80 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <u>RYB,</u> ) Warzywa po grecku (bez glutenu) ( ) 150 g ( <u>SEL,</u> )
	PN	Miód (25g) 2 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g	Miód (25g) 1 szt Ciasto drożdżowe 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,</u> )	Miód (25g) 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g		
	Wartość energetyczna: 3388.07 kcal; Białko ogółem: 107.31 g; Tłuszcz: 90.41 g; Kw. tł. nasy.: 46.24 g; Węglowodany ogółem: 547.10 g; W tym cukry: 90.59 g; Błonnik pok.: 40.44 g; Sól: 7.46 g;	Wartość energetyczna: 2856.78 kcal; Białko ogółem: 130.79 g; Tłuszcz: 64.32 g; Kw. tł. nasy.: 17.33 g; Węglowodany ogółem: 457.26 g; W tym cukry: 108.78 g; Błonnik pok.: 37.02 g; Sól: 6.48 g;	Wartość energetyczna: 2221.10 kcal; Białko ogółem: 90.82 g; Tłuszcz: 55.99 g; Kw. tł. nasy.: 14.81 g; Węglowodany ogółem: 347.48 g; W tym cukry: 70.76 g; Błonnik pok.: 26.81 g; Sól: 2.48 g;	Wartość energetyczna: 2186.01 kcal; Białko ogółem: 85.21 g; Tłuszcz: 48.61 g; Kw. tł. nasy.: 12.63 g; Węglowodany ogółem: 368.97 g; W tym cukry: 71.13 g; Błonnik pok.: 36.47 g; Sól: 5.10 g;	Wartość energetyczna: 2129.53 kcal; Białko ogółem: 70.08 g; Tłuszcz: 48.98 g; Kw. tł. nasy.: 10.62 g; Węglowodany ogółem: 365.24 g; W tym cukry: 74.10 g; Błonnik pok.: 33.41 g; Sól: 3.79 g;	



**Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 DLA DIET PODSTAWOWYCH SZPITALA UNIWERSYTECKIEGO**

		SU- 4A. Dieta ubogobakteryjna bez laktozy	SU- 5. Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (oszczędzająca)	SU- 6. Łatwostrawna bez glutenu	SU- 6A. Dieta łatwostrawna bez białek mleka krowiego	SU- 6B. Dieta łatwostrawna bez białek mleka krowiego i glutenu
2024-12-25 środa	Śniadanie	Jabłko pieczone 150 g Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło bez laktozy (82% tł.) 20 g ( <u>MLE b/LAK</u> ) Wędzona wieprzowa, parzona. szynka 100% mięsa op. 100g 0,5 szt Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Masło bez laktozy (82% tł.) 5 g ( <u>MLE b/LAK</u> ) Ser żółty b/laktozy dojrzewający pl. Gouda 40 g ( <u>MLE b/LAK</u> ) Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Jabłko pieczone 150 g Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka piastowska-wędzona wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 40 g ( <u>SOJ</u> , <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Ser mozzarella kulki 25 g ( <u>MLE</u> ) Sałata lodowa 20 g Pomidorki koktajlowe 50 g Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Jabłko 150 g Chleb bezglutenowy 80 g Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g ( <u>SOJ</u> ) Ser mozzarella kulki 25 g ( <u>MLE</u> ) Sałata lodowa 20 g Pomidorki koktajlowe 50 g Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Jabłko 150 g Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g ( <u>SOJ</u> ) Pierś delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Sałata lodowa 20 g Pomidorki koktajlowe 50 g Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Jabłko 150 g Chleb bezglutenowy 80 g Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g ( <u>SOJ</u> ) Schab pieczony w rękawie 40 g Sałata lodowa 20 g Pomidorki koktajlowe 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Dżem 25 g 1 szt
	II SN					
	Obiad	Rosół z makaronem ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Sos koperkowy *(bez mleka) SU 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Marchew mini z olejem* 150 g Woda źródłana n/g 0,5 l 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Masło bez laktozy (82% tł.) 5 g ( <u>MLE b/LAK</u> ) Szynek drobiowy, grubo rozdrobniona, parzona, niewędzona. op 100g 0,25 szt Kalafor gotowany* 50 g	Ryżowa ( ) dieta 350 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Klopsik drobiowy z udźca SU 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos koperkowy * SU 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Marchew gotowana z olejem ( ) 150 g Woda źródłana n/g 0,5 l 1 szt	Rosół z makaronem (bez glutenu) ( ) 350 ml ( <u>SEL</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Sos koperkowy *(bez glutenu) 100 ml ( <u>MLE</u> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem ( ) 150 g Woda źródłana n/g 0,5 l 1 szt	Rosół z makaronem (bez glutenu) ( ) 350 ml ( <u>SEL</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Sos koperkowy *(bez mleka) SU 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem ( ) 150 g Woda źródłana n/g 0,5 l 1 szt	Rosół z makaronem (bez glutenu) ( ) 350 ml ( <u>SEL</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Sos koperkowy *(bez glutenu i mleka) 100 ml Surówka z kapusty pekińskiej z olejem ( ) 150 g Woda źródłana n/g 0,5 l 1 szt
	PD					
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Masło bez laktozy (82% tł.) 20 g ( <u>MLE b/LAK</u> ) Wędzona wieprzowa, parzona. szynka 100% mięsa op. 100g 0,5 szt Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ</u> ) Hummus 40 g ( <u>SEZ</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Masło bez laktozy (82% tł.) 5 g ( <u>MLE b/LAK</u> ) Ser żółty b/laktozy dojrzewający pl. Gouda 25 g ( <u>MLE b/LAK</u> )	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Twarożek 40 g ( <u>MLE</u> ) Sałatka jarzynowa ( ) 80 g ( <u>JAJ, MLE, SEL, GOR</u> ) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 80 g Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pasta z twarogu z koperkiem 40 g ( <u>MLE</u> ) Sałatka jarzynowa - dieta ( ) SU 80 g ( <u>MLE, SEL</u> ) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Pomidor 50 g Sałata zielona 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 80 g Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Pomidor 50 g Sałata zielona 10 g
	PN	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 1 szt ( <u>MLE b/LAK</u> )	Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g	Miód (25g) 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g	Miód (25g) 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g Miód (25g) 1 szt
	Wartość energetyczna: 3097.73 kcal; Białko ogółem: 153.92 g; Tłuszcz: 136.34 g; Kw. tł. nasy.: 62.87 g; Węglowodany ogółem: 324.27 g; W tym cukry: 52.78 g; Błonnik pok.: 25.20 g; Sól: 10.69 g;	Wartość energetyczna: 1879.07 kcal; Białko ogółem: 79.80 g; Tłuszcz: 49.99 g; Kw. tł. nasy.: 15.70 g; Węglowodany ogółem: 290.37 g; W tym cukry: 67.54 g; Błonnik pok.: 24.92 g; Sól: 7.27 g;	Wartość energetyczna: 2117.12 kcal; Białko ogółem: 90.59 g; Tłuszcz: 85.56 g; Kw. tł. nasy.: 25.51 g; Węglowodany ogółem: 254.10 g; W tym cukry: 58.57 g; Błonnik pok.: 18.61 g; Sól: 4.92 g;	Wartość energetyczna: 2104.00 kcal; Białko ogółem: 99.42 g; Tłuszcz: 75.44 g; Kw. tł. nasy.: 22.28 g; Węglowodany ogółem: 268.05 g; W tym cukry: 52.51 g; Błonnik pok.: 20.72 g; Sól: 7.30 g;	Wartość energetyczna: 2105.81 kcal; Białko ogółem: 93.05 g; Tłuszcz: 82.62 g; Kw. tł. nasy.: 22.31 g; Węglowodany ogółem: 254.64 g; W tym cukry: 51.55 g; Błonnik pok.: 16.55 g; Sól: 4.49 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 DLA DIET PODSTAWOWYCH SZPITALA UNIWERSYTECKIEGO

		SU- 4A. Dieta ubogobakteryjna bez laktozy	SU- 5. Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (oszczędzająca)	SU- 6. Łatwostrawna bez glutenu	SU- 6A. Dieta łatwostrawna bez białek mleka krowiego	SU- 6B. Dieta łatwostrawna bez białek mleka krowiego i glutenu
2024-12-26 czwartek	Śniadanie	Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło bez laktozy (82% tł.) 20 g ( <b>MLE b/LAK.</b> ) Kiełbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona, suszona op.90g 0,5 szt Ser topiony bez laktozy 40 g ( <b>MLE b/LAK.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło bez laktozy (82% tł.) 5 g ( <b>MLE b/LAK.</b> ) Szynek drobiowy, grubo rozdrobniona, parzona, niewędzona. op 100g 0,25 szt	Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Dżem 25 g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Serek homo. naturalny 40 g ( <b>MLE</b> ) Pierś gotowana wędzona-produkt grubo rozdrobniony,drobiowy,parzony,wędzony. 40 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JA, J, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Sałata lodowa 20 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Melon 150 g Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 80 g Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Schab pieczony w rękawie 40 g Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 120 g ( <b>MLE</b> ) Sałata lodowa 20 g Pomidor 50 g	Melon 150 g Dżem 25 g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Pierś delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonice niejadalnej. 40 g Sałata lodowa 20 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Melon 150 g Dżem 25 g 1 szt Chleb bezglutenowy 80 g Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Schab pieczony w rękawie 40 g Pierś delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonice niejadalnej. 40 g Sałata lodowa 20 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	II ŚN	Pomidorowa z ryżem (bez mleka) () 350 ml Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wieprzowa z szynki duszona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sos własny () SU 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki gotowane () 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło bez laktozy (82% tł.) 5 g ( <b>MLE b/LAK.</b> ) Kiełbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona, suszona op.90g 0,25 szt Seler z pietruszką gotowany z olejem () 50 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> )	Pomidorowa z ryżem () SU 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 100 g ( <b>GLU PSZ, JA, J</b> ) Sos własny () SU 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki gotowane () 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z ryżem () SU 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Cwikła z jabłkiem () 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z ryżem (bez mleka) () 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wieprzowa z szynki duszona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sos własny () SU 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Cwikła z jabłkiem () 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z ryżem (bez mleka) () 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Cwikła z jabłkiem () 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt
	Obiad					
	PD					
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło bez laktozy (82% tł.) 20 g ( <b>MLE b/LAK.</b> ) Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 1 szt ( <b>MLE b/LAK.</b> ) Szynek drobiowy, grubo rozdrobniona, parzona, niewędzona. op 100g 0,5 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło bez laktozy (82% tł.) 5 g ( <b>MLE b/LAK.</b> ) Wędzona wieprzowa, parzona. szynka 100% mięsa op. 100g 0,25 szt	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Twarożek 40 g ( <b>MLE</b> ) Pierś delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonice niejadalnej. 40 g Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 80 g Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Twarożek 40 g ( <b>MLE</b> ) Schab pieczony w rękawie 40 g Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Poledwica premium- wędlna dr. średnio rozd. 40 g ( <b>SOJ.</b> ) Pierś delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonice niejadalnej. 40 g Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 80 g Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Schab pieczony w rękawie 100 g Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g
P.N	Wafle ryżowe 10 g Serek wiejski ziarnisty bez laktozy 200g 1 szt ( <b>MLE b/LAK.</b> )	Deser mleczno-ryżowy malina- wiśnia 200g 1 szt ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, SOJ.</b> )	Wafle ryżowe 10 g Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt ( <b>MLE</b> )	Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <b>SOJ.</b> ) Wafle ryżowe 10 g	Wafle ryżowe 10 g Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <b>SOJ.</b> )	
	Wartość energetyczna: 2456.31 kcal; Białko ogółem: 106.33 g; Tłuszcz: 90.73 g; Kw. tł. nasy.: 49.16 g; Węglowodany ogółem: 313.87 g; W tym cukry: 46.76 g; Błonnik pok.: 21.75 g; Sól: 8.46 g;	Wartość energetyczna: 1950.38 kcal; Białko ogółem: 93.66 g; Tłuszcz: 47.94 g; Kw. tł. nasy.: 18.72 g; Węglowodany ogółem: 295.25 g; W tym cukry: 84.20 g; Błonnik pok.: 17.20 g; Sól: 5.80 g;	Wartość energetyczna: 1998.79 kcal; Białko ogółem: 101.50 g; Tłuszcz: 63.40 g; Kw. tł. nasy.: 21.82 g; Węglowodany ogółem: 262.08 g; W tym cukry: 71.71 g; Błonnik pok.: 17.12 g; Sól: 2.53 g;	Wartość energetyczna: 2058.87 kcal; Białko ogółem: 93.94 g; Tłuszcz: 59.58 g; Kw. tł. nasy.: 17.90 g; Węglowodany ogółem: 295.00 g; W tym cukry: 83.90 g; Błonnik pok.: 22.20 g; Sól: 8.57 g;	Wartość energetyczna: 2045.22 kcal; Białko ogółem: 108.08 g; Tłuszcz: 60.50 g; Kw. tł. nasy.: 18.90 g; Węglowodany ogółem: 273.65 g; W tym cukry: 82.59 g; Błonnik pok.: 17.75 g; Sól: 3.59 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 DLA DIET PODSTAWOWYCH SZPITALA UNIWERSYTECKIEGO

		SU- 4A. Dieta ubogobakteryjna bez laktozy	SU- 5. Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (oszczędzająca)	SU- 6. Łatwostrawna bez glutenu	SU- 6A. Dieta łatwostrawna bez białek mleka krowiego	SU- 6B. Dieta łatwostrawna bez białek mleka krowiego i glutenu
2024-12-27 piątek	Śniadanie	Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt Dżem 25 g 1 szt Mleko b/laktozy 3,2% t! UHT 240 ml ( <u>MLE b/LAK.</u> ) Platki kukurydziane 60 g Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło bez laktozy (82% t.) 20 g ( <u>MLE b/LAK.</u> ) Ser mozzarella bez laktozy 40 g ( <u>MLE b/LAK.</u> ) Szyneczka drobiowa, grubo rozdrobniona, parzona, niewędzona. op 100g 0,5 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło bez laktozy (82% t.) 5 g ( <u>MLE b/LAK.</u> ) Szyneczka drobiowa, grubo rozdrobniona, parzona, niewędzona. op 100g 0,25 szt	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt Dżem 25 g 1 szt Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Twarożek 40 g ( <u>MLE.</u> ) Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidorki koktajlowe 50 g	Banan 150 g Chleb bezglutenowy 80 g Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Twarożek 40 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Dżem 25 g 1 szt Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidorki koktajlowe 50 g	Banan 150 g Dżem 25 g 1 szt Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Polędwica premium- wędlna dr. średnio rozd. 40 g ( <u>SOJ.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Mix салат 20 g Pomidorki koktajlowe 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Banan 150 g Dżem 25 g 1 szt Chleb bezglutenowy 80 g Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidorki koktajlowe 50 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	II ŚN					
	Obiad	Szpinakowa z zacierką (bez mleka) () SU 350 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos koperkowy *(bez mleka) SU 100 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 150 g ( <u>SEL.</u> ) Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Kielbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona, suszona op.90g 0,25 szt Masło bez laktozy (82% t.) 5 g ( <u>MLE b/LAK.</u> ) Kalafior gotowany* 50 g	Szpinakowa z makaronem () dieta 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) SU 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ) Sos koperkowy *SU 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 150 g ( <u>SEL.</u> ) Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z makaronem (bez glutenu) () SU 350 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) (bez glutenu) 120 g ( <u>JAJ, RYB.</u> ) Sos koperkowy *(bez glutenu) 100 ml ( <u>MLE.</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 150 g ( <u>SEL.</u> ) Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z makaronem (bez mleka) () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) SU 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ) Sos koperkowy *(bez mleka) SU 100 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 150 g ( <u>SEL.</u> ) Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z makaronem (bez glutenu i mleka) () SU 350 ml ( <u>SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) (bez glutenu) 120 g ( <u>JAJ, RYB.</u> ) Sos koperkowy *(bez glutenu i mleka) 100 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 150 g ( <u>SEL.</u> ) Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt
	PD					
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło bez laktozy (82% t.) 20 g ( <u>MLE b/LAK.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Szyneczka drobiowa, grubo rozdrobniona, parzona, niewędzona. op 100g 0,5 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło bez laktozy (82% t.) 5 g ( <u>MLE b/LAK.</u> ) Wędzona wieprzowa, parzona. szynka 100% mięsa op. 100g 0,25 szt	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Serek naturalny Bieluch 120 g ( <u>MLE.</u> ) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Pomidor 50 g Rukola 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 80 g Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 40 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Schab pieczony w rękawie 40 g Pomidor 50 g Rukola 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Schab pieczony w rękawie 40 g Pomidor 50 g Rukola 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 80 g Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Schab pieczony w rękawie 40 g Pomidor 50 g Rukola 10 g
PN	Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g	Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Wafle ryżowe 10 g	Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt Wafle ryżowe 10 g			
	Wartość energetyczna: 2768.63 kcal; Białko ogółem: 102.93 g; Tłuszcz: 83.44 g; Kw. tł. nasy.: 45.01 g; Węglowodany ogółem: 410.55 g; W tym cukry: 87.28 g; Błonnik pok.: 31.05 g; Sól: 9.47 g;	Wartość energetyczna: 2261.11 kcal; Białko ogółem: 113.64 g; Tłuszcz: 63.19 g; Kw. tł. nasy.: 20.33 g; Węglowodany ogółem: 320.37 g; W tym cukry: 94.65 g; Błonnik pok.: 21.69 g; Sól: 6.66 g;	Wartość energetyczna: 2043.79 kcal; Białko ogółem: 86.61 g; Tłuszcz: 72.43 g; Kw. tł. nasy.: 18.89 g; Węglowodany ogółem: 270.00 g; W tym cukry: 78.54 g; Błonnik pok.: 20.52 g; Sól: 4.17 g;	Wartość energetyczna: 2070.36 kcal; Białko ogółem: 90.09 g; Tłuszcz: 63.26 g; Kw. tł. nasy.: 17.35 g; Węglowodany ogółem: 296.98 g; W tym cukry: 87.91 g; Błonnik pok.: 25.24 g; Sól: 8.03 g;	Wartość energetyczna: 2059.70 kcal; Białko ogółem: 89.12 g; Tłuszcz: 70.47 g; Kw. tł. nasy.: 17.65 g; Węglowodany ogółem: 277.22 g; W tym cukry: 86.44 g; Błonnik pok.: 20.99 g; Sól: 4.21 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 DLA DIET PODSTAWOWYCH SZPITALA UNIWERSYTECKIEGO

		SU- 4A. Dieta ubogobakteryjna bez laktozy	SU- 5. Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (oszczędzająca)	SU- 6. Łatwostrawna bez glutenu	SU- 6A. Dieta łatwostrawna bez białek mleka krowiego	SU- 6B. Dieta łatwostrawna bez białek mleka krowiego i glutenu
2024-12-28 sobota	Śniadanie	Mleko b/laktozy 3,2% tł UHT 240 ml ( <u>MLE b/LAK,</u> ) Platki kukurydziane 60 g Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Bułka pszenna długa krojona 30 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło bez laktozy (82% tł.) 20 g ( <u>MLE b/LAK,</u> ) Parówki z fileta z kurczaka wyrób drobiowy homogenizowany, wędzony, parzony bez osłonki 100 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło bez laktozy (82% tł.) 5 g ( <u>MLE b/LAK,</u> ) Ser żółty b/laktozy dojrzewający pl. Gouda 40 g ( <u>MLE b/LAK,</u> )	Platki jęczmienne na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU JEĆZ,</u> ) Mus z jabłek (l) z/c 100 g Miód (25g) 1 szt Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka soltysa wieprzowa, wędzona, parzona 40 g Twaróg chudy 40 g ( <u>MLE,</u> ) Pomidor 50 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Jabłko 150 g Miód (25g) 1 szt Chleb bezglutenowy 80 g Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Twaróg chudy 40 g ( <u>MLE,</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Pomidor 50 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Jabłko 150 g Miód (25g) 1 szt Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Bułka pszenna długa krojona 30 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> ) Pomidor 50 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Jabłko 150 g Miód (25g) 1 szt Chleb bezglutenowy 80 g Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> ) Pomidor 50 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	II ŚN					
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Ryz na sypko 150 g Filet z indyka pieczony 100 g Sos jarzynowy () SU 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Brokuł gotowany* 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło bez laktozy (82% tł.) 5 g ( <u>MLE b/LAK,</u> ) Wędzona wieprzowa, parzona, szynka 100% mięsa op. 100g 0,25 szt Buraczki podprawiane -drobno tarte () 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> )	Koperkowa z ziemniakami () SU 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Ryz na sypko 150 g Gulasz z indyka 130 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Brokuł gotowany* 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami (bez glutenu) () 350 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ) Ryz na sypko 150 g Sos jarzynowy (bez glutenu) () 100 ml ( <u>SEL,</u> ) Filet z indyka gotowany 100 g Brokuł gotowany* 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka i glutenu) () 350 ml ( <u>SEL,</u> ) Ryz na sypko 150 g Filet z indyka pieczony 100 g Sos jarzynowy () SU 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Brokuł gotowany* 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Ryz na sypko 150 g Filet z indyka gotowany 100 g Sos jarzynowy (bez glutenu) () 100 ml ( <u>SEL,</u> ) Brokuł gotowany* 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt
	PD					
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło bez laktozy (82% tł.) 20 g ( <u>MLE b/LAK,</u> ) Szynek drobiowy, grubo rozdrobniony, parzona, niewędzona. op 100g 0,5 szt Serek homo waniliowy z łaską wanilii bez laktozy 150g 1 szt ( <u>MLE b/LAK,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 5 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło bez laktozy (82% tł.) 5 g ( <u>MLE b/LAK,</u> ) Kielbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona, suszona op.90g 0,5 szt	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 40 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u> ) Serek homo. naturalny 120 g ( <u>MLE,</u> ) Sałata lodowa 20 g Pomidorki koktajlowe 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 80 g Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g ( <u>SOJ,</u> ) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 120 g ( <u>MLE,</u> ) Sałata lodowa 20 g Pomidorki koktajlowe 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g ( <u>SOJ,</u> ) Szynka soltysa wieprzowa, wędzona, parzona 40 g Sałata lodowa 20 g Pomidorki koktajlowe 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 80 g Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g ( <u>SOJ,</u> ) Schab pieczony w rękawie 40 g Sałata lodowa 20 g Pomidorki koktajlowe 50 g
PN	Pieczycwo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g Serek twarogowy śmietankowy bez laktozy 30g 1 szt ( <u>MLE b/LAK,</u> )	Pieczycwo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt ( <u>MLE,</u> )	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt ( <u>MLE,</u> ) Pieczycwo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g	Pieczycwo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g Napój owsiany bez cukru 0,33l 1 szt ( <u>GLU OW, może zawierać: SOJ, ORZ,</u> )	Pieczycwo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2779.74 kcal; Białko ogółem: 117.51 g; Tłuszcz: 98.23 g; Kw. tł. nasy.: 50.58 g; Węglowodany ogółem: 365.17 g; W tym cukry: 60.99 g; Błonnik pok.: 26.18 g; Sól: 10.65 g;	Wartość energetyczna: 1955.65 kcal; Białko ogółem: 99.64 g; Tłuszcz: 43.56 g; Kw. tł. nasy.: 16.15 g; Węglowodany ogółem: 300.62 g; W tym cukry: 48.84 g; Błonnik pok.: 19.25 g; Sól: 5.97 g;	Wartość energetyczna: 1829.21 kcal; Białko ogółem: 85.03 g; Tłuszcz: 56.20 g; Kw. tł. nasy.: 16.66 g; Węglowodany ogółem: 251.15 g; W tym cukry: 44.48 g; Błonnik pok.: 14.98 g; Sól: 4.24 g;	Wartość energetyczna: 1894.10 kcal; Białko ogółem: 84.37 g; Tłuszcz: 52.72 g; Kw. tł. nasy.: 15.52 g; Węglowodany ogółem: 278.63 g; W tym cukry: 55.99 g; Błonnik pok.: 20.19 g; Sól: 7.68 g;	Wartość energetyczna: 1839.58 kcal; Białko ogółem: 78.31 g; Tłuszcz: 55.41 g; Kw. tł. nasy.: 15.03 g; Węglowodany ogółem: 263.57 g; W tym cukry: 57.17 g; Błonnik pok.: 15.56 g; Sól: 4.40 g;	

**Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 DLA DIET PODSTAWOWYCH SZPITALA UNIWERSYTECKIEGO**

		SU- 4A. Dieta ubogobakteryjna bez laktozy	SU- 5. Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (oszczędzająca)	SU- 6. Łatwostrawna bez glutenu	SU- 6A. Dieta łatwostrawna bez białek mleka krowiego	SU- 6B. Dieta łatwostrawna bez białek mleka krowiego i glutenu
2024-12-29 niedziela	Śniadanie	Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło bez laktozy (82% tł.) 20 g ( <b>MLE b/LAK.</b> ) Szynekka drobiowa, grubo rozdrobniona, parzona, niewędzona. op 100g 0,5 szt Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło bez laktozy (82% tł.) 5 g ( <b>MLE b/LAK.</b> ) Ser mozzarella bez laktozy 40 g ( <b>MLE b/LAK.</b> )	Banan 150 g Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Twaróg półtłusty 40 g ( <b>MLE.</b> ) Salata lodowa 20 g Pomidor koktajlowy 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Banan 150 g Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Chleb bezglutenowy 80 g Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Salata lodowa 20 g Pomidor koktajlowy 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Banan 150 g Bułka pszenna długa krojona 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Bułka pszenna-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Salata lodowa 20 g Pomidor koktajlowy 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Banan 150 g Chleb bezglutenowy 80 g Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Salata lodowa 20 g Pomidor koktajlowy 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	Obiad	Jarzynowa z makaronem (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab pieczony w rękawie 100 g Sos własny () SU 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło bez laktozy (82% tł.) 20 g ( <b>MLE b/LAK.</b> ) Wędzona wieprzowa, parzona. szynka 100% mięsa op. 100g 0,25 szt Kalafior gotowany* 50 g	Jarzynowa z makaronem dieta () SU 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Klopsik wieprzowy SU 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos własny () SU 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt	Jarzynowa z makaronem (bez glutenu) () SU 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Schab pieczony w rękawie 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Ziemniaki gotowane () 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt	Jarzynowa z makaronem (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Schab pieczony w rękawie 100 g Sos własny () SU 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt	Jarzynowa z makaronem (bez glutenu i mleka) () 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Schab pieczony w rękawie 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Ziemniaki gotowane () 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło bez laktozy (82% tł.) 20 g ( <b>MLE b/LAK.</b> ) Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 1 szt ( <b>MLE b/LAK.</b> ) Szynekka drobiowa, grubo rozdrobniona, parzona, niewędzona. op 100g 0,5 szt Dżem 25 g 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło bez laktozy (82% tł.) 5 g ( <b>MLE b/LAK.</b> ) Wędzona wieprzowa, parzona. szynka 100% mięsa op. 100g 0,25 szt	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Twarożek 40 g ( <b>MLE.</b> ) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Dżem 25 g 1 szt Pomidor 50 g Mix salat 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 80 g Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Twarożek 40 g ( <b>MLE.</b> ) Schab pieczony w rękawie 40 g Dżem 25 g 1 szt Pomidor 50 g Mix salat 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Polędwica premium- wędlna dr. średnio rozd. 40 g ( <b>SOJ.</b> ) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Dżem 25 g 1 szt Pomidor 50 g Mix salat 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 80 g Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Schab pieczony w rękawie 100 g Dżem 25 g 1 szt Pomidor 50 g Mix salat 20 g
	PN	Wafle ryżowe 20 g Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <b>SOJ.</b> )	Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g	Wafle ryżowe 10 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Wafle ryżowe 10 g Dżem 25 g 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2751.55 kcal; Białko ogółem: 113.81 g; Tłuszcz: 97.07 g; Kw. tł. nasy.: 55.79 g; Węglowodany ogółem: 364.44 g; W tym cukry: 71.60 g; Błonnik pok.: 26.87 g; Sól: 8.25 g;	Wartość energetyczna: 1997.31 kcal; Białko ogółem: 92.08 g; Tłuszcz: 54.35 g; Kw. tł. nasy.: 19.95 g; Węglowodany ogółem: 297.03 g; W tym cukry: 85.61 g; Błonnik pok.: 22.65 g; Sól: 6.01 g;	Wartość energetyczna: 2014.71 kcal; Białko ogółem: 90.42 g; Tłuszcz: 71.42 g; Kw. tł. nasy.: 24.49 g; Węglowodany ogółem: 259.04 g; W tym cukry: 75.16 g; Błonnik pok.: 16.24 g; Sól: 3.45 g;	Wartość energetyczna: 1917.25 kcal; Białko ogółem: 88.52 g; Tłuszcz: 55.86 g; Kw. tł. nasy.: 17.91 g; Węglowodany ogółem: 274.37 g; W tym cukry: 76.54 g; Błonnik pok.: 20.50 g; Sól: 6.81 g;	Wartość energetyczna: 1956.51 kcal; Białko ogółem: 94.82 g; Tłuszcz: 64.42 g; Kw. tł. nasy.: 18.72 g; Węglowodany ogółem: 256.79 g; W tym cukry: 75.14 g; Błonnik pok.: 16.24 g; Sól: 3.19 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 DLA DIET PODSTAWOWYCH SZPITALA UNIWERSYTECKIEGO

		SU- 4A. Dieta ubogobakteryjna bez laktozy	SU- 5. Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (oszczędzająca)	SU- 6. Łatwostrawna bez glutenu	SU- 6A. Dieta łatwostrawna bez białek mleka krowiego	SU- 6B. Dieta łatwostrawna bez białek mleka krowiego i glutenu
2024-12-30 poniedziałek	Śniadanie	Jabłko pieczone 150 g Mleko b/laktozy 3,2% tł UHT 240 ml ( <b>MLE b/LAK.</b> ) Platki kukurydziane 60 g Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło bez laktozy (82% tł.) 20 g ( <b>MLE b/LAK.</b> ) Kiełbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona, suszona op.90g 0,5 szt Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło bez laktozy (82% tł.) 5 g ( <b>MLE b/LAK.</b> ) Ser topiony bez laktozy 40 g ( <b>MLE b/LAK.</b> )	Mus z jabłek () z/c 90 g Platki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka sołtysa wieprzowa, wędzona, parzona 40 g Serek homo. naturalny 120 g ( <b>MLE.</b> ) Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 50 g	Jabłko 150 g Chleb bezglutenowy 80 g Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynka sołtysa wieprzowa, wędzona, parzona 40 g Serek homo. naturalny 120 g ( <b>MLE.</b> ) Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 50 g	Jabłko 150 g Bułka pszenno-żytnia 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Szynka sołtysa wieprzowa, wędzona, parzona 40 g Salata lodowa 20 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Jabłko 150 g Chleb bezglutenowy 80 g Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Szynka sołtysa wieprzowa, wędzona, parzona 40 g Salata lodowa 20 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	II ŚN					
	Obiad	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ryż na sypko 150 g Schab pieczony w rękawie 100 g Brokuł gotowany* 150 g Woda źródłana n/g 0,5 l 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło bez laktozy (82% tł.) 5 g ( <b>MLE b/LAK.</b> ) Wędzona wieprzowa, parzona, szynka 100% mięsa op. 100g 0,25 szt Seler z pietruszką gotowany z olejem () 50 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> )	Brokułowa z ziemniakami () SU 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko 150 g Mus z jabłek () z/c 150 g Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Woda źródłana n/g 0,5 l 1 szt	Brokułowa z ziemniakami (bez glutenu) () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko 150 g Mus z jabłek () z/c 150 g Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Woda źródłana n/g 0,5 l 1 szt	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ryż na sypko 150 g Schab pieczony w rękawie 100 g Brokuł gotowany* 150 g Woda źródłana n/g 0,5 l 1 szt	Brokułowa z ziemniakami (bez glutenu i mleka) () 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Ryż na sypko 150 g Schab pieczony w rękawie 100 g Brokuł gotowany* 150 g Woda źródłana n/g 0,5 l 1 szt
	PD					
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło bez laktozy (82% tł.) 20 g ( <b>MLE b/LAK.</b> ) Ser żółty b/laktozy dojrzewający pl. Gouda 40 g ( <b>MLE b/LAK.</b> ) Szynek drobiowy, grubo rozdrobniona, parzona, niewędzona, op 100g 0,5 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło bez laktozy (82% tł.) 5 g ( <b>MLE b/LAK.</b> ) Kiełbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona, suszona op.90g 0,25 szt	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Twarożek 40 g ( <b>MLE.</b> ) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Pomidor 50 g Rukola 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 80 g Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Pasta z twarogu z koperkiem 40 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 50 g Rukola 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Poledwica premium- wędlna dr. średnio rozd. 40 g ( <b>SOJ.</b> ) Pasta warzywna () 60 g ( <b>SEL.</b> ) Pomidor 50 g Rukola 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 80 g Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Pasta warzywna () 60 g ( <b>SEL.</b> ) Pomidor 50 g Rukola 10 g
	PN	Serek homo waniliowy z laską wanilii bez laktozy 150g 1 szt ( <b>MLE b/LAK.</b> ) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g	Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g Napój owsiany bez cukru 0,33l 1 szt ( <b>GLU OW, może zawierać: SOJ, ORZ.</b> )	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <b>SOJ.</b> )	
	Wartość energetyczna: 2852.53 kcal; Białko ogółem: 123.32 g; Tłuszcz: 97.80 g; Kw. tł. nasy.: 55.64 g; Węglowodany ogółem: 379.56 g; W tym cukry: 57.86 g; Błonnik pok.: 28.64 g; Sól: 10.28 g;	Wartość energetyczna: 1944.30 kcal; Białko ogółem: 87.71 g; Tłuszcz: 43.76 g; Kw. tł. nasy.: 16.24 g; Węglowodany ogółem: 309.17 g; W tym cukry: 62.52 g; Błonnik pok.: 19.04 g; Sól: 4.64 g;	Wartość energetyczna: 1862.66 kcal; Białko ogółem: 65.20 g; Tłuszcz: 60.37 g; Kw. tł. nasy.: 18.34 g; Węglowodany ogółem: 273.35 g; W tym cukry: 74.21 g; Błonnik pok.: 15.43 g; Sól: 3.08 g;	Wartość energetyczna: 1853.42 kcal; Białko ogółem: 82.29 g; Tłuszcz: 56.19 g; Kw. tł. nasy.: 16.78 g; Węglowodany ogółem: 261.90 g; W tym cukry: 59.55 g; Błonnik pok.: 23.60 g; Sól: 7.55 g;	Wartość energetyczna: 1811.25 kcal; Białko ogółem: 77.11 g; Tłuszcz: 60.39 g; Kw. tł. nasy.: 16.31 g; Węglowodany ogółem: 246.43 g; W tym cukry: 59.55 g; Błonnik pok.: 19.03 g; Sól: 5.25 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 DLA DIET PODSTAWOWYCH SZPITALA UNIWERSYTECKIEGO

		SU- 4A. Dieta ubogobakteryjna bez laktozy	SU- 5. Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (oszczędzająca)	SU- 6. Łatwostrawna bez glutenu	SU- 6A. Dieta łatwostrawna bez białek mleka krowiego	SU- 6B. Dieta łatwostrawna bez białek mleka krowiego i glutenu	
2024-12-31 wtorek	Śniadanie	Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt Dżem 25 g 1 szt Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 30 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Masło bez laktozy (82% tł.) 20 g ( <b>MLE b/LAK.</b> ) Parówki z fileta z kurczaka wyrób drobiowy homogenizowany, wędzony, parzony bez osłonki 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło bez laktozy (82% tł.) 5 g ( <b>MLE b/LAK.</b> ) Ser żółty b/laktozy dojrzewający pl. Gouda 40 g ( <b>MLE b/LAK.</b> )	Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt Kefir 2 % tł 200g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Dżem 25 g 1 szt Bułka pszenka długa krojona 80 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 40 g Twarożek 40 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata lodowa 20 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt Kefir 2 % tł 200g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Dżem 25 g 1 szt Chleb bezglutenowy 80 g Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Twarożek 40 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata lodowa 20 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt Dżem 25 g 1 szt Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 30 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Sałata lodowa 20 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt Dżem 25 g 1 szt Chleb bezglutenowy 80 g Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Sałata lodowa 20 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt Dżem 25 g 1 szt Chleb bezglutenowy 80 g Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Sałata lodowa 20 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	II SN						
	Obiad	Solferino (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ryz na sypko 150 g Gulasz wołowy - dieta 130 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Kalafor gotowany* 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło bez laktozy (82% tł.) 5 g ( <b>MLE b/LAK.</b> ) Kielbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona, suszona op.90g 0,25 szt Marchew gotowana z olejem () 50 g	Solferino () SU 350 ml ( <b>GLUPSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 150 g ( <b>GLU JEJCZ.</b> ) Gulasz wołowy - dieta 130 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Kalafor gotowany* 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt	Solferino (bez glutenu) () SU 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Gulasz wołowy (bezglutenu) - dieta 130 g Ryz na sypko 150 g Kalafor gotowany* 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt	Solferino (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos ziołowy () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 150 g ( <b>GLU JEJCZ.</b> ) Kalafor gotowany* 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt	Solferino (bez glutenu i mleka) () 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Pulpet wieprzowy (bez glutenu) 100 g ( <b>JAJ.</b> ) Sos ziołowy (bez glutenu) () 100 ml ( <b>SEL.</b> ) Ryz na sypko 150 g Kalafor gotowany* 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt	
	PD						
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło bez laktozy (82% tł.) 20 g ( <b>MLE b/LAK.</b> ) Ser mozzarella bez laktozy 40 g ( <b>MLE b/LAK.</b> ) Szyneczka drobiowa, grubo rozdrobniona, parzona, niewędzona, op 100g 0,5 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło bez laktozy (82% tł.) 5 g ( <b>MLE b/LAK.</b> ) Wędzona wieprzowa, parzona, szynka 100% mięsa op. 100g 0,25 szt	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pasta z twarogu i tuńczyka SU 40 g ( <b>RYB, MLE.</b> ) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 40 g ( <b>SOJ.</b> ) <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> Pomidor 50 g Mix салат 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 80 g Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g ( <b>SOJ.</b> ) Pasta z twarogu i tuńczyka SU 40 g ( <b>RYB, MLE.</b> ) Pomidor 50 g Mix салат 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g ( <b>SOJ.</b> ) Tuńczyk w sosie własnym 40 g ( <b>RYB.</b> ) Pomidor 50 g Mix салат 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 80 g Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g ( <b>SOJ.</b> ) Tuńczyk w sosie własnym 40 g ( <b>RYB.</b> ) Pomidor 50 g Mix салат 20 g	
PN	Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 1 szt ( <b>MLE b/LAK.</b> ) Wafle ryżowe 10 g	Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt Wafle ryżowe 10 g	Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Wafle ryżowe 10 g Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt			
	Wartość energetyczna: 2688.67 kcal; Białko ogółem: 118.08 g; Tłuszcz: 103.97 g; Kw. tł. nasy.: 52.80 g; Węglowodany ogółem: 326.12 g; W tym cukry: 40.69 g; Błonnik pok.: 21.45 g; Sól: 9.67 g;	Wartość energetyczna: 1702.47 kcal; Białko ogółem: 89.59 g; Tłuszcz: 39.73 g; Kw. tł. nasy.: 13.94 g; Węglowodany ogółem: 255.58 g; W tym cukry: 67.63 g; Błonnik pok.: 17.30 g; Sól: 5.48 g;	Wartość energetyczna: 1872.33 kcal; Białko ogółem: 75.57 g; Tłuszcz: 68.64 g; Kw. tł. nasy.: 21.00 g; Węglowodany ogółem: 242.75 g; W tym cukry: 69.25 g; Błonnik pok.: 11.80 g; Sól: 2.97 g;	Wartość energetyczna: 1866.76 kcal; Białko ogółem: 83.57 g; Tłuszcz: 57.12 g; Kw. tł. nasy.: 18.31 g; Węglowodany ogółem: 266.06 g; W tym cukry: 56.10 g; Błonnik pok.: 20.09 g; Sól: 6.68 g;	Wartość energetyczna: 1863.17 kcal; Białko ogółem: 81.43 g; Tłuszcz: 69.81 g; Kw. tł. nasy.: 19.53 g; Węglowodany ogółem: 233.44 g; W tym cukry: 54.44 g; Błonnik pok.: 12.83 g; Sól: 3.28 g;		

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 DLA DIET PODSTAWOWYCH SZPITALA UNIWERSYTECKIEGO

		SU- 4A. Dieta ubogobakteryjna bez laktozy	SU- 5. Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (oszczędzająca)	SU- 6. Łatwostrawna bez glutenu	SU- 6A. Dieta łatwostrawna bez białek mleka krowiego	SU- 6B. Dieta łatwostrawna bez białek mleka krowiego i glutenu
2025-01-01 środa	Śniadanie	Jabłko pieczone 150 g Mleko b/laktozy 3,2% ti UHT 240 ml ( <u>MLE b/LAK.</u> ) Platki kukurydziane 60 g Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło bez laktozy (82% tł.) 20 g ( <u>MLE b/LAK.</u> ) Kiełbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona, suszona op.90g 0,5 szt Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło bez laktozy (82% tł.) 5 g ( <u>MLE b/LAK.</u> ) Szynek drobiowy, grubo rozdrobniona, parzona, niewędzona. op 100g 0,25 szt	Mus z jabłek () z/c 90 g Ryż na mleku 300 ml ( <u>MLE.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynek drobiowy, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona, suszona op.90g 0,5 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Jabłko 150 g Chleb bezglutenowy 80 g Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynek drobiowy, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona, suszona op.90g 0,5 szt Serek homogenizowany o smaku waniliowym 120 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 50 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Jabłko 150 g Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynek drobiowy, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona, suszona op.90g 0,5 szt Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Rukola 10 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Jabłko 150 g Chleb bezglutenowy 80 g Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynek drobiowy, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona, suszona op.90g 0,5 szt Schab pieczony w rękawie 40 g Pomidor 50 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	II ŚN	Rosół z makaronem () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Dramstik z kurczaka gotowany 150 g Sos bazyliowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło bez laktozy (82% tł.) 5 g ( <u>MLE b/LAK.</u> ) Kiełbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona, suszona op.90g 0,25 szt Seler z pietruszką gotowany z olejem () 50 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )	Ryżowa () SU 350 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Pulpet drobiowy dieta 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos bazyliowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt	Rosół z makaronem (bez glutenu) () 350 ml ( <u>SEL.</u> ) Dramstik z kurczaka pieczony 150 g Sos bazyliowy (bez glutenu) () 100 ml ( <u>SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt	Rosół z makaronem () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Dramstik z kurczaka pieczony 150 g Sos bazyliowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt	Rosół z makaronem (bez glutenu) () 350 ml ( <u>SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Dramstik z kurczaka pieczony 150 g Sos bazyliowy (bez glutenu) () 100 ml ( <u>SEL.</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt
	Obiad	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło bez laktozy (82% tł.) 20 g ( <u>MLE b/LAK.</u> ) Szynek drobiowy, grubo rozdrobniona, parzona, niewędzona. op 100g 0,5 szt Ser żółty b/laktozy dojrzewający pl. Gouda 40 g ( <u>MLE b/LAK.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło bez laktozy (82% tł.) 5 g ( <u>MLE b/LAK.</u> ) Wędzona wieprzowa, parzona. szynka 100% mięsa op. 100g 0,25 szt	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Twaróg chudy 40 g ( <u>MLE.</u> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 80 g Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 80 g Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 50 g
	PD					
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło bez laktozy (82% tł.) 20 g ( <u>MLE b/LAK.</u> ) Szynek drobiowy, grubo rozdrobniona, parzona, niewędzona. op 100g 0,5 szt Ser żółty b/laktozy dojrzewający pl. Gouda 40 g ( <u>MLE b/LAK.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło bez laktozy (82% tł.) 5 g ( <u>MLE b/LAK.</u> ) Wędzona wieprzowa, parzona. szynka 100% mięsa op. 100g 0,25 szt	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Twaróg chudy 40 g ( <u>MLE.</u> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 80 g Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 80 g Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 50 g
PN	Serek wiejski ziarnisty bez laktozy 200g 1 szt ( <u>MLE b/LAK.</u> ) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g	Serek homo o smaku waniliowym tubka 120g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g	Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ.</u> ) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g		
	Wartość energetyczna: 3202.92 kcal; Białko ogółem: 151.44 g; Tłuszcz: 119.79 g; Kw. tł. nasy.: 61.83 g; Węglowodany ogółem: 386.53 g; W tym cukry: 57.80 g; Błonnik pok.: 26.94 g; Sól: 11.42 g;	Wartość energetyczna: 2086.50 kcal; Białko ogółem: 99.76 g; Tłuszcz: 49.97 g; Kw. tł. nasy.: 20.07 g; Węglowodany ogółem: 314.70 g; W tym cukry: 74.69 g; Błonnik pok.: 15.70 g; Sól: 6.22 g;	Wartość energetyczna: 2244.38 kcal; Białko ogółem: 91.45 g; Tłuszcz: 95.66 g; Kw. tł. nasy.: 27.24 g; Węglowodany ogółem: 257.60 g; W tym cukry: 70.59 g; Błonnik pok.: 13.46 g; Sól: 4.40 g;	Wartość energetyczna: 2189.86 kcal; Białko ogółem: 106.76 g; Tłuszcz: 85.49 g; Kw. tł. nasy.: 23.67 g; Węglowodany ogółem: 254.06 g; W tym cukry: 53.63 g; Błonnik pok.: 17.56 g; Sól: 7.33 g;	Wartość energetyczna: 2187.64 kcal; Białko ogółem: 98.94 g; Tłuszcz: 92.61 g; Kw. tł. nasy.: 23.69 g; Węglowodany ogółem: 241.35 g; W tym cukry: 52.54 g; Błonnik pok.: 13.59 g; Sól: 4.52 g;	



Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 DLA DIET PODSTAWOWYCH SZPITALA UNIWERSYTECKIEGO

		SU- 4A. Dieta ubogobakteryjna bez laktozy	SU- 5. Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (oszczędzająca)	SU- 6. Łatwostrawna bez glutenu	SU- 6A. Dieta łatwostrawna bez białek mleka krowiego	SU- 6B. Dieta łatwostrawna bez białek mleka krowiego i glutenu
2025-01-02 czwartek	Śniadanie	Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt Dżem 25g 1 szt Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 30g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Masło bez laktozy (82% tł.) 20g ( <b>MLE b/LAK.</b> ) Parówki z fileta z kurczaka wyrób drobiowy homogenizowany, wędzony, parzony bez osłonki 100g Chleb mieszany pszenno-żytni 50g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło bez laktozy (82% tł.) 5g ( <b>MLE b/LAK.</b> ) Szynek drobiowy, grubo rozdrobniona, parzona, niewędzona, op 100g 0,25 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Drożdżówka z serem 80g 1 szt ( <b>GLUPSZ, MLE.</b> ) Dżem 25g 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 80g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Ser mozzarella kulki 25g ( <b>MLE.</b> ) Szynka sołtysa wieprzowa, wędzona, parzona 40g Sałata lodowa 20g Pomidor koktajlowy 50g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Banan 1szt. 1 szt Dżem 25g 1 szt Chleb bezglutenowy 80g Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Ser mozzarella kulki 25g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40g Sałata lodowa 20g Pomidor koktajlowy 50g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Banan 1szt. 1 szt Dżem 25g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 30g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40g Pasta warzywna () 60g ( <b>SEL.</b> ) Sałata lodowa 20g Pomidor koktajlowy 50g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Banan 1szt. 1 szt Dżem 25g 1 szt Chleb bezglutenowy 80g Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40g Pasta warzywna () 60g ( <b>SEL.</b> ) Sałata lodowa 20g Pomidor koktajlowy 50g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	II ŚN	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () SU 350 ml ( <b>GLUPSZ, SEL.</b> ) Makaron 150g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Filet z kurczaka gotowany 100g Brokuł gotowany* 150g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło bez laktozy (82% tł.) 5g ( <b>MLE b/LAK.</b> ) Kielbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona, suszona op.90g 0,25 szt Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 50g ( <b>SEL.</b> ) Sos koperkowy *(bez mleka) 100 ml ( <b>GLUPSZ.</b> )	Barszcz czerwony z ziemniakami () SU 350 ml ( <b>GLUPSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron 150g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Sos koperkowy* 100 ml ( <b>GLUPSZ, MLE.</b> ) Pulpet drobiowy SU 100g ( <b>GLUPSZ, JAJ.</b> ) Brokuł gotowany* 150g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu) () SU 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Makaron bezglutenowy 150g Filet z kurczaka gotowany 100g Brokuł gotowany* 150g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt Sos koperkowy *(bez glutenu) 100 ml ( <b>MLE.</b> )	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () SU 350 ml ( <b>GLUPSZ, SEL.</b> ) Makaron 150g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Filet z kurczaka gotowany 100g Brokuł gotowany* 150g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt Sos koperkowy *(bez mleka) 100 ml ( <b>GLUPSZ.</b> )	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka i glutenu) () SU 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Makaron bezglutenowy 150g Filet z kurczaka gotowany 100g Brokuł gotowany* 150g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt Sos koperkowy *(bez mleka i glutenu) 100 ml
	PD					
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło bez laktozy (82% tł.) 20g ( <b>MLE b/LAK.</b> ) Schab pieczony w rękawie 100g Chleb mieszany pszenno-żytni 50g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło bez laktozy (82% tł.) 5g ( <b>MLE b/LAK.</b> ) Szynek drobiowy, grubo rozdrobniona, parzona, niewędzona, op 100g 0,25 szt	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 80g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40g ( <b>może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Twarożek 40g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 50g Roszponka 10g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 80g Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40g Pasta z twarogu z koperkiem 40g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 50g Roszponka 10g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Poledwica premium- wędlna dr. średnio rozd. 40g ( <b>SOJ.</b> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 50g Roszponka 10g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 80g Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Schab pieczony w rękawie 40g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40g Pomidor 50g Roszponka 10g
	PN	Serek twarogowy śmietankowy bez laktozy 30g 1 szt ( <b>MLE b/LAK.</b> ) Wafle ryżowe 10g	Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9g	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Wafle ryżowe 10g	Wafle ryżowe 10g Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2608.82 kcal; Białko ogółem: 126.84 g; Tłuszcz: 87.47 g; Kw. tł. nasy.: 40.95 g; Węglowodany ogółem: 340.70 g; W tym cukry: 58.13 g; Błonnik pok.: 23.52 g; Sól: 9.46 g;	Wartość energetyczna: 1854.48 kcal; Białko ogółem: 88.60 g; Tłuszcz: 47.71 g; Kw. tł. nasy.: 16.03 g; Węglowodany ogółem: 277.49 g; W tym cukry: 67.04 g; Błonnik pok.: 16.31 g; Sól: 6.03 g;	Wartość energetyczna: 1931.86 kcal; Białko ogółem: 78.50 g; Tłuszcz: 60.44 g; Kw. tł. nasy.: 21.52 g; Węglowodany ogółem: 275.15 g; W tym cukry: 82.98 g; Błonnik pok.: 16.72 g; Sól: 4.21 g;	Wartość energetyczna: 1984.06 kcal; Białko ogółem: 86.69 g; Tłuszcz: 49.63 g; Kw. tł. nasy.: 14.22 g; Węglowodany ogółem: 309.72 g; W tym cukry: 100.23 g; Błonnik pok.: 24.96 g; Sól: 7.17 g;	Wartość energetyczna: 1948.71 kcal; Białko ogółem: 79.36 g; Tłuszcz: 55.08 g; Kw. tł. nasy.: 14.32 g; Węglowodany ogółem: 293.93 g; W tym cukry: 98.83 g; Błonnik pok.: 21.14 g; Sól: 4.18 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 DLA DIET PODSTAWOWYCH SZPITALA UNIWERSYTECKIEGO

		SU- 4A. Dieta ubogobakteryjna bez laktozy	SU- 5. Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego (oszczędzająca)	SU- 6. Łatwostrawna bez glutenu	SU- 6A. Dieta łatwostrawna bez białek mleka krowiego	SU- 6B. Dieta łatwostrawna bez białek mleka krowiego i glutenu
2025-01-03 piątek	Śniadanie	Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt Dżem 25 g 1 szt Mleko b/laktozy 3,2% tHt 240 ml ( <u>MLE b/LAK.</u> ) Płatki kukurydziane 60 g Bułka pszemno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło bez laktozy (82% tt.) 20 g ( <u>MLE b/LAK.</u> ) Ser żółty b/laktozy dojrzewający pl. Gouda 40 g ( <u>MLE b/LAK.</u> ) Kielbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona, suszona op.90g 0,5 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło bez laktozy (82% tt.) 5 g ( <u>MLE b/LAK.</u> ) Szyneczka drobiowa, grubo rozdrobniona, parzona, niewędzona. op 100g 0,25 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Jabłko pieczone 150 g Dżem 25 g 1 szt Makaron na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Serek homo. naturalny 120 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 40 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Pomidor 50 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Mandarynka 150 g Dżem 25 g 1 szt Chleb bezglutenowy 80 g Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Serek homo. naturalny 120 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 50 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Mandarynka 150 g Dżem 25 g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 50 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Mandarynka 150 g Dżem 25 g 1 szt Chleb bezglutenowy 80 g Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Schab pieczony w rękawie 40 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 50 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	II ŚN					
	Obiad	Kalafiorowa z ryżem (bez mleka) () SU 350 ml ( <u>SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos jarzynowy () SU 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Warzywa po grecku () 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło bez laktozy (82% tt.) 5 g ( <u>MLE b/LAK.</u> ) Kielbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona, suszona op.90g 0,25 szt Bukiet warzyw gotowanych królewski* 50 g	Kalafiorowa z ryżem () SU 350 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Łosoś pieczony SU 100 g ( <u>RYB.</u> ) Sos cytrynowy SU 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Warzywa po grecku () (dieta SU bez koncentratu) 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () SU 350 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Łosoś pieczony SU 100 g ( <u>RYB.</u> ) Sos cytrynowy (bez glutenu) 100 ml ( <u>MLE.</u> ) Warzywa po grecku (bez glutenu) () 150 g ( <u>SEL.</u> ) Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt	Kalafiorowa z ryżem (bez mleka) () 350 ml ( <u>SEL.</u> ) Łosoś pieczony SU 100 g ( <u>RYB.</u> ) Sos cytrynowy (bez mleka) 100 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Warzywa po grecku () 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt	Kalafiorowa z ryżem (bez mleka) () 350 ml ( <u>SEL.</u> ) Łosoś pieczony SU 100 g ( <u>RYB.</u> ) Sos cytrynowy (bez glutenu i mleka) 100 ml Ziemniaki gotowane () 200 g Warzywa po grecku (bez glutenu) () 150 g ( <u>SEL.</u> ) Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt
	PD					
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło bez laktozy (82% tt.) 20 g ( <u>MLE b/LAK.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Wędzona wieprzowa, parzona. szynka 100% mięsa op. 100g 0,5 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło bez laktozy (82% tt.) 5 g ( <u>MLE b/LAK.</u> ) Szyneczka drobiowa, grubo rozdrobniona, parzona, niewędzona. op 100g 0,25 szt	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Twaróg chudy 40 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Sałata lodowa 20 g Pomidorki koktajlowe 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 80 g Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Pasta z jaj z koperkiem -dieta 40 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Twaróg chudy 40 g ( <u>MLE.</u> ) Sałata lodowa 20 g Pomidorki koktajlowe 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Pasta z kalafiora z natką pietruszki 60 g Sałata lodowa 20 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Sałata lodowa 20 g Pomidorki koktajlowe 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 80 g Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Pasta z kalafiora z natką pietruszki 60 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Sałata lodowa 20 g Pomidorki koktajlowe 50 g
PN	Serek wiejski ziarnisty bez laktozy 200g 1 szt ( <u>MLE b/LAK.</u> ) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 10 g	Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 10 g		Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 10 g Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ.</u> )		
	Wartość energetyczna: 3032.24 kcal; Białko ogółem: 142.43 g; Tłuszcz: 98.47 g; Kw. tł. nasy.: 55.28 g; Węglowodany ogółem: 404.54 g; W tym cukry: 75.42 g; Błonnik pok.: 30.47 g; Sól: 11.96 g;	Wartość energetyczna: 2112.14 kcal; Białko ogółem: 112.90 g; Tłuszcz: 56.61 g; Kw. tł. nasy.: 14.38 g; Węglowodany ogółem: 299.16 g; W tym cukry: 77.90 g; Błonnik pok.: 21.85 g; Sól: 6.15 g;	Wartość energetyczna: 2041.89 kcal; Białko ogółem: 86.24 g; Tłuszcz: 78.30 g; Kw. tł. nasy.: 17.29 g; Węglowodany ogółem: 255.94 g; W tym cukry: 63.78 g; Błonnik pok.: 18.00 g; Sól: 3.39 g;	Wartość energetyczna: 2042.26 kcal; Białko ogółem: 84.66 g; Tłuszcz: 71.97 g; Kw. tł. nasy.: 16.77 g; Węglowodany ogółem: 276.89 g; W tym cukry: 73.89 g; Błonnik pok.: 24.65 g; Sól: 7.83 g;	Wartość energetyczna: 2007.96 kcal; Białko ogółem: 77.58 g; Tłuszcz: 76.04 g; Kw. tł. nasy.: 16.35 g; Węglowodany ogółem: 262.13 g; W tym cukry: 72.93 g; Błonnik pok.: 20.33 g; Sól: 4.92 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 DLA DIET PODSTAWOWYCH SZPITALA UNIWEERSYTECKIEGO

		SU- 4A. Dieta ubogobakteryjna bez laktozy	SU- 5. Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego (oszczędzająca)	SU- 6. Łatwostrawna bez glutenu	SU- 6A. Dieta łatwostrawna bez białek mleka krowiego	SU- 6B. Dieta łatwostrawna bez białek mleka krowiego i glutenu
2025-01-04 sobota	Śniadanie	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 30 g ( <b>GLUPSZ,</b> ) Masło bez laktozy (82% tł.) 20 g ( <b>MLE b/LAK,</b> ) Szyneczka drobiowa, grubo rozdrobniona, parzona, niewędzona. op 100g 0,5 szt Ser mozzarella bez laktozy 40 g ( <b>MLE b/LAK,</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło bez laktozy (82% tł.) 5 g ( <b>MLE b/LAK,</b> ) Kiełbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona, suszona op.90g 0,25 szt	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT,</b> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g ( <b>może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ) Ser mozzarella kulki 25 g ( <b>MLE,</b> ) Mix салат 20 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt Chleb bezglutenowy 80 g Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Ser mozzarella kulki 25 g ( <b>MLE,</b> ) Mix салат 20 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 30 g ( <b>GLUPSZ,</b> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Pierś delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Mix салат 20 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt Chleb bezglutenowy 80 g Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Schab pieczony w rękawie 40 g Mix салат 20 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	II ŚN					
	Obiad	Ziemniaczana (bez mleka) () SU 350 ml ( <b>GLUPSZ, SEL,</b> ) Ryż na sypko 150 g Pulpet drobiowy SU 100 g ( <b>GLUPSZ, JAJ,</b> ) Sos pomidorowy SU 100 ml ( <b>GLUPSZ,</b> ) Buraczki gotowane () 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło bez laktozy (82% tł.) 5 g ( <b>MLE b/LAK,</b> ) Wędzona wieprzowa, parzona. szynka 100% mięsa op. 100g 0,25 szt Kalafor gotowany* 50 g	Ziemniaczana () SU 350 ml ( <b>GLUPSZ, MLE, SEL,</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 150 g ( <b>GLU, JECZ,</b> ) Pulpet drobiowy SU 100 g ( <b>GLUPSZ, JAJ,</b> ) Sos pomidorowy SU 100 ml ( <b>GLUPSZ,</b> ) Buraczki gotowane () 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez glutenu) () 350 ml ( <b>MLE, SEL,</b> ) Ryż na sypko 150 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g ( <b>JAJ,</b> ) Sos pomidorowy (bez glutenu) 100 ml Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLUPSZ, SEL,</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU, JECZ,</b> ) Pulpet drobiowy SU 100 g ( <b>GLUPSZ, JAJ,</b> ) Sos pomidorowy SU 100 ml ( <b>GLUPSZ,</b> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez glutenu i mleka) () 350 ml ( <b>SEL,</b> ) Ryż na sypko 150 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g ( <b>JAJ,</b> ) Sos pomidorowy (bez glutenu) 100 ml Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt
	PD					
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło bez laktozy (82% tł.) 20 g ( <b>MLE b/LAK,</b> ) Kiełbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona, suszona op.90g 0,5 szt Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 1 szt ( <b>MLE b/LAK,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło bez laktozy (82% tł.) 5 g ( <b>MLE b/LAK,</b> ) Szyneczka drobiowa, grubo rozdrobniona, parzona, niewędzona. op 100g 0,25 szt	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia długa krojona 80 g ( <b>GLUPSZ,</b> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Serek homo. naturalny 120 g ( <b>MLE,</b> ) Pomidor 50 g Salata lodowa 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 80 g Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Serek homo. naturalny 120 g ( <b>MLE,</b> ) Pomidor 50 g Salata lodowa 20 g	Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT,</b> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dod. b.sojowego i wody 40 g ( <b>SOJ,</b> ) Salata lodowa 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 80 g Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) Pomidor 50 g Salata lodowa 20 g
PN	Serek naturalny Bieluch 150g bez laktozy 1 szt ( <b>MLE b/LAK,</b> ) Wafle ryżowe 10 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Wafle ryżowe 10 g	Wafle ryżowe 10 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt ( <b>MLE,</b> )	Wafle ryżowe 10 g Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2785.52 kcal; Białko ogółem: 113.97 g; Tłuszcz: 99.40 g; Kw. tł. nasy.: 55.52 g; Węglowodany ogółem: 362.65 g; W tym cukry: 64.55 g; Błonnik pok.: 21.70 g; Sól: 8.32 g;	Wartość energetyczna: 1909.78 kcal; Białko ogółem: 93.92 g; Tłuszcz: 49.25 g; Kw. tł. nasy.: 16.99 g; Węglowodany ogółem: 280.64 g; W tym cukry: 72.12 g; Błonnik pok.: 18.36 g; Sól: 6.13 g;	Wartość energetyczna: 2103.50 kcal; Białko ogółem: 83.42 g; Tłuszcz: 81.40 g; Kw. tł. nasy.: 23.56 g; Węglowodany ogółem: 261.53 g; W tym cukry: 65.29 g; Błonnik pok.: 12.73 g; Sól: 4.82 g;	Wartość energetyczna: 2025.75 kcal; Białko ogółem: 78.81 g; Tłuszcz: 62.33 g; Kw. tł. nasy.: 16.71 g; Węglowodany ogółem: 297.23 g; W tym cukry: 71.25 g; Błonnik pok.: 21.02 g; Sól: 8.88 g;	Wartość energetyczna: 2007.06 kcal; Białko ogółem: 74.57 g; Tłuszcz: 74.26 g; Kw. tł. nasy.: 18.34 g; Węglowodany ogółem: 263.60 g; W tym cukry: 69.66 g; Błonnik pok.: 13.23 g; Sól: 4.61 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 DLA DIET PODSTAWOWYCH SZPITALA UNIWERSYTECKIEGO

		SU- 4A. Dieta ubogobakteryjna bez laktozy	SU- 5. Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (oszczędzająca)	SU- 6. Łatwostrawna bez glutenu	SU- 6A. Dieta łatwostrawna bez białek mleka krowiego	SU- 6B. Dieta łatwostrawna bez białek mleka krowiego i glutenu
2025-01-05 niedziela	Śniadanie	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło bez laktozy (82% tł.) 20 g ( <u>MLE b/LAK</u> ) Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 1 szt ( <u>MLE b/LAK</u> ) Kielbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona, suszona op.90g 0,5 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Masło bez laktozy (82% tł.) 5 g ( <u>MLE b/LAK</u> ) Szynek drobiowy, grubo rozdrobniona, parzona, niewędzona. op 100g 0,25 szt	Mus z jabłek () z/c 90 g Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 40 g ( <u>SOJ</u> , <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Twarożek 40 g ( <u>MLE</u> ) Sałata lodowa 20 g Pomidor koktajlowy 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Banan 150 g Chleb bezglutenowy 80 g Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g ( <u>SOJ</u> ) Twarożek 40 g ( <u>MLE</u> ) Sałata lodowa 20 g Pomidor koktajlowy 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Banan 150 g Bułka pszenna długa krojona 30 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g ( <u>SOJ</u> ) Pierś delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Sałata lodowa 20 g Pomidor koktajlowy 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Banan 150 g Chleb bezglutenowy 80 g Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g ( <u>SOJ</u> ) Schab pieczony w rękawie 40 g Sałata lodowa 20 g Pomidor koktajlowy 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	II SN					
	Obiad	Pomidorowa z makaronem (bez mleka) () SU 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () SU 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Seler z pietruszką gotowany z olejem () 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Masło bez laktozy (82% tł.) 5 g ( <u>MLE b/LAK</u> ) Kielbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona, suszona op.90g 0,25 szt Bukiet warzyw gotowanych królewski* 50 g	Pomidorowa z makaronem () SU 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos własny () SU 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt	Pomidorowa z makaronem (bez glutenu) ()SU 350 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt	Pomidorowa z makaronem (bez mleka) () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () SU 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt	Pomidorowa z makaronem (bez glutenu i mleka) () 350 ml ( <u>SEL</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt
	PD					
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Masło bez laktozy (82% tł.) 20 g ( <u>MLE b/LAK</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Szynek drobiowy, grubo rozdrobniona, parzona, niewędzona. op 100g 0,5 szt Dżem 25 g 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Kielbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona, suszona op.90g 0,25 szt Masło bez laktozy (82% tł.) 5 g ( <u>MLE b/LAK</u> )	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Twaróg chudy 40 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Dżem 25 g 1 szt Pomidor 50 g Rukola 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 80 g Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Dżem 25 g 1 szt Twaróg chudy 40 g ( <u>MLE</u> ) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 50 g Rukola 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Pasta z brokuła * 60 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Dżem 25 g 1 szt Pomidor 50 g Rukola 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 80 g Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Pasta z brokuła * 60 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Dżem 25 g 1 szt Pomidor 50 g Rukola 10 g
P.N	Pieczyczo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g Serek twarogowy śmietankowy bez laktozy 30g 1 szt ( <u>MLE b/LAK</u> )	Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Pieczyczo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g	Pieczyczo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE</u> )	Pieczyczo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt		
	Wartość energetyczna: 2646.76 kcal; Białko ogółem: 114.03 g; Tłuszcz: 92.94 g; Kw. tł. nasy.: 50.42 g; Węglowodany ogółem: 351.42 g; W tym cukry: 56.54 g; Błonnik pok.: 28.41 g; Sól: 8.42 g;	Wartość energetyczna: 1807.26 kcal; Białko ogółem: 90.21 g; Tłuszcz: 42.82 g; Kw. tł. nasy.: 14.33 g; Węglowodany ogółem: 271.06 g; W tym cukry: 50.36 g; Błonnik pok.: 15.16 g; Sól: 5.71 g;	Wartość energetyczna: 1908.54 kcal; Białko ogółem: 82.42 g; Tłuszcz: 61.00 g; Kw. tł. nasy.: 18.94 g; Węglowodany ogółem: 260.06 g; W tym cukry: 72.03 g; Błonnik pok.: 11.96 g; Sól: 3.09 g;	Wartość energetyczna: 1920.42 kcal; Białko ogółem: 88.50 g; Tłuszcz: 52.14 g; Kw. tł. nasy.: 16.72 g; Węglowodany ogółem: 280.93 g; W tym cukry: 67.17 g; Błonnik pok.: 19.28 g; Sól: 7.39 g;	Wartość energetyczna: 1890.03 kcal; Białko ogółem: 80.10 g; Tłuszcz: 58.16 g; Kw. tł. nasy.: 16.43 g; Węglowodany ogółem: 264.17 g; W tym cukry: 65.97 g; Błonnik pok.: 15.09 g; Sól: 4.47 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 DLA DIET PODSTAWOWYCH SZPITALA UNIWERSYTECKIEGO

		SU- 7. Dieta płynna wzmocniona	SU- 8. Dieta wegetariańska	SU- 9. Dieta anoreksja 2000	SU- 10. KC III Trymestr (KC kobiety ciężarne)	SU- 11. MK Matki karmiącej	
2024-12-23 poniedziałek	Sniadanie	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Płynna wzmocniona mleczna z ryżem! 900 g ( <u>JAJ, MLE</u> )	Banan 150 g Miód (25g) 1 szt Ryż na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Twaróg chudy 40 g ( <u>MLE</u> ) Hummus 40 g ( <u>SEZ.</u> ) Rukola 10 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Banan 150 g Miód (25g) 1 szt Ryż na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Twaróg chudy 40 g ( <u>MLE</u> ) Rukola 10 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Banan 150 g Miód (25g) 1 szt Ryż na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Hummus 40 g ( <u>SEZ.</u> ) Twaróg chudy 40 g ( <u>MLE</u> ) Rukola 10 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Banan 150 g Miód (25g) 1 szt Ryż na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Twaróg chudy 40 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Banan 150 g Miód (25g) 1 szt Ryż na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Twaróg chudy 40 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	II ŚN						
	Obiad	Płynna odżywcza - ziemniaczana () SU 700 g ( <u>JAJ, SEL.</u> ) Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt Jogurt owoce leśne 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )	Ziemniaczana () SU 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kaszotto wegetariańskie z tofu * 350 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) Brokuł gotowany* 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt	Ziemniaczana () SU 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Zrazik wieprzowy gotowany mielony 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 150 g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Brokuł gotowany* 150 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt	Ziemniaczana () SU 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Zrazik wieprzowy gotowany mielony 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 150 g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Brokuł gotowany* 150 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )		
	PD						
	Kolacja	Płynna wzmocniona z mięsem z kurczaka 700 g ( <u>JAJ, SEL.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb Graham 80 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Twarożek 40 g ( <u>MLE</u> ) Hummus 40 g ( <u>SEZ.</u> ) Sałata lodowa 20 g Ogórek kiszony 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 40 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 120 g ( <u>MLE</u> ) Sałata lodowa 20 g Ogórek kiszony 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb Graham 80 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 40 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Hummus 40 g ( <u>SEZ.</u> ) Ogórek kiszony 50 g Sałata lodowa 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 40 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 120 g ( <u>MLE</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 50 g Sałata lodowa 20 g Sałatka z pomidorów i koperku 50 g	
PN	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Wafle ryżowe 10 g					
	Wartość energetyczna: 2543.50 kcal; Białko ogółem: 121.72 g; Tłuszcz: 117.69 g; Kw. tł. nasy.: 41.37 g; Węglowodany ogółem: 255.88 g; W tym cukry: 156.51 g; Błonnik pok.: 14.14 g; Sól: 3.75 g;	Wartość energetyczna: 2401.82 kcal; Białko ogółem: 77.28 g; Tłuszcz: 86.88 g; Kw. tł. nasy.: 24.51 g; Węglowodany ogółem: 330.09 g; W tym cukry: 76.54 g; Błonnik pok.: 34.15 g; Sól: 6.35 g;	Wartość energetyczna: 2443.48 kcal; Białko ogółem: 107.88 g; Tłuszcz: 75.88 g; Kw. tł. nasy.: 25.34 g; Węglowodany ogółem: 344.30 g; W tym cukry: 82.60 g; Błonnik pok.: 25.66 g; Sól: 8.10 g;	Wartość energetyczna: 2653.71 kcal; Białko ogółem: 99.98 g; Tłuszcz: 97.49 g; Kw. tł. nasy.: 29.54 g; Węglowodany ogółem: 358.50 g; W tym cukry: 104.79 g; Błonnik pok.: 28.48 g; Sól: 8.37 g;	Wartość energetyczna: 2607.87 kcal; Białko ogółem: 117.74 g; Tłuszcz: 81.66 g; Kw. tł. nasy.: 27.96 g; Węglowodany ogółem: 366.02 g; W tym cukry: 106.85 g; Błonnik pok.: 26.77 g; Sól: 7.48 g;		

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 DLA DIET PODSTAWOWYCH SZPITALA UNIWERSYTECKIEGO

		SU- 7. Dieta płynna wzmocniona	SU- 8. Dieta wegetariańska	SU- 9. Dieta anoreksja 2000	SU- 10. KC III Trymestr (KC kobiety ciężarne)	SU- 11. MK Matki karmiącej
2024-12-24, wtorek	Śniadanie	Płynna wzmocniona mleczna z kaszą manną! 900 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Mandarynka 150 g Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Twarożek z natką pietruszki 40 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Sałata lodowa 20 g Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )	Mandarynka 150 g Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Twarożek z natką pietruszki 40 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Pomidor 50 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )	Mandarynka 150 g Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Twarożek z natką pietruszki 40 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Sałata lodowa 20 g Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )	Mandarynka 150 g Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Twarożek z natką pietruszki 40 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Sałata lodowa 20 g Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )
	II ŚN					
	Obiad	Płynna odżywcza - dyniowa z ziemniakami () SU 700 g ( <u>JAJ, SEL</u> ) Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )	Dyniowa z ziemniakami () SU 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Twaróg półtłusty 120 g ( <u>MLE</u> ) Mus z jabłek () z/c 120 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () SU 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Twaróg półtłusty 120 g ( <u>MLE</u> ) Mus z jabłek () z/c 120 g Surówka z selera i jabłka z olejem () 150 g ( <u>SEL</u> ) Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )	Dyniowa z ziemniakami () SU 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Twaróg półtłusty 120 g ( <u>MLE</u> ) Mus z jabłek () z/c 150 g Surówka z selera i jabłka z olejem () 150 g ( <u>SEL</u> ) Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () SU 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Twaróg półtłusty 120 g ( <u>MLE</u> ) Mus z jabłek () z/c 120 g Surówka z selera i jabłka z olejem () 150 g ( <u>SEL</u> ) Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )
	PD					
	Kolacja	Płynna wzmocniona z mięsem z kurczaka 700 g ( <u>JAJ, SEL</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )	Kompot z suszu 250 ml Barszcz czerwony z ziemniakami () SU 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Chalka 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Pierogi ze szpinakiem* 300 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Kapusta z grochem () 150 g	Kompot z suszu 250 ml Barszcz czerwony z ziemniakami () SU 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Chalka 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Ryba smażona (Morszczuk) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> ) Kapusta z grochem () 150 g	Kompot z suszu 250 ml Barszcz czerwony z ziemniakami () SU 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Chalka 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <u>RYB</u> ) Warzywa po grecku () 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )	Kompot z suszu 250 ml Barszcz czerwony z ziemniakami () SU 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Chalka 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <u>RYB</u> ) Warzywa po grecku () 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )
	PN	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )	Ciasto drożdżowe 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02</u> ) Miód (25g) 1 szt	Miód (25g) 1 szt Ciasto drożdżowe 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02</u> )	Miód (25g) 1 szt Ciasto drożdżowe 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02</u> )	Ciasto drożdżowe 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02</u> ) Miód (25g) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2547.26 kcal; Białko ogółem: 127.94 g; Tłuszcz: 118.40 g; Kw. tł. nasy.: 41.18 g; Węglowodany ogółem: 248.81 g; W tym cukry: 147.31 g; Błonnik pok.: 17.93 g; Sól: 3.98 g;	Wartość energetyczna: 3154.48 kcal; Białko ogółem: 114.98 g; Tłuszcz: 66.33 g; Kw. tł. nasy.: 18.73 g; Węglowodany ogółem: 530.66 g; W tym cukry: 70.74 g; Błonnik pok.: 37.92 g; Sól: 5.85 g;	Wartość energetyczna: 3165.77 kcal; Białko ogółem: 137.86 g; Tłuszcz: 85.29 g; Kw. tł. nasy.: 22.65 g; Węglowodany ogółem: 481.94 g; W tym cukry: 101.31 g; Błonnik pok.: 42.16 g; Sól: 5.69 g;	Wartość energetyczna: 3019.84 kcal; Białko ogółem: 127.68 g; Tłuszcz: 81.55 g; Kw. tł. nasy.: 20.45 g; Węglowodany ogółem: 460.92 g; W tym cukry: 70.72 g; Błonnik pok.: 43.75 g; Sól: 6.06 g;	Wartość energetyczna: 2977.40 kcal; Białko ogółem: 133.14 g; Tłuszcz: 77.77 g; Kw. tł. nasy.: 22.02 g; Węglowodany ogółem: 456.67 g; W tym cukry: 101.96 g; Błonnik pok.: 40.34 g; Sól: 5.13 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 DLA DIET PODSTAWOWYCH SZPITALA UNIWERSYTECKIEGO

		SU- 7. Dieta płynna wzmocniona	SU- 8. Dieta wegetariańska	SU- 9. Dieta anoreksja 2000	SU- 10. KC III Trymestr (KC kobiety ciężarne)	SU- 11. MK Matki karmiącej
2024-12-25 środa	Śniadanie	Płynna wzmocniona mleczna z kaszą kukurydzianą! 900 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Dżem 25 g 1 szt Babka piaskowa 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE</u> ) Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Ser mozzarella kulki 25 g ( <u>MLE</u> ) Ser żółty 40 g ( <u>MLE</u> ) Sałata lodowa 20 g Pomidorki koktajlowe 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Babka piaskowa 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE</u> ) Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 40 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u> ) Ser mozzarella kulki 25 g ( <u>MLE</u> ) Sałata lodowa 20 g Pomidorki koktajlowe 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Dżem 25 g 1 szt	Babka piaskowa 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 40 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u> ) Ser żółty 40 g ( <u>MLE</u> ) Sałata lodowa 20 g Pomidorki koktajlowe 50 g Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Babka piaskowa 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE</u> ) Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 40 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u> ) Ser mozzarella kulki 25 g ( <u>MLE</u> ) Sałata lodowa 20 g Pomidorki koktajlowe 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Dżem 25 g 1 szt
	II ŚN					
	Obiad	Płynna odżywcza - rosół z makaronem () SU 700 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u> ) Woda źródłana n/g 0,5 l 1 szt Jogurt owoce leśne 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )	Bulion warzywny z makaronem * 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlety sojowe 100 g ( <u>SOJ</u> ) Sos koperkowy * SU 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Marchew gotowana z olejem () 150 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g Woda źródłana n/g 0,5 l 1 szt	Rosół z makaronem () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Sos koperkowy * SU 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Marchew gotowana z olejem () 150 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g Woda źródłana n/g 0,5 l 1 szt	Rosół z makaronem () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Sos koperkowy * SU 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Marchew mini z olejem* 150 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g Jogurt owoce leśne 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Woda źródłana n/g 0,5 l 1 szt	Rosół z makaronem () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Sos koperkowy * SU 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Marchew mini z olejem* 150 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g Woda źródłana n/g 0,5 l 1 szt Jogurt owoce leśne 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )
	PD					
	Kolacja	Płynna wzmocniona z mięsem z kurczaka 700 g ( <u>JAJ, SEL</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb Graham 80 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Ser żółty 40 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z twarogu z koperkiem 40 g ( <u>MLE</u> ) Sałatka jarzynowa () 80 g ( <u>JAJ, MLE, SEL, GOR</u> ) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Pasta z twarogu z koperkiem 40 g ( <u>MLE</u> ) Sałatka jarzynowa () 80 g ( <u>JAJ, MLE, SEL, GOR</u> ) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb Graham 80 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Ser żółty 40 g ( <u>MLE</u> ) Sałatka jarzynowa () 80 g ( <u>JAJ, MLE, SEL, GOR</u> ) Sałata lodowa 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Pasta z twarogu z koperkiem 40 g ( <u>MLE</u> ) Sałatka jarzynowa - dieta () SU 80 g ( <u>MLE, SEL</u> ) Sałata lodowa 20 g
PN	Deser mleczno-ryżowy malina- wiśnia 200g 1 szt ( <u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, SOJ</u> )	Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE</u> )	Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g	Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g	
	Wartość energetyczna: 2798.53 kcal; Białko ogółem: 127.42 g; Tłuszcz: 122.93 g; Kw. tł. nasy.: 44.53 g; Węglowodany ogółem: 301.08 g; W tym cukry: 171.57 g; Błonnik pok.: 12.71 g; Sól: 3.87 g;	Wartość energetyczna: 2377.40 kcal; Białko ogółem: 94.21 g; Tłuszcz: 94.67 g; Kw. tł. nasy.: 37.77 g; Węglowodany ogółem: 299.39 g; W tym cukry: 84.13 g; Błonnik pok.: 36.85 g; Sól: 6.29 g;	Wartość energetyczna: 2482.65 kcal; Białko ogółem: 108.72 g; Tłuszcz: 99.38 g; Kw. tł. nasy.: 30.41 g; Węglowodany ogółem: 301.27 g; W tym cukry: 84.96 g; Błonnik pok.: 28.68 g; Sól: 8.27 g;	Wartość energetyczna: 2740.58 kcal; Białko ogółem: 122.30 g; Tłuszcz: 120.65 g; Kw. tł. nasy.: 44.42 g; Węglowodany ogółem: 306.66 g; W tym cukry: 102.13 g; Błonnik pok.: 30.09 g; Sól: 9.67 g;	Wartość energetyczna: 2611.96 kcal; Białko ogółem: 112.68 g; Tłuszcz: 104.99 g; Kw. tł. nasy.: 34.94 g; Węglowodany ogółem: 315.63 g; W tym cukry: 104.68 g; Błonnik pok.: 26.79 g; Sól: 8.05 g;	

**Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 DLA DIET PODSTAWOWYCH SZPITALA UNIWERSYTECKIEGO**

		SU- 7. Dieta płynna wzmocniona	SU- 8. Dieta wegetariańska	SU- 9. Dieta anoreksja 2000	SU- 10. KC III Trymestr (KC kobiety ciężarne)	SU- 11. MK Matki karmiącej
2024-12-26 czwartek	Śniadanie	Płynna wzmocniona mleczna z kaszą manną! 900 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Ciasto marchewkowe-wyrób z ciasta biszkoptowo tłuszczowego 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Dżem 25 g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Ser topiony 25g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 120 g ( <b>MLE</b> ) Sałata lodowa 20 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Ciasto marchewkowe-wyrób z ciasta biszkoptowo tłuszczowego 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Dżem 25 g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Pierś gotowana wędzona-produkt grubo rozdrobniony,drobiowy,parzony,wędzony. 40 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 120 g ( <b>MLE</b> ) Sałata lodowa 20 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Ciasto marchewkowe-wyrób z ciasta biszkoptowo tłuszczowego 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Dżem 25 g 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Pierś gotowana wędzona-produkt grubo rozdrobniony,drobiowy,parzony,wędzony. 40 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 120 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 50 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Ciasto marchewkowe-wyrób z ciasta biszkoptowo tłuszczowego 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Dżem 25 g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Pierś gotowana wędzona-produkt grubo rozdrobniony,drobiowy,parzony,wędzony. 40 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 120 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 50 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	II ŚN					
	Obiad	Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Płynna odżywcza - pomidorowa z ryżem () SU 700 g ( <b>JAJ, SEL</b> )	Pomidorowa z ryżem () SU 350 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Frittata z jajkiem 300 g ( <b>JAJ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Seler z pietruszką gotowany z olejem () 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Cwikła z jabłkiem () 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z ryżem () SU 350 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wieprzowa z szynki duszona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos własny () SU 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Cwikła z jabłkiem () 150 g Seler z pietruszką gotowany z olejem () 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z ryżem () SU 350 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Bitka wieprzowa z szynki duszona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Seler z pietruszką gotowany z olejem () 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Cwikła z jabłkiem () 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Pomidorowa z ryżem () SU 350 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Bitka wieprzowa z szynki duszona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos własny () SU 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Cwikła z jabłkiem () 150 g Seler z pietruszką gotowany z olejem () 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )
	PD					
	Kolaça	Płynna wzmocniona z mięsem z kurczaka 700 g ( <b>JAJ, SEL</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb Graham 80 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Twarożek 40 g ( <b>MLE</b> ) Hummus 40 g ( <b>SEZ</b> ) Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Hummus 40 g ( <b>SEZ</b> ) Pierś delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb Graham 80 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Hummus 40 g ( <b>SEZ</b> ) Pierś delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Twarożek 40 g ( <b>MLE</b> ) Pierś delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g
PN	Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Deser mleczno-ryżowy malina-wiśnia 200g 1 szt ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, SOJ</b> )				
	Wartość energetyczna: 2701.06 kcal; Białko ogółem: 139.63 g; Tłuszcz: 121.73 g; Kw. tł. nasy.: 39.97 g; Węglowodany ogółem: 273.52 g; W tym cukry: 153.88 g; Błonnik pok.: 16.25 g; Sól: 3.69 g;	Wartość energetyczna: 2601.67 kcal; Białko ogółem: 90.46 g; Tłuszcz: 93.36 g; Kw. tł. nasy.: 25.01 g; Węglowodany ogółem: 365.94 g; W tym cukry: 105.79 g; Błonnik pok.: 33.34 g; Sól: 6.61 g;	Wartość energetyczna: 2597.18 kcal; Białko ogółem: 116.36 g; Tłuszcz: 88.41 g; Kw. tł. nasy.: 24.47 g; Węglowodany ogółem: 346.81 g; W tym cukry: 100.34 g; Błonnik pok.: 26.61 g; Sól: 8.84 g;	Wartość energetyczna: 2660.49 kcal; Białko ogółem: 123.79 g; Tłuszcz: 92.18 g; Kw. tł. nasy.: 26.87 g; Węglowodany ogółem: 351.97 g; W tym cukry: 122.17 g; Błonnik pok.: 29.98 g; Sól: 9.18 g;	Wartość energetyczna: 2639.75 kcal; Białko ogółem: 127.53 g; Tłuszcz: 83.05 g; Kw. tł. nasy.: 26.88 g; Węglowodany ogółem: 363.70 g; W tym cukry: 125.87 g; Błonnik pok.: 27.46 g; Sól: 7.50 g;	



Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 DLA DIET PODSTAWOWYCH SZPITALA UNIWERSYTECKIEGO

		SU- 7. Dieta płynna wzmocniona	SU- 8. Dieta wegetariańska	SU- 9. Dieta anoreksja 2000	SU- 10. KC III Trymestr (KC kobiety ciężarne)	SU- 11. MK Matki karmiącej
2024-12-27 piątek	Śniadanie	Płynna wzmocniona mleczna z kaszą manną! 900 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Banan 150 g Dżem 25 g 1 szt Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Twarożek 40 g ( <u>MLE</u> ) Serek homo. naturalny 120 g ( <u>MLE</u> ) Mix салат 20 g Pomidorki koktajlowe 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Banan 150 g Dżem 25 g 1 szt Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Twarożek 40 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidorki koktajlowe 50 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Banan 150 g Dżem 25 g 1 szt Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Twarożek 40 g ( <u>MLE</u> ) Mix салат 20 g Pomidorki koktajlowe 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Banan 150 g Dżem 25 g 1 szt Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Twarożek 40 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Mix салат 20 g Pomidorki koktajlowe 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	II ŚN					
	Obiad	Płynna odżywcza - szpinakowa z zacierką () SU 700 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u> ) Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )	Szpinakowa z zacierką () SU 350 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlet z ciociorki i pieczarek 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos koperkowy *SU 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 150 g ( <u>SEL</u> ) Salatka z kapusty czerwonej z olejem () 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () SU 350 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u> ) Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) SU 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> ) Sos koperkowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 150 g ( <u>SEL</u> ) Salatka z kapusty czerwonej z olejem () 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () SU 350 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) SU 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> ) Sos koperkowy *SU 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 150 g ( <u>SEL</u> ) Salatka z kapusty czerwonej z olejem () 150 g Strucla z jabłkiem prażonym 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02</u> ) Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () SU 350 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u> ) Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) SU 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> ) Sos koperkowy *SU 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 150 g ( <u>SEL</u> ) Kalafior gotowany* 150 g Strucla z jabłkiem prażonym 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02</u> ) Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt
	PD					
	Kolacja	Płynna wzmocniona z mięsem z kurczaka 700 g ( <u>JAJ, SEL</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb Graham 80 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 40 g ( <u>JAJ, MLE</u> ) Ser topiony 25g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Papryka świeża 50 g Rukola 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 40 g ( <u>JAJ, MLE</u> ) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Papryka świeża 50 g Rukola 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb Graham 80 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 40 g ( <u>JAJ, MLE</u> ) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Chrzan 30 g ( <u>MLE, S02</u> ) Papryka świeża 50 g Rukola 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 40 g ( <u>JAJ, MLE</u> ) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Pomidor 50 g Rukola 10 g
PN	Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )		Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Podplomyki b/c 9 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )			
	Wartość energetyczna: 2685.63 kcal; Białko ogółem: 141.41 g; Tłuszcz: 121.66 g; Kw. tł. nasy.: 39.89 g; Węglowodany ogółem: 267.23 g; W tym cukry: 150.45 g; Błonnik pok.: 14.83 g; Sól: 3.58 g;	Wartość energetyczna: 2513.07 kcal; Białko ogółem: 91.28 g; Tłuszcz: 89.82 g; Kw. tł. nasy.: 21.14 g; Węglowodany ogółem: 348.91 g; W tym cukry: 104.29 g; Błonnik pok.: 39.13 g; Sól: 4.88 g;	Wartość energetyczna: 2402.58 kcal; Białko ogółem: 110.15 g; Tłuszcz: 75.86 g; Kw. tł. nasy.: 22.53 g; Węglowodany ogółem: 335.34 g; W tym cukry: 103.49 g; Błonnik pok.: 30.26 g; Sól: 7.65 g;	Wartość energetyczna: 2748.78 kcal; Białko ogółem: 120.69 g; Tłuszcz: 87.93 g; Kw. tł. nasy.: 24.70 g; Węglowodany ogółem: 383.86 g; W tym cukry: 103.37 g; Błonnik pok.: 34.47 g; Sól: 8.38 g;	Wartość energetyczna: 2686.58 kcal; Białko ogółem: 118.68 g; Tłuszcz: 83.80 g; Kw. tł. nasy.: 24.43 g; Węglowodany ogółem: 378.13 g; W tym cukry: 95.26 g; Błonnik pok.: 30.48 g; Sól: 8.40 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 DLA DIET PODSTAWOWYCH SZPITALA UNIWERSYTECKIEGO

		SU- 7. Dieta płynna wzmocniona	SU- 8. Dieta wegetariańska	SU- 9. Dieta anoreksja 2000	SU- 10. KC III Trymestr (KC kobiety ciężarne)	SU- 11. MK Matki karmiącej	
2024-12-28 sobota	Śniadanie	Płynna wzmocniona mleczna z kaszą manną! 900 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU JĘCZ.</u> ) Jabłko 150 g Miód (25g) 1 szt Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Ser żółty 40 g ( <u>MLE</u> ) Twaróg chudy 40 g ( <u>MLE</u> ) Ogórek świeży 50 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU JĘCZ.</u> ) Jabłko 150 g Miód (25g) 1 szt Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynka sołtysa wieprzowa, wędzona, parzona 40 g Twaróg chudy 40 g ( <u>MLE</u> ) Ogórek świeży 50 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU JĘCZ.</u> ) Jabłko 150 g Miód (25g) 1 szt Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynka sołtysa wieprzowa, wędzona, parzona 40 g Ser żółty 40 g ( <u>MLE</u> ) Ogórek świeży 50 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU JĘCZ.</u> ) Jabłko 150 g Miód (25g) 1 szt Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynka sołtysa wieprzowa, wędzona, parzona 40 g Twaróg chudy 40 g ( <u>MLE</u> ) Sałatka z pomidorów i natką pietruszki 50 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	
	II ŚN						
	Obiad	Płynna odżywcza - koperkowa z ziemniakami () SU 700 g ( <u>JAJ, SEL.</u> ) Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )	Koperkowa z ziemniakami () SU 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ryz na sypko 150 g Gulasz sojowy z warzywami * 130 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u> ) Brokuł gotowany* 150 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () SU 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ryz na sypko 150 g Filet z indyka pieczony 100 g Sos jarzynowy () SU 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Brokuł gotowany* 150 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () SU 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Filet z indyka pieczony 100 g Sos jarzynowy () SU 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ryz na sypko 150 g Brokuł gotowany* 150 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 150 g Mieszanka studencka 30 g ( <u>OZI, ORZ.</u> ) Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt		
	PD						
	Kolacja	Płynna wzmocniona z mięsem z kurczaka 700 g ( <u>JAJ, SEL.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb Graham 80 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Twarożek 40 g ( <u>MLE</u> ) Hummus 40 g ( <u>SEZ.</u> ) Sałata lodowa 20 g Pomidoroki koktajlowe 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 40 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Serek homo o smaku naturalnym z ziołami 120 g ( <u>MLE</u> ) Sałata lodowa 20 g Pomidoroki koktajlowe 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb Graham 80 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 40 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Hummus 40 g ( <u>SEZ.</u> ) Pomidoroki koktajlowe 50 g Sałata lodowa 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 40 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Serek homo o smaku naturalnym z ziołami 120 g ( <u>MLE</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 50 g Sałata lodowa 20 g Pomidoroki koktajlowe 50 g	
PN	Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g			Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt ( <u>MLE</u> )		
		Wartość energetyczna: 2645.23 kcal; Białko ogółem: 134.50 g; Tłuszcz: 121.38 g; Kw. tł. nasy.: 39.89 g; Węglowodany ogółem: 262.08 g; W tym cukry: 152.88 g; Błonnik pok.: 17.14 g; Sól: 3.69 g;	Wartość energetyczna: 2314.01 kcal; Białko ogółem: 91.52 g; Tłuszcz: 79.18 g; Kw. tł. nasy.: 30.33 g; Węglowodany ogółem: 319.64 g; W tym cukry: 70.15 g; Błonnik pok.: 35.67 g; Sól: 5.91 g;	Wartość energetyczna: 2219.82 kcal; Białko ogółem: 111.14 g; Tłuszcz: 61.56 g; Kw. tł. nasy.: 21.88 g; Węglowodany ogółem: 318.75 g; W tym cukry: 69.16 g; Błonnik pok.: 27.73 g; Sól: 7.29 g;	Wartość energetyczna: 2555.70 kcal; Białko ogółem: 112.44 g; Tłuszcz: 92.96 g; Kw. tł. nasy.: 32.53 g; Węglowodany ogółem: 334.33 g; W tym cukry: 74.10 g; Błonnik pok.: 30.10 g; Sól: 8.79 g;	Wartość energetyczna: 2487.76 kcal; Białko ogółem: 123.12 g; Tłuszcz: 75.85 g; Kw. tł. nasy.: 23.92 g; Węglowodany ogółem: 343.41 g; W tym cukry: 75.61 g; Błonnik pok.: 27.98 g; Sól: 7.62 g;	

**Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 DLA DIET PODSTAWOWYCH SZPITALA UNIWERSYTECKIEGO**

		SU- 7. Dieta płynna wzmocniona	SU- 8. Dieta wegetariańska	SU- 9. Dieta anoreksja 2000	SU- 10. KC III Trymestr (KC kobiety ciężarne)	SU- 11. MK Matki karmiącej
2024-12-29 niedziela	Śniadanie	Płynna wzmocniona mleczna z kaszą kukurydzianą! 900 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Banan 150 g Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLUPSZ</b> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Ser mozzarella 40 g ( <b>MLE</b> ) Sałata lodowa 20 g Papryka świeża 50 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</b> )	Banan 150 g Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLUPSZ</b> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Papryka świeża 50 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</b> )	Banan 150 g Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Papryka świeża 50 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</b> )	Banan 150 g Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLUPSZ</b> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Pomidor koktajlowy 50 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</b> )
	II SN					
	Obiad	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () SU 700 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL</b> ) Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt Jogurt brzozkwiński 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Jarzynowa z makaronem dieta () SU 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Zapiekanka z ziemniaków i warzyw z jajkiem() 350 g ( <b>JAJ, MLE, SEL</b> ) Kalafor gotowany* 150 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt	Jarzynowa z makaronem dieta () SU 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab pieczony w rekawie 100 g Sos własny () SU 100 ml ( <b>GLUPSZ, SEL</b> ) Kalafor gotowany* 150 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Jarzynowa z makaronem dieta () SU 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlet schabowy 120 g ( <b>GLUPSZ, JAJ</b> ) Kalafor gotowany* 150 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt Ciasto drożdżowe 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2</b> )	Jarzynowa z makaronem dieta () SU 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab pieczony w rekawie 100 g Sos własny () SU 100 ml ( <b>GLUPSZ, SEL</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g Kalafor gotowany* 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt Ciasto drożdżowe 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2</b> ) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )
	PD					
	Kolacja	Płynna wzmocniona z mięsem z kurczaka 700 g ( <b>JAJ, SEL</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb Graham 80 g ( <b>GLUPSZ</b> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Twarożek 40 g ( <b>MLE</b> ) Ser topiony 25g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 50 g Mix salat 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Twarożek 40 g ( <b>MLE</b> ) Pierś delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Dżem 25 g 1 szt Pomidor 50 g Mix salat 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb Graham 80 g ( <b>GLUPSZ</b> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Ser topiony 25g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Pierś delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Dżem 25 g 1 szt Pomidor 50 g Mix salat 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Twarożek 40 g ( <b>MLE</b> ) Pierś delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Dżem 25 g 1 szt Pomidor 50 g Mix salat 20 g
PN	Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Podpiomyki b/c 10 g ( <b>GLUPSZ, MLE</b> ) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt ( <b>MLE</b> )			Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Podpiomyki b/c 10 g ( <b>GLUPSZ, MLE</b> )	
	Wartość energetyczna: 2710.24 kcal; Białko ogółem: 138.38 g; Tłuszcz: 121.92 g; Kw. tł. nasy.: 40.04 g; Węglowodany ogółem: 272.10 g; W tym cukry: 153.29 g; Błonnik pok.: 16.60 g; Sól: 3.68 g;	Wartość energetyczna: 2173.25 kcal; Białko ogółem: 82.67 g; Tłuszcz: 90.29 g; Kw. tł. nasy.: 30.49 g; Węglowodany ogółem: 272.90 g; W tym cukry: 93.90 g; Błonnik pok.: 29.40 g; Sól: 4.18 g;	Wartość energetyczna: 2280.99 kcal; Białko ogółem: 115.27 g; Tłuszcz: 71.79 g; Kw. tł. nasy.: 28.68 g; Węglowodany ogółem: 309.55 g; W tym cukry: 110.77 g; Błonnik pok.: 24.58 g; Sól: 6.73 g;	Wartość energetyczna: 2706.00 kcal; Białko ogółem: 108.74 g; Tłuszcz: 100.16 g; Kw. tł. nasy.: 28.39 g; Węglowodany ogółem: 354.60 g; W tym cukry: 85.99 g; Błonnik pok.: 30.55 g; Sól: 7.62 g;	Wartość energetyczna: 2623.44 kcal; Białko ogółem: 123.78 g; Tłuszcz: 82.79 g; Kw. tł. nasy.: 30.81 g; Węglowodany ogółem: 360.65 g; W tym cukry: 109.54 g; Błonnik pok.: 25.88 g; Sól: 7.47 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 DLA DIET PODSTAWOWYCH SZPITALA UNIWERSYTECKIEGO

		SU- 7. Dieta płynna wzmocniona	SU- 8. Dieta wegetariańska	SU- 9. Dieta anoreksja 2000	SU- 10. KC III Trymestr (KC kobiety ciężarne)	SU- 11. MK Matki karmiącej
2024-12-30 poniedziałek	Śniadanie	Płynna wzmocniona mleczna z płatkami owsianymi! 900 g ( <b>JAJ, MLE, GLU OW.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Jabłko 150 g Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Ser topiony 25g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 120 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata lodowa 20 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Jabłko 150 g Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynka softysa wieprzowa, wędzona, parzona 40 g Serek homo. naturalny 120 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata lodowa 20 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Jabłko 150 g Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynka softysa wieprzowa, wędzona, parzona 40 g Serek homo. naturalny 120 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata lodowa 20 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Jabłko 150 g Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynka softysa wieprzowa, wędzona, parzona 40 g Serek homo. naturalny 120 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 50 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	Obiad	Płynna odżywcza - brokułowa z ziemniakami () SU 700 g ( <b>JAJ, SEL.</b> ) Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Brokułowa z ziemniakami () SU 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Naleśniki z serem* 3 szt 200 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ziemniakami () SU 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Naleśniki z serem* 3 szt 200 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 150 g Banan 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ziemniakami () SU 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Naleśniki z serem* 3 szt 200 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 150 g Banan 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ziemniakami () SU 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryz na sytko 150 g Mus z jabłek () z/c 150 g Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Surówka z selera i jabłka () 150 g ( <b>MLE, SEL.</b> ) Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt Banan 150 g
	Kolejacja	Płynna wzmocniona z mięsem z kurczaka 700 g ( <b>JAJ, SEL.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb Graham 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Pasta z twarogu z koperkiem 40 g ( <b>MLE.</b> ) Ser żółty 40 g ( <b>MLE.</b> ) Rzodkiew biała 50 g Rukola 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Pasta z twarogu z koperkiem 40 g ( <b>MLE.</b> ) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Rzodkiew biała 50 g Rukola 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb Graham 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Pasta z twarogu z koperkiem 40 g ( <b>MLE.</b> ) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Rzodkiew biała 50 g Rukola 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Pasta z twarogu z koperkiem 40 g ( <b>MLE.</b> ) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Pomidor 50 g Rukola 10 g
	PN	Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )		Mus jogurt&żboża i owoce sadu 100g 1 szt ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g		
		Wartość energetyczna: 2666.44 kcal; Białko ogółem: 141.09 g; Tłuszcz: 124.68 g; Kw. tł. nasy.: 40.50 g; Węglowodany ogółem: 258.68 g; W tym cukry: 153.47 g; Błonnik pok.: 19.87 g; Sól: 3.66 g;	Wartość energetyczna: 2319.64 kcal; Białko ogółem: 99.38 g; Tłuszcz: 74.81 g; Kw. tł. nasy.: 28.21 g; Węglowodany ogółem: 329.02 g; W tym cukry: 117.37 g; Błonnik pok.: 26.80 g; Sól: 4.55 g;	Wartość energetyczna: 2226.65 kcal; Białko ogółem: 99.97 g; Tłuszcz: 60.77 g; Kw. tł. nasy.: 21.28 g; Węglowodany ogółem: 335.03 g; W tym cukry: 117.35 g; Błonnik pok.: 24.88 g; Sól: 5.74 g;	Wartość energetyczna: 2343.75 kcal; Białko ogółem: 102.79 g; Tłuszcz: 61.40 g; Kw. tł. nasy.: 21.46 g; Węglowodany ogółem: 362.82 g; W tym cukry: 146.03 g; Błonnik pok.: 29.80 g; Sól: 5.62 g;	Wartość energetyczna: 2382.39 kcal; Białko ogółem: 90.76 g; Tłuszcz: 63.29 g; Kw. tł. nasy.: 23.64 g; Węglowodany ogółem: 381.51 g; W tym cukry: 132.72 g; Błonnik pok.: 34.24 g; Sól: 5.72 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 DLA DIET PODSTAWOWYCH SZPITALA UNIWERSYTECKIEGO

		SU- 7. Dieta płynna wzmocniona	SU- 8. Dieta wegetariańska	SU- 9. Dieta anoreksja 2000	SU- 10. KC III Trymestr (KC kobiety ciężarne)	SU- 11. MK Matki karmiącej
2024-12-31 wtorek	Śniadanie	Płynna wzmocniona mleczna z kaszą kukurydzianą! 900 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt Kefir 2 % tł 200g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Dżem 25 g 1 szt Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Twarożek 40 g ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Sałata lodowa 20 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt Kefir 2 % tł 200g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Dżem 25 g 1 szt Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Twarożek 40 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 50 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt Dżem 25 g 1 szt Kefir 2 % tł 200g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Twarożek 40 g ( <b>MLE</b> ) Talarki z warzyw ( ) 50 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt Kefir 2 % tł 200g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Dżem 25 g 1 szt Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Twarożek 40 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 50 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	II SN					
	Obiad	Płynna odżywcza - soferino ( ) SU 700 g ( <b>JAJ, SEL.</b> ) Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Soferino ( ) SU 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Pierogi ukraińskie * 350 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Kalafor gotowany* 150 g Surówka z marchwi z olejem ( ) 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt	Soferino ( ) SU 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Gulasz wołowy - dieta 130 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 150 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Kalafor gotowany* 150 g Surówka z rzepy białej i jabłka ( ) 150 g ( <b>MLE</b> ) Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt	Soferino ( ) SU 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Gulasz wołowy - dieta 130 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 150 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Kalafor gotowany* 150 g Surówka z rzepy białej i jabłka ( ) 150 g ( <b>MLE</b> ) Drożdżówka różne 1 szt ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt	Soferino ( ) SU 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Gulasz wołowy - dieta 130 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 150 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Surówka z marchwi z olejem ( ) 150 g Kalafor gotowany* 150 g Drożdżówka różne 1 szt ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt
	PD					
	Kolacja	Płynna wzmocniona z mięsem z kurczaka 700 g ( <b>JAJ, SEL.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb Graham 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Ser mozzarella kulki 25 g ( <b>MLE</b> ) Hummus 40 g ( <b>SEZ.</b> ) Ogórek świeży 50 g Mix sałat 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Pasta z twarogu i tuńczyka SU 40 g ( <b>RYB, MLE.</b> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g ( <b>SOJ.</b> ) Ogórek świeży 50 g Mix sałat 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb Graham 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g ( <b>SOJ.</b> ) Pasta z twarogu i tuńczyka SU 40 g ( <b>RYB, MLE.</b> ) Ogórek świeży 50 g Mix sałat 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g ( <b>SOJ.</b> ) Pasta z twarogu i tuńczyka SU 40 g ( <b>RYB, MLE.</b> ) Pomidor 50 g Mix sałat 20 g
PN	Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )		Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Wafle ryżowe 10 g			
	Wartość energetyczna: 2653.81 kcal; Białko ogółem: 134.96 g; Tłuszcz: 121.35 g; Kw. tł. nasy.: 39.92 g; Węglowodany ogółem: 263.17 g; W tym cukry: 154.20 g; Błonnik pok.: 17.32 g; Sól: 3.71 g;	Wartość energetyczna: 2408.94 kcal; Białko ogółem: 82.40 g; Tłuszcz: 101.37 g; Kw. tł. nasy.: 36.44 g; Węglowodany ogółem: 304.01 g; W tym cukry: 70.70 g; Błonnik pok.: 27.48 g; Sól: 4.68 g;	Wartość energetyczna: 1955.62 kcal; Białko ogółem: 90.86 g; Tłuszcz: 66.78 g; Kw. tł. nasy.: 23.73 g; Węglowodany ogółem: 258.82 g; W tym cukry: 61.33 g; Błonnik pok.: 23.08 g; Sól: 5.51 g;	Wartość energetyczna: 2376.70 kcal; Białko ogółem: 100.40 g; Tłuszcz: 78.76 g; Kw. tł. nasy.: 27.14 g; Węglowodany ogółem: 330.87 g; W tym cukry: 62.01 g; Błonnik pok.: 26.27 g; Sól: 6.05 g;	Wartość energetyczna: 2426.28 kcal; Białko ogółem: 98.69 g; Tłuszcz: 80.14 g; Kw. tł. nasy.: 25.54 g; Węglowodany ogółem: 341.50 g; W tym cukry: 68.65 g; Błonnik pok.: 25.34 g; Sól: 6.43 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 DLA DIET PODSTAWOWYCH SZPITALA UNIWERSYTECKIEGO

		SU- 7. Dieta płynna wzmocniona	SU- 8. Dieta wegetariańska	SU- 9. Dieta anoreksja 2000	SU- 10. KC III Trymestr (KC kobiety ciężarne)	SU- 11. MK Matki karmiącej
2025-01-01 środa	Śniadanie	Płynna wzmocniona mleczna z ryżem ! 900 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Jabłko 150 g Ryż na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLUPSZ</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Ser topiony 25g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 120 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 50 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Jabłko 150 g Ryż na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> ) Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLUPSZ</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Serek homogenizowany o smaku waniliowym 120 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 50 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Jabłko 150 g Ryż na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLUPSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ZYT</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Ser topiony 25g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Pomidor 50 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Jabłko 150 g Ryż na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> ) Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLUPSZ</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Serek homogenizowany o smaku waniliowym 120 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 50 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	II ŚN					
	Obiad	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem ( ) SU 700 g ( <u>GLUPSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ) Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )	Ryżowa ( ) SU 350 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ) Kotlety sojowe 100 g ( <u>SOJ</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 150 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem ( ) 350 ml ( <u>GLUPSZ</u> , <u>SEL</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Dramstik z kurczaka pieczony 150 g Sos bazyliowy ( ) 100 ml ( <u>GLUPSZ</u> , <u>SEL</u> ) Seler z pietruszką gotowany z olejem ( ) 150 g ( <u>GLUPSZ</u> , <u>SEL</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )	Rosół z makaronem ( ) 350 ml ( <u>GLUPSZ</u> , <u>SEL</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Dramstik z kurczaka pieczony 150 g Sos bazyliowy ( ) 100 ml ( <u>GLUPSZ</u> , <u>SEL</u> ) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 150 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33l 1 szt	Rosół z makaronem ( ) 350 ml ( <u>GLUPSZ</u> , <u>SEL</u> ) Dramstik z kurczaka pieczony 150 g Sos bazyliowy ( ) 100 ml ( <u>GLUPSZ</u> , <u>SEL</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Seler z pietruszką gotowany z olejem ( ) 150 g ( <u>GLUPSZ</u> , <u>SEL</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33l 1 szt
	PD					
	Kolacja	Płynna wzmocniona z mięsem z kurczaka 700 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb Graham 80 g ( <u>GLUPSZ</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Pasta z fasoli 40 g Twaróg chudy 40 g ( <u>MLE</u> ) Sałata zielona 20 g Papryka świeża 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLUPSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ZYT</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Piersz delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadanej. 40 g Twaróg chudy 40 g ( <u>MLE</u> ) Sałata zielona 20 g Papryka świeża 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb Graham 80 g ( <u>GLUPSZ</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Piersz delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadanej. 40 g Twaróg chudy 40 g ( <u>MLE</u> ) Sałata zielona 20 g Papryka świeża 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLUPSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ZYT</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Piersz delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadanej. 40 g Twaróg chudy 40 g ( <u>MLE</u> ) Mix sałat 20 g Pomidor 50 g
PN	Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )		Serek homo o smaku waniliowym tubka 120g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g			
	Wartość energetyczna: 2699.04 kcal; Białko ogółem: 140.24 g; Tłuszcz: 121.68 g; Kw. tł. nasy.: 40.01 g; Węglowodany ogółem: 272.38 g; W tym cukry: 152.75 g; Błonnik pok.: 15.91 g; Sól: 3.68 g;	Wartość energetyczna: 2181.26 kcal; Białko ogółem: 93.27 g; Tłuszcz: 66.99 g; Kw. tł. nasy.: 22.89 g; Węglowodany ogółem: 307.12 g; W tym cukry: 87.03 g; Błonnik pok.: 31.58 g; Sól: 5.90 g;	Wartość energetyczna: 2759.23 kcal; Białko ogółem: 129.97 g; Tłuszcz: 101.29 g; Kw. tł. nasy.: 34.03 g; Węglowodany ogółem: 342.13 g; W tym cukry: 114.58 g; Błonnik pok.: 27.29 g; Sól: 7.47 g;	Wartość energetyczna: 2584.18 kcal; Białko ogółem: 117.18 g; Tłuszcz: 97.97 g; Kw. tł. nasy.: 27.12 g; Węglowodany ogółem: 314.39 g; W tym cukry: 97.58 g; Błonnik pok.: 22.54 g; Sól: 9.30 g;	Wartość energetyczna: 2761.45 kcal; Białko ogółem: 126.59 g; Tłuszcz: 97.64 g; Kw. tł. nasy.: 31.68 g; Węglowodany ogółem: 351.94 g; W tym cukry: 119.15 g; Błonnik pok.: 26.20 g; Sól: 7.47 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 DLA DIET PODSTAWOWYCH SZPITALA UNIWERSYTECKIEGO

		SU- 7. Dieta płynna wzmocniona	SU- 8. Dieta wegetariańska	SU- 9. Dieta anoreksja 2000	SU- 10. KC III Trymestr (KC kobiety ciężarne)	SU- 11. MK Matki karmiącej
2025-01-02 czwartek	Śniadanie	Płynna wzmocniona mleczna z kaszą kukurydzianą! 900 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Drożdżówka z serem 80g 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Dżem 25 g 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenno długa krojona 30 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Ser mozzarella kulki 25 g ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Sałata lodowa 20 g Ogórek świeży 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Drożdżówka z serem 80g 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Dżem 25 g 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenno długa krojona 30 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Ser mozzarella kulki 25 g ( <b>MLE</b> ) Szynka sołtysa wieprzowa, wędzona, parzona 40 g Sałata lodowa 20 g Ogórek świeży 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Drożdżówka z serem 80g 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Dżem 25 g 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Ser mozzarella kulki 25 g ( <b>MLE</b> ) Szynka sołtysa wieprzowa, wędzona, parzona 40 g Ogórek świeży 50 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Drożdżówka z serem 80g 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Dżem 25 g 1 szt Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenno długa krojona 30 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynka sołtysa wieprzowa, wędzona, parzona 40 g Ser mozzarella kulki 25 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor koktajlowy 50 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	II ŚN					
	Obiad	Płynna odżywcza - barszcz czerwony z ziemniakami () SU 700 g ( <b>JAJ, SEL</b> ) Woda źródłana n/g 0,5 l 1 szt Jogurt owoce leśne 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Barszcz czerwony z ziemniakami () SU 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Pierogi z truskawkami* 350 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g ( <b>MLE</b> ) Mus z jabłek () z/c 100 g Woda źródłana n/g 0,5 l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () SU 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Filet z kurczaka pieczony 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos koperkowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Makaron 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Brokuł gotowany* 150 g Surówka wielowarzywna z olejem () 150 g ( <b>SEL</b> ) Woda źródłana n/g 0,5 l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () SU 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Filet z kurczaka pieczony 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos koperkowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Makaron pełnoziarnisty 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Brokuł gotowany* 150 g Surówka wielowarzywna z olejem () 150 g ( <b>SEL</b> ) Kefir 2 % tł 200g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Woda źródłana n/g 0,5 l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () SU 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Filet z kurczaka pieczony 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos koperkowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Makaron 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Brokuł gotowany* 150 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 150 g ( <b>SEL</b> ) Kefir 2 % tł 200g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Woda źródłana n/g 0,5 l 1 szt
	PD					
	Kolacja	Płynna wzmocniona z mięsem z kurczaka 700 g ( <b>JAJ, SEL</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb Graham 80 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Paszтет z ciecierzycy () 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b> ) Pasta z twarogu z koperkiem 40 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 50 g Rozszponka 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Piers gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Pasta z twarogu z koperkiem 40 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 50 g Rozszponka 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb Graham 80 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Piers gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Paszтет z ciecierzycy () 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b> ) Pomidor 50 g Rozszponka 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Piers gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Pasta z twarogu z koperkiem 40 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 50 g Rozszponka 10 g
PN	Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Wafle ryżowe 10 g Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt ( <b>MLE</b> )	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Podpiomyki b/c 10 g ( <b>GLU PSZ, MLE</b> )	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Wafle ryżowe 10 g	Wafle ryżowe 10 g Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt ( <b>MLE</b> )	
	Wartość energetyczna: 2595.01 kcal; Białko ogółem: 132.34 g; Tłuszcz: 120.13 g; Kw. tł. nasy.: 39.59 g; Węglowodany ogółem: 252.52 g; W tym cukry: 152.34 g; Błonnik pok.: 14.90 g; Sól: 3.58 g;	Wartość energetyczna: 2470.09 kcal; Białko ogółem: 77.16 g; Tłuszcz: 80.16 g; Kw. tł. nasy.: 27.75 g; Węglowodany ogółem: 360.92 g; W tym cukry: 82.83 g; Błonnik pok.: 28.82 g; Sól: 4.12 g;	Wartość energetyczna: 2057.28 kcal; Białko ogółem: 102.73 g; Tłuszcz: 66.93 g; Kw. tł. nasy.: 24.76 g; Węglowodany ogółem: 271.98 g; W tym cukry: 60.57 g; Błonnik pok.: 21.19 g; Sól: 7.39 g;	Wartość energetyczna: 2230.25 kcal; Białko ogółem: 110.55 g; Tłuszcz: 77.49 g; Kw. tł. nasy.: 27.50 g; Węglowodany ogółem: 279.72 g; W tym cukry: 69.80 g; Błonnik pok.: 31.14 g; Sól: 7.68 g;	Wartość energetyczna: 2180.02 kcal; Białko ogółem: 109.18 g; Tłuszcz: 73.90 g; Kw. tł. nasy.: 27.38 g; Węglowodany ogółem: 281.56 g; W tym cukry: 69.58 g; Błonnik pok.: 25.65 g; Sól: 7.57 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 DLA DIET PODSTAWOWYCH SZPITALA UNIWERSYTECKIEGO

		SU- 7. Dieta płynna wzmocniona	SU- 8. Dieta wegetariańska	SU- 9. Dieta anoreksja 2000	SU- 10. KC III Trymestr (KC kobiety ciężarne)	SU- 11. MK Matki karmiącej
2025-01-03 piątek	Śniadanie	Płynna wzmocniona mleczna z makaronem ! 900 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Mandarynka 150 g Dżem 25 g 1 szt Makaron na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Bułka pszenna długa krojona 30 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Serek homo. naturalny 120 g ( <u>MLE,</u> ) Ser topiony 25g 1 szt ( <u>MLE,</u> ) Pomidor 50 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Mandarynka 150 g Dżem 25 g 1 szt Makaron na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Bułka pszenna długa krojona 30 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Serek homo. naturalny 120 g ( <u>MLE,</u> ) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną, 40 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u> ) Pomidor 50 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Mandarynka 150 g Dżem 25 g 1 szt Makaron na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Ser topiony 25g 1 szt ( <u>MLE,</u> ) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną, 40 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u> ) Talarki z warzyw ( ) 50 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Mandarynka 150 g Dżem 25 g 1 szt Makaron na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Bułka pszenna długa krojona 30 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Serek homo. naturalny 120 g ( <u>MLE,</u> ) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną, 40 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u> ) Pomidor 50 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	II ŚN					
	Obiad	Płynna odżywcza - Kalaforowa z ryżem ( ) SU 700 g ( <u>JAJ, SEL,</u> ) Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> )	Kalaforowa z ryżem ( ) SU 350 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ) Spaghetti wegetariańskie z soczewicą 350 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Warzywa po grecku ( ) 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem ( ) 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt	Kalaforowa z ryżem ( ) SU 350 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ) Łosoś pieczony SU 100 g ( <u>RYB,</u> ) Sos cytrynowy SU 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Warzywa po grecku ( ) 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem ( ) 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt	Kalaforowa z ryżem ( ) SU 350 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ) Łosoś pieczony SU 100 g ( <u>RYB,</u> ) Sos cytrynowy SU 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Warzywa po grecku ( ) 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem ( ) 150 g Serek homo owocowy 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ) Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt	Kalaforowa z ryżem ( ) SU 350 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ) Łosoś pieczony SU 100 g ( <u>RYB,</u> ) Sos cytrynowy SU 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Warzywa po grecku ( ) 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Serek homo owocowy 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ) Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt
	PD					
	Kolacja	Płynna wzmocniona z mięsem z kurczaka 700 g ( <u>JAJ, SEL,</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> )	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb Graham 80 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Pasta z jaj z koperkiem -dieta 40 g ( <u>JAJ, MLE,</u> ) Twaróg chudy 40 g ( <u>MLE,</u> ) Sałata lodowa 20 g Pomidorki koktajlowe 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Pasta z jaj z koperkiem -dieta 40 g ( <u>JAJ, MLE,</u> ) Twaróg chudy 40 g ( <u>MLE,</u> ) Sałata lodowa 20 g Pomidorki koktajlowe 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb Graham 80 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Pasta z jaj z koperkiem -dieta 40 g ( <u>JAJ, MLE,</u> ) Chrzan 30 g ( <u>MLE, SO2,</u> ) Twaróg chudy 40 g ( <u>MLE,</u> ) Sałata lodowa 20 g Pomidorki koktajlowe 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Twaróg chudy 40 g ( <u>MLE,</u> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 40 g ( <u>JAJ, MLE,</u> ) Sałata lodowa 20 g Pomidorki koktajlowe 50 g
PN	Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> )		Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE,</u> ) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 10 g			
	Wartość energetyczna: 2710.27 kcal; Białko ogółem: 137.52 g; Tłuszcz: 121.82 g; Kw. tł. nasy.: 40.03 g; Węglowodany ogółem: 274.20 g; W tym cukry: 153.64 g; Błonnik pok.: 16.84 g; Sól: 3.71 g;	Wartość energetyczna: 2294.88 kcal; Białko ogółem: 95.64 g; Tłuszcz: 72.84 g; Kw. tł. nasy.: 19.68 g; Węglowodany ogółem: 329.77 g; W tym cukry: 83.97 g; Błonnik pok.: 30.72 g; Sól: 4.75 g;	Wartość energetyczna: 2412.74 kcal; Białko ogółem: 111.34 g; Tłuszcz: 87.26 g; Kw. tł. nasy.: 22.11 g; Węglowodany ogółem: 308.99 g; W tym cukry: 82.50 g; Błonnik pok.: 26.79 g; Sól: 6.94 g;	Wartość energetyczna: 2590.52 kcal; Białko ogółem: 115.40 g; Tłuszcz: 94.38 g; Kw. tł. nasy.: 23.62 g; Węglowodany ogółem: 336.08 g; W tym cukry: 83.18 g; Błonnik pok.: 29.97 g; Sól: 7.01 g;	Wartość energetyczna: 2591.78 kcal; Białko ogółem: 130.63 g; Tłuszcz: 85.22 g; Kw. tł. nasy.: 23.36 g; Węglowodany ogółem: 336.56 g; W tym cukry: 77.64 g; Błonnik pok.: 23.25 g; Sól: 6.25 g;	



Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 DLA DIET PODSTAWOWYCH SZPITALA UNIWERSYTECKIEGO

		SU- 7. Dieta płynna wzmocniona	SU- 8. Dieta wegetariańska	SU- 9. Dieta anoreksja 2000	SU- 10. KC III Trymestr (KC kobiety ciężarne)	SU- 11. MK Matki karmiącej
2025-01-04 sobota	Śniadanie	Płynna wzmocniona mleczna z kaszą kukurydzianą! 900 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenno-żytnia 30 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Ser mozzarella kulki 25 g ( <b>MLE</b> ) Ser żółty 40 g ( <b>MLE</b> ) Mix салат 20 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenno-żytnia 30 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Ser mozzarella kulki 25 g ( <b>MLE</b> ) Mix салат 20 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Ser mozzarella kulki 25 g ( <b>MLE</b> ) Mix салат 20 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenno-żytnia 30 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Ser mozzarella kulki 25 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 50 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	II SN					
	Obiad	Płynna odżywcza - ziemniaczana () SU 700 g ( <b>JAJ, SEL</b> ) Woda źródłana n/g 0,5l 1 szt Jogurt owoce leśne 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Ziemniaczana () SU 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 150 g ( <b>GLU JECZ</b> ) Gulasz warzywny z ciecierzycą 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Surówka wykwinna z olejem b/c 150 g Woda źródłana n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () SU 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Pulpet drobiowy SU 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos pomidorowy SU 100 ml ( <b>GLU PSZ</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 150 g ( <b>GLU JECZ</b> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Surówka wykwinna z olejem b/c 150 g Woda źródłana n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () SU 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Pulpet drobiowy SU 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos pomidorowy SU 100 ml ( <b>GLU PSZ</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 150 g ( <b>GLU JECZ</b> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Surówka wykwinna z olejem b/c 150 g Woda źródłana n/g 0,5l 1 szt Babka piaskowa 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE</b> )	Ziemniaczana () SU 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Pulpet drobiowy SU 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos pomidorowy SU 100 ml ( <b>GLU PSZ</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 150 g ( <b>GLU JECZ</b> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Surówka gotowana* 150 g Babka piaskowa 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE</b> ) Woda źródłana n/g 0,5l 1 szt
	PD					
	Kolacja	Płynna wzmocniona z mięsem z kurczaka 700 g ( <b>JAJ, SEL</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb Graham 80 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Paszтет z fasoli () 40 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Serek homo. naturalny 120 g ( <b>MLE</b> ) Ogórek świeży 50 g Salata lodowa 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Serek homo. naturalny 120 g ( <b>MLE</b> ) Ogórek świeży 50 g Salata lodowa 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb Graham 80 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Paszтет z fasoli () 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Ogórek świeży 50 g Salata lodowa 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Serek homo. naturalny 120 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 50 g Salata lodowa 20 g
	PN	Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )		Mus jogurt&zbóża i owoce leśne 100g 1 szt ( <b>MLE, GLU OW</b> ) Wafle ryżowe 10 g		
	Wartość energetyczna: 2581.78 kcal; Białko ogółem: 131.77 g; Tłuszcz: 120.10 g; Kw. tł. nasy.: 39.59 g; Węglowodany ogółem: 249.52 g; W tym cukry: 150.17 g; Błonnik pok.: 14.20 g; Sól: 3.54 g;	Wartość energetyczna: 2346.53 kcal; Białko ogółem: 77.60 g; Tłuszcz: 95.29 g; Kw. tł. nasy.: 26.90 g; Węglowodany ogółem: 307.66 g; W tym cukry: 78.12 g; Błonnik pok.: 33.33 g; Sól: 5.32 g;	Wartość energetyczna: 2246.67 kcal; Białko ogółem: 89.28 g; Tłuszcz: 82.89 g; Kw. tł. nasy.: 20.55 g; Węglowodany ogółem: 294.85 g; W tym cukry: 73.63 g; Błonnik pok.: 25.27 g; Sól: 6.79 g;	Wartość energetyczna: 2596.87 kcal; Białko ogółem: 85.71 g; Tłuszcz: 106.28 g; Kw. tł. nasy.: 27.17 g; Węglowodany ogółem: 336.03 g; W tym cukry: 104.80 g; Błonnik pok.: 33.10 g; Sól: 6.84 g;	Wartość energetyczna: 2420.63 kcal; Białko ogółem: 95.21 g; Tłuszcz: 85.49 g; Kw. tł. nasy.: 25.28 g; Węglowodany ogółem: 325.75 g; W tym cukry: 100.60 g; Błonnik pok.: 26.54 g; Sól: 6.81 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 DLA DIET PODSTAWOWYCH SZPITALA UNIWERSYTECKIEGO

		SU- 7. Dieta płynna wzmocniona	SU- 8. Dieta wegetariańska	SU- 9. Dieta anoreksja 2000	SU- 10. KC III Trymestr (KC kobiety ciężarne)	SU- 11. MK Matki karmiącej
2025-01-05 niedziela	Sniadanie	Płynna wzmocniona mleczna z kaszą manną! 900 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )	Banan 150 g Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Hummus 40 g ( <u>SEZ</u> ) Twarożek 40 g ( <u>MLE</u> ) Sałata lodowa 20 g Pomidor koktajlowy 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Banan 150 g Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Sałata lodowa 20 g Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa.wędzona.parzona z wodą dodaną. 40 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u> ) Twarożek 40 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor koktajlowy 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Banan 150 g Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Sałata lodowa 20 g Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa.wędzona.parzona z wodą dodaną. 40 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u> ) Ser żółty 40 g ( <u>MLE</u> ) Sałata lodowa 20 g Pomidor koktajlowy 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Banan 150 g Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa.wędzona.parzona z wodą dodaną. 40 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u> ) Pomidor koktajlowy 50 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	II ŚN					
	Obiad	Płynna odżywcza - pomidorowa z makaronem () SU 700 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u> ) Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )	Pomidorowa z makaronem () SU 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Frittata z jajkiem 300 g ( <u>JAJ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Surówka z kapusty białej z olejem () 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () SU 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Szynka wieprzowa pieczona 120 g Sos własny () SU 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Surówka z kapusty białej z olejem () 150 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () SU 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Szynka wieprzowa pieczona 120 g Ziemniaki gotowane () 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Surówka z kapusty białej z olejem () 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )	Pomidorowa z makaronem () SU 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () SU 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Seler z pietruszką gotowany z olejem () 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )
	PD					
	Kolacja	Płynna wzmocniona z mięsem z kurczaka 700 g ( <u>JAJ, SEL</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb Graham 80 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Twaróg chudy 40 g ( <u>MLE</u> ) Dżem 25 g 1 szt Ogórek świeży 50 g Rukola 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Twaróg chudy 40 g ( <u>MLE</u> ) Dżem 25 g 1 szt Ogórek świeży 50 g Rukola 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb Graham 80 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Twaróg chudy 40 g ( <u>MLE</u> ) Dżem 25 g 1 szt Ogórek świeży 50 g Rukola 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Twaróg chudy 40 g ( <u>MLE</u> ) Dżem 25 g 1 szt Ogórek świeży 50 g Rukola 10 g Dżem 25 g 1 szt
PN	Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )	Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE</u> )	Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g	Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g	
	Wartość energetyczna: 2769.04 kcal; Białko ogółem: 146.44 g; Tłuszcz: 124.10 g; Kw. tł. nasy.: 41.55 g; Węglowodany ogółem: 277.01 g; W tym cukry: 157.73 g; Błonnik pok.: 13.94 g; Sól: 3.78 g;	Wartość energetyczna: 2251.37 kcal; Białko ogółem: 75.56 g; Tłuszcz: 80.01 g; Kw. tł. nasy.: 21.64 g; Węglowodany ogółem: 318.17 g; W tym cukry: 87.53 g; Błonnik pok.: 27.41 g; Sól: 4.64 g;	Wartość energetyczna: 2112.27 kcal; Białko ogółem: 104.68 g; Tłuszcz: 61.93 g; Kw. tł. nasy.: 20.80 g; Węglowodany ogółem: 292.43 g; W tym cukry: 83.44 g; Błonnik pok.: 20.50 g; Sól: 5.60 g;	Wartość energetyczna: 2282.81 kcal; Białko ogółem: 116.52 g; Tłuszcz: 75.97 g; Kw. tł. nasy.: 30.10 g; Węglowodany ogółem: 298.24 g; W tym cukry: 104.20 g; Błonnik pok.: 24.29 g; Sól: 6.76 g;	Wartość energetyczna: 2241.64 kcal; Białko ogółem: 109.24 g; Tłuszcz: 67.01 g; Kw. tł. nasy.: 22.80 g; Węglowodany ogółem: 314.81 g; W tym cukry: 103.26 g; Błonnik pok.: 26.10 g; Sól: 6.48 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 DLA DIET PODSTAWOWYCH SZPITALA UNIWERSYTECKIEGO

		SU- 12. Dieta łatwostrawna niskobiałkowa do 40g białka z ograniczeniem fosforu i potasu
2024-12-23 poniedziałek	Śniadanie	Banan 150 g Miód (25g) 2 szt Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	II ŚN	
	Obiad	Ziemniaczana (bez mleka) () 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 150 g ( <u>GLU JECZ</u> ) Zrazik wieprzowy gotowany mielony 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Brokuł gotowany* 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 120 g ( <u>MLE</u> ) Sałata lodowa 20 g
PN	Wafle ryżowe 10 g Dżem 25 g 1 szt	
		Wartość energetyczna: 1997.63 kcal; Białko ogółem: 47.62 g; Tłuszcz: 58.93 g; Kw. tł. nasy.: 14.04 g; Węglowodany ogółem: 320.61 g; W tym cukry: 64.61 g; Błonnik pok.: 30.41 g; Sól: 5.05 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 DLA DIET PODSTAWOWYCH SZPITALA UNIWERSYTECKIEGO

		SU- 12. Dieta łatwostrawna niskobiałkowa do 40g białka z ograniczeniem fosforu i potasu
2024-12-24 wtorek	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ) Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> ) Sałata lodowa 20 g
	II ŚN	
	Obiad	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Makaron bezglutenowy 200 g Mus z jabłek () z/c 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Ryba pieczona (Morszczuk) 50 g ( <u>RYB,</u> ) Warzywa po grecku () 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> )
	PN	Miód (25g) 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g
		Wartość energetyczna: 1789.23 kcal; Białko ogółem: 49.13 g; Tłuszcz: 43.57 g; Kw. tł. nasy.: 11.39 g; Węglowodany ogółem: 309.02 g; W tym cukry: 58.36 g; Błonnik pok.: 34.24 g; Sól: 4.12 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 DLA DIET PODSTAWOWYCH SZPITALA UNIWERSYTECKIEGO

		SU- 12. Dieta łatwostrawna niskobiałkowa do 40g białka z ograniczeniem fosforu i potasu
2024-12-25 środa	Śniadanie	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Dżem 25 g 2 szt Jabłko 150 g
	II ŚN	
	Obiad	Rosół z makaronem () 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlety sojowe 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Sos koperkowy *(bez mleka) 100 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Pasta z twarogu z koperkiem 40 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 50 g
PN	Pieczewo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE.</u> )	
		Wartość energetyczna: 1805.16 kcal; Białko ogółem: 42.99 g; Tłuszcz: 60.62 g; Kw. tł. nasy.: 15.47 g; Węglowodany ogółem: 271.27 g; W tym cukry: 64.05 g; Błonnik pok.: 33.04 g; Sól: 4.98 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 DLA DIET PODSTAWOWYCH SZPITALA UNIWERSYTECKIEGO

		SU- 12. Dieta łatwostrawna niskobiałkowa do 40g białka z ograniczeniem fosforu i potasu
2024-12-26 czwartek	Śniadanie	Ciasto marchewkowe-wyrób z ciasta biszkoptowo tłuszczowego 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Dżem 25 g 2 szt Salata lodowa 20 g
	II ŚN	
	Obiad	Pomidorowa z ryżem (bez mleka) () 350 ml ( <u>SEL,</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Frittata z jajkiem 300 g ( <u>JAJ, MLE, SEL,</u> ) Seler z pietruszką gotowany z olejem () 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Dżem 25 g 2 szt Salata zielona 20 g
PN	Wafle ryżowe 10 g Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt ( <u>MLE,</u> )	
		Wartość energetyczna: 2138.66 kcal; Białko ogółem: 33.10 g; Tłuszcz: 77.59 g; Kw. tł. nasy.: 19.77 g; Węglowodany ogółem: 333.83 g; W tym cukry: 86.91 g; Błonnik pok.: 36.16 g; Sól: 5.58 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 DLA DIET PODSTAWOWYCH SZPITALA UNIWERSYTECKIEGO

		SU- 12. Dieta łatwostrawna niskobiałkowa do 40g białka z ograniczeniem fosforu i potasu
2024-12-27 piątek	Śniadanie	Banan 150 g Dżem 25 g 2 szt Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Mix salat 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	II SN	
	Obiad	Szpinakowa z zacierką (bez mleka) ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) SU 60 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> ) Sos koperkowy *SU 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. ( ) 150 g ( <u>SEL</u> ) Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Salata zielona 20 g
PN	Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Podplomyki b/c 9 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )	
		Wartość energetyczna: 1955.15 kcal; Białko ogółem: 45.77 g; Tłuszcz: 68.95 g; Kw. tł. nasy.: 15.95 g; Węglowodany ogółem: 291.66 g; W tym cukry: 82.52 g; Błonnik pok.: 33.34 g; Sól: 5.95 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 DLA DIET PODSTAWOWYCH SZPITALA UNIWERSYTECKIEGO

		SU- 12. Dieta łatwostrawna niskobiałkowa do 40g białka z ograniczeniem fosforu i potasu
2024-12-28 sobota	Śniadanie	Jabłko 150 g Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Miód (25g) 2 szt Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	II ŚN	
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) () 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Ryz na sypko 150 g Gulasz sojowy z warzywami * 130 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL,</u> ) Brokuł gotowany* 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 120 g ( <u>MLE,</u> ) Salata lodowa 20 g
PN	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt ( <u>MLE,</u> ) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g	
		Wartość energetyczna: 1920.03 kcal; Białko ogółem: 53.56 g; Tłuszcz: 57.33 g; Kw. tł. nasy.: 15.90 g; Węglowodany ogółem: 293.85 g; W tym cukry: 40.19 g; Błonnik pok.: 34.52 g; Sól: 4.75 g;



Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 DLA DIET PODSTAWOWYCH SZPITALA UNIWERSYTECKIEGO

		SU- 12. Dieta łatwostrawna niskobiałkowa do 40g białka z ograniczeniem fosforu i potasu
2024-12-29 niedziela	Śniadanie	Banan 150 g Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	II SN	
	Obiad	Jarzynowa z makaronem (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLU PSZ SEL</b> ) Zapiekanka z ziemniaków i warzyw z jajkiem() 350 g ( <b>JAJ MLE SEL</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Dżem 25 g 2 szt Sałata zielona 20 g
	PN	Wafle ryżowe 10 g Dżem 25 g 1 szt
		Wartość energetyczna: 1845.96 kcal; Białko ogółem: 31.67 g; Tłuszcz: 73.68 g; Kw. tł. nasy.: 21.15 g; Węglowodany ogółem: 268.11 g; W tym cukry: 87.42 g; Błonnik pok.: 32.33 g; Sól: 4.84 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 DLA DIET PODSTAWOWYCH SZPITALA UNIWERSYTECKIEGO

		SU- 12. Dieta łatwostrawna niskobiałkowa do 40g białka z ograniczeniem fosforu i potasu
2024-12-30 poniedziałek	Śniadanie	Jabłko 150 g Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Miód (25g) 2 szt Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	II ŚN	
	Obiad	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) () 400 ml ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SEL</u> ) Ryz na sypko 250 g Mus z jabłek () z/c 150 g Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Pasta z twarogu z koperkiem 40 g ( <u>MLE</u> ) Sałata zielona 20 g
PN	Miód (25g) 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g	
		Wartość energetyczna: 2105.93 kcal; Białko ogółem: 31.34 g; Tłuszcz: 57.06 g; Kw. tł. nasy.: 16.27 g; Węglowodany ogółem: 370.69 g; W tym cukry: 68.35 g; Błonnik pok.: 29.86 g; Sól: 4.27 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 DLA DIET PODSTAWOWYCH SZPITALA UNIWERSYTECKIEGO

		SU- 12. Dieta łatwostrawna niskobiałkowa do 40g białka z ograniczeniem fosforu i potasu
2024-12-31 wtorek	Śniadanie	Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt Dżem 25 g 2 szt Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	II SN	
	Obiad	Solferino (bez mleka) () 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 150 g ( <u>GLU JECZ</u> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos ziołowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Kalańfior gotowany* 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Tuńczyk w sosie własnym 40 g ( <u>RYB</u> ) Sałata zielona 20 g
	PN	Wafle ryżowe 10 g Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE</u> )
		Wartość energetyczna: 1713.76 kcal; Białko ogółem: 42.22 g; Tłuszcz: 57.33 g; Kw. tł. nasy.: 15.13 g; Węglowodany ogółem: 258.01 g; W tym cukry: 50.91 g; Błonnik pok.: 28.24 g; Sól: 5.27 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 DLA DIET PODSTAWOWYCH SZPITALA UNIWERSYTECKIEGO

		SU- 12. Dieta łatwostrawna niskobiałkowa do 40g białka z ograniczeniem fosforu i potasu
2025-01-01 środa	Śniadanie	Jabłko 150 g Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Dżem 25 g 2 szt Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	II ŚN	
	Obiad	Ryżowa (bez mleka) () 350 ml ( <u>SEL</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlety sojowe 60 g ( <u>SOJ</u> ) Sos bazylkowy (bez soli) () 100 ml ( <u>GLUPSZ, SEL</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Twaróg chudy 40 g ( <u>MLE</u> ) Salata zielona 20 g
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g
		Wartość energetyczna: 1713.09 kcal; Białko ogółem: 36.99 g; Tłuszcz: 49.04 g; Kw. tł. nasy.: 12.13 g; Węglowodany ogółem: 277.07 g; W tym cukry: 70.65 g; Błonnik pok.: 30.06 g; Sól: 4.74 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 DLA DIET PODSTAWOWYCH SZPITALA UNIWERSYTECKIEGO

		SU- 12. Dieta łatwostrawna niskobiałkowa do 40g białka z ograniczeniem fosforu i potasu
2025-01-02 czwartek	Śniadanie	Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Dżem 25 g 2 szt Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	II ŚN	
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) ( ) SU 400 ml ( <b>GLU PSZ SEL</b> ) Filet z kurczaka gotowany 50 g Sos koperkowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ MLE</b> ) Makaron 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Brokuł gotowany* 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Pasta z twarogu z koperkiem 40 g ( <b>MLE</b> ) Sałata zielona 20 g
PN	Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt Wafle ryżowe 10 g	
		Wartość energetyczna: 1733.50 kcal; Białko ogółem: 43.48 g; Tłuszcz: 53.70 g; Kw. tł. nasy.: 13.39 g; Węglowodany ogółem: 269.96 g; W tym cukry: 64.99 g; Błonnik pok.: 27.02 g; Sól: 4.94 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 DLA DIET PODSTAWOWYCH SZPITALA UNIWERSYTECKIEGO

		SU- 12. Dieta łatwostrawna niskobiałkowa do 40g białka z ograniczeniem fosforu i potasu
2025-01-03 piątek	Śniadanie	Jabłko 150 g Dżem 25 g 1 szt Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	II ŚN	
	Obiad	Kalafiorowa z ryżem (bez mleka) () 350 ml ( <b>SEL<sub>L</sub></b> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Łosoś pieczony SU 50 g ( <b>RYB<sub>L</sub></b> ) Sos cytrynowy SU 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE<sub>L</sub></b> ) Warzywa po grecku () 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL<sub>L</sub></b> ) Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ<sub>L</sub></b> ) Sałata lodowa 20 g
PN	Drożdżówka mini 50g 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ<sub>L</sub></b> )	
		Wartość energetyczna: 1875.95 kcal; Białko ogółem: 38.04 g; Tłuszcz: 71.04 g; Kw. tł. nasy.: 14.88 g; Węglowodany ogółem: 273.04 g; W tym cukry: 56.55 g; Błonnik pok.: 31.67 g; Sól: 5.31 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 DLA DIET PODSTAWOWYCH SZPITALA UNIWERSYTECKIEGO

		SU- 12. Dieta łatwostrawna niskobiałkowa do 40g białka z ograniczeniem fosforu i potasu
2025-01-04 sobota	Śniadanie	Sok pomarańczowy 0.2L-kartonik 1 szt Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Miód (25g) 2 szt Mix salat 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	II ŚN	
	Obiad	Ziemniaczana (bez mleka) () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 250 g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Pulpet drobiowy SU 60 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt Sos pomidorowy SU 100 ml ( <u>GLU PSZ.</u> )
	PD	
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Serek homo. naturalny 120 g ( <u>MLE.</u> ) Salata lodowa 20 g
PN	Wafle ryżowe 10 g Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2177.50 kcal; Białko ogółem: 48.36 g; Tłuszcz: 67.08 g; Kw. tł. nasy.: 14.04 g; Węglowodany ogółem: 345.43 g; W tym cukry: 68.07 g; Błonnik pok.: 30.44 g; Sól: 5.25 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 DLA DIET PODSTAWOWYCH SZPITALA UNIWERSYTECKIEGO

		SU- 12. Dieta łatwostrawna niskobiałkowa do 40g białka z ograniczeniem fosforu i potasu
2025-01-05 niedziela	Śniadanie	Banan 150 g Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Twarożek 40 g ( <u>MLE</u> ) Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	II ŚN	
	Obiad	Pomidorowa z makaronem (bez mleka) () 350 ml ( <u>GLU PSZ SEL</u> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Frittata z jajkiem 300 g ( <u>JAJ, MLE, SEL</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Dżem 25 g 2 szt Sałata zielona 20 g
PN	Pieczyczo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt ( <u>MLE</u> )	
		Wartość energetyczna: 2035.57 kcal; Białko ogółem: 38.87 g; Tłuszcz: 72.09 g; Kw. tł. nasy.: 21.12 g; Węglowodany ogółem: 307.42 g; W tym cukry: 77.46 g; Błonnik pok.: 29.76 g; Sól: 5.07 g;



### **Oznaczenia alergenów:**

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszeniczny,  
SKO - Skorupiaki i pochodne,  
JAJ - Jaja i pochodne,  
RYB - Ryby i pochodne,  
OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,  
SOJ - Soja i pochodne,  
MLE - Mleko i pochodne wraz z laktozą,  
ORZ - Orzechy: włoskie, laskowe, pekan, nerkowce, pistacje, migdały,  
SEL - Seler i pochodne,  
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,  
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,  
SO2 - Dwutlenek siarki / siarczyny,  
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,  
MCK - Mięczaki i pochodne,  
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,  
GLU ŻYT - Zboża zawierające gluten żytni,  
GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,  
GLU JĘCZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

### **Oznaczenia wskaźników odż:**

Wartość energetyczna - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],  
Białko ogółem - Białko ogółem wg rozp. 1169/2011,  
Tłuszcz - Tłuszcz,  
Węglowodany ogółem - Węglowodany ogółem,  
Sól - Sól,  
K - Potas,  
Kw. tł. nasy. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,  
Błonnik pok. - Błonnik pokarmowy,  
- % energii z białka,  
Ener. z T - % energii z tłuszczu,  
- % energii z węglowodanów,  
Ener. z Bł. - % energii z błonnika,  
W tym cukry - w tym cukry,  
WW - WW,