

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-19 do dnia 2024-03-03 DLA DIET PODSTAWOWYCH SZPITALA UNIWERSYTECKIEGO

| | | SU- 1. Dieta lekkostrawna | SU- 2. Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajanych węglowodanów, ubogoenergetyczna, bogatoprebiotyczna | SU- 3. Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajanych węglowodanów- lekkostrawna | SU- 3A. Z ogr. łatwo. węgl. lekkostrawna oszczędzająca | SU- 4. Dieta ubogobakteryjna |
|-------------------------|--|--|--|---|---|--|
| 2024-02-19 poniedziałek | Śniadanie | Drożdżówka z serem 80g 1 szt Miód (25g) 1 szt Płatki pszenne 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 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 | Gruszka 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 Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Hummus 40 g (<u>SEZ,</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 Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Serek homo. naturalny 120 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 Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Serek homo. naturalny 120 g (<u>MLE,</u>) Sałata lodowa 20 g Pomidorki koktajlowe 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml | Babka drożdżowa 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Płatki pszenne 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>) 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 (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło 83% tł. 5 g (<u>MLE,</u>) Kielbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona, suszona op.90g 0,5 szt |
| | II ŚN | | Kanapka z twarogiem (chleb razowy 40g, 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 | Dyniowa z ziemniakami () dieta 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Twaróg półtłusty 120 g (<u>MLE,</u>) jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE,</u>) Surówka z marchwi z olejem () 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt | Dyniowa z ziemniakami () dieta 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron pełnoziarnisty 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Sałata z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt | Dyniowa z ziemniakami () dieta 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Surówka z marchwi z olejem b/c () 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt | Dyniowa z ziemniakami () dieta 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Marchew gotowana z olejem () 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt | Dyniowa z ziemniakami () dieta 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos pomidorowy SU 100 ml (<u>GLU PSZ,</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>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Marchew gotowana z olejem () 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>) | | |
| | Kolejca | 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>) Piersz delikatna z kurzej 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 Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Piersz delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Ogórek kiszony 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 Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Piersz delikatna z kurzej 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 Twarożek 40 g (<u>MLE,</u>) Piersz delikatna z kurzej 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 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>) Schab pieczony w rękawie 40 g Chleb mieszany pszenno-żytni 80 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 Almette mini 30g 1 szt (<u>MLE,</u>) Wafle ryżowe 10 g | Wafle ryżowe 10 g Serek Almette mini 30g 1 szt (<u>MLE,</u>) | Serek Almette mini 30g 1 szt (<u>MLE,</u>) Wafle ryżowe 10 g | | Wafle ryżowe 10 g Serek Almette mini 30g 1 szt (<u>MLE,</u>) | |
| | Wartość energetyczna: 2318.74 kcal; Białko ogółem: 108.26 g; Tłuszcz: 76.44 g; Kw. tł. nasy.: 28.27 g; Węglowodany ogółem: 309.14 g; W tym cukry: 62.14 g; Błonnik pok.: 22.58 g; Sól: 6.32 g; | Wartość energetyczna: 2119.37 kcal; Białko ogółem: 96.25 g; Tłuszcz: 81.69 g; Kw. tł. nasy.: 25.46 g; Węglowodany ogółem: 256.88 g; W tym cukry: 34.70 g; Błonnik pok.: 31.64 g; Sól: 8.10 g; | Wartość energetyczna: 2154.43 kcal; Białko ogółem: 102.22 g; Tłuszcz: 74.77 g; Kw. tł. nasy.: 24.41 g; Węglowodany ogółem: 277.31 g; W tym cukry: 36.08 g; Błonnik pok.: 25.40 g; Sól: 7.40 g; | Wartość energetyczna: 2156.85 kcal; Białko ogółem: 107.07 g; Tłuszcz: 70.89 g; Kw. tł. nasy.: 23.83 g; Węglowodany ogółem: 281.23 g; W tym cukry: 39.63 g; Błonnik pok.: 23.19 g; Sól: 6.22 g; | Wartość energetyczna: 3046.22 kcal; Białko ogółem: 129.03 g; Tłuszcz: 105.35 g; Kw. tł. nasy.: 50.70 g; Węglowodany ogółem: 403.17 g; W tym cukry: 32.13 g; Błonnik pok.: 23.26 g; Sól: 9.45 g; | |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-19 do dnia 2024-03-03 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 |
|-------------------|--|---|--|--|---|---|
| 2024-02-20 wtorek | Śniadanie | Melon 150 g 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 Szynka soltysa wieprzowa, wędzona, parzona 40 g Pasta z twarogu z koperkiem 40 g (<u>MLE</u>) Roszponka 10 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml | Melon 150 g Chleb Graham 30 g (<u>GLUPSZ.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLUPSZ.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynka soltysa wieprzowa, wędzona, parzona 40 g Pasta z twarogu z koperkiem 40 g (<u>MLE</u>) Roszponka 10 g Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml | Melon 150 g Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynka soltysa wieprzowa, wędzona, parzona 40 g Pasta z twarogu z koperkiem 40 g (<u>MLE</u>) Roszponka 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 (<u>GLUPSZ.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynka soltysa wieprzowa, wędzona, parzona 40 g Pasta z twarogu z koperkiem 40 g (<u>MLE</u>) Roszponka 10 g Pomidor 50 g | Sok jabłkowy 100 % 0,2l 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 b/c 250 ml 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>) |
| | II SN | Kefir 2 % tł 200g 1 szt (<u>MLE</u>) | | | | |
| | Obiad | Brokułowa z ziemniakami () SU 350 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza bulgur 150 g (<u>GLUPSZ.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt | Brokułowa z ziemniakami () SU 350 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza bulgur 150 g (<u>GLUPSZ.</u>) Szynka wieprzowa pieczona 100 g Sos meksykański 100 g (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt | Brokułowa z ziemniakami () SU 350 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza bulgur 150 g (<u>GLUPSZ.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kalafor gotowany* 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt | Brokułowa z ziemniakami () SU 350 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza bulgur 150 g (<u>GLUPSZ.</u>) Klopsik wieprzowy SU 100 g (<u>GLUPSZ, JAJ.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane () 150 g Kalafor gotowany* 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt | Brokułowa z ziemniakami () SU 350 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza bulgur 150 g (<u>GLUPSZ.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane () 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>) Kielbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 25 g (<u>SOJ, MLE</u>) Kalafor gotowany* 50 g |
| | PD | Kanapka z twaróżkiem (chleb razowy 40g, margaryna 5g, twarózek 25g) 0,5 szt (<u>GLUPSZ, MLE.</u>) | | Kanapka z twaróżkiem (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, twarózek 25g) 0,5 szt (<u>GLUPSZ, MLE.</u>) | | |
| | Kolacja | Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Poledwica premium- wędlna dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ.</u>) Twaróg chudy 40 g (<u>MLE.</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 50 g Sałata zielona 20 g | Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb Graham 80 g (<u>GLUPSZ.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Poledwica premium- wędlna dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ.</u>) Twaróg chudy 40 g (<u>MLE.</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 50 g Sałata zielona 20 g | Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Poledwica premium- wędlna dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ.</u>) Twaróg chudy 40 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g | Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLUPSZ.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Poledwica premium- wędlna dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ.</u>) Twaróg chudy 40 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g | Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 2 szt Schab pieczony w rękawie 100 g Chleb mieszany pszenno-żytni 80 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 typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g | | | | Serek naturalny Bieluch 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g | |
| | | Wartość energetyczna: 2187.82 kcal; Białko ogółem: 120.59 g; Tłuszcz: 67.18 g; Kw. tł. nasy.: 22.88 g; Węglowodany ogółem: 277.18 g; W tym cukry: 78.97 g; Błonnik pok.: 16.41 g; Sól: 6.38 g; | Wartość energetyczna: 2256.83 kcal; Białko ogółem: 131.65 g; Tłuszcz: 76.16 g; Kw. tł. nasy.: 24.29 g; Węglowodany ogółem: 269.05 g; W tym cukry: 64.49 g; Błonnik pok.: 29.79 g; Sól: 6.86 g; | Wartość energetyczna: 2185.55 kcal; Białko ogółem: 125.94 g; Tłuszcz: 69.07 g; Kw. tł. nasy.: 23.77 g; Węglowodany ogółem: 268.89 g; W tym cukry: 55.64 g; Błonnik pok.: 21.52 g; Sól: 7.18 g; | Wartość energetyczna: 2223.98 kcal; Białko ogółem: 123.31 g; Tłuszcz: 64.96 g; Kw. tł. nasy.: 23.83 g; Węglowodany ogółem: 290.78 g; W tym cukry: 67.04 g; Błonnik pok.: 21.31 g; Sól: 6.21 g; | Wartość energetyczna: 2868.57 kcal; Białko ogółem: 141.22 g; Tłuszcz: 99.28 g; Kw. tł. nasy.: 47.25 g; Węglowodany ogółem: 359.84 g; W tym cukry: 59.06 g; Błonnik pok.: 20.46 g; Sól: 9.51 g; |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-19 do dnia 2024-03-03 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 |
|------------------|--|--|---|--|---|--|
| 2024-02-21 środa | Śniadanie | Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Kasza kukurydziana 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 Połędwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ.</u>) Ser mozzarella kulki 25 g (<u>MLE</u>) Sałata lodowa 20 g Pomidorki koktajlowe 50 g | Kiwi (g) 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 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 Połędwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ.</u>) Ser mozzarella kulki 25 g (<u>MLE</u>) Sałata lodowa 20 g Pomidorki koktajlowe 50 g | Jabłko 150 g Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Połędwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Ser mozzarella kulki 25 g (<u>MLE</u>) Sałata lodowa 20 g Pomidorki koktajlowe 50 g | 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 Połędwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ.</u>) Ser mozzarella kulki 25 g (<u>MLE</u>) Sałata lodowa 20 g Pomidorki koktajlowe 50 g | Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Kasza kukurydziana 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>) 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 25 g (<u>MLE</u>) |
| | II ŚN | | 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>) | | |
| | Obiad | Jarzynowa z makaronem dieta () SU 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki () 200 g Dramstik z kurczaka gotowany 150 g Sos pietruszkowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Surówka z marchwi z olejem () 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt | Pieczarkowa z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki () 200 g Dramstik z kurczaka gotowany 150 g Surówka z selera i jabłka z olejem () 150 g (<u>SEL.</u>) Surówka z marchwi 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>) Ziemniaki () 200 g Dramstik z kurczaka gotowany 150 g Sos pietruszkowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem () 150 g (<u>SEL.</u>) Marchew gotowana 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>) Ziemniaki () 200 g Pulpet drobiowy SU 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem () 150 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt | Jarzynowa z makaronem dieta () SU 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki () 200 g Dramstik z kurczaka gotowany 150 g Sos pietruszkowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, 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>) 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>) | | |
| | Kolejca | 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 drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pasta z twarogu i tuńczyka SU 40 g (<u>RYB, MLE.</u>) Pomidor 50 g Mix sałat 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 Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pasta z twarogu i tuńczyka SU 40 g (<u>RYB, MLE.</u>) Ogórek kiszony 50 g Mix sałat 20 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 Pasta z twarogu i tuńczyka SU 40 g (<u>RYB, MLE.</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mix sałat 20 g | 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 Pasta z twarogu i tuńczyka SU 40 g (<u>RYB, MLE.</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mix sałat 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>) Szyneczka drobiowa, grubo rozdrobniona, parzona, niewędzona, op.100g 0,5 szt 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>) Wędzona wieprzowa, parzona, szynka 100% mięsa op. 100g 0,25 szt |
| | PN | Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g | | Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (<u>MLE</u>) | Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g | Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) |
| | Wartość energetyczna: 2286.14 kcal; Białko ogółem: 118.55 g; Tłuszcz: 80.24 g; Kw. tł. nasy.: 27.07 g; Węglowodany ogółem: 282.18 g; W tym cukry: 73.66 g; Błonnik pok.: 24.41 g; Sól: 7.27 g; | Wartość energetyczna: 2255.30 kcal; Białko ogółem: 124.30 g; Tłuszcz: 84.93 g; Kw. tł. nasy.: 26.36 g; Węglowodany ogółem: 267.37 g; W tym cukry: 46.54 g; Błonnik pok.: 41.78 g; Sól: 8.68 g; | Wartość energetyczna: 2275.75 kcal; Białko ogółem: 117.62 g; Tłuszcz: 83.39 g; Kw. tł. nasy.: 26.21 g; Węglowodany ogółem: 279.64 g; W tym cukry: 49.60 g; Błonnik pok.: 36.13 g; Sól: 8.64 g; | Wartość energetyczna: 2068.93 kcal; Białko ogółem: 105.96 g; Tłuszcz: 64.05 g; Kw. tł. nasy.: 21.32 g; Węglowodany ogółem: 275.36 g; W tym cukry: 43.79 g; Błonnik pok.: 23.86 g; Sól: 7.28 g; | Wartość energetyczna: 3221.59 kcal; Białko ogółem: 159.80 g; Tłuszcz: 128.14 g; Kw. tł. nasy.: 62.34 g; Węglowodany ogółem: 368.97 g; W tym cukry: 71.81 g; Błonnik pok.: 24.55 g; Sól: 10.89 g; | |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-19 do dnia 2024-03-03 DAL 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 węg. lekkostrawna oszczędzająca | SU- 4. Dieta ubogobakteryjna |
|---------------------|-----------|---|--|--|--|--|
| 2024-02-22 czwartek | Śniadanie | Banan 150 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) 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>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Piersz delikatan z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g 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 | Pomarańcza 200 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLUPSZ</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLUPSZ</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Piersz delikatan z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 120 g (<u>MLE</u>) Sałata lodowa 20 g Pomidor 50 g | Jabłko 150 g Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 120 g (<u>MLE</u>) Piersz delikatan z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g 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>GLUPSZ</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 120 g (<u>MLE</u>) Piersz delikatan z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Sałata lodowa 20 g Pomidor 50 g | Banan 150 g Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml 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>) 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>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 5 g (<u>MLE</u>) Szynekczka drobiowa, grubo rozdrobniona, parzona, niewędzona. op 100g 0,25 szt |
| | II ŚN | Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) | | | | |
| | Obiad | Ziemniaczana () SU 350 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (<u>GLU JECZ.</u>) Zrazik wieprzowy gotowany mielony 100 g (<u>GLUPSZ, JAJ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLUPSZ</u>) Brokuł gotowany* 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt | Ziemniaczana () SU 350 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (<u>GLU JECZ.</u>) Zrazik wieprzowy gotowany mielony 100 g (<u>GLUPSZ, JAJ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLUPSZ</u>) Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 150 g (<u>SEL.</u>) Brokuł gotowany* 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt | Ziemniaczana () SU 350 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (<u>GLU JECZ.</u>) Zrazik wieprzowy gotowany mielony 100 g (<u>GLUPSZ, JAJ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLUPSZ</u>) Brokuł gotowany* 150 g Marchew gotowana z olejem () 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt | Ziemniaczana () SU 350 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron (polany masłem) 170 g (<u>GLUPSZ, MLE.</u>) Mus z jabłek () z/c 150 g Serek homo owocowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 5 g (<u>MLE</u>) Kielbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona, suszona op.90g 0,25 szt Brokuł gotowany* 50 g | |
| | PD | Kanapka z twarogiem (chleb razowy 60g, margaryna 5g, twarózek 25g) 0,5 szt (<u>GLUPSZ, MLE.</u>) | Kanapka z twarogiem (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, twarózek 25g) 1 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 Szynka softysa wieprzowa, wędzona, parzona 40 g Pasta z twarogu z koperkiem 40 g (<u>MLE</u>) Pomidor 50 g Sałata zielona 10 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 Szynka softysa wieprzowa, wędzona, parzona 40 g Pasta z twarogu z koperkiem 40 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 50 g Sałata zielona 10 g | 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 Szynka softysa wieprzowa, wędzona, parzona 40 g Pasta z twarogu z koperkiem 40 g (<u>MLE</u>) Pomidor 50 g Sałata zielona 10 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>) 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>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 5 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE</u>) | |
| | PN | Deser Berliko malina- wiśnia 200G 1 szt (<u>MLE, może zawierać: GLUPSZ, SOJ.</u>) | Wafle ryżowe 10 g Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri, haga) 1 szt (<u>MLE</u>) | | | |
| | | Wartość energetyczna: 2313.66 kcal; Białko ogółem: 105.80 g; Tłuszcz: 71.05 g; Kw. tł. nasy.: 25.71 g; Węglowodany ogółem: 323.23 g; W tym cukry: 98.56 g; Błonnik pok.: 20.99 g; Sól: 6.80 g; | Wartość energetyczna: 2186.13 kcal; Białko ogółem: 112.31 g; Tłuszcz: 75.71 g; Kw. tł. nasy.: 26.12 g; Węglowodany ogółem: 280.80 g; W tym cukry: 55.85 g; Błonnik pok.: 34.87 g; Sól: 7.49 g; | Wartość energetyczna: 2278.99 kcal; Białko ogółem: 109.05 g; Tłuszcz: 76.91 g; Kw. tł. nasy.: 27.11 g; Węglowodany ogółem: 302.43 g; W tym cukry: 54.94 g; Błonnik pok.: 31.21 g; Sól: 7.95 g; | Wartość energetyczna: 2310.99 kcal; Białko ogółem: 113.53 g; Tłuszcz: 77.23 g; Kw. tł. nasy.: 27.06 g; Węglowodany ogółem: 304.67 g; W tym cukry: 56.86 g; Błonnik pok.: 28.81 g; Sól: 6.91 g; | Wartość energetyczna: 2995.74 kcal; Białko ogółem: 94.60 g; Tłuszcz: 110.51 g; Kw. tł. nasy.: 58.31 g; Węglowodany ogółem: 418.45 g; W tym cukry: 69.80 g; Błonnik pok.: 23.56 g; Sól: 8.04 g; |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-19 do dnia 2024-03-03 DAL DIET PODSTAWOWYCH SZPITALA UNIWERSYTECKIEGO

| | SU- 1. Dieta lekkostrawna | SU- 2. Dieta z ograniczeniem łatworzysawianych węglowodanów, ubogoenergetyczna, bogatobiałkowa | SU- 3. Dieta z ograniczeniem łatworzysawianych węglowodanów- lekkostrawna | SU- 3A. Z ogr. łatwo. węgl. lekkostrawna oszczędzająca | SU- 4. Dieta ubogobakteryjna |
|-----------|---|--|---|--|--|
| Śniadanie | Jabłko 150 g Dżem 25 g 1 szt Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) 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>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Ser mozzarella kulki 25 g (<u>MLE,</u>) Pomidorki koktajlowe 50 g Sałata zielona 20 g | Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 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 Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Ser mozzarella kulki 25 g (<u>MLE,</u>) Sałata zielona 20 g Pomidorki koktajlowe 50 g | 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 drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Ser mozzarella kulki 25 g (<u>MLE,</u>) Sałata zielona 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 Ser mozzarella kulki 25 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Sałata zielona 20 g Pomidorki koktajlowe 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml | Jabłko pieczone 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>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE,</u>) 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>) Ziemniaki () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) SU 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Sos koperkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 150 g (<u>SEL,</u>) Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt | Szpinakowa z zacierką () SU 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) SU 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Sos koperkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 150 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 150 g (<u>SEL,</u>) Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt | Szpinakowa z zacierką () SU 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) SU 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Sos koperkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 150 g (<u>SEL,</u>) Kalafor gotowany* 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt | Szpinakowa z zacierką () SU 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki () 200 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos koperkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 150 g (<u>SEL,</u>) Woda źródlana 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, 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 | Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) 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>) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor 50 g Rukola 10 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 Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ,</u>) Papryka świeża 50 g Rukola 10 g | Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) 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>) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor 50 g Rukola 10 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 Serek naturalny Bieluch 120 g (<u>MLE,</u>) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ,</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>) 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 typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Podplomyki b/c 9 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) | Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g | Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 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: 2279.70 kcal; Białko ogółem: 102.91 g; Tłuszcz: 74.15 g; Kw. tł. nasy.: 24.34 g; Węglowodany ogółem: 311.00 g; W tym cukry: 85.81 g; Błonnik pok.: 25.61 g; Sól: 7.77 g; | Wartość energetyczna: 2213.64 kcal; Białko ogółem: 108.37 g; Tłuszcz: 77.32 g; Kw. tł. nasy.: 23.46 g; Węglowodany ogółem: 288.73 g; W tym cukry: 60.05 g; Błonnik pok.: 39.11 g; Sól: 8.38 g; | Wartość energetyczna: 2160.72 kcal; Białko ogółem: 102.23 g; Tłuszcz: 73.25 g; Kw. tł. nasy.: 23.11 g; Węglowodany ogółem: 285.98 g; W tym cukry: 50.50 g; Błonnik pok.: 30.54 g; Sól: 8.77 g; | Wartość energetyczna: 2348.89 kcal; Białko ogółem: 115.58 g; Tłuszcz: 83.72 g; Kw. tł. nasy.: 28.18 g; Węglowodany ogółem: 295.46 g; W tym cukry: 52.42 g; Błonnik pok.: 28.14 g; Sól: 7.58 g; | Wartość energetyczna: 2754.57 kcal; Białko ogółem: 123.68 g; Tłuszcz: 91.92 g; Kw. tł. nasy.: 42.83 g; Węglowodany ogółem: 372.41 g; W tym cukry: 69.84 g; Błonnik pok.: 29.67 g; Sól: 9.13 g; |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-19 do dnia 2024-03-03 DLA DIET PODSTAWOWYCH SZPITALA UNIWERSYTECKIEGO

| | | SU- 1. Dieta lekkostrawna | SU- 2. Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajanych węglowodanów, ubogoenergetyczna, bogatoresztkowa | SU- 3. Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajanych węglowodanów- lekkostrawna | SU- 3A. Z ogr. łatwo. węgl. lekkostrawna oszczędzająca | SU- 4. Dieta ubogobakteryjna |
|-------------------|--|--|--|---|---|---|
| 2024-02-24 sobota | Śniadanie | Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLUPSZ,) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Twaróg chudy 40 g (MLE,) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g (SOJ,) Pomidor 50 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml | Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLUPSZ,) Chleb Graham 30 g (GLUPSZ,) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g (SOJ,) Twaróg chudy 40 g (MLE,) Ogórek kiszony 50 g Roszponka 10 g | Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g (SOJ,) Twaróg chudy 40 g (MLE,) Pomidor 50 g Roszponka 10 g | Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLUPSZ,) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Twaróg chudy 40 g (MLE,) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g (SOJ,) Pomidor 50 g Roszponka 10 g | Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLUPSZ,) Masło 83% tł. 20 g (MLE,) Parówki z fileta z kurczaka wyrób drobiowy homogenizowany, wędzony, parzony bez osłonki 100 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 5 g (MLE,) Szyneczka drobiowa, grubo rozdrobniona, parzona, niewędzona. op 100g 0,25 szt |
| | II SN | | Kanapka z twaróżkiem (chleb razowy 60g, margaryna 5g, twarózek 25g) 0,5 szt (GLUPSZ, MLE,) | Kanapka z twaróżkiem (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, twarózek 25g) 0,5 szt (GLUPSZ, MLE,) | | |
| | Obiad | Koperkowa z ryżem () SU 350 ml (MLE, SEL,) Ziemniaki () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (GLUPSZ,) Sos jarzynowy () 100 ml (GLUPSZ, SEL,) Brokuł gotowany* 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt | Koperkowa z ryżem () SU 350 ml (MLE, SEL,) Ziemniaki () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (GLUPSZ,) Sos jarzynowy () 100 ml (GLUPSZ, SEL,) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Brokuł gotowany* 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt | Koperkowa z ryżem () SU 350 ml (MLE, SEL,) Ziemniaki () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (GLUPSZ,) Sos jarzynowy () 100 ml (GLUPSZ, SEL,) Brokuł gotowany* 150 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt | Koperkowa z ryżem () SU 350 ml (MLE, SEL,) Ziemniaki () 200 g Gulasz z kurczaka 130 g (GLUPSZ,) Buraczki gotowane drobno tarte() b/c 150 g Brokuł gotowany* 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt | Koperkowa z ryżem () SU 350 ml (MLE, SEL,) Ziemniaki () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (GLUPSZ,) Sos jarzynowy () 100 ml (GLUPSZ, SEL,) Brokuł gotowany* 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 5 g (MLE,) Kielbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona, suszona op.90g 0,25 szt Bukiet warzyw gotowanych (march, kalafior, brokuł)* 50 g |
| | PD | | Kanapka z szynką (chleb razowy 60g, margaryna 5g, szynka 25g) 0,5 szt (GLUPSZ, MLE,) | Kanapka z szynką drobiową (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, szynka 25g) 0,5 szt (GLUPSZ, MLE,) | | |
| | Kolacja | Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ,) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 120 g (MLE,) Salata lodowa 20 g Pomidor 50 g | Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Chleb Graham 80 g (GLUPSZ,) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ,) Hummus 40 g (SEZ,) Pomidor 50 g Salata lodowa 20 g | Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ,) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 120 g (MLE,) Pomidor 50 g Salata lodowa 20 g | Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLUPSZ,) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ,) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 120 g (MLE,) Pomidor 50 g Salata lodowa 20 g | Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLUPSZ, 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 (GLUPSZ, 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,) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g | | Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE,) | | Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE,) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g |
| | Wartość energetyczna: 1920.00 kcal; Białko ogółem: 104.86 g; Tłuszcz: 54.22 g; Kw. tł. nasy.: 19.29 g; Węglowodany ogółem: 258.21 g; W tym cukry: 58.78 g; Błonnik pok.: 17.53 g; Sól: 6.63 g; | Wartość energetyczna: 2108.44 kcal; Białko ogółem: 106.65 g; Tłuszcz: 72.02 g; Kw. tł. nasy.: 22.74 g; Węglowodany ogółem: 273.69 g; W tym cukry: 41.85 g; Błonnik pok.: 36.96 g; Sól: 10.39 g; | Wartość energetyczna: 2058.49 kcal; Białko ogółem: 113.41 g; Tłuszcz: 62.31 g; Kw. tł. nasy.: 21.53 g; Węglowodany ogółem: 272.82 g; W tym cukry: 35.30 g; Błonnik pok.: 28.38 g; Sól: 9.14 g; | Wartość energetyczna: 1998.14 kcal; Białko ogółem: 106.17 g; Tłuszcz: 59.07 g; Kw. tł. nasy.: 20.98 g; Węglowodany ogółem: 269.90 g; W tym cukry: 42.28 g; Błonnik pok.: 22.90 g; Sól: 7.75 g; | Wartość energetyczna: 2379.59 kcal; Białko ogółem: 115.07 g; Tłuszcz: 81.08 g; Kw. tł. nasy.: 38.60 g; Węglowodany ogółem: 305.56 g; W tym cukry: 49.35 g; Błonnik pok.: 20.67 g; Sól: 9.46 g; | |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-19 do dnia 2024-03-03 DLA DIET PODSTAWOWYCH SZPITALA UNIWERSYTECKIEGO

| | | SU- 1. Dieta lekkostrawna | SU- 2. Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajanych węglowodanów, ubogoenergetyczna, bogatobiałkowa | SU- 3. Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajanych węglowodanów- lekkostrawna | SU- 3A. Z ogr. łatwo. węgl. lekkostrawna oszczędzająca | SU- 4. Dieta ubogobakteryjna |
|----------------------|-----------|--|--|---|---|---|
| 2024-02-25 niedziela | Śniadanie | Banan 150 g 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 50 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) | Gruszka 150 g Chleb Graham 80 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Papryka świeża 50 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) | 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 drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Sałata lodowa 20 g Pomidor 50 g Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) | Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z makiem 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 Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Twaróg półtłusty 40 g (<u>MLE</u>) Sałata lodowa 20 g Pomidor 50 g | Banan 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>) Szyneczka 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>) Kielbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona, suszona op.90g 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 | Rosół z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Sos koperkowy * SU 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Surówka z marchwi () 150 g (<u>MLE</u>) Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt | Rosół z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki () 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 () 200 g Udziec drobiowy 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 () 200 g Klopsik drobiowy z udźca SU 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos koperkowy * SU 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 150 g (<u>SEL</u>) 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 () 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 Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 150 g (<u>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 Twarózek 40 g (<u>MLE</u>) 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 koktajlowy 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 kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Pomidor koktajlowy 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 kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Pomidor koktajlowy 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 kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Twarózek 40 g (<u>MLE</u>) Pomidor koktajlowy 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>) Podplomyki b/c 10 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) | Podplomyki b/c 10 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE</u>) | Podplomyki b/c 10 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE</u>) | Pieczewo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE</u>) Podplomyki b/c 10 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) | Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE</u>) Podplomyki b/c 10 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) |
| | | Wartość energetyczna: 2289.49 kcal; Białko ogółem: 108.57 g; Tłuszcz: 82.45 g; Kw. tł. nasy.: 29.89 g; Węglowodany ogółem: 290.34 g; W tym cukry: 85.93 g; Błonnik pok.: 23.07 g; Sól: 6.80 g; | Wartość energetyczna: 2338.52 kcal; Białko ogółem: 121.52 g; Tłuszcz: 95.33 g; Kw. tł. nasy.: 31.76 g; Węglowodany ogółem: 265.79 g; W tym cukry: 44.32 g; Błonnik pok.: 34.82 g; Sól: 7.82 g; | Wartość energetyczna: 2350.55 kcal; Białko ogółem: 115.39 g; Tłuszcz: 94.69 g; Kw. tł. nasy.: 31.67 g; Węglowodany ogółem: 272.30 g; W tym cukry: 42.72 g; Błonnik pok.: 27.72 g; Sól: 8.18 g; | Wartość energetyczna: 2257.29 kcal; Białko ogółem: 103.68 g; Tłuszcz: 78.52 g; Kw. tł. nasy.: 26.56 g; Węglowodany ogółem: 298.92 g; W tym cukry: 52.43 g; Błonnik pok.: 30.05 g; Sól: 7.50 g; | Wartość energetyczna: 2967.85 kcal; Białko ogółem: 131.29 g; Tłuszcz: 118.02 g; Kw. tł. nasy.: 52.77 g; Węglowodany ogółem: 360.39 g; W tym cukry: 77.84 g; Błonnik pok.: 26.91 g; Sól: 10.50 g; |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-19 do dnia 2024-03-03 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. węg. lekkostrawna oszczędzająca | SU- 4. Dieta ubogobakteryjna |
|--------------------------|--|---|---|--|--|---|
| 2024-02-26, poniedziałek | Śniadanie | Drożdżówka z serem 80g 1 szt 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 soltysa wieprzowa, wędzona, parzona 40 g Serek homo. naturalny 120 g (<u>MLE.</u>) Sałata lodowa 20 g Pomidor koktajlowy 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml | Mandarynka 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 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 Szynka soltysa wieprzowa, wędzona, parzona 40 g Serek homo. naturalny 120 g (<u>MLE.</u>) Sałata lodowa 20 g Pomidor koktajlowy 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 Szynka soltysa wieprzowa, wędzona, parzona 40 g Serek homo. naturalny 120 g (<u>MLE.</u>) Sałata lodowa 20 g Pomidor koktajlowy 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml | Jabko 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 soltysa wieprzowa, wędzona, parzona 40 g Serek homo. naturalny 120 g (<u>MLE.</u>) Sałata lodowa 20 g Pomidor koktajlowy 50 g | Babka drożdżowa 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) 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 twaróżkiem (chleb razowy 60g, margaryna 5g, twarózek 25g) 0,5 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) | Kanapka z twaróżkiem (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, twarózek 25g) 0,5 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) | | |
| | Obiad | Solferino () SU 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż 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 źródlana n/g 0,5 l 1 szt | Grochowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż 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 źródlana n/g 0,5 l 1 szt | Solferino () SU 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż 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 źródlana n/g 0,5 l 1 szt | Solferino () SU 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 150 g Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Kalań gotowany* 150 g Brokuł gotowany* 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt | Solferino () SU 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 150 g Schab pieczony w rękawie 100 g 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>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ.</u>) Kalań 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 Pasta z twarogu z koperkiem 40 g (<u>MLE.</u>) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ.</u>) Rzodkiew biała 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>) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ.</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>) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ.</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>) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ.</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 40 g (<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>) Szynek drobiowa, grubo rozdrobniona, parzona, niewędzona. op 100g 0,25 szt |
| FN | Mus jogurt&zboża i owoce sadu 100g 1 szt (<u>MLE, GLU OW.</u>) | jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Mus warzywny gruszka-pasternak 100g 1 szt | 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: 2118.50 kcal; Białko ogółem: 83.44 g; Tłuszcz: 61.35 g; Kw. tł. nasy.: 22.56 g; Węglowodany ogółem: 318.63 g; W tym cukry: 77.09 g; Błonnik pok.: 28.49 g; Sól: 5.86 g; | Wartość energetyczna: 2229.17 kcal; Białko ogółem: 126.88 g; Tłuszcz: 71.14 g; Kw. tł. nasy.: 22.66 g; Węglowodany ogółem: 286.62 g; W tym cukry: 48.48 g; Błonnik pok.: 48.80 g; Sól: 7.20 g; | Wartość energetyczna: 2106.88 kcal; Białko ogółem: 114.18 g; Tłuszcz: 65.27 g; Kw. tł. nasy.: 22.26 g; Węglowodany ogółem: 278.19 g; W tym cukry: 39.89 g; Błonnik pok.: 30.10 g; Sól: 7.53 g; | Wartość energetyczna: 2160.45 kcal; Białko ogółem: 110.01 g; Tłuszcz: 70.79 g; Kw. tł. nasy.: 22.07 g; Węglowodany ogółem: 279.73 g; W tym cukry: 40.74 g; Błonnik pok.: 22.26 g; Sól: 6.21 g; | Wartość energetyczna: 3070.71 kcal; Białko ogółem: 147.40 g; Tłuszcz: 107.38 g; Kw. tł. nasy.: 50.08 g; Węglowodany ogółem: 390.85 g; W tym cukry: 48.01 g; Błonnik pok.: 22.54 g; Sól: 9.21 g; |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-19 do dnia 2024-03-03 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 |
|-------------------|-----------|--|---|--|--|--|
| 2024-02-27 wtorek | Śniadanie | Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt Kefir 2 % tł 200g 1 szt (<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 kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Twarożek 40 g (<u>MLE</u>) Dżem 25g 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>GLU PSZ.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<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 Twarożek 40 g (<u>MLE</u>) Sałata lodowa 20 g Rukola 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 Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Twarożek 40 g (<u>MLE</u>) Sałata lodowa 20 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml | Sok pomidorowy 200 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 Twarożek 40 g (<u>MLE</u>) Sałata lodowa 20 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml | Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt Dżem 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>) 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>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 5 g (<u>MLE</u>) Szynek drobiowy, grubo rozdrobniona, parzona, niewędzona. op 100g 0,25 szt |
| | II ŚN | | Kefir 2 % tł 200g 1 szt (<u>MLE</u>) | | | |
| | Obiad | Wielowarzywna z ziemniakami () SU 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (<u>GLU JE CZ.</u>) Gulasz wołowy - dieta 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z marchwi z olejem () 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt | Kapśniak z kapusty kiszzonej () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Gulasz wołowy - dieta 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (<u>GLU JE CZ.</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 | Wielowarzywna z ziemniakami () SU 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (<u>GLU JE CZ.</u>) Gulasz wołowy - dieta 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z marchwi z olejem () 150 g Buraczki gotowane drobno tartę() b/c 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt | Wielowarzywna z ziemniakami () SU 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (<u>GLU JE CZ.</u>) Gulasz wołowy - dieta 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Marchew gotowana z olejem () 150 g Buraczki gotowane drobno tartę() b/c 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt | Wielowarzywna z ziemniakami () SU 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 150 g Gulasz wołowy - dieta 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Buraczki gotowane drobno tartę () 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>) Ser topiony 25g 1 szt (<u>MLE</u>) Marchew gotowana z olejem () 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>) | | |
| | Kolejca | 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 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 Roszponka 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 i tuńczyka SU 40 g (<u>RYB, MLE.</u>) Hummus 40 g (<u>SEZ.</u>) Ogórek kiszony 50 g Roszponka 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 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 Roszponka 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 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 Roszponka 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>) Szynek drobiowy, 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>) Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt |
| | | Wartość energetyczna: 1984.63 kcal; Białko ogółem: 87.00 g; Tłuszcz: 64.90 g; Kw. tł. nasy.: 21.08 g; Węglowodany ogółem: 273.59 g; W tym cukry: 81.35 g; Błonnik pok.: 21.67 g; Sól: 6.82 g; | Wartość energetyczna: 2119.08 kcal; Białko ogółem: 94.33 g; Tłuszcz: 88.18 g; Kw. tł. nasy.: 26.56 g; Węglowodany ogółem: 252.12 g; W tym cukry: 45.67 g; Błonnik pok.: 36.04 g; Sól: 9.14 g; | Wartość energetyczna: 1975.57 kcal; Białko ogółem: 93.58 g; Tłuszcz: 66.79 g; Kw. tł. nasy.: 22.01 g; Węglowodany ogółem: 263.29 g; W tym cukry: 54.24 g; Błonnik pok.: 29.45 g; Sól: 8.75 g; | Wartość energetyczna: 1987.97 kcal; Białko ogółem: 98.11 g; Tłuszcz: 66.08 g; Kw. tł. nasy.: 21.90 g; Węglowodany ogółem: 262.98 g; W tym cukry: 53.42 g; Błonnik pok.: 27.24 g; Sól: 7.72 g; | Wartość energetyczna: 2691.77 kcal; Białko ogółem: 109.80 g; Tłuszcz: 92.79 g; Kw. tł. nasy.: 37.29 g; Węglowodany ogółem: 364.93 g; W tym cukry: 80.05 g; Błonnik pok.: 22.12 g; Sól: 9.16 g; |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-19 do dnia 2024-03-03 DLA DIET PODSTAWOWYCH SZPITALA UNIWERSYTECKIEGO

| | | SU- 1. Dieta lekkostrawna | SU- 2. Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajanych węglowodanów, ubogoenergetyczna, bogatobiałkowa | SU- 3. Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajanych węglowodanów- lekkostrawna | SU- 3A. Z ogr. łatwo. węgl. lekkostrawna oszczędzająca | SU- 4. Dieta ubogobakteryjna |
|------------------|--|--|---|---|--|---|
| 2024-02-28 środa | Śniadanie | Jabłko 150 g Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml 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 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 Mix салат 20 g Pomidor 50 g | Jabłko 150 g Chleb Graham 30 g (<u>GLUPSZ</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<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 homo. naturalny 120 g (<u>MLE</u>) Pomidor 50 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml | Jabłko 150 g Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLUPSZ, 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 Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml | Jabłko pieczone 150 g 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 homo. naturalny 120 g (<u>MLE</u>) Pomidor 50 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml | Jabłko pieczone 150 g Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) 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>) Szyneczka drobiowa, 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>GLUPSZ, 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 twaróżkiem (chleb razowy 60g, margaryna 5g, twarózek 25g) 0,5 szt (<u>GLUPSZ, MLE</u>) | Kanapka z twaróżkiem (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, twarózek 25g) 0,5 szt (<u>GLUPSZ, MLE</u>) | | |
| | Obiad | Gryskowa () 350 ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>) Ziemniaki () 200 g Filet z indyka pieczony 150 g Sos bazylkowy () 100 ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt | Selerowa z ryżem () SU 350 g (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki () 200 g Filet z indyka pieczony 150 g Sos bazylkowy () 100 ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>) Sałata zielona z olejem 80 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt | Selerowa z ryżem () SU 350 g (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki () 200 g Filet z indyka pieczony 150 g Sos bazylkowy () 100 ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kalafor gotowany* 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt | Selerowa z ryżem () SU 350 g (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki () 200 g Filet z indyka pieczony 90 g Sos bazylkowy () 100 ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kalafor gotowany* 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt | Gryskowa () 350 ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>) Ziemniaki () 200 g Filet z indyka gotowany 100 g Sos bazylkowy () 100 ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, 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>GLUPSZ, MLE</u>) | Kanapka z szynką drobiową (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, szynka 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 Piersz delikatna z kurnej 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 Pomidor koktajlowy 50 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 Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadanej. 40 g Twaróg chudy 40 g (<u>MLE</u>) Sałata lodowa 20 g Papryka świeża 50 g | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLUPSZ, 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 niejadanej. 40 g Twaróg chudy 40 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor koktajlowy 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>GLUPSZ</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 niejadanej. 40 g Twaróg chudy 40 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor koktajlowy 50 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>) Szyneczka drobiowa, grubo rozdrobniona, parzona, niewędzona. op 100g 0,5 szt Ser żółty 40 g (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, 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: 2137.37 kcal; Białko ogółem: 126.56 g; Tłuszcz: 53.16 g; Kw. tł. nasy.: 18.95 g; Węglowodany ogółem: 293.71 g; W tym cukry: 72.04 g; Błonnik pok.: 17.30 g; Sól: 6.69 g; | Wartość energetyczna: 2074.98 kcal; Białko ogółem: 126.21 g; Tłuszcz: 69.76 g; Kw. tł. nasy.: 21.22 g; Węglowodany ogółem: 248.46 g; W tym cukry: 30.62 g; Błonnik pok.: 30.53 g; Sól: 7.08 g; | Wartość energetyczna: 1983.79 kcal; Białko ogółem: 122.25 g; Tłuszcz: 55.56 g; Kw. tł. nasy.: 20.21 g; Węglowodany ogółem: 258.48 g; W tym cukry: 30.51 g; Błonnik pok.: 25.24 g; Sól: 7.61 g; | Wartość energetyczna: 1943.58 kcal; Białko ogółem: 110.03 g; Tłuszcz: 55.27 g; Kw. tł. nasy.: 19.97 g; Węglowodany ogółem: 260.72 g; W tym cukry: 32.43 g; Błonnik pok.: 22.84 g; Sól: 6.40 g; | Wartość energetyczna: 2807.99 kcal; Białko ogółem: 127.35 g; Tłuszcz: 86.79 g; Kw. tł. nasy.: 52.47 g; Węglowodany ogółem: 384.18 g; W tym cukry: 82.31 g; Błonnik pok.: 21.48 g; Sól: 8.66 g; | |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-19 do dnia 2024-03-03 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 | |
|---------------------|-----------|--|---|---|--|--|--|
| 2024-02-29 czwartek | Śniadanie | Drożdżówka z serem 80g 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Dżem 25g 1 szt Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 30g (<u>GLUPSZ.</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 50g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml | Gruszka 150g Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLUPSZ.</u>) Chleb Graham 30g (<u>GLUPSZ.</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 kiszony 50g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml | Jabłko 150g Chleb mieszany pszenno-żytni 80g (<u>GLUPSZ, 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 50g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml | Jabłko pieczone 150g Bułka pszenna długa krojona 80g (<u>GLUPSZ.</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 50g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml | Rogal drożdżowy 80g 1 szt (<u>GLUPSZ, JAJ, MLE.</u>) Dżem 25g 1 szt Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 30g (<u>GLUPSZ.</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>GLUPSZ, 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 SN | | Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) | | | | |
| | Obiad | Barszcz czerwony z ziemniakami () SU 350 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 150g (<u>GLUPSZ.</u>) Gulasz z mięsa wieprzowego SU 130g (<u>GLUPSZ.</u>) Brokuł gotowany* 150g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt | Barszcz czerwony z ziemniakami () SU 350 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 150g (<u>GLUPSZ.</u>) Zrazik wieprzowy pieczony mielony 100g (<u>GLUPSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy* 100 ml (<u>GLUPSZ, MLE.</u>) Surówka wielowarzynna z olejem b/c () 150g (<u>SEL.</u>) Brokuł gotowany* 150g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt | Barszcz czerwony z ziemniakami () SU 350 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 150g (<u>GLUPSZ.</u>) Zrazik wieprzowy pieczony mielony 100g (<u>GLUPSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy* 100 ml (<u>GLUPSZ, MLE.</u>) Brokuł gotowany* 150g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 150g (<u>SEL.</u>) Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt | | Barszcz czerwony z ziemniakami () SU 350 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 150g (<u>GLUPSZ.</u>) Gulasz z mięsa wieprzowego SU 130g (<u>GLUPSZ.</u>) Brokuł gotowany* 150g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 5g (<u>MLE</u>) Ser żółty 40g (<u>MLE</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 50g (<u>SEL.</u>) | |
| | PD | | Kanapka z twarogiem (chleb razowy 60g, margaryna 5g, twaróg 25g) 0,5 szt (<u>GLUPSZ, MLE.</u>) | | Kanapka z twarogiem (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, twaróg 25g) 1 szt (<u>GLUPSZ, MLE.</u>) | | |
| | Kolacja | Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Poledwica premium- wędlna dr. średnio rozd. 40g (<u>SOJ.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 40g (<u>MLE</u>) Pomidor 50g Rukola 10g | Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb Graham 80g (<u>GLUPSZ.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Pasztet z ciecierzycy () 50g (<u>GLUPSZ, JAJ, MLE.</u>) Poledwica premium- wędlna dr. średnio rozd. 40g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 50g Rukola 10g | Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Poledwica premium- wędlna dr. średnio rozd. 40g (<u>SOJ.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 40g (<u>MLE</u>) Pomidor 50g Rukola 10g | Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 80g (<u>GLUPSZ.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Poledwica premium- wędlna dr. średnio rozd. 40g (<u>SOJ.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 40g (<u>MLE</u>) Pomidor 50g Rukola 10g | Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80g (<u>GLUPSZ, 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>GLUPSZ, 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>GLUPSZ, 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>) Podplomyki b/c 10g (<u>GLUPSZ, MLE.</u>) | Podplomyki b/c 10g (<u>GLUPSZ, 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>GLUPSZ, MLE.</u>) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (<u>MLE.</u>) | |
| | | Wartość energetyczna: 2028.16 kcal; Białko ogółem: 89.64g; Tłuszcz: 76.52g; Kw. tł. nasy.: 28.44g; Węglowodany ogółem: 251.48g; W tym cukry: 51.33g; Błonnik pok.: 16.66g; Sól: 6.58g; | Wartość energetyczna: 2298.11 kcal; Białko ogółem: 100.59g; Tłuszcz: 86.00g; Kw. tł. nasy.: 29.56g; Węglowodany ogółem: 289.53g; W tym cukry: 55.84g; Błonnik pok.: 38.99g; Sól: 8.88g; | Wartość energetyczna: 2334.51 kcal; Białko ogółem: 99.00g; Tłuszcz: 85.13g; Kw. tł. nasy.: 30.51g; Węglowodany ogółem: 305.44g; W tym cukry: 58.43g; Błonnik pok.: 30.44g; Sól: 8.52g; | Wartość energetyczna: 2360.24 kcal; Białko ogółem: 102.99g; Tłuszcz: 85.09g; Kw. tł. nasy.: 30.48g; Węglowodany ogółem: 307.31g; W tym cukry: 60.35g; Błonnik pok.: 28.04g; Sól: 7.51g; | Wartość energetyczna: 3062.65 kcal; Białko ogółem: 127.03g; Tłuszcz: 122.48g; Kw. tł. nasy.: 56.98g; Węglowodany ogółem: 375.78g; W tym cukry: 44.54g; Błonnik pok.: 22.54g; Sól: 12.21g; | |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-19 do dnia 2024-03-03 DAL DIET PODSTAWOWYCH SZPITALA UNIWERSYTECKIEGO

| | | SU- 1. Dieta lekkostrawna | SU- 2. Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajanych węglowodanów, ubogoenergetyczna, bogatoprebiotyczna | SU- 3. Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajanych węglowodanów- lekkostrawna | SU- 3A. Z ogr. łatwo. węgl. lekkostrawna oszczędzająca | SU- 4. Dieta ubogobakteryjna | |
|-------------------|-----------|--|---|--|--|--|--|
| 2024-03-01 piątek | Śniadanie | Melon 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- 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 | Melon 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- 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 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. 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 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 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 | Jabłko pieczone 1 szt. 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>) Szynek drobiowy, 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 | Kalafiorka z ryżem () SU 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki () 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>) Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt | Kalafiorka z ryżem () SU 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki () 200 g Łosoś pieczony SU 100 g (<u>RYB,</u>) Sos cytrynowy SU 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c () 150 g Warzywa po grecku () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt | Kalafiorka z ryżem () SU 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki () 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>) Marchew gotowana z olejem () 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt | Kalafiorka z ryżem () SU 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki () 200 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos jarzynowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Warzywa po grecku () 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 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 twaróżkiem (chleb razowy 60g, margaryna 5g, twarózek 25g) 0,5 szt (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) | Kanapka z twaróżkiem (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 Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</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 Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</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 Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</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 Szynkowa 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 | | Serek Almette mini 30g 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: 2309.54 kcal; Białko ogółem: 108.94 g; Tłuszcz: 84.54 g; Kw. tł. nasy.: 25.21 g; Węglowodany ogółem: 289.87 g; W tym cukry: 68.81 g; Błonnik pok.: 21.88 g; Sól: 5.78 g; | Wartość energetyczna: 2224.63 kcal; Białko ogółem: 111.46 g; Tłuszcz: 91.85 g; Kw. tł. nasy.: 24.54 g; Węglowodany ogółem: 255.45 g; W tym cukry: 33.18 g; Błonnik pok.: 33.73 g; Sól: 7.18 g; | Wartość energetyczna: 2239.94 kcal; Białko ogółem: 105.84 g; Tłuszcz: 87.09 g; Kw. tł. nasy.: 24.19 g; Węglowodany ogółem: 273.90 g; W tym cukry: 40.39 g; Błonnik pok.: 30.71 g; Sól: 7.15 g; | Wartość energetyczna: 2260.71 kcal; Białko ogółem: 110.80 g; Tłuszcz: 83.71 g; Kw. tł. nasy.: 22.95 g; Węglowodany ogółem: 281.98 g; W tym cukry: 47.59 g; Błonnik pok.: 29.81 g; Sól: 6.85 g; | Wartość energetyczna: 3080.53 kcal; Białko ogółem: 149.61 g; Tłuszcz: 110.22 g; Kw. tł. nasy.: 56.35 g; Węglowodany ogółem: 388.45 g; W tym cukry: 80.25 g; Błonnik pok.: 29.61 g; Sól: 10.66 g; | |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-19 do dnia 2024-03-03 DAL DIET PODSTAWOWYCH SZPITALA UNIWERSYTECKIEGO

| | | SU- 1. Dieta lekkostrawna | SU- 2. Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajanych węglowodanów, ubogoenergetyczna, bogatobiałkowa | SU- 3. Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajanych węglowodanów- lekkostrawna | SU- 3A. Z ogr. łatwo. węgl. lekkostrawna oszczędzająca | SU- 4. Dieta ubogobakteryjna |
|-------------------|---|--|---|--|--|--|
| 2024-03-02 sobota | Śniadanie | Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt 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 Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g (SOJ.) Ser mozzarella kulki 25 g (MLE.) 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 (GLU PSZ.) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g (SOJ.) Ser mozzarella kulki 25 g (MLE.) 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g (SOJ.) Ser mozzarella kulki 25 g (MLE.) Mix салат 20 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml | Sok pomidorowy 200 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g (SOJ.) Ser mozzarella kulki 25 g (MLE.) 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szyneczka drobiowa, grubo rozdrobniona, parzona, niewędzona. op 100g 0,5 szt Ser mozzarella kulki 25 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/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 0,25 szt |
| | II ŚN | | Kanapka z twarogiem (chleb razowy 60g, margaryna 5g, twarożek 25g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE.) | Kanapka z twarogiem (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, twarożek 25g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE.) | | |
| | Obiad | Ziemniaczana () SU 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU JECZ.) Potrawka drobiowa () SU 140 g (GLU PSZ, SEL.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt | Ogórkowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU JECZ.) Potrawka drobiowa () SU 140 g (GLU PSZ, SEL.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Surówka wykwintna z olejem b/c 150 g (JAJ, GOR.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt | Ziemniaczana () SU 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU JECZ.) Potrawka drobiowa () SU 140 g (GLU PSZ, SEL.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kalafor gotowany* 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt | Ziemniaczana () SU 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU JECZ.) Potrawka drobiowa () SU 140 g (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 150 g Kalafor gotowany* 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt | Ziemniaczana () SU 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 150 g Potrawka drobiowa () SU 140 g (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 5 g (MLE.) Wędzona wieprzowa, parzona, szynka 100% mięsa op. 100g 0,25 szt Kalafor gotowany* 50 g |
| | PD | | Kanapka z twarogiem (chleb razowy 60g, margaryna 5g, twarożek 25g) 0,5 szt (GLU PSZ, MLE.) | Kanapka z twarogiem (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, twarożek 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 Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Serek homo. naturalny 120 g (MLE.) Pomidor 50 g Salata lodowa 20 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 Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 40 g Pasztet z fasoli () 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Ogórek kiszony 50 g Salata 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 Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Serek homo. naturalny 120 g (MLE.) Pomidor 50 g Salata 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 Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Serek homo. naturalny 120 g (MLE.) Pomidor 50 g Salata 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.) Kielbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona, suszona op.90g 0,25 szt Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 5 g (MLE.) Szyneczka drobiowa, grubo rozdrobniona, parzona, niewędzona. op 100g 0,25 szt |
| | PN | Mus jogurt&zboża i owoce leśne 100g 1 szt (MLE, GLU OW.) | Pieczewo chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt (może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ.) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kir,haga) 1 szt (MLE.) | Wafle ryżowe 10 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.) | Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.) Wafle ryżowe 10 g | |
| | Wartość energetyczna: 1935.01 kcal; Białko ogółem: 80.71 g; Tłuszcz: 62.23 g; Kw. tł. nasy.: 18.79 g; Węglowodany ogółem: 268.82 g; W tym cukry: 68.22 g; Błonnik pok.: 22.70 g; Sól: 6.15 g; | Wartość energetyczna: 2321.00 kcal; Białko ogółem: 91.19 g; Tłuszcz: 90.99 g; Kw. tł. nasy.: 26.41 g; Węglowodany ogółem: 299.93 g; W tym cukry: 33.38 g; Błonnik pok.: 37.89 g; Sól: 9.79 g; | Wartość energetyczna: 2038.71 kcal; Białko ogółem: 92.89 g; Tłuszcz: 70.39 g; Kw. tł. nasy.: 22.81 g; Węglowodany ogółem: 269.82 g; W tym cukry: 33.80 g; Błonnik pok.: 28.02 g; Sól: 8.20 g; | Wartość energetyczna: 2005.75 kcal; Białko ogółem: 98.13 g; Tłuszcz: 63.08 g; Kw. tł. nasy.: 22.09 g; Węglowodany ogółem: 272.35 g; W tym cukry: 40.10 g; Błonnik pok.: 25.88 g; Sól: 7.19 g; | Wartość energetyczna: 2457.95 kcal; Białko ogółem: 92.64 g; Tłuszcz: 78.17 g; Kw. tł. nasy.: 41.59 g; Węglowodany ogółem: 355.26 g; W tym cukry: 65.03 g; Błonnik pok.: 23.17 g; Sól: 7.67 g; | |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-19 do dnia 2024-03-03 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 | |
|----------------------|--|---|--|---|---|--|
| 2024-03-03 niedziela | Śniadanie | Mandarynka 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>) Twarożek 40 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 50 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) | Mandarynka 150 g Chleb Graham 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>) Twarożek 40 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 50 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z makiem b/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 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 50 g Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) | Jabłko pieczone 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>) Twarożek 40 g (<u>MLE,</u>) Sałata lodowa 20 g Pomidor 50 g Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) | Jabłko pieczone 1szt. 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 ŻYT,</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, 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>) | | |
| | Obiad | Pomidorowa z makaronem () SU 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Brokuł gotowany* 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt | Pomidorowa z makaronem () SU 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Surówka z kapusty białej z olejem () 150 g Brokuł gotowany* 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt | Pomidorowa z makaronem () SU 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Brokuł gotowany* 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt | Pomidorowa z makaronem () SU 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 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 Bukiet warzyw gotowanych królewski* 50 g | Pomidorowa z makaronem () SU 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 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 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 ŻYT,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</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 b/c 250 ml Chleb Graham 80 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Ogórek kiszony 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 Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 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 homo. naturalny 40 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa 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 ŻYT,</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 ŻYT,</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 Serek Almette mini 30g 1 szt (<u>MLE,</u>) | Serek Almette mini 30g 1 szt (<u>MLE,</u>) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g | Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g Serek Almette mini 30g 1 szt (<u>MLE,</u>) | |
| | Wartość energetyczna: 1980.27 kcal; Białko ogółem: 101.04 g; Tłuszcz: 62.40 g; Kw. tł. nasy.: 24.56 g; Węglowodany ogółem: 264.40 g; W tym cukry: 63.85 g; Błonnik pok.: 20.10 g; Sól: 6.52 g; | Wartość energetyczna: 2117.83 kcal; Białko ogółem: 115.77 g; Tłuszcz: 73.10 g; Kw. tł. nasy.: 27.00 g; Węglowodany ogółem: 266.20 g; W tym cukry: 46.68 g; Błonnik pok.: 32.86 g; Sól: 8.47 g; | Wartość energetyczna: 2105.07 kcal; Białko ogółem: 111.79 g; Tłuszcz: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 26.90 g; Węglowodany ogółem: 268.38 g; W tym cukry: 37.42 g; Błonnik pok.: 22.11 g; Sól: 7.91 g; | Wartość energetyczna: 2168.52 kcal; Białko ogółem: 104.17 g; Tłuszcz: 72.83 g; Kw. tł. nasy.: 26.73 g; Węglowodany ogółem: 282.06 g; W tym cukry: 40.24 g; Błonnik pok.: 20.14 g; Sól: 6.76 g; | Wartość energetyczna: 2505.95 kcal; Białko ogółem: 117.25 g; Tłuszcz: 80.37 g; Kw. tł. nasy.: 43.41 g; Węglowodany ogółem: 338.84 g; W tym cukry: 52.42 g; Błonnik pok.: 23.33 g; Sól: 8.30 g; | |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-19 do dnia 2024-03-03 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 |
|-------------------------|--|---|---|---|---|---|
| 2024-02-19 poniedziałek | Śniadanie | Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt 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>) 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% tł.) 5 g (<u>MLE b/LAK.</u>) Kielbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona, suszona op.90g 0,25 szt | Drożdżówka z serem 80g 1 szt Miód (25g) 1 szt Płatki pszenne 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 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 | Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt 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 Serek homo. naturalny 120 g (<u>MLE.</u>) Sałata lodowa 20 g Pomidorki koktajlowe 50 g | Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml 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 kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Sałata lodowa 20 g Pomidorki koktajlowe 50 g | Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 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 Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidorki koktajlowe 50 g |
| | II ŚN | | | | | |
| | Obiad | Dyniowa z ziemniakami (bez mleka) () dieta 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pomidorowy SU 100 ml (<u>GLU PSZ.</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>) Serek homo waniliowy z laską wanilii bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>) Marchew gotowana z olejem () 50 g | Dyniowa z ziemniakami () dieta 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Twaróg półtłusty 120 g (<u>MLE.</u>) jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt | Dyniowa z ziemniakami (bez glutenu) () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Makaron bezglutenowy 150 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez glutenu) 100 g (<u>JAJ.</u>) Sos pomidorowy (bez glutenu) dieta 100 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt | Dyniowa z ziemniakami (bez mleka) () dieta 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt | Dyniowa z ziemniakami (bez mleka, bez glutenu) () 350 ml (<u>SEL.</u>) Makaron bezglutenowy 150 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez glutenu) 100 g (<u>JAJ.</u>) Sos pomidorowy (bez glutenu) dieta 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 b/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>) Schab pieczony w rękawie 40 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło bez laktozy (82% tł.) 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 Twarożek 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 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>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ.</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>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ.</u>) 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>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 50 g Rukola 10 g |
| | PN | Dżem 25 g 1 szt Wafle ryżowe 10 g | Serek Almette mini 30g 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 | Dżem 25 g 1 szt |
| | Wartość energetyczna: 2861.76 kcal; Białko ogółem: 109.31 g; Tłuszcz: 93.37 g; Kw. tł. nasy.: 49.26 g; Węglowodany ogółem: 402.41 g; W tym cukry: 50.16 g; Błonnik pok.: 26.70 g; Sól: 9.03 g; | Wartość energetyczna: 2037.50 kcal; Białko ogółem: 108.62 g; Tłuszcz: 51.47 g; Kw. tł. nasy.: 21.51 g; Węglowodany ogółem: 290.40 g; W tym cukry: 51.34 g; Błonnik pok.: 14.04 g; Sól: 4.99 g; | Wartość energetyczna: 1910.10 kcal; Białko ogółem: 84.16 g; Tłuszcz: 72.40 g; Kw. tł. nasy.: 21.39 g; Węglowodany ogółem: 228.81 g; W tym cukry: 46.70 g; Błonnik pok.: 9.03 g; Sól: 3.77 g; | Wartość energetyczna: 1968.12 kcal; Białko ogółem: 82.87 g; Tłuszcz: 68.19 g; Kw. tł. nasy.: 17.77 g; Węglowodany ogółem: 258.77 g; W tym cukry: 57.19 g; Błonnik pok.: 13.15 g; Sól: 6.78 g; | Wartość energetyczna: 1891.23 kcal; Białko ogółem: 79.61 g; Tłuszcz: 64.01 g; Kw. tł. nasy.: 17.22 g; Węglowodany ogółem: 251.35 g; W tym cukry: 63.77 g; Błonnik pok.: 14.81 g; Sól: 4.18 g; | |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-19 do dnia 2024-03-03 DAL 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 | |
|-------------------|---|---|--|--|--|--|--|
| 2024-02-20 wtorek | Śniadanie | Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLUPSZ,) Masło bez laktozy (82% tł.) 20 g (MLE b/LAK,) Parówki z fileta z kurczaka wyrób drobiowy homogenizowany, wędzony, parzony bez oślanki 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Masło bez laktozy (82% tł.) 5 g (MLE b/LAK,) Szynek drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony, niewędzona. op 100g 0,25 szt | Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt Kefir 2 % tł 200g 1 szt (MLE,) Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLUPSZ,) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka softysa wieprzowa, wędzona, parzona 40 g Twaróg 40 g (MLE,) Roszponka 10 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml | Melon 150 g Kefir 2 % tł 200g 1 szt (MLE,) 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 (SOJ,) Pasta z twarogu z koperkiem 40 g (MLE,) Roszponka 10 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml | Melon 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLUPSZ,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynka softysa wieprzowa, wędzona, parzona 40 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ,) Roszponka 10 g Pomidor 50 g | Melon 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 (SOJ,) Schab pieczony w rękawie 40 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 50 g | |
| | II SN | | | | | | |
| | Obiad | Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) () SU 350 ml (GLUPSZ, SEL,) Kasza bulgur 150 g (GLUPSZ,) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 100 ml (GLUPSZ, SEL,) Buraczki gotowane () 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Masło bez laktozy (82% tł.) 5 g (MLE b/LAK,) Wędzona wieprzowa, parzona. szynka 100% mięsa op. 100g 0,25 szt Kalań gotowany* 50 g | Brokułowa z ziemniakami () SU 350 ml (GLUPSZ, MLE, SEL,) Kasza bulgur 150 g (GLUPSZ,) Klopsik wieprzowy SU 100 g (GLUPSZ, JAJ,) Sos własny () 100 ml (GLUPSZ, SEL,) Buraczki gotowane () 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt | Brokułowa z ziemniakami (bez glutenu) () SU 350 ml (MLE, SEL,) Ryż na sypko 150 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt | Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) () SU 350 ml (GLUPSZ, SEL,) Kasza bulgur 150 g (GLUPSZ,) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 100 ml (GLUPSZ, SEL,) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt | Brokułowa z ziemniakami (bez glutenu) (bez mleka)() 350 ml (SEL,) Ryż na sypko 150 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny (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 b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Masło bez laktozy (82% tł.) 20 g (MLE b/LAK,) Dżem 25 g 2 szt Schab pieczony w rękawie 100 g Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Masło bez laktozy (82% tł.) 5 g (MLE b/LAK,) Szynek drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony, niewędzona. op 100g 0,25 szt | Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLUPSZ,) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Poledwica premium- wędlna dr. średnio rozd. 40 g (SOJ,) Twaróg chudy 40 g (MLE,) Dżem 25 g 1 szt Salata 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 Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Twaróg chudy 40 g (MLE,) Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 20 g Pomidor 50 g | Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g (SOJ,) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Dżem 25 g 1 szt Pomidor 50 g Salata 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 Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Dżem 25 g 1 szt Pomidor 50 g Salata zielona 20 g | |
| PN | Serek naturalny Bieluch 150g bez laktozy 1 szt (MLE b/LAK,) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g | Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g | Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (MLE,) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g | Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g | | | |
| | | Wartość energetyczna: 2798.12 kcal; Białko ogółem: 140.03 g; Tłuszcz: 93.39 g; Kw. tł. nasy.: 45.90 g; Węglowodany ogółem: 356.77 g; W tym cukry: 63.82 g; Błonnik pok.: 20.46 g; Sól: 9.67 g; | Wartość energetyczna: 2037.82 kcal; Białko ogółem: 97.78 g; Tłuszcz: 45.92 g; Kw. tł. nasy.: 17.01 g; Węglowodany ogółem: 309.17 g; W tym cukry: 98.14 g; Błonnik pok.: 14.34 g; Sól: 5.59 g; | Wartość energetyczna: 2001.02 kcal; Białko ogółem: 100.95 g; Tłuszcz: 66.86 g; Kw. tł. nasy.: 19.45 g; Węglowodany ogółem: 253.08 g; W tym cukry: 70.65 g; Błonnik pok.: 13.45 g; Sól: 4.30 g; | Wartość energetyczna: 1971.15 kcal; Białko ogółem: 90.50 g; Tłuszcz: 60.64 g; Kw. tł. nasy.: 17.75 g; Węglowodany ogółem: 268.92 g; W tym cukry: 65.04 g; Błonnik pok.: 16.40 g; Sól: 8.13 g; | Wartość energetyczna: 1937.93 kcal; Białko ogółem: 81.41 g; Tłuszcz: 68.34 g; Kw. tł. nasy.: 18.17 g; Węglowodany ogółem: 254.03 g; W tym cukry: 63.86 g; Błonnik pok.: 13.44 g; Sól: 4.14 g; | |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-19 do dnia 2024-03-03 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 |
|------------------|--|---|--|---|--|--|
| 2024-02-21 środa | Śniadanie | Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt Mleko b/laktozy 3,2% tł UHT 240 ml (MLE b/LAK) Platki kukurydziane 60 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło bez laktozy (82% tł.) 20 g (MLE b/LAK) Wędzona wieprzowa, parzona, szynka 100% mięsa op. 100g 0,5 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło bez laktozy (82% tł.) 5 g (MLE b/LAK) Szyneczka drobiowa, grubo rozdrobniona, parzona, niewędzona. op 100g 0,25 szt | Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Poledwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 40 g (SOJ) Ser mozzarella kulki 25 g (MLE) Sałata lodowa 20 g Pomidorki koktajlowe 50 g | Jabłko 150 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 (SOJ) Ser mozzarella kulki 25 g (MLE) Sałata lodowa 20 g Pomidorki koktajlowe 50 g | Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml 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 Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ) Pierś delikatna z kurzej pólki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Sałata lodowa 20 g Pomidorki koktajlowe 50 g | Jabłko 150 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 (SOJ) Schab pieczony w rękawie 40 g Sałata lodowa 20 g Pomidorki koktajlowe 50 g |
| | II ŚN | | | | | |
| | Obiad | Jarzynowa z makaronem dieta (bez mleka) () SU 350 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki () 200 g Dramstik z kurczaka gotowany 150 g Sos pietruszkowy (bez mleka) 100 ml (GLU PSZ) Marchew gotowana z olejem () 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło bez laktozy (82% tł.) 5 g (MLE b/LAK) Kielbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona, suszona op.90g 0,25 szt Bukiet warzyw gotowanych królewski* 50 g | Jarzynowa z makaronem dieta () SU 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki () 200 g Pulpet drobiowy SU 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pietruszkowy () SU 100 ml (GLU PSZ, SEL) Marchew gotowana z olejem () 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt | Jarzynowa z makaronem (bez glutenu) ()SU 350 ml (MLE, SEL) Ziemniaki () 200 g Dramstik z kurczaka gotowany 150 g Sos pietruszkowy (bez glutenu) 100 ml (MLE) Surówka z marchwi z olejem () 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt | Jarzynowa z makaronem (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki () 200 g Dramstik z kurczaka gotowany 150 g Sos pietruszkowy (bez mleka) 100 ml (GLU PSZ) Surówka z marchwi z olejem () 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt | Jarzynowa z makaronem (bez glutenu i mleka) () 350 ml (SEL) Ziemniaki () 200 g Dramstik z kurczaka gotowany 150 g Sos pietruszkowy (bez glutenu i mleka) 100 ml Surówka z marchwi z olejem () 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt |
| | PD | | | | | |
| | Kolejca | Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło bez laktozy (82% tł.) 20 g (MLE b/LAK) Szyneczka drobiowa, grubo rozdrobniona, parzona, niewędzona. op 100g 0,5 szt Ser żółty b/laktozy dojrzewający pl. Gouda 40 g (MLE b/LAK) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło bez laktozy (82% tł.) 5 g (MLE b/LAK) Wędzona wieprzowa, parzona, szynka 100% mięsa op. 100g 0,25 szt | Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 80 g (GLU PSZ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pasta z twarogu i tuńczyka SU. 40 g (RYB, MLE) 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 Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pasta z twarogu i tuńczyka SU 40 g (RYB, MLE) Pomidor 50 g Mix салат 20 g | 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 Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) 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 Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Pomidor 50 g Mix салат 20 g |
| PN | Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 1 szt (MLE b/LAK) | Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (MLE) 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: 3136.21 kcal; Białko ogółem: 140.46 g; Tłuszcz: 116.44 g; Kw. tł. nasy.: 59.23 g; Węglowodany ogółem: 389.34 g; W tym cukry: 67.35 g; Błonnik pok.: 27.93 g; Sól: 10.65 g; | Wartość energetyczna: 1939.12 kcal; Białko ogółem: 102.95 g; Tłuszcz: 45.58 g; Kw. tł. nasy.: 16.43 g; Węglowodany ogółem: 289.03 g; W tym cukry: 72.03 g; Błonnik pok.: 23.63 g; Sól: 6.66 g; | Wartość energetyczna: 2032.87 kcal; Białko ogółem: 98.02 g; Tłuszcz: 79.31 g; Kw. tł. nasy.: 22.92 g; Węglowodany ogółem: 240.35 g; W tym cukry: 60.24 g; Błonnik pok.: 19.76 g; Sól: 5.02 g; | Wartość energetyczna: 2045.44 kcal; Białko ogółem: 94.54 g; Tłuszcz: 72.55 g; Kw. tł. nasy.: 21.34 g; Węglowodany ogółem: 266.16 g; W tym cukry: 53.33 g; Błonnik pok.: 23.90 g; Sól: 7.57 g; | Wartość energetyczna: 2025.85 kcal; Białko ogółem: 86.71 g; Tłuszcz: 78.61 g; Kw. tł. nasy.: 21.06 g; Węglowodany ogółem: 251.48 g; W tym cukry: 52.27 g; Błonnik pok.: 19.75 g; Sól: 4.65 g; | |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-19 do dnia 2024-03-03 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 |
|-----------|--|--|--|--|--|
| Śniadanie | Banan 150 g Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło bez laktozy (82% tł.) 20 g (MLE b/LAK.) Kielbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona, suszona op.90g 0,5 szt Ser żółty b/laktozy dojrzewający pl. Gouda 40 g (MLE b/LAK.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło bez laktozy (82% tł.) 5 g (MLE b/LAK.) Szyneczka drobiowa, grubo rozdrobniona, parzona, niewędzona. op 100g 0,25 szt | Mus z jabłek () z/c 90 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Serek homo. naturalny 40 g (MLE.) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Sałata lodowa 20 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml | Banan 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 (MLE.) Sałata lodowa 20 g Pomidor 50 g | Banan 150 g Dżem 25 g 1 szt 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 Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g (SOJ.) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Sałata lodowa 20 g Pomidor 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 Schab pieczony w rękawie 40 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Sałata lodowa 20 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml |
| II ŚN | | | | | |
| Obiad | Ziemiaczana (bez mleka) () SU 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron (polany masłem bez laktozy) 170 g (GLU PSZ, MLE b/LAK.) Mus z jabłek () z/c 150 g Serek homo waniliowy z laską wanilii bez laktozy 150g 1 szt (MLE b/LAK.) Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło bez laktozy (82% tł.) 5 g (MLE b/LAK.) Kielbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona, suszona op.90g 0,25 szt Brokuł gotowany* 50 g | Ziemiaczana () 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 SU 100 ml (GLU PSZ.) Brokuł gotowany* 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt | Ziemiaczana (bez glutenu) () SU 350 ml (MLE, SEL.) Ryż na sypko 150 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony (bez glutenu) 100 g (JAJ.) Sos pomidorowy (bez glutenu) 100 ml Brokuł gotowany* 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt | Ziemiaczana (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU, JECZ.) Zrazik wieprzowy pieczony mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Brokuł gotowany* 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt | Ziemiaczana (bez glutenu i mleka) () 350 ml (SEL.) Ryż na sypko 150 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony (bez glutenu) 100 g (JAJ.) 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło bez laktozy (82% tł.) 20 g (MLE b/LAK.) Wędzona wieprzowa, parzona. szynka 100% mięsa op. 100g 0,5 szt Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Hummus 40 g (SEZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło bez laktozy (82% tł.) 5 g (MLE b/LAK.) 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 (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka softysa wieprzowa, wędzona, parzona 40 g Twarożek 40 g (MLE.) 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 Pasta z twarogu z koperkiem 40 g (MLE.) Pomidor 50 g Sałata zielona 10 g | 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 Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) 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 (JAJ.) Pomidor 50 g Sałata zielona 10 g |
| PN | Wafle ryżowe 10 g Serek wiejski ziarnisty bez laktozy 200g 1 szt (MLE b/LAK.) | Deser Bertisko malina- wiśnia 200G 1 szt (MLE, może zawierać: GLU PSZ, SOJ.) | Wafle ryżowe 10 g Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE.) | Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt Wafle ryżowe 10 g | Wafle ryżowe 10 g Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt |
| | Wartość energetyczna: 2833.96 kcal; Białko ogółem: 90.01 g; Tłuszcz: 108.06 g; Kw. tł. nasy.: 55.79 g; Węglowodany ogółem: 384.92 g; W tym cukry: 67.92 g; Błonnik pok.: 23.56 g; Sól: 9.07 g; | Wartość energetyczna: 2034.88 kcal; Białko ogółem: 95.41 g; Tłuszcz: 52.17 g; Kw. tł. nasy.: 20.10 g; Węglowodany ogółem: 305.96 g; W tym cukry: 75.24 g; Błonnik pok.: 19.70 g; Sól: 6.07 g; | Wartość energetyczna: 2081.27 kcal; Białko ogółem: 94.27 g; Tłuszcz: 73.90 g; Kw. tł. nasy.: 23.55 g; Węglowodany ogółem: 265.25 g; W tym cukry: 69.11 g; Błonnik pok.: 14.70 g; Sól: 3.09 g; | Wartość energetyczna: 2024.99 kcal; Białko ogółem: 81.78 g; Tłuszcz: 61.16 g; Kw. tł. nasy.: 19.24 g; Węglowodany ogółem: 295.25 g; W tym cukry: 78.79 g; Błonnik pok.: 21.31 g; Sól: 7.12 g; | Wartość energetyczna: 2053.06 kcal; Białko ogółem: 82.24 g; Tłuszcz: 71.04 g; Kw. tł. nasy.: 20.20 g; Węglowodany ogółem: 276.23 g; W tym cukry: 77.26 g; Błonnik pok.: 14.68 g; Sól: 4.26 g; |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-19 do dnia 2024-03-03 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 | |
|-------------------|--|---|--|---|---|--|--|
| 2024-02-23 piątek | Śniadanie | Jabłko pieczone 150 g Dżem 25 g 1 szt Mleko b/laktozy 3,2% tł UHT 240 ml (MLE b/LAK.) Płatki kukurydziane 60 g Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLUPSZ.) Masło bez laktozy (82% tł.) 20 g (MLE b/LAK.) Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 1 szt (MLE b/LAK.) 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 (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło bez laktozy (82% tł.) 5 g (MLE b/LAK.) Szyneczka drobiowa, grubo rozdrobniona, parzona, niewędzona. op 100g 0,25 szt | Mus z jabłek () z/c 90 g Dżem 25 g 1 szt Kasza manna na mleku 300 ml (GLUPSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLUPSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Ser mozzarella kulki 25 g (MLE.) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidorki koktajlowe 50 g | Jabłko 150 g Chleb bezglutenowy 80 g Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Ser mozzarella kulki 25 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidorki koktajlowe 50 g | Jabłko 150 g Dżem 25 g 1 szt Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLUPSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Polewica premium- wędlna dr. średnio rozd. 40 g (SOJ.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Salata zielona 20 g Pomidorki koktajlowe 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml | Jabłko 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 Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidorki koktajlowe 50 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml | |
| | II ŚN | | | | | | |
| | Obiad | Szpinakowa z zacierką (bez mleka) () SU 350 ml (GLUPSZ, JAJ, SEL.) Ziemniaki () 200 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos koperkowy *(bez mleka) 100 ml (GLUPSZ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 150 g (SEL.) Woda źródłana n/g 0,5l 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Kielbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona, suszona op.90g 0,25 szt Masło bez laktozy (82% tł.) 5 g (MLE b/LAK.) Kalafor gotowany* 50 g | Szpinakowa z makaronem () dieta 350 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) SU 120 g (GLUPSZ, JAJ, RYB.) Sos koperkowy* SU 100 ml (GLUPSZ, MLE.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 150 g (SEL.) Woda źródłana n/g 0,5l 1 szt | Szpinakowa z makaronem (bez glutenu) () SU 350 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) (bez glutenu) SU 120 g (JAJ, RYB.) Sos koperkowy *(bez glutenu) 100 ml (MLE.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 150 g (SEL.) Woda źródłana n/g 0,5l 1 szt | Szpinakowa z makaronem (bez mleka) () 350 ml (GLUPSZ, SEL.) Ziemniaki () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) SU 120 g (GLUPSZ, JAJ, RYB.) Sos koperkowy *(bez mleka) 100 ml (GLUPSZ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 150 g (SEL.) Woda źródłana n/g 0,5l 1 szt | Szpinakowa z makaronem (bez glutenu i mleka) () SU 350 ml (SEL.) Ziemniaki () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) (bez glutenu) SU 120 g (JAJ, RYB.) Sos koperkowy *(bez glutenu i mleka) 100 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 150 g (SEL.) Woda źródłana n/g 0,5l 1 szt | |
| | PD | | | | | | |
| | Kolacja | Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło bez laktozy (82% tł.) 20 g (MLE b/LAK.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Szyneczka drobiowa, grubo rozdrobniona, parzona, niewędzona. op 100g 0,5 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło bez laktozy (82% tł.) 5 g (MLE b/LAK.) Wędzona wieprzowa, parzona, szynka 100% mięsa op. 100g 0,25 szt | Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLUPSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Serek naturalny Bieluch 120 g (MLE.) Polewica premium- wędlna dr. średnio rozd. 40 g (SOJ.) 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 (JAJ.) 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 (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Schab pieczony w rękawie 40 g Polewica premium- wędlna dr. średnio rozd. 40 g (SOJ.) 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 (JAJ.) Schab pieczony w rękawie 40 g Pomidor 50 g Rukola 10 g | |
| PN | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt (SOJ.) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g | Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g | Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (MLE.) Wafle ryżowe 10 g | Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Wafle ryżowe 10 g | | | |
| | | Wartość energetyczna: 2894.13 kcal; Białko ogółem: 116.43 g; Tłuszcz: 90.54 g; Kw. tł. nasy.: 46.52 g; Węglowodany ogółem: 415.75 g; W tym cukry: 82.43 g; Błonnik pok.: 33.55 g; Sól: 9.33 g; | Wartość energetyczna: 2241.96 kcal; Białko ogółem: 95.85 g; Tłuszcz: 66.65 g; Kw. tł. nasy.: 23.98 g; Węglowodany ogółem: 323.70 g; W tym cukry: 70.81 g; Błonnik pok.: 25.51 g; Sól: 6.81 g; | Wartość energetyczna: 1933.36 kcal; Białko ogółem: 80.87 g; Tłuszcz: 70.83 g; Kw. tł. nasy.: 19.32 g; Węglowodany ogółem: 252.15 g; W tym cukry: 64.89 g; Błonnik pok.: 21.04 g; Sól: 4.27 g; | Wartość energetyczna: 1892.83 kcal; Białko ogółem: 69.28 g; Tłuszcz: 61.01 g; Kw. tł. nasy.: 16.44 g; Węglowodany ogółem: 274.34 g; W tym cukry: 58.98 g; Błonnik pok.: 26.99 g; Sól: 7.67 g; | Wartość energetyczna: 1879.62 kcal; Białko ogółem: 71.14 g; Tłuszcz: 67.75 g; Kw. tł. nasy.: 16.85 g; Węglowodany ogółem: 254.31 g; W tym cukry: 57.26 g; Błonnik pok.: 22.74 g; Sól: 3.85 g; | |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-19 do dnia 2024-03-03 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 |
|-------------------|--|---|---|---|--|---|
| 2024-02-24 sobota | Śniadanie | Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLUPSZ.) Masło bez laktozy (82% tł.) 20 g (MLE b/LAK.) Parówki z fileta z kurczaka wyrób drobiowy homogenizowany, wędzony, parzony bez osłonki 100 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło bez laktozy (82% tł.) 5 g (MLE b/LAK.) Szyneczka drobiowa, grubo rozdrobniona, parzona, niewędzona. op 100g 0,25 szt | Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLUPSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g (SOJ.) Twaróg chudy 40 g (MLE.) Pomidor 50 g Roszponka 10 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 Twaróg chudy 40 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.grz.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 | Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLUPSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g (SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 50 g Roszponka 10 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 Szynkowa dębowa kiel.wp.grz.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 50 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml |
| | II SN | | | | | |
| | Obiad | Koperkowa z ryżem (bez mleka) () SU 350 ml (SEL.) Ziemniaki () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (GLUPSZ.) Sos jarzynowy () 100 ml (GLUPSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 150 g Woda źródłana n/g 0,5l 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło bez laktozy (82% tł.) 5 g (MLE b/LAK.) Wędzona wieprzowa, parzona. szynka 100% mięsa op. 100g 0,25 szt Bukiet warzyw gotowanych (march,kalafior, brokuł)* 50 g | Koperkowa z ryżem () SU 350 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki () 200 g Gulasz z kurczaka 130 g (GLUPSZ.) Brokuł gotowany* 150 g Woda źródłana n/g 0,5l 1 szt | Koperkowa z ryżem () SU 350 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki () 200 g Sos jarzynowy (bez glutenu) () 100 ml (SEL.) Filet z kurczaka gotowany 100 g Brokuł gotowany* 150 g Woda źródłana n/g 0,5l 1 szt | Koperkowa z ryżem (bez mleka) () 350 ml (SEL.) Ziemniaki () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (GLUPSZ.) Sos jarzynowy () 100 ml (GLUPSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 150 g Woda źródłana n/g 0,5l 1 szt | Koperkowa z ryżem (bez mleka) () 350 ml (SEL.) Ziemniaki () 200 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos jarzynowy (bez glutenu) () 100 ml (SEL.) Brokuł gotowany* 150 g Woda źródłana n/g 0,5l 1 szt |
| | PD | | | | | |
| | Kolacja | Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło bez laktozy (82% tł.) 20 g (MLE b/LAK.) Szyneczka drobiowa, grubo rozdrobniona, parzona, niewędzona. op 100g 0,5 szt Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 5 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło bez laktozy (82% tł.) 5 g (MLE b/LAK.) Kielbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona, suszona op.90g 0,5 szt | Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLUPSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ.) Serek homo. naturalny 120 g (MLE.) Sałata lodowa 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 Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ.) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 120 g (MLE.) Sałata lodowa 20 g Pomidor 50 g | Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ.) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 40 g Sałata lodowa 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 Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ.) Schab pieczony w rękawie 40 g Sałata lodowa 20 g Pomidor 50 g |
| PN | Pieczycwo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g Serek homo waniliowy z laską wanilii bez laktozy 150g 1 szt (MLE b/LAK.) | Pieczycwo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE.) | Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE.) Pieczycwo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g | Pieczycwo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt | | |
| | Wartość energetyczna: 2343.38 kcal; Białko ogółem: 109.78 g; Tłuszcz: 81.70 g; Kw. tł. nasy.: 36.79 g; Węglowodany ogółem: 300.30 g; W tym cukry: 47.60 g; Błonnik pok.: 20.67 g; Sól: 9.50 g; | Wartość energetyczna: 1701.23 kcal; Białko ogółem: 93.30 g; Tłuszcz: 37.04 g; Kw. tł. nasy.: 13.22 g; Węglowodany ogółem: 253.01 g; W tym cukry: 58.81 g; Błonnik pok.: 15.35 g; Sól: 5.71 g; | Wartość energetyczna: 1744.22 kcal; Białko ogółem: 88.34 g; Tłuszcz: 53.35 g; Kw. tł. nasy.: 16.61 g; Węglowodany ogółem: 230.82 g; W tym cukry: 50.22 g; Błonnik pok.: 13.17 g; Sól: 4.74 g; | Wartość energetyczna: 1808.05 kcal; Białko ogółem: 88.27 g; Tłuszcz: 50.47 g; Kw. tł. nasy.: 15.49 g; Węglowodany ogółem: 254.93 g; W tym cukry: 48.69 g; Błonnik pok.: 19.33 g; Sól: 7.32 g; | Wartość energetyczna: 1738.40 kcal; Białko ogółem: 81.81 g; Tłuszcz: 52.72 g; Kw. tł. nasy.: 14.76 g; Węglowodany ogółem: 236.59 g; W tym cukry: 47.47 g; Błonnik pok.: 14.97 g; Sól: 4.80 g; | |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-19 do dnia 2024-03-03 DAL 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 |
|----------------------|---|---|---|---|--|---|
| 2024-02-25 niedziela | Śniadanie | Banan 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/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>) Szyneczka 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 bez laktozy (82% tł.) 5 g (<u>MLE b/LAK</u>) Kielbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona, suszona op.90g 0,25 szt | Banan 150 g Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Twaróg półtłusty 40 g (<u>MLE</u>) Sałata lodowa 20 g Pomidor 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 Szynekowa 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 | Banan 150 g 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 Szynekowa 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 | Banan 150 g Chleb bezglutenowy 80 g Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynekowa 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 SN | | | | | |
| | Obiad | Rosół z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Sos koperkowy *(bez mleka) 100 ml (<u>GLU PSZ</u>) Marchew mini z olejem* 150 g Woda źródłana n/g 0,5l 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>) Szyneczka drobiowa, grubo rozdrobniona, parzona, niewędzona. op 100g 0,25 szt Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 50 g (<u>SEL</u>) | Ryżowa () dieta 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki () 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 0,5l 1 szt | Rosół z makaronem (bez glutenu) () 350 ml (<u>SEL</u>) Ziemniaki () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Sos koperkowy *(bez glutenu) 100 ml (<u>MLE</u>) Surówka z marchwi z olejem () 150 g Woda źródłana n/g 0,5l 1 szt | Rosół z makaronem (bez glutenu) () 350 ml (<u>SEL</u>) Ziemniaki () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Sos koperkowy *(bez mleka) 100 ml (<u>GLU PSZ</u>) Surówka z marchwi z olejem () 150 g Woda źródłana n/g 0,5l 1 szt | Rosół z makaronem (bez glutenu) () 350 ml (<u>SEL</u>) Ziemniaki () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Sos koperkowy *(bez glutenu i mleka) 100 ml Surówka z marchwi z olejem () 150 g Woda źródłana 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% tł.) 20 g (<u>MLE b/LAK</u>) Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<u>MLE b/LAK</u>) Szyneczka drobiowa, grubo rozdrobniona, parzona, niewędzona. op 100g 0,5 szt Dżem 25 g 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 | 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 Twarożek 40 g (<u>MLE</u>) 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 koktajlowy 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 Twarożek 40 g (<u>MLE</u>) Schab pieczony w rękawie 40 g Dżem 25 g 1 szt Pomidor koktajlowy 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>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Poledwica premium- wędlna dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ</u>) 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 koktajlowy 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 Schab pieczony w rękawie 100 g Dżem 25 g 1 szt Pomidor koktajlowy 50 g Mix салат 20 g |
| PN | Wafle ryżowe 20 g Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt (<u>SOJ</u>) | Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE</u>) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g | Wafle ryżowe 10 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE</u>) | Wafle ryżowe 10 g Miód (25g) 1 szt | | |
| | | Wartość energetyczna: 2879.75 kcal; Białko ogółem: 117.23 g; Tłuszcz: 104.13 g; Kw. tł. nasy.: 48.57 g; Węglowodany ogółem: 381.37 g; W tym cukry: 80.90 g; Błonnik pok.: 28.07 g; Sól: 8.21 g; | Wartość energetyczna: 1838.49 kcal; Białko ogółem: 82.15 g; Tłuszcz: 42.76 g; Kw. tł. nasy.: 15.83 g; Węglowodany ogółem: 293.45 g; W tym cukry: 78.48 g; Błonnik pok.: 22.33 g; Sól: 5.93 g; | Wartość energetyczna: 2223.31 kcal; Białko ogółem: 95.18 g; Tłuszcz: 89.51 g; Kw. tł. nasy.: 27.67 g; Węglowodany ogółem: 267.82 g; W tym cukry: 77.73 g; Błonnik pok.: 19.71 g; Sól: 3.94 g; | Wartość energetyczna: 2236.25 kcal; Białko ogółem: 98.37 g; Tłuszcz: 76.48 g; Kw. tł. nasy.: 23.02 g; Węglowodany ogółem: 299.26 g; W tym cukry: 76.84 g; Błonnik pok.: 23.93 g; Sól: 7.54 g; | Wartość energetyczna: 2293.79 kcal; Białko ogółem: 106.07 g; Tłuszcz: 85.13 g; Kw. tł. nasy.: 23.84 g; Węglowodany ogółem: 284.65 g; W tym cukry: 75.63 g; Błonnik pok.: 19.71 g; Sól: 3.93 g; |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-19 do dnia 2024-03-03 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 |
|--------------------------|--|--|--|--|---|---|
| 2024-02-26, poniedziałek | Śniadanie | Jabłko pieczone 150 g Mleko b/laktozy 3,2% tł UHT 240 ml (MLE b/LAK) Platki kukurydziane 60 g Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLUPSZ) Masło bez laktozy (82% tł.) 20 g (MLE b/LAK) Kielbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona, suszona op.90g 0,5 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT) Masło bez laktozy (82% tł.) 5 g (MLE b/LAK) Szynekka drobiowa, grubo rozdrobniona, parzona, niewędzona. op 100g 0,25 szt | Drożdżówka z serem 80g 1 szt Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW) Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLUPSZ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka soltysa wieprzowa, wędzona, parzona 40 g Serek homo. naturalny 120 g (MLE) Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor koktajlowy 50 g | Mandarynka 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 Serek homo. naturalny 120 g (MLE) Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor koktajlowy 50 g | Mandarynka 150 g Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLUPSZ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynka soltysa wieprzowa, wędzona, parzona 40 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Sałata lodowa 20 g Sałata lodowa 20 g Pomidor koktajlowy 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 Schab pieczony w rękawie 40 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Sałata lodowa 20 g Pomidor koktajlowy 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml |
| | II ŚN | | | | | |
| | Obiad | Solferino (bez mleka) () SU 350 ml (GLUPSZ, SEL) Ryż na sypko 150 g Schab pieczony w rękawie 100 g Brokuł gotowany* 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT) Masło bez laktozy (82% tł.) 5 g (MLE b/LAK) Wędzona wieprzowa, parzona. szynka 100% mięsa op. 100g 0,25 szt Kalań gotowany* 50 g | Solferino () SU 350 ml (GLUPSZ, MLE, SEL) Ryż na sypko 150 g Mus z jabłek () z/c 150 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt | Solferino (bez glutenu) () SU 350 ml (MLE, SEL) Ryż na sypko 150 g Mus z jabłek () z/c 150 g Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE) Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt | Solferino (bez mleka) () 350 ml (GLUPSZ, SEL) Ryż na sypko 150 g Schab pieczony w rękawie 100 g Brokuł gotowany* 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt | Solferino (bez mleka i mleka) () 350 ml (SEL) Ryż na sypko 150 g Schab pieczony w rękawie 100 g 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 mieszany pszenno-żytni 80 g (GLUPSZ, GLU ŻYT) Masło bez laktozy (82% tł.) 20 g (MLE b/LAK) Ser żółty b/laktozy dojrzewający pl. Gouda 40 g (MLE b/LAK) Szynekka drobiowa, grubo rozdrobniona, parzona, niewędzona. op 100g 0,5 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT) Masło bez laktozy (82% tł.) 5 g (MLE b/LAK) Kielbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona, suszona op.90g 0,25 szt | Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLUPSZ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Twarożek 40 g (MLE) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g (SOJ) 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 (MLE) Szynkowa 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 (GLUPSZ, GLU ŻYT) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g (SOJ) 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 (JAJ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 50 g Rukola 10 g |
| PN | Serek homo waniliowy z laską wanilii bez laktozy 150g 1 szt (MLE b/LAK) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g | jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g | | Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt | | |
| | Wartość energetyczna: 2766.92 kcal; Białko ogółem: 117.87 g; Tłuszcz: 91.24 g; Kw. tł. nasy.: 50.00 g; Węglowodany ogółem: 377.46 g; W tym cukry: 58.02 g; Błonnik pok.: 26.71 g; Sól: 9.59 g; | Wartość energetyczna: 1885.08 kcal; Białko ogółem: 85.41 g; Tłuszcz: 43.98 g; Kw. tł. nasy.: 15.99 g; Węglowodany ogółem: 292.48 g; W tym cukry: 60.15 g; Błonnik pok.: 16.32 g; Sól: 4.78 g; | Wartość energetyczna: 1814.64 kcal; Białko ogółem: 61.43 g; Tłuszcz: 56.98 g; Kw. tł. nasy.: 16.99 g; Węglowodany ogółem: 268.94 g; W tym cukry: 61.57 g; Błonnik pok.: 15.10 g; Sól: 3.46 g; | Wartość energetyczna: 1812.04 kcal; Białko ogółem: 88.22 g; Tłuszcz: 55.33 g; Kw. tł. nasy.: 18.05 g; Węglowodany ogółem: 246.15 g; W tym cukry: 43.69 g; Błonnik pok.: 20.03 g; Sól: 7.02 g; | Wartość energetyczna: 1789.89 kcal; Białko ogółem: 83.96 g; Tłuszcz: 59.71 g; Kw. tł. nasy.: 17.36 g; Węglowodany ogółem: 233.09 g; W tym cukry: 42.82 g; Błonnik pok.: 15.84 g; Sól: 4.16 g; | |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-19 do dnia 2024-03-03 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 | |
|--------------------|--|--|--|--|--|--|--|
| 2024-02-27, wtorek | Śniadanie | Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt Dżem 25 g 1 szt Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLUPSZ.) Masło bez laktozy (82% tł.) 20 g (MLE b/LAK.) 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 (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło bez laktozy (82% tł.) 5 g (MLE b/LAK.) Szynek drobiowy, grubo rozdrobniona, parzona, niewędzona. op 100g 0,25 szt | Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt Kefir 2 % tł 200g 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLUPSZ.) Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLUPSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynek drobiowy, grubo rozdrobniona, parzona, niewędzona. op 100g 0,25 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml | Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt Kefir 2 % tł 200g 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Chleb bezglutenowy 80 g Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynek drobiowy, grubo rozdrobniona, parzona, niewędzona. op 100g 0,25 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml | Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt Dżem 25 g 1 szt Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLUPSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynek drobiowy, grubo rozdrobniona, parzona, niewędzona. op 100g 0,25 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml | Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt Dżem 25 g 1 szt Chleb bezglutenowy 80 g Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynek drobiowy, grubo rozdrobniona, parzona, niewędzona. op 100g 0,25 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml | Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt Dżem 25 g 1 szt Chleb bezglutenowy 80 g Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynek drobiowy, grubo rozdrobniona, parzona, niewędzona. op 100g 0,25 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml |
| | II ŚN | | | | | | |
| | Obiad | Wielowarzywna z ziemniakami (bez mleka) () SU 350 ml (GLUPSZ, SEL.) Ryż na sypko 150 g Gulasz wołowy - dieta 130 g (GLUPSZ.) Buraczki gotowane drobno tarte () 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło bez laktozy (82% tł.) 5 g (MLE b/LAK.) Kielbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona, suszona op.90g 0,25 szt Marchew gotowana z olejem () 50 g | Wielowarzywna z ziemniakami () SU 350 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU, JECZ.) Gulasz wołowy - dieta 130 g (GLUPSZ.) Buraczki gotowane drobno tarte() b/c 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt | Wielowarzywna z ziemniakami (bez glutenu) () SU 350 ml (MLE, SEL.) Ryż na sypko 150 g Gulasz wołowy (bezglutenu) - dieta 130 g Buraczki gotowane drobno tarte() b/c 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt | Wielowarzywna z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (GLUPSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU, JECZ.) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLUPSZ, JAJ.) Sos ziołowy () 100 ml (GLUPSZ, SEL.) Buraczki gotowane drobno tarte() b/c 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt | Wielowarzywna z ziemniakami (bez glutenu i mleka) () 350 ml (SEL.) Ryż na sypko 150 g Pulpet wieprzowy (bez glutenu) 100 g (JAJ.) Sos ziołowy (bez glutenu) () 100 ml (SEL.) Buraczki gotowane drobno tarte() b/c 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 (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło bez laktozy (82% tł.) 20 g (MLE b/LAK.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Szynek drobiowy, grubo rozdrobniona, parzona, niewędzona. op 100g 0,5 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło bez laktozy (82% tł.) 5 g (MLE b/LAK.) Wędzona wieprzowa, parzona. szynka 100% mięsa op. 100g 0,25 szt | Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLUPSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pasta z twarogu i tuńczyka SU 40 g (RYB, MLE.) Szynek drobiowy, grubo rozdrobniona, parzona, niewędzona. op 100g 0,5 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml | 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 i tuńczyka SU 40 g (RYB, MLE.) Szynek drobiowy, grubo rozdrobniona, parzona, niewędzona. op 100g 0,5 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml | Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Szynek drobiowy, grubo rozdrobniona, parzona, niewędzona. op 100g 0,5 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml | 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 (JAJ.) Szynek drobiowy, grubo rozdrobniona, parzona, niewędzona. op 100g 0,5 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml | |
| PN | Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 1 szt (MLE b/LAK.) Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt | Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt Wafle ryżowe 10 g | jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.) Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt | Wafle ryżowe 10 g Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt | | | |
| | Wartość energetyczna: 2683.85 kcal; Białko ogółem: 107.28 g; Tłuszcz: 93.73 g; Kw. tł. nasy.: 42.62 g; Węglowodany ogółem: 363.32 g; W tym cukry: 78.94 g; Błonnik pok.: 22.12 g; Sól: 9.16 g; | Wartość energetyczna: 1821.89 kcal; Białko ogółem: 87.76 g; Tłuszcz: 40.82 g; Kw. tł. nasy.: 13.64 g; Węglowodany ogółem: 283.90 g; W tym cukry: 90.22 g; Błonnik pok.: 17.66 g; Sól: 5.89 g; | Wartość energetyczna: 1970.30 kcal; Białko ogółem: 76.60 g; Tłuszcz: 65.41 g; Kw. tł. nasy.: 19.88 g; Węglowodany ogółem: 272.04 g; W tym cukry: 92.19 g; Błonnik pok.: 12.17 g; Sól: 4.19 g; | Wartość energetyczna: 1988.67 kcal; Białko ogółem: 82.70 g; Tłuszcz: 57.24 g; Kw. tł. nasy.: 18.68 g; Węglowodany ogółem: 295.54 g; W tym cukry: 78.70 g; Błonnik pok.: 20.45 g; Sól: 7.49 g; | Wartość energetyczna: 1985.55 kcal; Białko ogółem: 79.81 g; Tłuszcz: 70.33 g; Kw. tł. nasy.: 19.70 g; Węglowodany ogółem: 263.02 g; W tym cukry: 77.38 g; Błonnik pok.: 13.19 g; Sól: 4.17 g; | | |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-19 do dnia 2024-03-03 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 | |
|------------------|---|--|--|---|--|---|---|
| 2024-02-28 środa | Śniadanie | Jabłko pieczone 150 g Mleko b/laktozy 3,2% tł UHT 240 ml (MLE b/LAK) Platki kukurydziane 60 g Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLUPSZ) Masło bez laktozy (82% tł.) 20 g (MLE b/LAK) Kiełbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona, suszona op.90g 0,5 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT) Masło bez laktozy (82% tł.) 5 g (MLE b/LAK) Szynek drobiowy, grubo rozdrobniona, parzona, niewędzona. op 100g 0,25 szt | Mus z jabłek () z/c 90 g Ryż na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLUPSZ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynek drobiowy, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona, suszona op.90g 0,5 szt Serek homo o smaku waniliowym 120 g (MLE) Pomidor 50 g Mix салат 20 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 Serek homo o smaku waniliowym 120 g (MLE) Pomidor 50 g Mix салат 20 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 Serek homo o smaku waniliowym 120 g (MLE) Pomidor 50 g Mix салат 20 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 Serek homo o smaku waniliowym 120 g (MLE) Pomidor 50 g Mix салат 20 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 Serek homo o smaku waniliowym 120 g (MLE) Pomidor 50 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml |
| | II ŚN | | | | | | |
| | Obiad | Grysiówka () 350 ml (GLUPSZ, SEL) Ziemniaki () 200 g Filet z indyka gotowany 100 g Sos bazylkowy () 100 ml (GLUPSZ, SEL) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT) Masło bez laktozy (82% tł.) 5 g (MLE b/LAK) Kiełbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona, suszona op.90g 0,25 szt Kalafor gotowany* 50 g | Grysiówka () 350 ml (GLUPSZ, SEL) Ziemniaki () 200 g Filet z indyka pieczony 90 g Sos bazylkowy () 100 ml (GLUPSZ, SEL) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt | Ryżowa () 350 ml (MLE, SEL) Ziemniaki () 200 g Filet z indyka gotowany 100 g Sos bazylkowy (bez glutenu) () 100 ml (SEL) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt | Ryżowa (bez mleka) 350 ml (SEL) Ziemniaki () 200 g Filet z indyka gotowany 100 g Sos bazylkowy () 100 ml (GLUPSZ, SEL) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt | Ryżowa (bez mleka) 350 ml (SEL) Ziemniaki () 200 g Filet z indyka gotowany 100 g Sos bazylkowy (bez glutenu) () 100 ml (SEL) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt | Ryżowa (bez mleka) 350 ml (SEL) Ziemniaki () 200 g Filet z indyka gotowany 100 g Sos bazylkowy (bez glutenu) () 100 ml (SEL) 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 (GLUPSZ, GLU ŻYT) Masło bez laktozy (82% tł.) 20 g (MLE b/LAK) Szynek drobiowy, grubo rozdrobniona, parzona, niewędzona. op 100g 0,5 szt Ser żółty b/laktozy dojrzewający pl. Gouda 40 g (MLE b/LAK) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT) Masło bez laktozy (82% tł.) 5 g (MLE b/LAK) 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 (GLUPSZ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pierś delikatna z kurczaka, parzona z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Twaróg chudy 40 g (MLE) Salata zielona 20 g Pomidor koktajlowy 50 g | Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml 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 homo o smaku waniliowym 120 g (MLE) Pomidor koktajlowy 50 g | Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLUPSZ, GLU ŻYT) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Pierś delikatna z kurczaka, parzona z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Salata zielona 20 g Pomidor koktajlowy 50 g | Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml 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 homo o smaku waniliowym 120 g (MLE) Pomidor koktajlowy 50 g | Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml 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 homo o smaku waniliowym 120 g (MLE) Pomidor koktajlowy 50 g |
| PN | Serek wiejski ziarnisty bez laktozy 200g 1 szt (MLE b/LAK) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g | Serek homo o smaku waniliowym tubka 120g 1 szt (MLE) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g | Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g | Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g | Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g | Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g | |
| | Wartość energetyczna: 2895.16 kcal; Białko ogółem: 135.36 g; Tłuszcz: 94.42 g; Kw. tł. nasy.: 54.88 g; Węglowodany ogółem: 381.76 g; W tym cukry: 56.06 g; Błonnik pok.: 24.84 g; Sól: 11.18 g; | Wartość energetyczna: 1931.12 kcal; Białko ogółem: 111.83 g; Tłuszcz: 35.57 g; Kw. tł. nasy.: 13.28 g; Węglowodany ogółem: 295.95 g; W tym cukry: 62.94 g; Błonnik pok.: 15.57 g; Sól: 5.88 g; | Wartość energetyczna: 1823.31 kcal; Białko ogółem: 82.05 g; Tłuszcz: 54.72 g; Kw. tł. nasy.: 14.62 g; Węglowodany ogółem: 251.36 g; W tym cukry: 56.23 g; Błonnik pok.: 12.45 g; Sól: 4.59 g; | Wartość energetyczna: 1737.70 kcal; Białko ogółem: 85.74 g; Tłuszcz: 46.55 g; Kw. tł. nasy.: 15.71 g; Węglowodany ogółem: 248.50 g; W tym cukry: 38.86 g; Błonnik pok.: 18.02 g; Sól: 7.17 g; | Wartość energetyczna: 1731.09 kcal; Białko ogółem: 77.29 g; Tłuszcz: 53.25 g; Kw. tł. nasy.: 15.38 g; Węglowodany ogółem: 235.95 g; W tym cukry: 37.90 g; Błonnik pok.: 13.79 g; Sól: 4.65 g; | Wartość energetyczna: 1731.09 kcal; Białko ogółem: 77.29 g; Tłuszcz: 53.25 g; Kw. tł. nasy.: 15.38 g; Węglowodany ogółem: 235.95 g; W tym cukry: 37.90 g; Błonnik pok.: 13.79 g; Sól: 4.65 g; | |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-19 do dnia 2024-03-03 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 |
|---------------------|-----------|--|---|--|--|---|
| 2024-02-29 czwartek | Śniadanie | Banan 1szt. 1 szt Dżem 25 g 1 szt Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLUPSZ.) Masło bez laktozy (82% tł.) 20 g (MLE b/LAK.) Parówki z fileta z kurczaka wyrób drobiowy homogenizowany, wędzony, parzony bez osłonki 100 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło bez laktozy (82% tł.) 5 g (MLE b/LAK.) 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 Dżem 25 g 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLUPSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Ser mozzarella kulki 25 g (MLE.) Szynka sofyśa wieprzowa, wędzona, parzona 40 g Sałata lodowa 20 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml | Banan 1szt. 1 szt Dżem 25 g 1 szt Chleb bezglutenowy 80 g Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Ser mozzarella kulki 25 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Sałata lodowa 20 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml | Banan 1szt. 1 szt Dżem 25 g 1 szt Bułka pszenno długa krojona 30 g (GLUPSZ.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata lodowa 20 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml | Banan 1szt. 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 (JAJ.) Sałata lodowa 20 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml |
| | Obiad | Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () SU 350 ml (GLUPSZ, SEL.) Makaron 150 g (GLUPSZ.) Gulasz z mięsa wieprzowego SU 130 g (GLUPSZ.) Brokuł gotowany* 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło bez laktozy (82% tł.) 5 g (MLE b/LAK.) Kielbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona, suszona op.90g 0,25 szt Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 50 g (SEL.) | Barszcz czerwony z ziemniakami () SU 350 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Makaron 150 g (GLUPSZ.) Gulasz z mięsa wieprzowego SU dieta 130 g (GLUPSZ.) Brokuł gotowany* 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt | Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu) () SU 350 ml (MLE, SEL.) Makaron bezglutenowy 150 g Gulasz wieprzowy (bez glutenu) 130 g Brokuł gotowany* 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt | Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () SU 350 ml (GLUPSZ, SEL.) Makaron 150 g (GLUPSZ.) Gulasz z mięsa wieprzowego SU 130 g (GLUPSZ.) Brokuł gotowany* 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt | Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu i mleka) () SU 350 ml (SEL.) Makaron bezglutenowy 150 g Gulasz wieprzowy (bez glutenu) 130 g Brokuł gotowany* 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt |
| | Kolejacja | Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło bez laktozy (82% tł.) 20 g (MLE b/LAK.) Schab pieczony w rękawie 100 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło bez laktozy (82% tł.) 5 g (MLE b/LAK.) 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 80 g (GLUPSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Poleđwica premium- wędlna dr. średnio rozd. 40 g (SOJ.) Twarożek 40 g (MLE.) 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 kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pasta z twarogu z koperkiem 40 g (MLE.) Pomidor 50 g Rukola 10 g | Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Poleđwica premium- wędlna dr. średnio rozd. 40 g (SOJ.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ.) 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 Schab pieczony w rękawie 40 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 50 g Rukola 10 g |
| | PN | Serek naturalny Bieluch 150g bez laktozy 1 szt (MLE b/LAK.) Wafle ryżowe 10 g | Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g | Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE.) Wafle ryżowe 10 g | Wafle ryżowe 10 g Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt | |
| | | Wartość energetyczna: 2927.81 kcal; Białko ogółem: 131.95 g; Tłuszcz: 109.59 g; Kw. tł. nasy.: 48.30 g; Węglowodany ogółem: 365.54 g; W tym cukry: 85.23 g; Błonnik pok.: 24.90 g; Sól: 9.08 g; | Wartość energetyczna: 1879.45 kcal; Białko ogółem: 90.13 g; Tłuszcz: 54.90 g; Kw. tł. nasy.: 18.51 g; Węglowodany ogółem: 261.08 g; W tym cukry: 51.66 g; Błonnik pok.: 17.10 g; Sól: 5.73 g; | Wartość energetyczna: 2004.37 kcal; Białko ogółem: 68.96 g; Tłuszcz: 71.31 g; Kw. tł. nasy.: 24.82 g; Węglowodany ogółem: 278.43 g; W tym cukry: 83.40 g; Błonnik pok.: 16.77 g; Sól: 3.99 g; | Wartość energetyczna: 2050.56 kcal; Białko ogółem: 84.00 g; Tłuszcz: 67.45 g; Kw. tł. nasy.: 19.43 g; Węglowodany ogółem: 284.04 g; W tym cukry: 79.31 g; Błonnik pok.: 20.71 g; Sól: 6.78 g; | Wartość energetyczna: 2019.64 kcal; Białko ogółem: 75.36 g; Tłuszcz: 67.60 g; Kw. tł. nasy.: 18.83 g; Węglowodany ogółem: 283.41 g; W tym cukry: 80.18 g; Błonnik pok.: 18.45 g; Sól: 3.45 g; |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-19 do dnia 2024-03-03 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 |
|-------------------|---|--|--|---|---|---|
| 2024-03-01 piątek | Śniadanie | Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt Dżem 25 g 1 szt Mleko b/laktozy 3,2% tł UHT 240 ml (MLE b/LAK.) Płatki kukurydziane 60 g Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLUPSZ.) Masło bez laktozy (82% tł.) 20 g (MLE b/LAK.) Ser żółty b/laktozy dojrzewający pl. Gouda 40 g (MLE b/LAK.) Kielbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona, suszona op.90g 0,5 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło bez laktozy (82% tł.) 5 g (MLE b/LAK.) 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 (GLUPSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLUPSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Serek homo. naturalny 120 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ.) Pomidor 50 g Roszponka 10 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 Serek homo. naturalny 120 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ.) Pomidor 50 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml | Melon 150 g Dżem 25 g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLUPSZ.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Pierś delikatna z kurzej pólki 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 (SOJ.) Pomidor 50 g Roszponka 10 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 Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ.) Pomidor 50 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml |
| | II SN | | | | | |
| | Obiad | Kalafiorowa z ryżem (bez mleka) () SU 350 ml (SEL.) Ziemniaki () 200 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos jarzynowy () 100 ml (GLUPSZ, SEL.) Warzywa po grecku () 150 g (GLUPSZ, SEL.) Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło bez laktozy (82% tł.) 5 g (MLE b/LAK.) Kielbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona, suszona op.90g 0,25 szt Marchew gotowana z olejem () 50 g | Kalafiorowa z ryżem () SU 350 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki () 200 g Łosoś pieczony SU 100 g (RYB.) Sos cytrynowy SU 100 ml (GLUPSZ, MLE.) Warzywa po grecku () (dieta SU bez koncentratu) 150 g (GLUPSZ, SEL.) Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt | Koperkowa z ryżem () SU 350 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki () 200 g Łosoś pieczony SU 100 g (RYB.) Sos cytrynowy (bez glutenu) 100 ml (MLE.) Warzywa po grecku (bez glutenu) () 150 g (SEL.) Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt | Kalafiorowa z ryżem (bez mleka) () 350 ml (SEL.) Ziemniaki () 200 g Łosoś pieczony SU 100 g (RYB.) Sos cytrynowy (bez mleka) 100 ml (GLUPSZ.) Warzywa po grecku () 150 g (GLUPSZ, SEL.) Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt | Kalafiorowa z ryżem (bez mleka) () 350 ml (SEL.) Ziemniaki () 200 g Łosoś pieczony SU 100 g (RYB.) Sos cytrynowy (bez glutenu i mleka) 100 ml Warzywa po grecku (bez glutenu) () 150 g (SEL.) 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 (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło bez laktozy (82% tł.) 20 g (MLE b/LAK.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Wędzona wieprzowa, parzona. szynka 100% mięsa op. 100g 0,5 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło bez laktozy (82% tł.) 5 g (MLE b/LAK.) 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 (GLUPSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Twaróg chudy 40 g (MLE.) 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 Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata lodowa 20 g Pomidoroki koktajlowe 50 g | Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Sałata lodowa 20 g Pomidoroki 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 Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Sałata lodowa 20 g Pomidoroki koktajlowe 50 g |
| PN | Serek wiejski ziarnisty bez laktozy 200g 1 szt (MLE b/LAK.) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 10 g | Serek Almette mini 30g 1 szt (MLE.) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 10 g | | Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 10 g Miód (25g) 1 szt | | |
| | Wartość energetyczna: 3044.61 kcal; Białko ogółem: 141.62 g; Tłuszcz: 99.33 g; Kw. tł. nasy.: 55.28 g; Węglowodany ogółem: 408.58 g; W tym cukry: 78.88 g; Błonnik pok.: 32.97 g; Sól: 12.08 g; | Wartość energetyczna: 2121.61 kcal; Białko ogółem: 110.94 g; Tłuszcz: 60.80 g; Kw. tł. nasy.: 17.87 g; Węglowodany ogółem: 294.68 g; W tym cukry: 73.70 g; Błonnik pok.: 21.85 g; Sól: 5.87 g; | Wartość energetyczna: 2052.08 kcal; Białko ogółem: 85.63 g; Tłuszcz: 83.42 g; Kw. tł. nasy.: 21.38 g; Węglowodany ogółem: 246.82 g; W tym cukry: 54.96 g; Błonnik pok.: 16.63 g; Sól: 3.34 g; | Wartość energetyczna: 2025.37 kcal; Białko ogółem: 86.07 g; Tłuszcz: 71.00 g; Kw. tł. nasy.: 17.63 g; Węglowodany ogółem: 272.32 g; W tym cukry: 55.17 g; Błonnik pok.: 21.29 g; Sól: 7.30 g; | Wartość energetyczna: 1991.07 kcal; Białko ogółem: 78.99 g; Tłuszcz: 75.07 g; Kw. tł. nasy.: 17.21 g; Węglowodany ogółem: 257.56 g; W tym cukry: 54.21 g; Błonnik pok.: 16.97 g; Sól: 4.38 g; | |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-19 do dnia 2024-03-03 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 |
|----------------------|--|--|---|---|---|--|
| 2024-03-03 niedziela | Śniadanie | Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ) Masło bez laktozy (82% tł.) 20 g (MLE b/LAK) Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 1 szt (MLE b/LAK) 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło bez laktozy (82% tł.) 5 g (MLE b/LAK) Szynek drobiowy, grubo rozdrobniona, parzona, niewędzona. op 100g 0,25 szt | Mus z jabłek () z/c 90 g Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ) Twarożek 40 g (MLE) 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 Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ) Twarożek 40 g (MLE) Sałata lodowa 20 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml | Mandarynka 150 g Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ) Piersz delikatna z kurzej polki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g 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 Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ) Schab pieczony w rękawie 40 g Sałata lodowa 20 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml |
| | II SN | | | | | |
| | Obiad | Pomidorowa z makaronem (bez mleka) () SU 350 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL) Brokuł gotowany* 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło bez laktozy (82% tł.) 5 g (MLE b/LAK) Kielbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona, suszona op.90g 0,25 szt Bukiet warzyw gotowanych królewski* 50 g | Pomidorowa z makaronem () SU 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki () 200 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos własny (bez glutenu) 100 ml Brokuł gotowany* 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt | Pomidorowa z makaronem (bez glutenu) ()SU 350 ml (MLE, SEL) Ziemniaki () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Brokuł gotowany* 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt | Pomidorowa z makaronem (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL) Brokuł gotowany* 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt | Pomidorowa z makaronem (bez glutenu i mleka) () 350 ml (SEL) Ziemniaki () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny (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 (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło bez laktozy (82% tł.) 20 g (MLE b/LAK) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Szynek drobiowy, grubo rozdrobniona, parzona, niewędzona. op 100g 0,5 szt Dżem 25 g 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Kielbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona, suszona op.90g 0,25 szt Masło bez laktozy (82% tł.) 5 g (MLE b/LAK) | Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Serek homo. naturalny 40 g (MLE) 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 (JAJ) 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 mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) 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 (JAJ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Dżem 25 g 1 szt Pomidor 50 g Rukola 10 g |
| PN | Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt (SOJ) | Serek Almette mini 30g 1 szt (MLE) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g | Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g Serek Almette mini 30g 1 szt (MLE) | Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt | | |
| | Wartość energetyczna: 2595.23 kcal; Białko ogółem: 118.62 g; Tłuszcz: 83.56 g; Kw. tł. nasy.: 45.02 g; Węglowodany ogółem: 352.34 g; W tym cukry: 62.58 g; Błonnik pok.: 23.83 g; Sól: 8.44 g; | Wartość energetyczna: 1787.12 kcal; Białko ogółem: 85.34 g; Tłuszcz: 47.10 g; Kw. tł. nasy.: 17.45 g; Węglowodany ogółem: 265.73 g; W tym cukry: 48.21 g; Błonnik pok.: 18.66 g; Sól: 8.44 g; | Wartość energetyczna: 1837.66 kcal; Białko ogółem: 82.82 g; Tłuszcz: 64.68 g; Kw. tł. nasy.: 22.28 g; Węglowodany ogółem: 238.08 g; W tym cukry: 55.31 g; Błonnik pok.: 15.97 g; Sól: 4.31 g; | Wartość energetyczna: 1853.99 kcal; Białko ogółem: 95.64 g; Tłuszcz: 51.83 g; Kw. tł. nasy.: 17.20 g; Węglowodany ogółem: 261.48 g; W tym cukry: 54.29 g; Błonnik pok.: 21.86 g; Sól: 7.33 g; | Wartość energetyczna: 1823.60 kcal; Białko ogółem: 87.24 g; Tłuszcz: 57.86 g; Kw. tł. nasy.: 16.92 g; Węglowodany ogółem: 244.72 g; W tym cukry: 53.09 g; Błonnik pok.: 17.67 g; Sól: 4.41 g; | |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-19 do dnia 2024-03-03 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 |
|-------------------------|---|--|--|--|--|--|
| 2024-02-19 poniedziałek | Sniadanie | Płynna mleczna! 900 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml | Drożdżówka z serem 80g 1 szt Miód (25g) 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Płatki pszenne 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>) Hummus 40 g (<u>SEZ,</u>) Sałata lodowa 20 g Pomidorki koktajlowe 50 g | Drożdżówka z serem 80g 1 szt Miód (25g) 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Płatki pszenne 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 kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Serek homo. naturalny 120 g (<u>MLE,</u>) Sałata lodowa 20 g Pomidorki koktajlowe 50 g | Drożdżówka z serem 80g 1 szt Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt Miód (25g) 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Płatki pszenne 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 Hummus 40 g (<u>SEZ,</u>) Serek homo. naturalny 120 g (<u>MLE,</u>) Sałata lodowa 20 g Pomidorki koktajlowe 50 g | Drożdżówka z serem 80g 1 szt Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt Miód (25g) 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Płatki pszenne 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 kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Serek homo. naturalny 120 g (<u>MLE,</u>) Pomidorki koktajlowe 50 g Sałata lodowa 20 g |
| | II ŚN | | | | | |
| | Obiad | Płynna mięsna! 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 () dieta 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Twaróg półtłusty 120 g (<u>MLE,</u>) jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE,</u>) Surówka z marchwi z olejem () 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt | Dyniowa z ziemniakami () dieta 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron pełnoziarnisty 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 150 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) | Dyniowa z ziemniakami () dieta 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Surówka z marchwi z olejem () 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) | |
| | PD | | | | | |
| | Kolacja | Płynna mięsna! 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>) Ser mozzarella 40 g (<u>MLE,</u>) Ogórek kiszony 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>) Pierś delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Ogórek kiszony 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>) Pierś delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Chrzan 30 g (<u>MLE, S02,</u>) Ogórek kiszony 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>) Pierś delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Sałatka z pomidorów z natką pietruszki 50 g Rukola 10 g |
| PN | Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) | Serek Almette mini 30g 1 szt (<u>MLE,</u>) Wafle ryżowe 10 g | | | | |
| | Wartość energetyczna: 2362.14 kcal; Białko ogółem: 123.26 g; Tłuszcz: 96.58 g; Kw. tł. nasy.: 38.78 g; Węglowodany ogółem: 255.46 g; W tym cukry: 149.77 g; Błonnik pok.: 11.72 g; Sól: 2.98 g; | Wartość energetyczna: 2461.36 kcal; Białko ogółem: 108.59 g; Tłuszcz: 93.85 g; Kw. tł. nasy.: 28.53 g; Węglowodany ogółem: 304.63 g; W tym cukry: 60.53 g; Błonnik pok.: 24.10 g; Sól: 5.59 g; | Wartość energetyczna: 2314.43 kcal; Białko ogółem: 108.27 g; Tłuszcz: 76.38 g; Kw. tł. nasy.: 28.26 g; Węglowodany ogółem: 307.86 g; W tym cukry: 60.62 g; Błonnik pok.: 22.18 g; Sól: 7.18 g; | Wartość energetyczna: 2562.19 kcal; Białko ogółem: 112.20 g; Tłuszcz: 87.35 g; Kw. tł. nasy.: 27.82 g; Węglowodany ogółem: 332.68 g; W tym cukry: 80.34 g; Błonnik pok.: 25.29 g; Sól: 7.33 g; | Wartość energetyczna: 2527.48 kcal; Białko ogółem: 112.53 g; Tłuszcz: 80.04 g; Kw. tł. nasy.: 27.24 g; Węglowodany ogółem: 345.55 g; W tym cukry: 83.47 g; Błonnik pok.: 23.17 g; Sól: 7.16 g; | |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-19 do dnia 2024-03-03 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 |
|-------------------|---|--|--|--|---|---|
| 2024-02-20 wtorek | Śniadanie | Płynna mleczna! 900 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml | Melon 150 g Kefir 2 % tł 200g 1 szt (<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 Ser topiony 25g 1 szt (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 40 g (<u>MLE,</u>) Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Papryka świeża 50 g | Melon 150 g Kefir 2 % tł 200g 1 szt (<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 Szynka softysa wieprzowa, wędzona, parzona 40 g Pasta z twarogu z koperkiem 40 g (<u>MLE,</u>) Roszponka 10 g Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml | Melon 150 g Kefir 2 % tł 200g 1 szt (<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 Szynka softysa wieprzowa, wędzona, parzona 40 g Ser topiony 25g 1 szt (<u>MLE,</u>) Roszponka 10 g Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml | Melon 150 g Kefir 2 % tł 200g 1 szt (<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 Szynka softysa wieprzowa, wędzona, parzona 40 g Pasta z twarogu z koperkiem 40 g (<u>MLE,</u>) Roszponka 10 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml |
| | II SN | | | | | |
| | Obiad | Płynna mięsna! 700 g (<u>JAJ, SEL,</u>) Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) | Brokułowa z ziemniakami () SU 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kasza bulgur 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kotlety sojowe 100 g (<u>SOJ,</u>) Sos meksykański 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Surówka z kapusty białej z olejem () 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt | Brokułowa z ziemniakami () SU 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kasza bulgur 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos meksykański 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Surówka z kapusty białej z olejem () 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt | Brokułowa z ziemniakami () SU 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kasza bulgur 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos meksykański 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Surówka z kapusty białej z olejem () 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt Jabłko 150 g | Brokułowa z ziemniakami () SU 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kasza bulgur 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kalafor gotowany* 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt Jabłko 150 g |
| | PD | | | | | |
| | Kolacja | Płynna mięsna! 700 g (<u>JAJ, SEL,</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) | Kawa zbożowa z mlekiem z/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 Tofu 40 g (<u>SOJ,</u>) Twaróg chudy 40 g (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 20 g Sałatka z pomidorów i koperku 50 g | Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Poledwica premium- wędlna dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ,</u>) Twaróg chudy 40 g (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 20 g Sałatka z pomidorów i koperku 50 g | Kawa zbożowa z mlekiem z/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 Poledwica premium- wędlna dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ,</u>) Twaróg chudy 40 g (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 1 szt Sałata lodowa 20 g Sałatka z pomidorów i koperku 50 g | Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Poledwica premium- wędlna dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ,</u>) Twaróg chudy 40 g (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 1 szt Sałata lodowa 20 g Pomidor 50 g |
| PN | Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) | Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g | | | | |
| | Wartość energetyczna: 2368.14 kcal; Białko ogółem: 134.96 g; Tłuszcz: 93.58 g; Kw. tł. nasy.: 36.99 g; Węglowodany ogółem: 252.31 g; W tym cukry: 149.62 g; Błonnik pok.: 11.72 g; Sól: 2.89 g; | Wartość energetyczna: 2292.56 kcal; Białko ogółem: 111.26 g; Tłuszcz: 72.73 g; Kw. tł. nasy.: 19.73 g; Węglowodany ogółem: 302.27 g; W tym cukry: 92.36 g; Błonnik pok.: 32.16 g; Sól: 4.54 g; | Wartość energetyczna: 2350.09 kcal; Białko ogółem: 125.30 g; Tłuszcz: 74.07 g; Kw. tł. nasy.: 23.42 g; Węglowodany ogółem: 300.22 g; W tym cukry: 92.37 g; Błonnik pok.: 22.89 g; Sól: 6.83 g; | Wartość energetyczna: 2406.69 kcal; Białko ogółem: 122.92 g; Tłuszcz: 77.89 g; Kw. tł. nasy.: 22.43 g; Węglowodany ogółem: 311.01 g; W tym cukry: 105.49 g; Błonnik pok.: 28.29 g; Sól: 6.63 g; | Wartość energetyczna: 2302.00 kcal; Białko ogółem: 124.78 g; Tłuszcz: 68.11 g; Kw. tł. nasy.: 22.99 g; Węglowodany ogółem: 302.68 g; W tym cukry: 96.94 g; Błonnik pok.: 23.00 g; Sól: 6.55 g; | |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-19 do dnia 2024-03-03 DAL 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 |
|------------------|---|--|---|--|---|--|
| 2024-02-21 środa | Śniadanie | Płynna mleczna! 900 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml | Kiwi (g) 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Kasza kukurydziana 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 Ser mozzarella kulki 25 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE</u>) Sałata lodowa 20 g Pomidorki koktajlowe 50 g | Kiwi (g) 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Kasza kukurydziana 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 Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ</u>) Ser mozzarella kulki 25 g (<u>MLE</u>) Sałata lodowa 20 g Pomidorki koktajlowe 50 g | Kiwi (g) 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Kasza kukurydziana 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 Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE</u>) Sałata lodowa 20 g Pomidorki koktajlowe 50 g | Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Kasza kukurydziana 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 Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ</u>) Ser mozzarella kulki 25 g (<u>MLE</u>) Sałata lodowa 20 g Pomidorki koktajlowe 50 g |
| | II ŚN | | | | | |
| | Obiad | Płynna mięsna! 700 g (<u>JAJ, SEL</u>) Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) | Jarzynowa z makaronem dieta () SU 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki () 200 g Kotlet z jaj 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem () 150 g (<u>SEL</u>) Surówka z marchwi 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>) Ziemniaki () 200 g Dramstik z kurczaka gotowany 150 g Marchew gotowana z olejem () 150 g Surówka z selera i jabłka z olejem () 150 g (<u>SEL</u>) Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt | Jarzynowa z makaronem dieta () SU 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki () 200 g Dramstik z kurczaka gotowany 150 g Surówka z marchwi z olejem () 150 g Surówka z selera i jabłka z olejem () 150 g (<u>SEL</u>) Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE</u>) | Jarzynowa z makaronem dieta () SU 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki () 200 g Dramstik z kurczaka gotowany 150 g Sos pietruszkowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Surówka z marchwi z olejem () 150 g Surówka z selera i jabłka z olejem () 150 g (<u>SEL</u>) Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE</u>) Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt |
| | PD | | | | | |
| | Kolejca | Płynna mięsna! 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 ki M 1 szt (<u>JAJ</u>) Twaróg półtłusty 40 g (<u>MLE</u>) Ogórek kiszony 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>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pasta z twarogu i tuńczyka SU 40 g (<u>RYB, MLE</u>) Ogórek kiszony 50 g Mix салат 20 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 Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pasta z twarogu i tuńczyka SU 40 g (<u>RYB, MLE</u>) Ogórek kiszony 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>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pasta z twarogu i tuńczyka SU 40 g (<u>RYB, MLE</u>) Pomidor 50 g Mix салат 20 g |
| PN | Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) | Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9g | Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9g Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (<u>MLE</u>) | Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9g | | |
| | Wartość energetyczna: 2362.14 kcal; Białko ogółem: 123.26 g; Tłuszcz: 96.58 g; Kw. tł. nasy.: 38.78 g; Węglowodany ogółem: 255.46 g; W tym cukry: 149.77 g; Błonnik pok.: 11.72 g; Sól: 2.98 g; | Wartość energetyczna: 2505.73 kcal; Białko ogółem: 108.03 g; Tłuszcz: 98.39 g; Kw. tł. nasy.: 34.27 g; Węglowodany ogółem: 314.78 g; W tym cukry: 76.01 g; Błonnik pok.: 36.92 g; Sól: 7.55 g; | Wartość energetyczna: 2379.26 kcal; Białko ogółem: 121.76 g; Tłuszcz: 83.53 g; Kw. tł. nasy.: 27.63 g; Węglowodany ogółem: 299.77 g; W tym cukry: 77.62 g; Błonnik pok.: 34.51 g; Sól: 8.58 g; | Wartość energetyczna: 2629.32 kcal; Białko ogółem: 135.35 g; Tłuszcz: 95.83 g; Kw. tł. nasy.: 34.75 g; Węglowodany ogółem: 322.74 g; W tym cukry: 99.86 g; Błonnik pok.: 35.58 g; Sól: 9.12 g; | Wartość energetyczna: 2613.51 kcal; Białko ogółem: 128.45 g; Tłuszcz: 89.47 g; Kw. tł. nasy.: 29.95 g; Węglowodany ogółem: 338.39 g; W tym cukry: 106.54 g; Błonnik pok.: 34.60 g; Sól: 8.02 g; | |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-19 do dnia 2024-03-03 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 |
|---------------------|---|--|---|---|--|---|
| 2024-02-22 czwartek | Śniadanie | Płynna mleczna! 900 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml | Banan 150 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) 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 Ser topiony 25g 1 szt (<u>MLE</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 z/c 250 ml | Banan 150 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) 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 Piersz delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 120 g (<u>MLE</u>) Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 50 g | Banan 150 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 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 Piersz delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g 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 | Banan 150 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) 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 Piersz delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g 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 |
| | II ŚN | | | | | |
| | Obiad | Płynna mięsna! 700 g (<u>JAJ, SEL</u>) Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt Jogurt naturalny 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>) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (<u>GLU JECZ</u>) Zrazik wieprzowy gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>) Brokuł gotowany* 150 g Surówka wielowarzynna z olejem () 150 g (<u>SEL</u>) Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt | 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 100 ml (<u>GLU PSZ</u>) Brokuł gotowany* 150 g Surówka wielowarzynna z olejem () 150 g (<u>SEL</u>) Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt Sałatka tęczowa () (bez majonezu) 150 g (<u>JAJ, MLE</u>) | 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 100 ml (<u>GLU PSZ</u>) Brokuł gotowany* 150 g Marchew gotowana z olejem () 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>) |
| | PD | | | | | |
| | Kolacja | Płynna mięsna! 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 Ser żółty 40 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 40 g (<u>MLE</u>) Pomidor 50 g 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 Szynka softysa wieprzowa, wędzona, parzona 40 g Pasta z twarogu z koperkiem 40 g (<u>MLE</u>) Pomidor 50 g 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 2 szt Szynka softysa wieprzowa, wędzona, parzona 40 g Ser żółty 40 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>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynka softysa wieprzowa, wędzona, parzona 40 g Pasta z twarogu z koperkiem 40 g (<u>MLE</u>) Pomidor 50 g Sałata lodowa 20 g |
| | PN | Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) | Deser Berliśko malina- wiśnia 200G 1 szt (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, SOJ</u>) | | | |
| | Wartość energetyczna: 2362.14 kcal; Białko ogółem: 123.26 g; Tłuszcz: 96.58 g; Kw. tł. nasy.: 38.78 g; Węglowodany ogółem: 255.46 g; W tym cukry: 149.77 g; Błonnik pok.: 11.72 g; Sól: 2.98 g; | Wartość energetyczna: 2414.00 kcal; Białko ogółem: 93.11 g; Tłuszcz: 85.32 g; Kw. tł. nasy.: 29.80 g; Węglowodany ogółem: 324.83 g; W tym cukry: 102.04 g; Błonnik pok.: 33.69 g; Sól: 5.33 g; | Wartość energetyczna: 2421.18 kcal; Białko ogółem: 108.62 g; Tłuszcz: 75.97 g; Kw. tł. nasy.: 26.08 g; Węglowodany ogółem: 338.53 g; W tym cukry: 108.00 g; Błonnik pok.: 25.55 g; Sól: 7.60 g; | Wartość energetyczna: 2683.47 kcal; Białko ogółem: 126.40 g; Tłuszcz: 97.08 g; Kw. tł. nasy.: 38.51 g; Węglowodany ogółem: 342.96 g; W tym cukry: 110.90 g; Błonnik pok.: 30.25 g; Sól: 9.04 g; | Wartość energetyczna: 2505.99 kcal; Białko ogółem: 113.50 g; Tłuszcz: 77.21 g; Kw. tł. nasy.: 27.34 g; Węglowodany ogółem: 354.08 g; W tym cukry: 117.36 g; Błonnik pok.: 29.15 g; Sól: 7.52 g; | |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-19 do dnia 2024-03-03 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 |
|-------------------|---|--|---|---|---|---|
| 2024-02-23 piątek | Śniadanie | Płynna mleczna! 900 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml | Jabłko 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 Ser mozzarella kulki 25 g (<u>MLE,</u>) Serek homo. naturalny 120 g (<u>MLE,</u>) Sałata zielona 20 g Pomidorki koktajlowe 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml | Jabłko 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 Ser mozzarella kulki 25 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidorki koktajlowe 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml | Jabłko 150 g Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml 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 Ser mozzarella kulki 25 g (<u>MLE,</u>) Sałata zielona 20 g Pomidorki koktajlowe 50 g | Jabłko 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 Ser mozzarella kulki 25 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Sałata zielona 20 g Pomidorki koktajlowe 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml |
| | II ŚN | | | | | |
| | Obiad | Płynna mięsna! 700 g (<u>JAJ, SEL,</u>) Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) | Szpinakowa z zacierką () SU 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki () 200 g Kotlet z cieciorki i pieczarek 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 150 g (<u>SEL,</u>) Sałatka 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 () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) SU 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 150 g (<u>SEL,</u>) Sałatka 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 () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) SU 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 150 g (<u>SEL,</u>) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt Ciasto drożdżowe 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2,</u>) | Szpinakowa z zacierką () SU 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) SU 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 150 g (<u>SEL,</u>) Kalafior gotowany* 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt Ciasto drożdżowe 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2,</u>) |
| | PD | | | | | |
| | Kolacja | Płynna mięsna! 700 g (<u>JAJ, SEL,</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) | Kawa zbożowa z mlekiem z/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 Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Ser topiony 25g 1 szt (<u>MLE,</u>) Papryka świeża 50 g Rukola 10 g | Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) 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>) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ,</u>) Papryka świeża 50 g Rukola 10 g | Kawa zbożowa z mlekiem z/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 Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ,</u>) Chrzan 30 g (<u>MLE, SO2,</u>) Papryka świeża 50 g Rukola 10 g | Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) 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>) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor 50 g Rukola 10 g |
| PN | Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) | | Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Podplomyki b/c 9 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) | | | |
| | Wartość energetyczna: 2362.14 kcal; Białko ogółem: 123.26 g; Tłuszcz: 96.58 g; Kw. tł. nasy.: 38.78 g; Węglowodany ogółem: 255.46 g; W tym cukry: 149.77 g; Błonnik pok.: 11.72 g; Sól: 2.98 g; | Wartość energetyczna: 2586.24 kcal; Białko ogółem: 108.37 g; Tłuszcz: 93.61 g; Kw. tł. nasy.: 23.96 g; Węglowodany ogółem: 341.58 g; W tym cukry: 97.99 g; Błonnik pok.: 39.65 g; Sól: 5.42 g; | Wartość energetyczna: 2385.60 kcal; Białko ogółem: 106.72 g; Tłuszcz: 77.74 g; Kw. tł. nasy.: 24.66 g; Węglowodany ogółem: 328.27 g; W tym cukry: 97.43 g; Błonnik pok.: 30.78 g; Sól: 7.91 g; | Wartość energetyczna: 2731.80 kcal; Białko ogółem: 117.26 g; Tłuszcz: 89.81 g; Kw. tł. nasy.: 26.83 g; Węglowodany ogółem: 376.79 g; W tym cukry: 97.31 g; Błonnik pok.: 34.99 g; Sól: 8.64 g; | Wartość energetyczna: 2669.60 kcal; Białko ogółem: 115.26 g; Tłuszcz: 85.67 g; Kw. tł. nasy.: 26.55 g; Węglowodany ogółem: 371.06 g; W tym cukry: 89.20 g; Błonnik pok.: 31.00 g; Sól: 8.66 g; | |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-19 do dnia 2024-03-03 DZIET 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 |
|-------------------|---|---|---|---|---|---|
| 2024-02-24 sobota | Śniadanie | Płynna mleczna! 900 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml | Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenno-żytnia 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 kiszony 50 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml | Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenno-żytnia krojona 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Poledwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ,</u>) Twaróg chudy 40 g (<u>MLE,</u>) Ogórek kiszony 50 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml | Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml 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 Poledwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ,</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE,</u>) Ogórek kiszony 50 g Roszponka 10 g | Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenno-żytnia krojona 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Poledwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ,</u>) 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 SN | | | | | |
| | Obiad | Płynna mięsna! 700 g (<u>JAJ, SEL,</u>) Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) | Koperkowa z ryżem () SU 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki () 200 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 0,5l 1 szt | Koperkowa z ryżem () SU 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos jarzynowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Brokuł gotowany* 150 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt | | Koperkowa z ryżem () SU 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos jarzynowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Brokuł gotowany* 150 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt Mieszanka studencka 30 g (<u>OZI, ORZ,</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) |
| | PD | | | | | |
| | Kolacja | Płynna mięsna! 700 g (<u>JAJ, SEL,</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) | Kawa zbożowa z mlekiem z/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 40 g (<u>MLE,</u>) Hummus 40 g (<u>SEZ,</u>) Sałata lodowa 20 g Pomidor 50 g | Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) 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>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 120 g (<u>MLE,</u>) Sałata lodowa 20 g Pomidor 50 g | Kawa zbożowa z mlekiem z/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 Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ,</u>) Hummus 40 g (<u>SEZ,</u>) Pomidor 50 g Sałata lodowa 20 g | Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) 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>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 120 g (<u>MLE,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 50 g Sałata lodowa 20 g Pomidor 50 g |
| | PN | Jogurt 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: 2362.14 kcal; Białko ogółem: 123.26 g; Tłuszcz: 96.58 g; Kw. tł. nasy.: 38.78 g; Węglowodany ogółem: 255.46 g; W tym cukry: 149.77 g; Błonnik pok.: 11.72 g; Sól: 2.98 g; | Wartość energetyczna: 2076.79 kcal; Białko ogółem: 86.02 g; Tłuszcz: 73.31 g; Kw. tł. nasy.: 28.69 g; Węglowodany ogółem: 275.54 g; W tym cukry: 69.25 g; Błonnik pok.: 31.47 g; Sól: 6.71 g; | Wartość energetyczna: 2024.11 kcal; Białko ogółem: 106.65 g; Tłuszcz: 57.61 g; Kw. tł. nasy.: 19.65 g; Węglowodany ogółem: 277.92 g; W tym cukry: 68.51 g; Błonnik pok.: 23.67 g; Sól: 7.91 g; | Wartość energetyczna: 2359.99 kcal; Białko ogółem: 107.95 g; Tłuszcz: 89.01 g; Kw. tł. nasy.: 30.29 g; Węglowodany ogółem: 293.50 g; W tym cukry: 73.45 g; Błonnik pok.: 26.04 g; Sól: 9.42 g; | Wartość energetyczna: 2296.05 kcal; Białko ogółem: 118.63 g; Tłuszcz: 71.93 g; Kw. tł. nasy.: 21.69 g; Węglowodany ogółem: 303.70 g; W tym cukry: 76.03 g; Błonnik pok.: 24.02 g; Sól: 7.39 g; | |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-19 do dnia 2024-03-03 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 |
|----------------------|---|--|---|--|--|--|
| 2024-02-25 niedziela | Śniadanie | Płynna mleczna! 900 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) 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 Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE,</u>) Sałata lodowa 20 g Papryka świeża 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) | Banan 150 g jogurt naturalny 100g 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>) Papryka świeża 50 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) | Banan 150 g jogurt naturalny 100g 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 Twaróg półtłusty 40 g (<u>MLE,</u>) Papryka świeża 50 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) | Banan 150 g jogurt naturalny 100g 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>) Pomidor 50 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) |
| | II ŚN | | | | | |
| | Obiad | Płynna mięsna! 700 g (<u>JAJ, SEL,</u>) Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) | Bulion warzywny z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki () 200 g Kotlety sojowe 100 g (<u>SOJ,</u>) Sos koperkowy * SU 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Surówka z marchwi z olejem () 150 g 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 () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Sos koperkowy * SU 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Surówka z marchwi z olejem () 150 g 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 () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Marchew mini z olejem* 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 Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) | Rosół z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki () 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 źródlana n/g 0,5l 1 szt Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) |
| | PD | | | | | |
| | Kolacja | Płynna mięsna! 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 Ser mozzarella 40 g (<u>MLE,</u>) Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor koktajlowy 50 g Mix salat 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 Twarożek 40 g (<u>MLE,</u>) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Dżem 25 g 1 szt Pomidor koktajlowy 50 g Mix salat 20 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 Ser topiony 25g 1 szt (<u>MLE,</u>) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Dżem 25 g 1 szt Pomidor koktajlowy 50 g Mix salat 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 Twarożek 40 g (<u>MLE,</u>) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Dżem 25 g 1 szt Pomidor koktajlowy 50 g Mix salat 20 g |
| | PN | Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) | | Podpiłomyki b/c 10 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE,</u>) | | Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE,</u>) Podpiłomyki b/c 10 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) |
| | Wartość energetyczna: 2362.14 kcal; Białko ogółem: 123.26 g; Tłuszcz: 96.58 g; Kw. tł. nasy.: 38.78 g; Węglowodany ogółem: 255.46 g; W tym cukry: 149.77 g; Błonnik pok.: 11.72 g; Sól: 2.98 g; | Wartość energetyczna: 2368.51 kcal; Białko ogółem: 105.29 g; Tłuszcz: 86.23 g; Kw. tł. nasy.: 26.77 g; Węglowodany ogółem: 306.13 g; W tym cukry: 99.05 g; Błonnik pok.: 36.16 g; Sól: 6.09 g; | Wartość energetyczna: 2471.87 kcal; Białko ogółem: 114.82 g; Tłuszcz: 93.73 g; Kw. tł. nasy.: 31.05 g; Węglowodany ogółem: 306.55 g; W tym cukry: 94.77 g; Błonnik pok.: 27.99 g; Sól: 7.19 g; | Wartość energetyczna: 2513.55 kcal; Białko ogółem: 116.55 g; Tłuszcz: 94.97 g; Kw. tł. nasy.: 30.90 g; Węglowodany ogółem: 312.37 g; W tym cukry: 96.26 g; Błonnik pok.: 29.37 g; Sól: 7.24 g; | Wartość energetyczna: 2532.34 kcal; Białko ogółem: 120.41 g; Tłuszcz: 91.62 g; Kw. tł. nasy.: 31.88 g; Węglowodany ogółem: 318.83 g; W tym cukry: 97.13 g; Błonnik pok.: 25.71 g; Sól: 7.07 g; | |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-19 do dnia 2024-03-03 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 |
|-------------------------|---|---|---|---|--|--|
| 2024-02-26 poniedziałek | Śniadanie | Płynna mleczna! 900 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml | Drożdżówka z serem 80g 1 szt 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 Ser topiony 25g 1 szt (<u>MLE,</u>) Serek homo. naturalny 120 g (<u>MLE,</u>) Sałata lodowa 20 g Pomidor koktajlowy 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml | Drożdżówka z serem 80g 1 szt 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 softysa wieprzowa, wędzona, parzona 40 g Serek homo. naturalny 120 g (<u>MLE,</u>) Sałata lodowa 20 g Pomidor koktajlowy 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml | Drożdżówka z serem 80g 1 szt Banan 1szt. 1 szt Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW,</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 Szynka softysa wieprzowa, wędzona, parzona 40 g Serek homo. naturalny 120 g (<u>MLE,</u>) Sałata lodowa 20 g Pomidor koktajlowy 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml | Drożdżówka z serem 80g 1 szt Banan 1szt. 1 szt 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 softysa wieprzowa, wędzona, parzona 40 g Serek homo. naturalny 120 g (<u>MLE,</u>) Sałata lodowa 20 g Pomidor koktajlowy 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml |
| | II ŚN | | | | | |
| | Obiad | Płynna mięsna! 700 g (<u>JAJ, SEL,</u>) Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) | Solferino () SU 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Naleśniki z serem* 3 szt 200 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt Surówka z selera i jabłka () 150 g (<u>MLE, SEL,</u>) | Solferino () SU 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Naleśniki z serem* 3 szt 200 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Jabłko 150 g Surówka z selera i jabłka () 150 g (<u>MLE, SEL,</u>) Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt | Solferino () 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 źródlana n/g 0,5l 1 szt Jabłko 150 g | |
| | PD | | | | | |
| | Kolacja | Płynna mięsna! 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 twarogu z koperkiem 40 g (<u>MLE,</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE,</u>) Rzodkiew biała 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 twarogu z koperkiem 40 g (<u>MLE,</u>) Poledwica premium- wędlna dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ,</u>) Rzodkiew biała 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 Ser żółty 40 g (<u>MLE,</u>) Poledwica premium- wędlna dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ,</u>) Rzodkiew biała 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 twarogu z koperkiem 40 g (<u>MLE,</u>) Poledwica premium- wędlna dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ,</u>) Sałatka z brokułu i pomidora 50 g Rukola 10 g |
| PN | Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) | Mus jogurt&żboża i owoce sadu 100g 1 szt (<u>MLE, GLU OW,</u>) | | | | |
| | Wartość energetyczna: 2362.14 kcal; Białko ogółem: 123.26 g; Tłuszcz: 96.58 g; Kw. tł. nasy.: 38.78 g; Węglowodany ogółem: 255.46 g; W tym cukry: 149.77 g; Błonnik pok.: 11.72 g; Sól: 2.98 g; | Wartość energetyczna: 2196.72 kcal; Białko ogółem: 97.58 g; Tłuszcz: 72.84 g; Kw. tł. nasy.: 28.63 g; Węglowodany ogółem: 300.96 g; W tym cukry: 87.43 g; Błonnik pok.: 26.12 g; Sól: 4.63 g; | Wartość energetyczna: 2110.96 kcal; Białko ogółem: 95.94 g; Tłuszcz: 59.33 g; Kw. tł. nasy.: 21.90 g; Węglowodany ogółem: 307.34 g; W tym cukry: 87.44 g; Błonnik pok.: 24.20 g; Sól: 5.98 g; | Wartość energetyczna: 2452.56 kcal; Białko ogółem: 103.58 g; Tłuszcz: 70.87 g; Kw. tł. nasy.: 29.07 g; Węglowodany ogółem: 364.80 g; W tym cukry: 138.93 g; Błonnik pok.: 32.96 g; Sól: 6.62 g; | Wartość energetyczna: 2414.39 kcal; Białko ogółem: 86.84 g; Tłuszcz: 65.14 g; Kw. tł. nasy.: 23.02 g; Węglowodany ogółem: 384.05 g; W tym cukry: 129.71 g; Błonnik pok.: 35.39 g; Sól: 5.92 g; | |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-19 do dnia 2024-03-03 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 | |
|--------------------|---|---|--|--|--|---|--|
| 2024-02-27, wtorek | Śniadanie | Płynna mleczna! 900 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml | Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt Kefir 2 % tł 200g 1 szt (<u>MLE</u>) 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 Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE</u>) Ser mozzarella 40 g (<u>MLE</u>) Sałata lodowa 20 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml | Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt Kefir 2 % tł 200g 1 szt (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Twarożek 40 g (<u>MLE</u>) Pomidor 50 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml | Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt Dżem 25 g 1 szt Kefir 2 % tł 200g 1 szt (<u>MLE</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 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 Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Twarożek 40 g (<u>MLE</u>) Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml | Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt Kefir 2 % tł 200g 1 szt (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<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 Twarożek 40 g (<u>MLE</u>) Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml | |
| | II ŚN | | | | | | |
| | Obiad | Płynna mięsna! 700 g (<u>JAJ, SEL</u>) Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) | Wielowarzywna z ziemniakami () SU 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Pierogi ukraińskie * 350 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Surówka z marchwi z olejem () 150 g Surówka z rzepy białej i jabłka () 150 g (<u>MLE</u>) Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt | Wielowarzywna z ziemniakami () SU 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (<u>GLU, JECZ</u>) Gulasz wołowy - dieta 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Surówka z marchwi () 150 g (<u>MLE</u>) Surówka z rzepy białej i jabłka () 150 g (<u>MLE</u>) Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt | Wielowarzywna z ziemniakami () SU 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (<u>GLU, JECZ</u>) Gulasz wołowy - dieta 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Surówka z marchwi z olejem () 150 g Surówka z rzepy białej i jabłka () 150 g (<u>MLE</u>) Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt Drożdżówka różne 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) | Wielowarzywna z ziemniakami () SU 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (<u>GLU, JECZ</u>) Gulasz wołowy - dieta 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Surówka z marchwi () 150 g (<u>MLE</u>) Buraczki gotowane drobno tarte () 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt Drożdżówka różne 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) | |
| | PD | | | | | | |
| | Kolacja | Płynna mięsna! 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>) Hummus 40 g (<u>SEZ</u>) Ogórek kiszony 50 g Rozszponka 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 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 kiszony 50 g Rozszponka 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 twarogu i tuńczyka SU 40 g (<u>RYB, MLE</u>) Hummus 40 g (<u>SEZ</u>) Ogórek kiszony 50 g Rozszponka 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 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 Rozszponka 10 g | |
| PN | Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) | jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>) Waflę ryżowe 10 g | | | | | |
| | Wartość energetyczna: 2362.14 kcal; Białko ogółem: 123.26 g; Tłuszcz: 96.58 g; Kw. tł. nasy.: 38.78 g; Węglowodany ogółem: 255.46 g; W tym cukry: 149.77 g; Błonnik pok.: 11.72 g; Sól: 2.98 g; | Wartość energetyczna: 2757.77 kcal; Białko ogółem: 103.91 g; Tłuszcz: 120.11 g; Kw. tł. nasy.: 39.26 g; Węglowodany ogółem: 330.26 g; W tym cukry: 93.46 g; Błonnik pok.: 29.02 g; Sól: 7.10 g; | Wartość energetyczna: 2043.24 kcal; Białko ogółem: 89.40 g; Tłuszcz: 65.06 g; Kw. tł. nasy.: 23.54 g; Węglowodany ogółem: 287.62 g; W tym cukry: 85.98 g; Błonnik pok.: 26.33 g; Sól: 7.75 g; | Wartość energetyczna: 2731.49 kcal; Białko ogółem: 94.78 g; Tłuszcz: 105.99 g; Kw. tł. nasy.: 33.08 g; Węglowodany ogółem: 363.76 g; W tym cukry: 86.56 g; Błonnik pok.: 29.78 g; Sól: 7.98 g; | Wartość energetyczna: 2488.22 kcal; Białko ogółem: 98.92 g; Tłuszcz: 73.75 g; Kw. tł. nasy.: 25.03 g; Węglowodany ogółem: 371.14 g; W tym cukry: 96.23 g; Błonnik pok.: 25.94 g; Sól: 7.64 g; | | |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-19 do dnia 2024-03-03 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 |
|------------------|---|--|---|---|---|---|
| 2024-02-28 środa | Śniadanie | Płynna mleczna! 900 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml | Jabłko 150 g 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 Ser topiony 25g 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek homo o smaku waniliowym 120 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml | Jabłko 150 g 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 kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Serek homo o smaku waniliowym 120 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml | Jabłko 150 g 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 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 Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml | Jabłko 150 g 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 kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Serek homo o smaku waniliowym 120 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml |
| | II ŚN | | | | | |
| | Obiad | Płynna mięsna! 700 g (<u>JAJ, SEL.</u>) Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) | Grycikowa () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Pierogi z truskawkami* 350 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE.</u>) Mus z jabłek () z/c 100 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt | Grycikowa () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki () 200 g Filet z indyka pieczony 150 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Surówka wielowarzynna z olejem () 150 g (<u>SEL.</u>) Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt | Grycikowa () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki () 200 g Filet z indyka pieczony 150 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Surówka wielowarzynna z olejem () 150 g (<u>SEL.</u>) Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) | Grycikowa () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki () 200 g Filet z indyka pieczony 150 g Kalafor gotowany* 150 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) |
| | PD | | | | | |
| | Kolacja | Płynna mięsna! 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 fasoli 40 g Twaróg chudy 40 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g Papryka świeża 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 Piersz delikatna z kurmej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Twaróg chudy 40 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g Papryka świeża 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 Piersz delikatna z kurmej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Twaróg chudy 40 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g Papryka świeża 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 Piersz delikatna z kurmej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Twaróg chudy 40 g (<u>MLE.</u>) Mix салат 20 g Pomidor koktajlowy 50 g |
| PN | Jogurt 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: 2362.14 kcal; Białko ogółem: 123.26 g; Tłuszcz: 96.58 g; Kw. tł. nasy.: 38.78 g; Węglowodany ogółem: 255.46 g; W tym cukry: 149.77 g; Błonnik pok.: 11.72 g; Sól: 2.98 g; | Wartość energetyczna: 2583.87 kcal; Białko ogółem: 93.32 g; Tłuszcz: 72.58 g; Kw. tł. nasy.: 20.00 g; Węglowodany ogółem: 393.77 g; W tym cukry: 107.05 g; Błonnik pok.: 29.96 g; Sól: 3.33 g; | Wartość energetyczna: 2226.50 kcal; Białko ogółem: 128.82 g; Tłuszcz: 58.15 g; Kw. tł. nasy.: 19.34 g; Węglowodany ogółem: 304.60 g; W tym cukry: 81.87 g; Błonnik pok.: 21.53 g; Sól: 7.34 g; | Wartość energetyczna: 2213.96 kcal; Białko ogółem: 121.24 g; Tłuszcz: 62.33 g; Kw. tł. nasy.: 20.67 g; Węglowodany ogółem: 301.39 g; W tym cukry: 84.00 g; Błonnik pok.: 24.35 g; Sól: 7.35 g; | Wartość energetyczna: 2237.80 kcal; Białko ogółem: 134.56 g; Tłuszcz: 55.60 g; Kw. tł. nasy.: 20.29 g; Węglowodany ogółem: 306.95 g; W tym cukry: 82.78 g; Błonnik pok.: 20.33 g; Sól: 6.89 g; | |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-19 do dnia 2024-03-03 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 |
|---------------------|---|---|---|---|---|--|
| 2024-02-29 czwartek | Śniadanie | Płynna mleczna! 900 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml | Drożdżówka z serem 80g 1 szt Dżem 25 g 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (<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 Ser mozzarella kulki 25 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Sałata lodowa 20 g Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml | Drożdżówka z serem 80g 1 szt Dżem 25 g 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (<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 Ser mozzarella kulki 25 g (<u>MLE,</u>) Szynka sołtysa wieprzowa, wędzona, parzona 40 g Sałata lodowa 20 g Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml | Drożdżówka z serem 80g 1 szt Dżem 25 g 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (<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 Ser mozzarella kulki 25 g (<u>MLE,</u>) Szynka sołtysa wieprzowa, wędzona, parzona 40 g Ogórek kiszony 50 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml | Drożdżówka z serem 80g 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) 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>) Szynka sołtysa wieprzowa, wędzona, parzona 40 g Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Ser mozzarella kulki 25 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 50 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml |
| | II SN | | | | | |
| | Obiad | Płynna mięsna! 700 g (<u>JAJ, SEL,</u>) Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) | Barszcz czerwony z ziemniakami () SU 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Curry dyniowo-ziemniaczane z ciecierzycą () 350 g Brokuł gotowany* 150 g Surówka wielowarzywna z olejem () 150 g (<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 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Gulasz z mięsa wieprzowego SU 130 g (<u>GLU PSZ,</u>) Brokuł gotowany* 150 g Surówka wielowarzywna z olejem () 150 g (<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 pełnoziarnisty 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Gulasz z mięsa wieprzowego SU 130 g (<u>GLU PSZ,</u>) Brokuł gotowany* 150 g Surówka wielowarzywna z olejem () 150 g (<u>SEL,</u>) Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt Kefir 2 % tł 200g 1 szt (<u>MLE,</u>) | Barszcz czerwony z ziemniakami () SU 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Gulasz z mięsa wieprzowego SU 130 g (<u>GLU PSZ,</u>) Brokuł gotowany* 150 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 150 g (<u>SEL,</u>) Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt Kefir 2 % tł 200g 1 szt (<u>MLE,</u>) |
| | PD | | | | | |
| | Kolacja | Płynna mięsna! 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 Paszтет z ciecierzycy () 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 40 g (<u>MLE,</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>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Poledwica premium- wędlna dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ,</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 40 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 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 Poledwica premium- wędlna dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ,</u>) Paszтет z ciecierzycy () 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</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>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Poledwica premium- wędlna dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ,</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 40 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 50 g Rukola 10 g |
| PN | Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) | Wafle ryżowe 10 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>) Podplomyki b/c 10 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) | Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (<u>MLE,</u>) Wafle ryżowe 10 g | Wafle ryżowe 10 g Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (<u>MLE,</u>) | |
| | Wartość energetyczna: 2362.14 kcal; Białko ogółem: 123.26 g; Tłuszcz: 96.58 g; Kw. tł. nasy.: 38.78 g; Węglowodany ogółem: 255.46 g; W tym cukry: 149.77 g; Błonnik pok.: 11.72 g; Sól: 2.98 g; | Wartość energetyczna: 2060.64 kcal; Białko ogółem: 75.02 g; Tłuszcz: 71.73 g; Kw. tł. nasy.: 25.86 g; Węglowodany ogółem: 285.56 g; W tym cukry: 70.85 g; Błonnik pok.: 38.93 g; Sól: 6.74 g; | Wartość energetyczna: 2131.36 kcal; Białko ogółem: 92.48 g; Tłuszcz: 81.38 g; Kw. tł. nasy.: 28.80 g; Węglowodany ogółem: 265.50 g; W tym cukry: 59.24 g; Błonnik pok.: 20.82 g; Sól: 8.24 g; | Wartość energetyczna: 2309.76 kcal; Białko ogółem: 100.53 g; Tłuszcz: 91.96 g; Kw. tł. nasy.: 31.54 g; Węglowodany ogółem: 274.40 g; W tym cukry: 68.53 g; Błonnik pok.: 30.92 g; Sól: 8.53 g; | Wartość energetyczna: 2258.21 kcal; Białko ogółem: 98.94 g; Tłuszcz: 88.38 g; Kw. tł. nasy.: 31.43 g; Węglowodany ogółem: 276.23 g; W tym cukry: 69.34 g; Błonnik pok.: 25.39 g; Sól: 7.56 g; | |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-19 do dnia 2024-03-03 DAL 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 |
|-------------------|---|---|--|---|---|---|
| 2024-03-01 piątek | Śniadanie | Płynna mleczna! 900 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml | Melon 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 | Melon 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- 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 | Melon 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- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ.</u>) Talarki z warzyw () 50 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml | Melon 150 g Dżem 25 g 1 szt Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, 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- 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 | Płynna mięsna! 700 g (<u>JAJ, SEL.</u>) Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt Jogurt naturalny 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 0,5l 1 szt | Kalaforowa z ryżem () SU 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki () 200 g Łosoś pieczony SU 100 g (<u>RYB.</u>) Warzywa po grecku () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt | Kalaforowa z ryżem () SU 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki () 200 g Łosoś pieczony SU 100 g (<u>RYB.</u>) Warzywa po grecku () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt Serek homo owocowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) | Kalaforowa z ryżem () SU 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki () 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>) Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt Marchew gotowana z olejem () 150 g Serek homo owocowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) |
| | PD | | | | | |
| | Kolacja | Płynna mięsna! 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>) 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 Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</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 Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Chrzan 30 g (<u>MLE, SOJ.</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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałata lodowa 20 g Pomidorki koktajlowe 50 g |
| PN | Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) | | Serek Almette mini 30g 1 szt (<u>MLE.</u>) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 10 g | | | |
| | Wartość energetyczna: 2362.14 kcal; Białko ogółem: 123.26 g; Tłuszcz: 96.58 g; Kw. tł. nasy.: 38.78 g; Węglowodany ogółem: 255.46 g; W tym cukry: 149.77 g; Błonnik pok.: 11.72 g; Sól: 2.98 g; | Wartość energetyczna: 2305.07 kcal; Białko ogółem: 95.03 g; Tłuszcz: 77.96 g; Kw. tł. nasy.: 23.77 g; Węglowodany ogółem: 320.65 g; W tym cukry: 75.15 g; Błonnik pok.: 29.35 g; Sól: 4.70 g; | Wartość energetyczna: 2359.61 kcal; Białko ogółem: 109.82 g; Tłuszcz: 88.29 g; Kw. tł. nasy.: 25.57 g; Węglowodany ogółem: 294.61 g; W tym cukry: 73.35 g; Błonnik pok.: 25.13 g; Sól: 6.60 g; | Wartość energetyczna: 2537.38 kcal; Białko ogółem: 113.88 g; Tłuszcz: 95.41 g; Kw. tł. nasy.: 27.08 g; Węglowodany ogółem: 321.69 g; W tym cukry: 74.03 g; Błonnik pok.: 28.31 g; Sól: 6.67 g; | Wartość energetyczna: 2657.13 kcal; Białko ogółem: 128.45 g; Tłuszcz: 93.30 g; Kw. tł. nasy.: 27.11 g; Węglowodany ogółem: 343.10 g; W tym cukry: 79.16 g; Błonnik pok.: 29.53 g; Sól: 6.39 g; | |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-19 do dnia 2024-03-03 DZIET PODSTAWOWYCH SZPITALA UNIWERSYTECKIEGO

| | | SU- 7. Dieta płynna wzmocniona | SU- 8. Dieta wegetariańska | SU- 9. Dieta anoreksja 2000 | SU- 10. KC III Trimestr (KC kobiety ciężarne) | SU- 11. MK Matki karmiącej |
|-------------------|---|---|---|---|---|---|
| 2024-03-02 sobota | Śniadanie | Płynna mleczna! 900 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml | Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenno długa krojona 30 g (GLU PSZ,) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Ser mozzarella kulki 25 g (MLE,) Ser żółty 40 g (MLE,) 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenno długa krojona 30 g (GLU PSZ,) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Poledwica premium- wędlna dr. średnio rozd. 40 g (SOJ,) Ser mozzarella kulki 25 g (MLE,) 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Poledwica premium- wędlna dr. średnio rozd. 40 g (SOJ,) Ser mozzarella kulki 25 g (MLE,) 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenno długa krojona 30 g (GLU PSZ,) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Poledwica premium- wędlna dr. średnio rozd. 40 g (SOJ,) Ser mozzarella kulki 25 g (MLE,) Pomidor 50 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml |
| | II ŚN | | | | | |
| | Obiad | Płynna mięsna! 700 g (JAJ, SEL,) Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,) | Ziemniaczana () SU 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU JECZ,) Gulasz warzywny z ciecierzycą 150 g (GLU PSZ, SEL,) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Surówka wykwinna z olejem b/c 150 g (JAJ, GOR,) Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt | Ziemniaczana () SU 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU JECZ,) Potrawka drobiowa () SU 140 g (GLU PSZ, SEL,) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Surówka wykwinna z olejem b/c 150 g (JAJ, GOR,) Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt | Ziemniaczana () SU 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU JECZ,) Potrawka drobiowa () SU 140 g (GLU PSZ, SEL,) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Surówka wykwinna z olejem b/c 150 g (JAJ, GOR,) Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt Babka piaskowa 80 g (GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE,) | Ziemniaczana () SU 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU JECZ,) Potrawka drobiowa () SU 140 g (GLU PSZ, SEL,) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kalafior gotowany* 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt Babka piaskowa 80 g (GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE,) |
| | PD | | | | | |
| | Kolacja | Płynna mięsna! 700 g (JAJ, SEL,) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,) | Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb Graham 80 g (GLU PSZ,) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Paszтет z fasoli () 40 g (GLU PSZ, JAJ,) Serek homo. naturalny 120 g (MLE,) Ogórek kiszony 50 g Salata lodowa 20 g | 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 Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Serek homo. naturalny 120 g (MLE,) Ogórek kiszony 50 g Salata lodowa 20 g | Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb Graham 80 g (GLU PSZ,) 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 (GLU PSZ, JAJ,) Ogórek kiszony 50 g Salata lodowa 20 g | 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 Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Serek homo. naturalny 120 g (MLE,) Pomidor 50 g Salata lodowa 20 g |
| PN | Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,) | Mus jogurt&zboża i owoce leśne 100g 1 szt (MLE, GLU OW,) | | | | |
| | Wartość energetyczna: 2362.14 kcal; Białko ogółem: 123.26 g; Tłuszcz: 96.58 g; Kw. tł. nasy.: 38.78 g; Węglowodany ogółem: 255.46 g; W tym cukry: 149.77 g; Błonnik pok.: 11.72 g; Sól: 2.98 g; | Wartość energetyczna: 2285.83 kcal; Białko ogółem: 76.86 g; Tłuszcz: 92.79 g; Kw. tł. nasy.: 26.71 g; Węglowodany ogółem: 298.86 g; W tym cukry: 77.06 g; Błonnik pok.: 32.91 g; Sól: 6.28 g; | Wartość energetyczna: 2101.68 kcal; Białko ogółem: 82.55 g; Tłuszcz: 75.46 g; Kw. tł. nasy.: 19.86 g; Węglowodany ogółem: 280.30 g; W tym cukry: 73.31 g; Błonnik pok.: 26.32 g; Sól: 7.65 g; | Wartość energetyczna: 2451.88 kcal; Białko ogółem: 78.98 g; Tłuszcz: 98.86 g; Kw. tł. nasy.: 26.48 g; Węglowodany ogółem: 321.48 g; W tym cukry: 104.48 g; Błonnik pok.: 34.15 g; Sól: 7.70 g; | Wartość energetyczna: 2296.91 kcal; Białko ogółem: 89.53 g; Tłuszcz: 80.15 g; Kw. tł. nasy.: 24.59 g; Węglowodany ogółem: 311.28 g; W tym cukry: 101.53 g; Błonnik pok.: 27.68 g; Sól: 6.39 g; | |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-19 do dnia 2024-03-03 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 |
|----------------------|---|---|---|--|---|---|
| 2024-03-03 niedziela | Śniadanie | Płynna mleczna! 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>) | Mandarynka 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 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 Sałata lodowa 20 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ,</u>) Twarożek 40 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 50 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 Sałata lodowa 20 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ,</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ,</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE,</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 Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ,</u>) Twarożek 40 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 50 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) |
| | II SN | | | | | |
| | Obiad | Płynna mięsna! 700 g (<u>JAJ, SEL,</u>) Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) | Pomidorowa z makaronem () SU 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki () 200 g Frittata z jajkiem 300 g (<u>JAJ, MLE, SEL,</u>) Brokuł gotowany* 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 () 200 g Kotlet schabowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Brokuł gotowany* 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 () 200 g Kotlet schabowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Brokuł gotowany* 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>) Ziemniaki () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Brokuł gotowany* 150 g 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 mięsna! 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>) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 120 g (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 1 szt Ogórek kiszony 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>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Dżem 25 g 1 szt Ogórek kiszony 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>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Dżem 25 g 1 szt Ogórek kiszony 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>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Dżem 25 g 1 szt Rukola 10 g Sałatka z pomidora i sałaty lodowej 50 g |
| PN | Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) | Serek Almette mini 30g 1 szt (<u>MLE,</u>) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g | Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g Serek Almette mini 30g 1 szt (<u>MLE,</u>) | Serek Almette mini 30g 1 szt (<u>MLE,</u>) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g | | |
| | Wartość energetyczna: 2452.14 kcal; Białko ogółem: 129.56 g; Tłuszcz: 99.58 g; Kw. tł. nasy.: 40.57 g; Węglowodany ogółem: 264.76 g; W tym cukry: 156.07 g; Błonnik pok.: 11.72 g; Sól: 3.22 g; | Wartość energetyczna: 2393.92 kcal; Białko ogółem: 79.89 g; Tłuszcz: 93.39 g; Kw. tł. nasy.: 31.66 g; Węglowodany ogółem: 322.99 g; W tym cukry: 93.56 g; Błonnik pok.: 31.30 g; Sól: 5.91 g; | Wartość energetyczna: 2274.88 kcal; Białko ogółem: 101.43 g; Tłuszcz: 81.16 g; Kw. tł. nasy.: 25.71 g; Węglowodany ogółem: 292.14 g; W tym cukry: 62.39 g; Błonnik pok.: 21.36 g; Sól: 7.67 g; | Wartość energetyczna: 2482.99 kcal; Białko ogółem: 109.54 g; Tłuszcz: 97.34 g; Kw. tł. nasy.: 34.01 g; Węglowodany ogółem: 307.58 g; W tym cukry: 79.52 g; Błonnik pok.: 30.04 g; Sól: 8.91 g; | Wartość energetyczna: 2154.74 kcal; Białko ogółem: 111.02 g; Tłuszcz: 68.44 g; Kw. tł. nasy.: 26.36 g; Węglowodany ogółem: 282.41 g; W tym cukry: 71.78 g; Błonnik pok.: 20.58 g; Sól: 6.91 g; | |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-19 do dnia 2024-03-03 DAL DIET PODSTAWOWYCH SZPITALA UNIWERSYTECKIEGO

| | | |
|-------------------------|--------------------------------------|---|
| | | SU- 12. Dieta łatwostrawna niskobiałkowa do 40g białka z ograniczeniem fosforu i potasu |
| 2024-02-19 poniedziałek | Śniadanie | Drożdżówka z serem 80g 1 szt 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 | Dyniowa z ziemniakami (bez mleka) () 400 ml (<u>GLU PSZ SEL</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>) jogurt naturalny 100g 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 Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Sałata lodowa 20 g |
| PN | Wafle ryżowe 10 g Dżem 25 g 1 szt | |
| | | Wartość energetyczna: 1896.08 kcal; Białko ogółem: 38.67 g; Tłuszcz: 60.62 g; Kw. tł. nasy.: 16.19 g; Węglowodany ogółem: 298.68 g; W tym cukry: 47.96 g; Błonnik pok.: 28.89 g; Sól: 4.62 g; |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-19 do dnia 2024-03-03 DAL DIET PODSTAWOWYCH SZPITALA UNIWERSYTECKIEGO

| | | |
|-------------------|-----------|--|
| | | SU- 12. Dieta łatwostrawna niskobiałkowa do 40g białka z ograniczeniem fosforu i potasu |
| 2024-02-20 wtorek | Śniadanie | Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Pasta z twarogu z koperkiem 40 g (MLE) Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml |
| | II ŚN | |
| | Obiad | Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ SEL) Kasza bulgur 150 g (GLU PSZ) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ SEL) Sałatka 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 niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Dżem 25 g 2 szt Sałata zielona 20 g |
| | PN | Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt |
| | | Wartość energetyczna: 1879.74 kcal; Białko ogółem: 41.18 g; Tłuszcz: 62.73 g; Kw. tł. nasy.: 15.09 g; Węglowodany ogółem: 282.44 g; W tym cukry: 80.22 g; Błonnik pok.: 23.28 g; Sól: 4.74 g; |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-19 do dnia 2024-03-03 DAL DIET PODSTAWOWYCH SZPITALA UNIWERSYTECKIEGO

| | | |
|------------------|---|---|
| | | SU- 12. Dieta łatwostrawna niskobiałkowa do 40g białka z ograniczeniem fosforu i potasu |
| 2024-02-21 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 | Jarzynowa z makaronem (bez mleka) () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 200 g Dramstik z kurczaka gotowany 50 g Sos pietruszkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Marchew gotowana z olejem () 150 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt |
| | PD | |
| | Kolejca | 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 półtłusty 40 g (MLE.) Sałata zielona 20 g |
| PN | Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (MLE.) | |
| | | Wartość energetyczna: 1838.74 kcal; Białko ogółem: 53.71 g; Tłuszcz: 61.28 g; Kw. tł. nasy.: 15.21 g; Węglowodany ogółem: 271.40 g; W tym cukry: 72.18 g; Błonnik pok.: 32.52 g; Sól: 5.36 g; |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-19 do dnia 2024-03-03 DAL DIET PODSTAWOWYCH SZPITALA UNIWERSYTECKIEGO

| | | |
|---------------------|--|--|
| | | SU- 12. Dieta łatwostrawna niskobiałkowa do 40g białka z ograniczeniem fosforu i potasu |
| 2024-02-22 czwartek | 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 Sałata lodowa 20 g |
| | 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 Pasta z twarogu z koperkiem 40 g (<u>MLE</u>) Pomidor 50 g |
| PN | Wafle ryżowe 10 g Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (<u>MLE</u>) | |
| | | Wartość energetyczna: 1726.94 kcal; Białko ogółem: 37.52 g; Tłuszcz: 61.70 g; Kw. tł. nasy.: 18.95 g; Węglowodany ogółem: 256.07 g; W tym cukry: 47.52 g; Błonnik pok.: 28.10 g; Sól: 5.28 g; |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-19 do dnia 2024-03-03 DAL DIET PODSTAWOWYCH SZPITALA UNIWERSYTECKIEGO

| | |
|---|--|
| SU- 12. Dieta łatwostrawna niskobiałkowa do 40g białka z ograniczeniem fosforu i potasu | |
| 2024-02-23 piątek | Śniadanie Jabłko 150 g Dżem 25 g 2 szt Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml |
| | II ŚN |
| | Obiad Szpinakowa z zacierką (bez mleka) () 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Ziemniaki () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) SU 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 150 g (<u>SEL,</u>) Woda źródłana 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>) Sałata zielona 20 g |
| | PN Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Podplomyki b/c 9 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) |
| Wartość energetyczna: 1865.42 kcal; Białko ogółem: 38.53 g; Tłuszcz: 67.92 g; Kw. tł. nasy.: 16.15 g; Węglowodany ogółem: 278.75 g; W tym cukry: 70.44 g; Błonnik pok.: 33.89 g; Sól: 5.96 g; | |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-19 do dnia 2024-03-03 DAL DIET PODSTAWOWYCH SZPITALA UNIWERSYTECKIEGO

| | | |
|-------------------|--|---|
| | | SU- 12. Dieta łatwostrawna niskobiałkowa do 40g białka z ograniczeniem fosforu i potasu |
| 2024-02-24 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 Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml |
| | II ŚN | |
| | Obiad | Koperkowa z ryżem (bez mleka) () 400 ml (<u>SEL</u>) Ziemniaki () 200 g Gulasz sojowy z warzywami * 130 g (<u>GLUPSZ, 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>) Sałata lodowa 20 g |
| PN | Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (<u>MLE</u>) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g | |
| | | Wartość energetyczna: 1878.40 kcal; Białko ogółem: 53.40 g; Tłuszcz: 54.30 g; Kw. tł. nasy.: 15.64 g; Węglowodany ogółem: 288.22 g; W tym cukry: 45.87 g; Błonnik pok.: 32.32 g; Sól: 5.16 g; |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-19 do dnia 2024-03-03 DAL DIET PODSTAWOWYCH SZPITALA UNIWERSYTECKIEGO

| | | |
|----------------------|-----------|---|
| | | SU- 12. Dieta łatwostrawna niskobiałkowa do 40g białka z ograniczeniem fosforu i potasu |
| 2024-02-25 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 (JAJ) Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml |
| | II ŚN | |
| | Obiad | Rosół z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 200 g Kotlety sojowe 50 g (SOJ) Sos koperkowy (bez mleka) 100 ml (GLU PSZ.) Surówka z marchwi 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 Miód (25g) 1 szt |
| | | Wartość energetyczna: 1955.01 kcal; Białko ogółem: 39.76 g; Tłuszcz: 60.71 g; Kw. tł. nasy.: 14.79 g; Węglowodany ogółem: 314.04 g; W tym cukry: 82.25 g; Błonnik pok.: 36.24 g; Sól: 5.27 g; |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-19 do dnia 2024-03-03 DAL DIET PODSTAWOWYCH SZPITALA UNIWERSYTECKIEGO

| | | |
|-------------------------|-----------|---|
| | | SU- 12. Dieta łatwostrawna niskobiałkowa do 40g białka z ograniczeniem fosforu i potasu |
| 2024-02-26 poniedziałek | Śniadanie | Drożdżówka z serem 80g 1 szt 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 | Solferino (bez mleka) () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ryż 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 | Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g |
| | | Wartość energetyczna: 1980.88 kcal; Białko ogółem: 28.95 g; Tłuszcz: 55.19 g; Kw. tł. nasy.: 15.18 g; Węglowodany ogółem: 340.05 g; W tym cukry: 41.30 g; Błonnik pok.: 28.34 g; Sól: 4.29 g; |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-19 do dnia 2024-03-03 DAL DIET PODSTAWOWYCH SZPITALA UNIWERSYTECKIEGO

| | | |
|-------------------|-----------|---|
| | | SU- 12. Dieta łatwostrawna niskobiałkowa do 40g białka z ograniczeniem fosforu i potasu |
| 2024-02-27 wtorek | Śniadanie | Sok jabłkowy 100 % 0,2l 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 ŚN | |
| | Obiad | Wielowarzywna z ziemniakami (bez mleka) () 400 ml (GLU PSZ SEL) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU JECZ) Pieczeń rzymska wieprzowa 50 g (GLU PSZ JAJ) Sos ziołowy () 100 ml (GLU PSZ SEL) Surówka z marchwi 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 niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Hummus 40 g (SEZ) Sałata zielona 20 g |
| | PN | Wafle ryżowe 10 g jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE) |
| | | Wartość energetyczna: 1937.03 kcal; Białko ogółem: 34.92 g; Tłuszcz: 70.73 g; Kw. tł. nasy.: 16.35 g; Węglowodany ogółem: 291.28 g; W tym cukry: 74.65 g; Błonnik pok.: 31.24 g; Sól: 5.67 g; |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-19 do dnia 2024-03-03 DAL DIET PODSTAWOWYCH SZPITALA UNIWERSYTECKIEGO

| | | |
|------------------|-----------|--|
| | | SU- 12. Dieta łatwostrawna niskobiałkowa do 40g białka z ograniczeniem fosforu i potasu |
| 2024-02-28 środa | Śniadanie | Jabłko 150 g Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Dżem 25 g 2 szt Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml |
| | II ŚN | |
| | Obiad | Grysikowa () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Pierogi z truskawkami* 300 g (<u>GLU PSZ</u>) Mus z jabłek () z/c 100 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<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 Twaróg chudy 40 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 20 g |
| | PN | Paszтет sojowy z pomidorami 60 g (<u>SOJ, GOR</u>) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g |
| | | Wartość energetyczna: 2185.79 kcal; Białko ogółem: 38.10 g; Tłuszcz: 75.26 g; Kw. tł. nasy.: 14.98 g; Węglowodany ogółem: 331.14 g; W tym cukry: 85.33 g; Błonnik pok.: 31.53 g; Sól: 4.84 g; |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-19 do dnia 2024-03-03 DAL DIET PODSTAWOWYCH SZPITALA UNIWERSYTECKIEGO

| | | |
|---------------------|--|---|
| | | SU- 12. Dieta łatwostrawna niskobiałkowa do 40g białka z ograniczeniem fosforu i potasu |
| 2024-02-29 czwartek | Sniadanie | 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 SN | |
| | Obiad | Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Zrazik wieprzowy pieczony mielony 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</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 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 | Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Wafle ryżowe 10 g | |
| | | Wartość energetyczna: 1771.02 kcal; Białko ogółem: 40.22 g; Tłuszcz: 59.05 g; Kw. tł. nasy.: 15.05 g; Węglowodany ogółem: 268.56 g; W tym cukry: 50.06 g; Błonnik pok.: 28.37 g; Sól: 4.88 g; |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-19 do dnia 2024-03-03 DAL DIET PODSTAWOWYCH SZPITALA UNIWERSYTECKIEGO

| | |
|---|-----------|
| SU- 12. Dieta łatwostrawna niskobiałkowa do 40g białka z ograniczeniem fosforu i potasu | |
| 2024-03-01 piątek | Śniadanie |
| | II ŚN |
| | Obiad |
| | PD |
| | Kolacja |
| PN | |
| Wartość energetyczna: 1857.95 kcal; Białko ogółem: 38.79 g; Tłuszcz: 70.89 g; Kw. tł. nasy.: 14.87 g; Węglowodany ogółem: 267.49 g; W tym cukry: 51.60 g; Błonnik pok.: 30.17 g; Sól: 5.39 g; | |

Melon 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

Kalafiorowa z ryżem (bez mleka) () 350 ml (**SEL.**)
 Ziemniaki () 200 g
 Łosoś pieczony SU 50 g (**RYB.**)
 Sos cytrynowy SU 100 ml (**GLU PSZ, MLE.**)
 Warzywa po grecku () 150 g (**GLU PSZ, SEL.**)
 Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt

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 (**JAJ.**)
 Sałata lodowa 20 g

Drożdżówka mini 50g 50 g (**GLU PSZ, JAJ.**)

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-19 do dnia 2024-03-03 DAL DIET PODSTAWOWYCH SZPITALA UNIWERSYTECKIEGO

| | | |
|-------------------|-----------|--|
| | | SU- 12. Dieta łatwostrawna niskobiałkowa do 40g białka z ograniczeniem fosforu i potasu |
| 2024-03-02 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 JEJCZ</u>) Potrawka drobiowa () SU 100 g (<u>GLU PSZ SEL</u>) 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 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 owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt |
| | | Wartość energetyczna: 2118.66 kcal; Białko ogółem: 48.30 g; Tłuszcz: 63.88 g; Kw. tł. nasy.: 13.65 g; Węglowodany ogółem: 336.45 g; W tym cukry: 53.20 g; Błonnik pok.: 32.71 g; Sól: 4.99 g; |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-19 do dnia 2024-03-03 DAL DIET PODSTAWOWYCH SZPITALA UNIWERSYTECKIEGO

| | | |
|----------------------|-----------|---|
| | | SU- 12. Dieta łatwostrawna niskobiałkowa do 40g białka z ograniczeniem fosforu i potasu |
| 2024-03-03 niedziela | Śniadanie | Mandarynka 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 SN | |
| | Obiad | Pomidorowa z makaronem (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ SEL</u>) Ziemniaki () 200 g Frittata z jajkiem 300 g (<u>JAJ, MLE, 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 niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Dżem 25 g 2 szt Sałata zielona 20 g |
| | PN | Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g Serek Almette mini 30g 1 szt (<u>MLE</u>) |
| | | Wartość energetyczna: 1955.02 kcal; Białko ogółem: 38.19 g; Tłuszcz: 72.80 g; Kw. tł. nasy.: 21.65 g; Węglowodany ogółem: 290.48 g; W tym cukry: 64.85 g; Błonnik pok.: 33.76 g; Sól: 5.17 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,