

<nazwa jednostki> <ulica>, <kod> **Jadłospisy za okres od dnia 2023-11-27 do dnia 2023-12-10 DLA DIET PODSTAWOWYCH SZPITALA UNIWERSYTECKIEGO**

	NOWA SU- 1. Dieta lekkostrawna	NOWA SU- 2. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów, ubogoenergetyczna, bogaloreszkowa	NOWA SU- 3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów- lekkostrawna	NOWA SU- 3A. Z ogr. łatwo węg. lekkostrawna oszczędzająca	NOWA SU- 4. Dieta ubogobakteryjna
Śniadanie	Melon 150 g Kefir 2 % tł 200g 1 szt (<u>MLE</u>) Bułka pszemno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLUPSZ</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) 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	Melon 150 g Chleb Graham 30 g (<u>GLUPSZ</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLUPSZ</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) 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 b/c 250 ml	Melon 150 g Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLUPSZ GLU ŻYT</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) 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 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 Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Szynka softysa 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 pszemno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ 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 osionki 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 ŚN	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>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 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</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Surówka z kapuszy białej z olejem b/c () 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 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>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kalańfort gotowany* 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 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 Kalańfort gotowany* 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 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 0,5 l 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ GLU ŻYT</u>) Masło 83% tł. 5 g (<u>MLE</u>) Kiełbasa Zywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 25 g (<u>SOJ, MLE</u>) Kalańfort gotowany* 50 g
PD	Kanapka z twarogiem (chleb razowy 40g, margaryna 5g, twaróg 25g) 0,5 szt (<u>GLUPSZ, MLE</u>)		Kanapka z twarogiem (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, twaróg 25g) 0,5 szt (<u>GLUPSZ, MLE</u>)		
Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Poledwica premium- wędłina dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ</u>) Serek śniadaniowy naturalny 80g 1 szt (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 20 g Pomidor 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU, JECZ</u>) Chleb Graham 80 g (<u>GLUPSZ</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Poledwica premium- wędłina dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ</u>) Serek śniadaniowy naturalny 80g 1 szt (<u>MLE</u>) Salatka z pomidorów i koperku 50 g Salata 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>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Poledwica premium- wędłina dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Pomidor 50 g Salata 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>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Poledwica premium- wędłina dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Pomidor 50 g Salata 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>) Poledwica premium- wędłina dr. średnio rozd. 25 g (<u>SOJ</u>)
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
	E: 2318,22 kcal; B: 121,87 g; T: 80,18 g; Kw. tł. nasy.: 45,57 g; W: 278,78 g; W tym cukry: 78,01 g; Bł.: 16,41 g; Sól: 6,62 g;	E: 2387,23 kcal; B: 132,93 g; T: 89,16 g; Kw. tł. nasy.: 46,98 g; W: 270,65 g; W tym cukry: 63,53 g; Bł.: 29,79 g; Sól: 7,10 g;	E: 2250,75 kcal; B: 124,72 g; T: 73,07 g; Kw. tł. nasy.: 37,04 g; W: 277,15 g; W tym cukry: 60,98 g; Bł.: 21,52 g; Sól: 7,34 g;	E: 2289,18 kcal; B: 122,09 g; T: 68,96 g; Kw. tł. nasy.: 37,10 g; W: 299,04 g; W tym cukry: 72,38 g; Bł.: 21,31 g; Sól: 6,37 g;	E: 2895,35 kcal; B: 144,60 g; T: 99,96 g; Kw. tł. nasy.: 47,48 g; W: 360,31 g; W tym cukry: 59,21 g; Bł.: 20,46 g; Sól: 10,08 g;

<nazwa jednostki> <ulica>, <kod> **Jadłospisy za okres od dnia 2023-11-27 do dnia 2023-12-10 DLA DIET PODSTAWOWYCH SZPITALA UNIwersyteckiego**

	NOWA SU- 4A. Dieta ubogobakteryjna bez laktozy	NOWA SU- 5. Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego (oszczędzająca)	NOWA SU- 6. Łatwostrawna bez glutenu	NOWA SU- 6A. Dieta łatwostrawna bez białek mleka krowiego	NOWA SU- 6B. Dieta łatwostrawna bez białek mleka krowiego i glutenu
Silencjanie	Sok jabłkowy 100 % 0,2l 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 bez laktozy (82% tł.) 20 g (<u>MLE b/LAK.</u>) Parówki z fileta z kurczaka wyrób drobiowy homogenizowany, wędzony, parzona bez osłonki 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło bez laktozy (82% tł.) 5 g (<u>MLE b/LAK.</u>) Szyneczka drobiowa, grubo rozdrobniona, parzona, niewędzona, op 100g 0,25 szt	Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt Kefir 2 % tł 200g 1 szt (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) 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 Kefir 2 % tł 200g 1 szt (<u>MLE.</u>) Chleb bezglutenowy 80 g Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piasłowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ.</u>) 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 Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml 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 Szynka soltysa wieprzowa, wędzona, parzona 40 g Szynka Piasłowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ.</u>) Roszponka 10 g Pomidor 50 g	Melon 150 g Chleb bezglutenowy 80 g Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynka Piasłowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ.</u>) 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 (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza bulgur 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane () 150 g Woda źródłana n/g 0,5 l 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło bez laktozy (82% tł.) 5 g (<u>MLE b/LAK.</u>) Wędzona wieprzowa, parzona. szynka 100% mięsa op. 100g 0,25 szt Kalafior gotowany* 50 g	Brokułowa z ziemniakami () SU 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza bulgur 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Klopsik wieprzowy SU 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane () 150 g Woda źródłana n/g 0,5 l 1 szt	Brokułowa z ziemniakami (bez glutenu) () SU 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ryz 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 źródłana n/g 0,5 l 1 szt	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza bulgur 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Woda źródłana n/g 0,5 l 1 szt	Brokułowa z ziemniakami (bez glutenu) (bez mleka)() 350 ml (<u>SEL.</u>) Ryz 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 źródłana 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>) Dżem 25 g 2 szt Schab pieczony w rękawie 100 g 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	Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Poledwica premium- wędłina dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ.</u>) Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 20 g Pomidor 50 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 80 g Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Serek śniadaniowy naturalny 80g 1 szt (<u>MLE.</u>) 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 (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Poledwica premium- wędłina dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ.</u>) Szynkowa dębowa kieł.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 (<u>JAJ.</u>) Szynkowa dębowa kieł.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 (<u>MLE b/LAK.</u>) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g	Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g		Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g	
	E: 2798.12 kcal; B: 140,03 g; T: 93.39 g; Kw. tł. nasy.: 45.90 g; W: 356.77 g; W tym cukry: 63.82 g; Bł.: 20.46 g; Sól: 9.67 g;	E: 2118.45 kcal; B: 113.80 g; T: 48.77 g; Kw. tł. nasy.: 24.05 g; W: 307.35 g; W tym cukry: 98.45 g; Bł.: 14.36 g; Sól: 5.99 g;	E: 2131.42 kcal; B: 102.23 g; T: 79.86 g; Kw. tł. nasy.: 42.14 g; W: 254.68 g; W tym cukry: 69.69 g; Bł.: 13.45 g; Sól: 4.54 g;	E: 1971.15 kcal; B: 90.50 g; T: 60.64 g; Kw. tł. nasy.: 17.75 g; W: 268.92 g; W tym cukry: 65.04 g; Bł.: 16.40 g; Sól: 8.13 g;	E: 1937.93 kcal; B: 81.41 g; T: 68.34 g; Kw. tł. nasy.: 18.17 g; W: 254.03 g; W tym cukry: 63.86 g; Bł.: 13.44 g; Sól: 4.14 g;

<nazwa jednostki> <ulica>, <kod> **Jadłospisy za okres od dnia 2023-11-27 do dnia 2023-12-10 DLA DIET PODSTAWOWYCH SZPITALA UNIWERSYTECKIEGO**

		NOWA SU- 7. Dieta płynna wzmocniona	NOWA SU- 8. Dieta wegetariańska	NOWA SU- 9. Dieta anoreksja 2000	NOWA SU- 10. KC III Trimestr (KC kobiety ciężarne)	NOWA SU- 11. MK Matki karmiącej
2023-11-28 wtorek	Śniadanie	Płynna mleczna! 900 g (<u>GLUPSZ, 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>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) 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>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Szynka sołtysa 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>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Szynka sołtysa 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 Pasta z twarogu z koperkiem 40 g (<u>MLE.</u>) Kefir 2% tł 200g 1 szt (<u>MLE.</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</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>) Szynka sołtysa wieprzowa, wędzona, parzona 40 g Roszponka 10 g Pomidor 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 0,5 l 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Brokułowa z ziemniakami () SU 350 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza bulgur 150 g (<u>GLUPSZ.</u>) Kotlety sojowe 100 g (<u>SOJ.</u>) Sos meksykański 100 g (<u>GLUPSZ.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Surówka z kapusty białej z olejem () 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 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 meksykański 100 g (<u>GLUPSZ.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Surówka z kapusty białej z olejem () 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 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 meksykański 100 g (<u>GLUPSZ.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Surówka z kapusty białej z olejem () 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt Jabłko 150 g	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 Katafor gotowany* 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 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 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb Graham 80 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Tofu 40 g (<u>SOJ.</u>) Serek śniadaniowy naturalny 80g 1 szt (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 20 g Salatka z pomidorów i koperku 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Poledwica premium- wędlna dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ.</u>) Serek śniadaniowy naturalny 80g 1 szt (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 20 g Salatka z pomidorów i koperku 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb Graham 80 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Poledwica premium- wędlna dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ.</u>) Serek śniadaniowy naturalny 80g 1 szt (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Salata lodowa 20 g Salatka z pomidorów i koperku 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Poledwica premium- wędlna dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ.</u>) Serek śniadaniowy naturalny 80g 1 szt (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Salata 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				
	E: 2368,14 kcal; B: 134,96 g; T: 93,58 g; Kw. tł. nasy.: 36,99 g; W: 252,31 g; W tym cukry: 149,62 g; Bł.: 11,72 g; Sól: 2,89 g;	E: 2422,96 kcal; B: 112,54 g; T: 85,73 g; Kw. tł. nasy.: 42,41 g; W: 303,87 g; W tym cukry: 91,40 g; Bł.: 32,16 g; Sól: 4,78 g;	E: 2480,49 kcal; B: 126,58 g; T: 87,07 g; Kw. tł. nasy.: 46,11 g; W: 301,82 g; W tym cukry: 91,41 g; Bł.: 22,89 g; Sól: 7,07 g;	E: 2537,09 kcal; B: 124,20 g; T: 90,89 g; Kw. tł. nasy.: 45,12 g; W: 312,61 g; W tym cukry: 104,53 g; Bł.: 28,29 g; Sól: 6,87 g;	E: 2432,40 kcal; B: 126,06 g; T: 81,11 g; Kw. tł. nasy.: 45,68 g; W: 304,28 g; W tym cukry: 95,98 g; Bł.: 23,00 g; Sól: 6,79 g;	

		NOWA SU- 12. Dieta łatwostrawna niskobiałkowa do 40g białka z ograniczeniem fosforu i potasu
2023-11-28 wtorek	Śniadanie	Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 40 g (<u>MLE</u>) Rozspanka 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	II ŚN	
	Obiad	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ SEL</u>) Kasza bulgur 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ SEL</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 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 Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 2 szt Sałata zielona 20 g
PN	Pieczewo chrupkie kukurydziano ryżowe 9 g Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt	
		E: 1893.34 kcal; B: 41.42 g; T: 63.93 g; Kw. tł. nasy.: 26.69 g; W: 282.80 g; W tym cukry: 80.50 g; Bł.: 23.28 g; Sól: 4.70 g;