

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2024-08-19</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa</b>		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml ( <b>MLE, GLU JECZ.</b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ), Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</b> ), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,	Brokułowa z ryżem * 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Kotlet z jaj-pieczony 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ), Surówka z pora, jabłka i marchewki () 150 g ( <b>MLE.</b> ), Arbuź 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ), Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE.</b> ), Sałata zielona 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> Smoothie (jabłko, szpinak) 200 g ,		<b>Posiłek nocny:</b> Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2050.48 kcal; Białko ogółem: 84.3 g; Tłuszcz: 51.48 g; Kw. tł. nasy.: 13.62 g; Węglowodany ogółem: 328.14 g; W tym cukry: 55.36 g; Błonnik pok.: 32.04 g; Sól: 9.74 g; WW: 29.6 Por; : 16.44 %; : 64.01 %; Ener. z T: 22.59 %; Ener. z Bł.: 3.13 %; K: 3985.64 mg;

<b>poniedziałek 2024-08-19</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna</b>		
Płatki jęczmienna na mleku /p 250 ml ( <b>MLE, GLU JECZ.</b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <b>GLU PSZ.</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</b> ), Pomidor 80 g , Roszponka 20 g ,	Brokułowa z ryżem * 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Kotlet z jaj-pieczony 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ), Surówka z marchwi () drobno tarta 150 g ( <b>MLE.</b> ), Arbuź 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <b>GLU PSZ.</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE.</b> ), Sałata zielona 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> Smoothie (jabłko, szpinak) 200 g ,		<b>Posiłek nocny:</b> Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1970.22 kcal; Białko ogółem: 78.69 g; Tłuszcz: 50.31 g; Kw. tł. nasy.: 12.99 g; Węglowodany ogółem: 313.8 g; W tym cukry: 57.44 g; Błonnik pok.: 26.42 g; Sól: 8.46 g; WW: 28.72 Por; : 15.98 %; : 63.71 %; Ener. z T: 22.98 %; Ener. z Bł.: 2.68 %; K: 3818.71 mg;

<b>poniedziałek 2024-08-19</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml ( <b>MLE, GLU JECZ.</b> ), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</b> ), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,	Brokułowa z ryżem * 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Kotlet z jaj-pieczony 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ), Surówka z pora, jabłka i marchewki () 150 g ( <b>MLE.</b> ), Arbuź 100 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE.</b> ), Sałata zielona 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> Smoothie (jabłko, szpinak) 200 g ,	<b>Podwieczorek:</b> Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ),	<b>Posiłek nocny:</b> Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml , Orzechy włoskie łuskane 10 g ( <b>ORZ.</b> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2141.24 kcal; Białko ogółem: 93.99 g; Tłuszcz: 60.81 g; Kw. tł. nasy.: 14.28 g; Węglowodany ogółem: 322.19 g; W tym cukry: 49.88 g; Błonnik pok.: 35.09 g; Sól: 9.49 g; WW: 28.72 Por; : 17.56 %; : 60.19 %; Ener. z T: 25.56 %; Ener. z Bł.: 3.28 %; K: 4430.92 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>wtorek 2024-08-20</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa</b>		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLUPSZ, SOJ, MLE<sub>1</sub></u> ), Chleb Graham 50 g ( <u>GLUPSZ</u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyнка z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g ( <u>SOJ<sub>1</sub></u> ), Sałata zielona 20 g , Ogórek świeży 80 g ,	Pieczarkowa z ziemniakami * () 400 ml ( <u>GLUPSZ, MLE, SEL<sub>1</sub></u> ), Makaron pełnoziarnisty 200 g ( <u>GLUPSZ</u> ), Szyнка wieprzowa pieczona 80 g , Sos szpinakowy* 80 ml ( <u>GLUPSZ</u> ), Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 100 g , Dynia duszona z olejem* 100 g ( <u>GLUPSZ</u> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></u> ), Chleb Graham 50 g ( <u>GLUPSZ</u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyнка wiśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g ( <u>SOJ<sub>1</sub></u> ), Pomidor 80 g ,
<b>II Śniadanie:</b> Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Jabłko 150 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1938.45 kcal; Białko ogółem: 95.91 g; Tłuszcz: 40.97 g; Kw. tł. nasy.: 9.78 g; Węglowodany ogółem: 304.02 g; W tym cukry: 58.34 g; Błonnik pok.: 30.18 g; Sól: 7.84 g; WW: 27.37 Por; : 19.79 %; : 62.74 %; Ener. z T: 19.02 %; Ener. z Bł.: 3.11 %; K: 3945.4 mg;

<b>wtorek 2024-08-20</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna</b>		
kasza kukurydziana na ml/p 250 ml ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></u> ), Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLUPSZ, SOJ, MLE<sub>1</sub></u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyнка z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g ( <u>SOJ<sub>1</sub></u> ), Sałata zielona 20 g , Ogórek świeży 80 g ,	Solferino * () 400 ml ( <u>GLUPSZ, MLE, SEL<sub>1</sub></u> ), Makaron 200 g ( <u>GLUPSZ</u> ), Szyнка wieprzowa gotowana 100 g , Sos szpinakowy* 80 ml ( <u>GLUPSZ</u> ), Dynia duszona z olejem* 150 g ( <u>GLUPSZ</u> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLUPSZ</u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyнка wiśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g ( <u>SOJ<sub>1</sub></u> ), Pomidor 100 g ,
<b>II Śniadanie:</b> Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Jabłko 150 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1932.4 kcal; Białko ogółem: 94.79 g; Tłuszcz: 39.57 g; Kw. tł. nasy.: 10 g; Węglowodany ogółem: 306.26 g; W tym cukry: 55.03 g; Błonnik pok.: 21.17 g; Sól: 7.24 g; WW: 28.43 Por; : 19.62 %; : 63.39 %; Ener. z T: 18.43 %; Ener. z Bł.: 2.19 %; K: 3785.12 mg;

<b>wtorek 2024-08-20</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml ( <u>MLE, GLU JĘCZ<sub>1</sub></u> ), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g ( <u>GLUPSZ</u> ), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <u>GLUPSZ</u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyнка z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g ( <u>SOJ<sub>1</sub></u> ), Sałata zielona 20 g , Ogórek świeży 80 g ,	Pieczarkowa z ziemniakami * () 400 ml ( <u>GLUPSZ, MLE, SEL<sub>1</sub></u> ), Makaron pełnoziarnisty 200 g ( <u>GLUPSZ</u> ), Szyнка wieprzowa gotowana 100 g , Sos szpinakowy* 80 ml ( <u>GLUPSZ</u> ), Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 150 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g ( <u>GLUPSZ</u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyнка wiśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g ( <u>SOJ<sub>1</sub></u> ), Pomidor 80 g ,
<b>II Śniadanie:</b> Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ),	<b>Podwieczorek:</b> Warzywa pieczone 100 g , Dip ziołowy 10 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ),	<b>Posiłek nocny:</b> Kanapka z twarożkiem i sałatą (chleb razowy 60g, tłuszcz 5g, twarożek 25g, sałata 5g) 1 szt ( <u>GLUPSZ, MLE<sub>1</sub></u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2106.58 kcal; Białko ogółem: 113.39 g; Tłuszcz: 56.31 g; Kw. tł. nasy.: 12.43 g; Węglowodany ogółem: 300.71 g; W tym cukry: 39.95 g; Błonnik pok.: 36.06 g; Sól: 8.35 g; WW: 26.52 Por; : 21.53 %; : 57.1 %; Ener. z T: 24.06 %; Ener. z Bł.: 3.42 %; K: 4324 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>środa 2024-08-21</b> <b>Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa</b>		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ), Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g ( <b>MLE.</b> ), Szyńka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 30 g ( <b>GLU PSZ,</b> <b>SOJ.</b> ), Arbuz 100 g , Sałata zielona 20 g ,	Zupa z soczewicy i ziemniakami (*) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ), Sos jarzynowy * 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ), Mizeria 100 g ( <b>MLE.</b> ), Buraczki oprószane ( ) b/c 100 g ( <b>GLU</b> <b>PSZ.</b> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ), Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ,</b> <b>MLE, SEL.</b> ), Papryka świeża 90 g , Rukola 10 g ,
<b>II Śniadanie:</b> Budyń o smaku śmietankowym z chipsami kokosowymi b/c 200 ml ( <b>MLE, SOJ.</b> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Przecier owocowy jabłko-morela 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2246.86 kcal; Białko ogółem: 98.46 g; Tłuszcz: 46.5 g; Kw. tł. nasy.: 13.3 g; Węglowodany ogółem: 373.34 g; W tym cukry: 89.47 g; Błonnik pok.: 32.28 g; Sól: 7.37 g; WW: 34.14 Por; : 17.53 %; : 66.46 %; Ener. z T: 18.63 %; Ener. z Bł.: 2.87 %; K: 5347.73 mg;

<b>środa 2024-08-21</b> <b>Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna</b>		
Płatki owsiane na mleku/p 250 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <b>GLU PSZ.</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g ( <b>MLE.</b> ), Szyńka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 30 g ( <b>GLU PSZ,</b> <b>SOJ.</b> ), Arbuz 100 g , Sałata zielona 20 g ,	Grycikowa * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ), Sos jarzynowy * 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ), Buraczki oprószane ( ) 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <b>GLU PSZ.</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ,</b> <b>MLE, SEL.</b> ), Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> Budyń o smaku śmietankowym z chipsami kokosowymi b/c 200 ml ( <b>MLE, SOJ.</b> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Przecier owocowy jabłko-morela 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1937 kcal; Białko ogółem: 82.6 g; Tłuszcz: 37.3 g; Kw. tł. nasy.: 11.44 g; Węglowodany ogółem: 326.18 g; W tym cukry: 83.92 g; Błonnik pok.: 20.09 g; Sól: 6.07 g; WW: 30.6 Por; : 17.06 %; : 67.36 %; Ener. z T: 17.33 %; Ener. z Bł.: 2.07 %; K: 4022.57 mg;

<b>środa 2024-08-21</b> <b>Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g ( <b>MLE.</b> ), Szyńka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> ), Arbuz 100 g , Sałata zielona 20 g ,	Zupa z soczewicy i ziemniakami (*) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ), Sos jarzynowy * 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ), Mizeria 150 g ( <b>MLE.</b> ), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE,</b> <b>SEL.</b> ), Papryka świeża 90 g , Rukola 10 g ,
<b>II Śniadanie:</b> Budyń o smaku śmietankowym z chipsami kokosowymi b/c 200 ml ( <b>MLE, SOJ.</b> ),	<b>Podwieczorek:</b> Sałatka wiosenna ( ) 100 g ,	<b>Posiłek nocny:</b> Kanapka z jajkiem i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, tłuszcz 25g, sałata 5g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2328.88 kcal; Białko ogółem: 108.46 g; Tłuszcz: 55.6 g; Kw. tł. nasy.: 15.49 g; Węglowodany ogółem: 368.55 g; W tym cukry: 71.38 g; Błonnik pok.: 36.75 g; Sól: 7.76 g; WW: 33.23 Por; : 18.63 %; : 63.3 %; Ener. z T: 21.49 %; Ener. z Bł.: 3.16 %; K: 5683 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>czwartek 2024-08-22</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa</b>		
Zacierka na mleku/p 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLUPSZ, SOJ, MLE,</u> ), Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 80 g ( <u>MLE,</u> ), Ogórek świeży 90 g , Roszponka 10 g ,	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u> ), Ryż na sypko (brązowy) 200 g , Leczo z drobiem 400 g , Sałata zielona z sosem vinegrett 150 g ( <u>GOR,</u> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Tyrolska kiełbasa wieprzowa drobno rozdrobniona 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ,</u> ), Sałatka jarzynowa z olejem* 150 g ( <u>SEL,</u> ), Sałata zielona 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 76g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ,</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2647.15 kcal; Białko ogółem: 101.56 g; Tłuszcz: 85.24 g; Kw. tł. nasy.: 15.53 g; Węglowodany ogółem: 379.61 g; W tym cukry: 51.17 g; Błonnik pok.: 34.61 g; Sól: 7.95 g; WW: 34.55 Por; : 15.35 %; : 57.36 %; Ener. z T: 28.98 %; Ener. z Bt.: 2.61 %; K: 4566.09 mg;

<b>czwartek 2024-08-22</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna</b>		
Zacierka na mleku/p 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLUPSZ, SOJ, MLE,</u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu z koperkiem 80 g ( <u>MLE,</u> ), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,	Ziemniaczana * () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Ryż na sypko 200 g , Leczo z drobiem 400 g , Seler z pietruszką gotowany z olejem () 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Tyrolska kiełbasa wieprzowa drobno rozdrobniona 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ,</u> ), Sałatka jarzynowa z olejem* 150 g ( <u>SEL,</u> ), Sałata zielona 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 76g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ,</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2633.76 kcal; Białko ogółem: 103.97 g; Tłuszcz: 71.67 g; Kw. tł. nasy.: 13.81 g; Węglowodany ogółem: 408.54 g; W tym cukry: 52.97 g; Błonnik pok.: 32.08 g; Sól: 7.39 g; WW: 37.74 Por; : 15.79 %; : 62.05 %; Ener. z T: 24.49 %; Ener. z Bt.: 2.44 %; K: 4906.35 mg;

<b>czwartek 2024-08-22</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>		
Makaron pełnoziarnisty na mleku/p 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ,</u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 80 g ( <u>MLE,</u> ), Ogórek świeży 90 g , Roszponka 10 g ,	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u> ), Ryż na sypko (brązowy) 200 g , Leczo z drobiem 400 g , Sałata zielona z sosem vinegrett 150 g ( <u>GOR,</u> ), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Tyrolska kiełbasa wieprzowa drobno rozdrobniona 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ,</u> ), Sałatka jarzynowa z olejem* 150 g ( <u>SEL,</u> ), Sałata zielona 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, tłuszcz do smarowania 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ,</u> ),	<b>Podwieczorek:</b> Koktajl z jagód * b/c 250 g ( <u>MLE,</u> ),	<b>Posiłek nocny:</b> Kanapka z szynką i pomidorem (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2793.89 kcal; Białko ogółem: 117.06 g; Tłuszcz: 94.18 g; Kw. tł. nasy.: 21.64 g; Węglowodany ogółem: 386.36 g; W tym cukry: 59.56 g; Błonnik pok.: 47.46 g; Sól: 9.15 g; WW: 34.03 Por; : 16.76 %; : 55.31 %; Ener. z T: 30.34 %; Ener. z Bt.: 3.4 %; K: 5547.72 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>piątek 2024-08-23</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa</b>		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ,</b> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT,</b> ), Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Ser żółty 50 g ( <b>MLE,</b> ), Miód (25g) 1 szt , Jabłko 150 g ,	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba smażona (Morszczuk) 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB,</b> ), Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () b/c 100 g , Szpinak gotowany z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ), Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ,</b> ), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g ,
<b>II Śniadanie:</b> Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2378.39 kcal; Białko ogółem: 105.27 g; Tłuszcz: 70.39 g; Kw. tł. nasy.: 19.3 g; Węglowodany ogółem: 347.5 g; W tym cukry: 76.03 g; Błonnik pok.: 29.95 g; Sól: 7.37 g; WW: 31.74 Por; : 17.7 %; : 58.44 %; Ener. z T: 26.64 %; Ener. z Bł.: 2.52 %; K: 4587.79 mg;

<b>piątek 2024-08-23</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna</b>		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ,</b> ), Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twaróg półtłusty 50 g ( <b>MLE,</b> ), Miód (25g) 1 szt , Jabłko 150 g ,	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba gotowana (Morszczuk) 80 g ( <b>RYB,</b> ), Szpinak gotowany z olejem* 150 g ( <b>GLU PSZ,</b> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLUPSZ,</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ,</b> ), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g ,
<b>II Śniadanie:</b> Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2094.1 kcal; Białko ogółem: 100.2 g; Tłuszcz: 42.49 g; Kw. tł. nasy.: 9.49 g; Węglowodany ogółem: 339.7 g; W tym cukry: 75.09 g; Błonnik pok.: 21.31 g; Sól: 5.29 g; WW: 31.87 Por; : 19.14 %; : 64.89 %; Ener. z T: 18.26 %; Ener. z Bł.: 2.04 %; K: 4371.44 mg;

<b>piątek 2024-08-23</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ,</b> ), Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twaróg półtłusty 80 g ( <b>MLE,</b> ), Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba gotowana (Morszczuk) 80 g ( <b>RYB,</b> ), Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () b/c 100 g , Szpinak gotowany z olejem* 100 g ( <b>GLUPSZ,</b> ), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ,</b> ), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g ,
<b>II Śniadanie:</b> Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> ),	<b>Podwieczorek:</b> Kanapka z serem żółtym i sałatą (chleb razowy 60g, tłuszcz do smarowania 5g, ser żółty 25g, sałata 5g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ),	<b>Posiłek nocny:</b> Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2167.94 kcal; Białko ogółem: 118.46 g; Tłuszcz: 55.4 g; Kw. tł. nasy.: 15.81 g; Węglowodany ogółem: 317.57 g; W tym cukry: 62.74 g; Błonnik pok.: 33.28 g; Sól: 7.05 g; WW: 28.5 Por; : 21.86 %; : 58.59 %; Ener. z T: 23 %; Ener. z Bł.: 3.07 %; K: 5064.72 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>sobota 2024-08-24</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa</b>		
Ryż na mleku/p 400 ml ( <b>MLE<sub>1</sub></b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE<sub>1</sub></b> ), Chleb Graham 50 g ( <b>GLUPSZ</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Parówki cieszynki- węd. wp. homog. wędz. parz 80 g ( <b>SOJ, SEL<sub>1</sub></b> ), Musztarda 10 g ( <b>GOR<sub>1</sub></b> ), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i słonecznikiem z olejem* 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml ( <b>GLUPSZ, SEL<sub>1</sub></b> ), Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JĘCZ<sub>1</sub></b> ), Wątróbka wieprzowa duszona w sosie własnym 180 g ( <b>GLUPSZ<sub>1</sub></b> ), Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g , Fasolka szparagowa z wody* 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></b> ), Chleb Graham 50 g ( <b>GLUPSZ<sub>1</sub></b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 50 g ( <b>MLE<sub>1</sub></b> ), Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w ostonce niejadalnej 30 g ( <b>SOJ<sub>1</sub></b> ), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml ,		<b>Posiłek nocny:</b> Arbuz 100 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2499.56 kcal; Białko ogółem: 108.35 g; Tłuszcz: 78.76 g; Kw. tł. nasy.: 16.04 g; Węglowodany ogółem: 354.52 g; W tym cukry: 69.89 g; Błonnik pok.: 32.43 g; Sól: 10.08 g; WW: 32.39 Por; : 17.34 %; : 56.73 %; Ener. z T: 28.36 %; Ener. z Bł.: 2.59 %; K: 3912.33 mg;

<b>sobota 2024-08-24</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna</b>		
Ryż na mleku/p 400 ml ( <b>MLE<sub>1</sub></b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></b> ), Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE<sub>1</sub></b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka Familijna wieprzowa, z dodatkiem wody i białka wp z połączonych kawałków mięsa 50 g ( <b>SOJ, MLE<sub>1</sub></b> ), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i olejem* 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Selerowa z ziemniakami (*) 400 ml ( <b>MLE, SEL<sub>1</sub></b> ), Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JĘCZ<sub>1</sub></b> ), Gulasz wieprzowy-dieta 180 g ( <b>GLUPSZ<sub>1</sub></b> ), Fasolka szparagowa z wody* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLUPSZ<sub>1</sub></b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 50 g ( <b>MLE<sub>1</sub></b> ), Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w ostonce niejadalnej 30 g ( <b>SOJ<sub>1</sub></b> ), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml ,		<b>Posiłek nocny:</b> Arbuz 100 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2134.44 kcal; Białko ogółem: 97.57 g; Tłuszcz: 46.69 g; Kw. tł. nasy.: 10.52 g; Węglowodany ogółem: 343.1 g; W tym cukry: 70.96 g; Błonnik pok.: 26.41 g; Sól: 7.44 g; WW: 31.85 Por; : 18.29 %; : 64.3 %; Ener. z T: 19.69 %; Ener. z Bł.: 2.47 %; K: 3869.23 mg;

<b>sobota 2024-08-24</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>		
Ryż pełnoziarnisty na mleku/p 400 ml ( <b>MLE<sub>1</sub></b> ), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g ( <b>GLUPSZ<sub>1</sub></b> ), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLUPSZ<sub>1</sub></b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka Familijna wieprzowa, z dodatkiem wody i białka wp z połączonych kawałków mięsa 50 g ( <b>SOJ, MLE<sub>1</sub></b> ), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i słonecznikiem z olejem* 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml ( <b>GLUPSZ, SEL<sub>1</sub></b> ), Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JĘCZ<sub>1</sub></b> ), Gulasz wieprzowy-dieta 180 g ( <b>GLUPSZ<sub>1</sub></b> ), Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g , Fasolka szparagowa z wody* 100 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g ( <b>GLUPSZ<sub>1</sub></b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 50 g ( <b>MLE<sub>1</sub></b> ), Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w ostonce niejadalnej 30 g ( <b>SOJ<sub>1</sub></b> ), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml ,	<b>Podwieczorek:</b> Chleb Graham 25 g ( <b>GLUPSZ<sub>1</sub></b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 0.50 szt , Twarożek 30 g ( <b>MLE<sub>1</sub></b> ), Pomidor 15 g ,	<b>Posiłek nocny:</b> Arbuz 100 g , Migdały 10 g ( <b>ORZ<sub>1</sub></b> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2431.07 kcal; Białko ogółem: 119.22 g; Tłuszcz: 68.5 g; Kw. tł. nasy.: 13.42 g; Węglowodany ogółem: 353.12 g; W tym cukry: 66.84 g; Błonnik pok.: 40.9 g; Sól: 9.08 g; WW: 31.36 Por; : 19.62 %; : 58.1 %; Ener. z T: 25.36 %; Ener. z Bł.: 3.36 %; K: 4510.03 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>niedziela 2024-08-25</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa</b>		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml ( <b>MLE, GLU OW,</b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ), Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE,</b> ), Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Rosół z makaronem * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 120 g , Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem b/c 100 g , Brokuł gotowany* 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ), Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</b> ), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g ,
<b>II Śniadanie:</b> Surówka z marchwi i jabłka b/c () 150 g ( <b>MLE,</b> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE,</b> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2106.82 kcal; Białko ogółem: 107.26 g; Tłuszcz: 60.66 g; Kw. tł. nasy.: 15.77 g; Węglowodany ogółem: 298.4 g; W tym cukry: 63.47 g; Błonnik pok.: 33.36 g; Sól: 7.23 g; WW: 26.54 Por; : 20.36 %; : 56.65 %; Ener. z T: 25.91 %; Ener. z Bł.: 3.17 %; K: 4897.89 mg;

<b>niedziela 2024-08-25</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna</b>		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml ( <b>MLE, GLU OW,</b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE,</b> ), Sałata zielona 20 g , Jabłko 150 g ,	Rosół z makaronem * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 120 g , Brokuł gotowany* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</b> ), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g ,
<b>II Śniadanie:</b> Surówka z marchwi i jabłka b/c () 150 g ( <b>MLE,</b> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE,</b> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2160.43 kcal; Białko ogółem: 109.42 g; Tłuszcz: 56.16 g; Kw. tł. nasy.: 15.36 g; Węglowodany ogółem: 319.08 g; W tym cukry: 74.39 g; Błonnik pok.: 28.66 g; Sól: 6.32 g; WW: 29.01 Por; : 20.26 %; : 59.08 %; Ener. z T: 23.39 %; Ener. z Bł.: 2.65 %; K: 4776.57 mg;

<b>niedziela 2024-08-25</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml ( <b>MLE, GLU OW,</b> ), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE,</b> ), Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Rosół z makaronem * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 120 g , Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem b/c 100 g , Brokuł gotowany* 100 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</b> ), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g ,
<b>II Śniadanie:</b> Surówka z marchwi i jabłka b/c () 150 g ( <b>MLE,</b> ),	<b>Podwieczorek:</b> Koktajl z jagód * 200 g ( <b>MLE,</b> ),	<b>Posiłek nocny:</b> Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE,</b> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2199.16 kcal; Białko ogółem: 122.34 g; Tłuszcz: 66.77 g; Kw. tł. nasy.: 19.46 g; Węglowodany ogółem: 296.52 g; W tym cukry: 68.07 g; Błonnik pok.: 36.6 g; Sól: 7.26 g; WW: 26.04 Por; : 22.25 %; : 53.93 %; Ener. z T: 27.33 %; Ener. z Bł.: 3.33 %; K: 5787.09 mg;