

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2026-02-16 Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), 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 , Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,</u>), Ogórek kiszony 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Pieczarkowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, S02,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>), Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Fasolka szparagowa z wody* 150 g , 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 , Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g , Dżem 30 g , Pomidor 80 g , Roszponka 20 g ,
II Śniadanie: Chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1889.9 kcal; Białko ogółem: 84.96 g; Tłuszcz: 37.49 g; Kw. tł. nasy.: 8.28 g; Węglowodany ogółem: 317.88 g; W tym cukry: 47.07 g; Błonnik pok.: 27.42 g; Sól: 9.31 g; WW: 29.12 Por; : 17.98 %; : 67.28 %; Ener. z T: 17.86 %; Ener. z Bł.: 2.9 %; K: 3705.85 mg;

poniedziałek 2026-02-16 Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), 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 , Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>), Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Marchew gotowana z olejem* 150 g , 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 , Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g , Dżem 30 g , Pomidor b/skórki 80 g , Roszponka 20 g ,
II Śniadanie: Chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1990.07 kcal; Białko ogółem: 85.79 g; Tłuszcz: 41.18 g; Kw. tł. nasy.: 8.41 g; Węglowodany ogółem: 333.18 g; W tym cukry: 55.36 g; Błonnik pok.: 24.56 g; Sól: 7.46 g; WW: 30.95 Por; : 17.24 %; : 66.97 %; Ener. z T: 18.62 %; Ener. z Bł.: 2.47 %; K: 3943.95 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-02-16 Jadłospis dla diety: PUŁ- P3 Łatwo strawna częściowo rozdrobniona 1-3 lat		
Płatki pszenne na mleku/p 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 200 ml , Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 20 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,</u>), Pomidor b/skórki 40 g , Sałata zielona 10 g ,	Jarzynowa z makaronem* dieta 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g , Pulpet drobiowy 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>), Sos pietruszkowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Marchew gotowana z olejem* 100 g , Kompot owocowy* z/c 200 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 200 ml , Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g , Dżem 30 g , Pomidor b/skórki 40 g , Roszponka 10 g ,
II Śniadanie: Chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1211.75 kcal; Białko ogółem: 50.5 g; Tłuszcz: 29.14 g; Kw. tł. nasy.: 6.06 g; Węglowodany ogółem: 195.14 g; W tym cukry: 36.65 g; Błonnik pok.: 14.34 g; Sól: 4.4 g; WW: 18.12 Por; : 16.67 %; : 64.42 %; Ener. z T: 21.64 %; Ener. z Bł.: 2.37 %; K: 2105.54 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2026-02-17 Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE,</u>), Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ,</u>), Rukola 10 g , Pomidor 90 g ,	Ogórkowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ryż na sypko 200 g , Szyunka wieprzowa gotowana 100 g , Sos meksykański 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Surówka z kapusty białej z olejem () 100 g , Buraczki gotowane () 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyunka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,</u>), Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 80 g (<u>SEL,</u>), Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: Chleb Graham 25 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyunka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 25 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,</u>), Sałata zielona 10 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2247.81 kcal; Białko ogółem: 123.17 g; Tłuszcz: 53.03 g; Kw. tł. nasy.: 11.39 g; Węglowodany ogółem: 330.41 g; W tym cukry: 61.53 g; Błonnik pok.: 25.33 g; Sól: 7.06 g; WW: 30.64 Por; : 21.92 %; : 58.8 %; Ener. z T: 21.23 %; Ener. z Bł.: 2.25 %; K: 4208.78 mg;

wtorek 2026-02-17 Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci		
Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE,</u>), Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ,</u>), Sałata zielona 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,	Brokułowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ryż na sypko 200 g , Szyunka wieprzowa gotowana 100 g , Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Marchew gotowana z olejem* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyunka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,</u>), Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 100 g (<u>SEL,</u>),
II Śniadanie: Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyunka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 25 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,</u>), Sałata zielona 10 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2238.16 kcal; Białko ogółem: 116.48 g; Tłuszcz: 54.11 g; Kw. tł. nasy.: 11.49 g; Węglowodany ogółem: 330.57 g; W tym cukry: 51.06 g; Błonnik pok.: 21.38 g; Sól: 6.9 g; WW: 31.1 Por; : 20.82 %; : 59.08 %; Ener. z T: 21.76 %; Ener. z Bł.: 1.91 %; K: 3626.81 mg;

wtorek 2026-02-17 Jadłospis dla diety: PUŁ- P3 Łatwo strawna częściowo rozdrobniona 1-3 lat		
Zacierka na mleku/p 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 200 ml , Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek z koperkiem 20 g (<u>MLE,</u>), Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 20 g (<u>SOJ,</u>), Sałata zielona 10 g , Pomidor b/skórki 40 g ,	Brokułowa z ziemniakami (*) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ryż na sypko 100 g , Klopsik wieprzowy 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>), Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Marchew gotowana z olejem* 100 g , Kompot owocowy* z/c 200 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 200 ml , Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyunka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 40 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,</u>), Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 50 g (<u>SEL,</u>),
Wydruk z MAPI Jadłospis 2.24.1.17		strona 4 z 20

Jadłospisy dla oddziałów

II Śniadanie: Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE₁) ,	Podwieczorek: Bułka pszenna długa krojona 25 g (GLUPSZ₁), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 25 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE₁, GOR₁), Sałata zielona 10 g ,	
--	---	--

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1441.49 kcal; Białko ogółem: 70.57 g; Tłuszcz: 46.64 g; Kw. tł. nasy.: 9.07 g; Węglowodany ogółem: 191.28 g; W tym cukry: 27.16 g; Błonnik pok.: 12.29 g; Sól: 4.51 g; WW: 18.04 Por; : 19.58 %; : 53.08 %; Ener. z T: 29.12 %; Ener. z Bł.: 1.7 %; K: 1865.15 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2026-02-18 Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₁</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ₁</u>), Roszponka 20 g , Papryka świeża 80 g ,	Fasolowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Makaron 200 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Sos jogurtowy z twarogiem z/c 150 g (<u>MLE₁</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml , Pomarańcza 150 g ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₁</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasztet rybno- warzywny (Morszczuk) 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB₁</u>), Serek śmietankowy naturalny 30 g (<u>MLE₁</u>), Pomidor ze szczypiorkiem i olejem 80 g , Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE₁</u>),	Podwieczorek: Sałatka z brokułu i pomidora 100 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2269.69 kcal; Białko ogółem: 109 g; Tłuszcz: 59.69 g; Kw. tł. nasy.: 18.12 g;
Węglowodany ogółem: 339.21 g; W tym cukry: 69.84 g; Błonnik pok.: 31.84 g; Sól: 5.45 g; WW: 30.74 Por; : 19.21 %; : 59.78
%; Ener. z T: 23.67 %; Ener. z Bł.: 2.81 %; K: 4147.05 mg;

środa 2026-02-18 Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ₁</u>), Roszponka 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,	Dyniowa z ziemniakami*() 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL₁</u>), Makaron 200 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (<u>MLE₁</u>), Pomarańcza 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasztet rybno- warzywny (Morszczuk) 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB₁</u>), Serek śmietankowy naturalny 30 g (<u>MLE₁</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE₁</u>),	Podwieczorek: Sałatka z brokułu i pomidora 100 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2121.89 kcal; Białko ogółem: 96.98 g; Tłuszcz: 52.66 g; Kw. tł. nasy.: 16.48 g;
Węglowodany ogółem: 324.07 g; W tym cukry: 66.5 g; Błonnik pok.: 20.49 g; Sól: 4.51 g; WW: 30.3 Por; : 18.28 %; : 61.09 %;
Ener. z T: 22.34 %; Ener. z Bł.: 1.93 %; K: 3811.39 mg;

środa 2026-02-18 Jadłospis dla diety: PUŁ- P3 Łatwo strawna częściowo rozdrobniona 1-3 lat		
kasza kukurydziana na ml/p 200 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata czarna granulowana z/c 200 ml , Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ₁</u>), Roszponka 10 g , Pomidor b/skórki 40 g ,	Dyniowa z ziemniakami*() 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL₁</u>), Makaron 100 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Sos jogurtowy z twarogiem z/c 60 g (<u>MLE₁</u>), Kompot owocowy* z/c 200 ml , Jabłko pieczone 150 g ,	Herbata czarna granulowana z/c 200 ml , Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasztet rybno- warzywny (Morszczuk) 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB₁</u>), Serek śmietankowy naturalny 30 g (<u>MLE₁</u>), Pomidor b/skórki 40 g , Sałata zielona 10 g ,
II Śniadanie: Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE₁</u>),	Podwieczorek: Sałatka z brokułu i pomidora b/skórki 100 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1323.99 kcal; Białko ogółem: 59.3 g; Tłuszcz: 41.44 g; Kw. tł. nasy.: 13.16 g;
Węglowodany ogółem: 184.25 g; W tym cukry: 48.3 g; Błonnik pok.: 13.65 g; Sól: 2.77 g; WW: 17.04 Por; : 17.91 %; : 55.67 %;
Ener. z T: 28.17 %; Ener. z Bł.: 2.06 %; K: 2322.92 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2026-02-19 Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,</u>), Sałatka jarzynowa () * 150 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>), Sałata zielona 20 g ,	Barszcz biały z ziemniakami () * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 350 g (<u>SEL, GLU JĘCZ,</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>), Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 150 g (<u>SEL,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek a`la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE,</u>), Sałatka z pomidora i sałaty lodowej 100 g ,
II Śniadanie: Smoothie szpinak, jabłko 150 g ,	Podwieczorek: Mandarynka 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2159.85 kcal; Białko ogółem: 87.47 g; Tłuszcz: 64.32 g; Kw. tł. nasy.: 13.42 g; Węglowodany ogółem: 325.52 g; W tym cukry: 63.02 g; Błonnik pok.: 37.61 g; Sól: 5.34 g; WW: 28.78 Por; : 16.2 %; : 60.29 %; Ener. z T: 26.8 %; Ener. z Bł.: 3.48 %; K: 4797.7 mg;

czwartek 2026-02-19 Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,</u>), Sałatka jarzynowa - dieta () * 150 g (<u>MLE, SEL,</u>), Sałata zielona 20 g ,	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 350 g (<u>SEL, GLU JĘCZ,</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>), Cukinia pieczona z olejem * 150 g , 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>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek a`la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE,</u>), Sałatka z pomidora i sałaty lodowej b/skórki 100 g ,
II Śniadanie: Smoothie szpinak, jabłko 150 g ,	Podwieczorek: Mandarynka 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2119.69 kcal; Białko ogółem: 84.88 g; Tłuszcz: 55.4 g; Kw. tł. nasy.: 11.56 g; Węglowodany ogółem: 335.31 g; W tym cukry: 60.27 g; Błonnik pok.: 31.91 g; Sól: 4.92 g; WW: 30.26 Por; : 16.02 %; : 63.27 %; Ener. z T: 23.52 %; Ener. z Bł.: 3.01 %; K: 4779.73 mg;

czwartek 2026-02-19 Jadłospis dla diety: PUŁ- P3 Łatwo strawna częściowo rozdrobniona 1-3 lat		
Płatki owsiane na mleku/p 200 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 200 ml , Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 20 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,</u>), Sałatka jarzynowa - dieta () * 100 g (<u>MLE, SEL,</u>), Sałata zielona 10 g ,	Ziemniaczana * () 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 200 g (<u>SEL, GLU JĘCZ,</u>), Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ,</u>), Cukinia pieczona z olejem * 100 g , Kompot owocowy* z/c 200 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 200 ml , Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek a`la homogenizowany z ziołami 40 g (<u>MLE,</u>), Sałatka z pomidora i sałaty lodowej b/skórki 50 g ,
II Śniadanie: Smoothie szpinak, jabłko 150 g ,	Podwieczorek: Mandarynka 75 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1258.34 kcal; Białko ogółem: 49.79 g; Tłuszcz: 37.03 g; Kw. tł. nasy.: 7.81 g; Węglowodany ogółem: 191.18 g; W tym cukry: 35.28 g; Błonnik pok.: 18.88 g; Sól: 2.91 g; WW: 17.19 Por; : 15.83 %; : 60.77 %; Ener. z T: 26.49 %; Ener. z Bł.: 3 %; K: 2798.13 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2026-02-20 Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
Kasza manna na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>), Miód (25g) 1 szt , Jabłko 150 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Szpinakowa z zacierką * 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Kotlet z ryby (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u>), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g , Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 50 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona 20 g , Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JĘCZ</u>),
II Śniadanie: Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Chleb Graham 25 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek z natką pietruszki 25 g (<u>MLE</u>), Sałata zielona 10 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2239.02 kcal; Białko ogółem: 98.64 g; Tłuszcz: 59.32 g; Kw. tł. nasy.: 13.45 g; Węglowodany ogółem: 341.58 g; W tym cukry: 65.89 g; Błonnik pok.: 29.77 g; Sól: 6.92 g; WW: 31.19 Por; : 17.62 %; : 61.02 %; Ener. z T: 23.84 %; Ener. z Bł.: 2.66 %; K: 4236.21 mg;

piątek 2026-02-20 Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci		
Kasza manna na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>), Miód (25g) 1 szt , Jabłko pieczone 1szt. 1 szt , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Szpinakowa z zacierką * 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u>), Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u>), Bukiet jarzyn oprószany z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>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 , Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 50 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Bułka pszenna długa krojona 25 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek z natką pietruszki 25 g (<u>MLE</u>), Sałata zielona 10 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2302.54 kcal; Białko ogółem: 105.86 g; Tłuszcz: 59.09 g; Kw. tł. nasy.: 13.47 g; Węglowodany ogółem: 347.18 g; W tym cukry: 58.01 g; Błonnik pok.: 20.49 g; Sól: 6.15 g; WW: 32.7 Por; : 18.39 %; : 60.31 %; Ener. z T: 23.1 %; Ener. z Bł.: 1.78 %; K: 3870.54 mg;

piątek 2026-02-20 Jadłospis dla diety: PUŁ- P3 Łatwo strawna częściowo rozdrobniona 1-3 lat		
Kasza manna na mleku/p 200 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u>), Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twaróg półtłusty 20 g (<u>MLE</u>), Dżem 25 g 1 szt , Jabłko pieczone 1szt. 1 szt , Herbata czarna granulowana z/c 200 ml ,	Szpinakowa z zacierką * 200 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g , Pulpet rybny (Morszczuk) 60 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u>), Sos cytrynowy 50 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u>), Bukiet jarzyn oprószany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Kompot owocowy* z/c 200 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 200 ml , Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 50 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 20 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Bułka pszenna długa krojona 25 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek z natką pietruszki 25 g (<u>MLE</u>), Sałata zielona 10 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1443.05 kcal; Białko ogółem: 64.95 g; Tłuszcz: 45.2 g; Kw. tł. nasy.: 10.66 g; Węglowodany ogółem: 201.19 g; W tym cukry: 51.3 g; Błonnik pok.: 13.26 g; Sól: 3.69 g; WW: 18.85 Por; : 18 %; : 55.77 %; Ener. z T: 28.19 %; Ener. z Bł.: 1.84 %; K: 2296.68 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2026-02-21 Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Parówki drobiowo-wieprz (homogenizowane, wędz, parz w osłonce niejadalnej) 80 g (<u>SOJ.</u>), Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Koperkowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Bigos z kapusty białej 300 g (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z soczewicy czerwonej 80 g , Mix sałat 20 g , Rzodkiew biała 80 g ,
II Śniadanie: Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),	Podwieczorek: Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2382.58 kcal; Białko ogółem: 98.31 g; Tłuszcz: 78.45 g; Kw. tł. nasy.: 19.52 g; Węglowodany ogółem: 335.66 g; W tym cukry: 49.75 g; Błonnik pok.: 30.23 g; Sól: 7.86 g; WW: 30.72 Por; : 16.5 %; : 56.35 %; Ener. z T: 29.63 %; Ener. z Bł.: 2.54 %; K: 4488.21 mg;

sobota 2026-02-21 Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyunka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Koperkowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Gulasz wieprzowy z warzywami* 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Marchew gotowana z olejem* 150 g , 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>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyunka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 50 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>), Mix sałat 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,
II Śniadanie: Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),	Podwieczorek: Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2061.67 kcal; Białko ogółem: 98.45 g; Tłuszcz: 52.69 g; Kw. tł. nasy.: 10.12 g; Węglowodany ogółem: 309.72 g; W tym cukry: 40.92 g; Błonnik pok.: 23.21 g; Sól: 7.55 g; WW: 28.83 Por; : 19.1 %; : 60.09 %; Ener. z T: 23 %; Ener. z Bł.: 2.25 %; K: 3818.74 mg;

sobota 2026-02-21 Jadłospis dla diety: PUŁ- P3 Łatwo strawna częściowo rozdrobniona 1-3 lat		
Płatki jęczmienna na mleku /p 200 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>), Herbata czarna granulowana z/c 200 ml , Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyunka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>), Pomidor b/skórki 50 g , Sałata zielona 10 g ,	Koperkowa z ryżem * 200 ml (<u>MLE, SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g , Gulasz wieprzowy z warzywami* 80 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Marchew gotowana z olejem* 100 g , Kompot owocowy* z/c 200 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 200 ml , Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyunka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>), Mix sałat 10 g , Pomidor b/skórki 40 g ,
II Śniadanie: Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),	Podwieczorek: Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1286.85 kcal; Białko ogółem: 63.71 g; Tłuszcz: 36.37 g; Kw. tł. nasy.: 6.23 g; Węglowodany ogółem: 183.21 g; W tym cukry: 24.96 g; Błonnik pok.: 12.73 g; Sól: 4.92 g; WW: 17.18 Por; : 19.8 %; : 56.95 %; Ener. z T: 25.44 %; Ener. z Bł.: 1.98 %; K: 2058.7 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2026-02-22 Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₁</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 80 g (<u>MLE₁</u>), Jabłko 1 szt 1 szt ,	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g , Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 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 (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₁</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR₁</u>), Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE₁</u>), Pomidor 90 g , Rukola 10 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny z płatkami owsianymi 150 g (<u>MLE, GLU OW₁</u>),	Podwieczorek: Sałatka jarzynowa () 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR₁</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2332.41 kcal; Białko ogółem: 120.32 g; Tłuszcz: 68.02 g; Kw. tł. nasy.: 17.57 g; Węglowodany ogółem: 325.43 g; W tym cukry: 60.06 g; Błonnik pok.: 31.48 g; Sól: 7.34 g; WW: 29.36 Por; : 20.63 %; : 55.81 %; Ener. z T: 26.25 %; Ener. z Bł.: 2.7 %; K: 5065.17 mg;

niedziela 2026-02-22 Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 80 g (<u>MLE₁</u>), Jabłko 1 szt 1 szt ,	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g , Brokuł gotowany* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR₁</u>), Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE₁</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny z płatkami owsianymi 150 g (<u>MLE, GLU OW₁</u>),	Podwieczorek: Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE, SEL₁</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2302.68 kcal; Białko ogółem: 123.54 g; Tłuszcz: 57.46 g; Kw. tł. nasy.: 16.41 g; Węglowodany ogółem: 335.45 g; W tym cukry: 60.98 g; Błonnik pok.: 24.41 g; Sól: 6.19 g; WW: 31.06 Por; : 21.46 %; : 58.27 %; Ener. z T: 22.46 %; Ener. z Bł.: 2.12 %; K: 5081.56 mg;

niedziela 2026-02-22 Jadłospis dla diety: PUŁ- P3 Łatwo strawna częściowo rozdrobniona 1-3 lat		
kasza kukurydziana na ml/p 200 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata czarna granulowana z/c 200 ml , Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 40 g (<u>MLE₁</u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt ,	Rosół z makaronem * 200 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g , Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s (rozdrobniony) 80 g , Brokuł gotowany* 100 g , Kompot owocowy* z/c 200 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 200 ml , Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 20 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR₁</u>), Serek homo. naturalny 20 g (<u>MLE₁</u>), Pomidor b/skórki 40 g , Sałata zielona 10 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny z płatkami owsianymi 150 g (<u>MLE, GLU OW₁</u>),	Podwieczorek: Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE, SEL₁</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1395.02 kcal; Białko ogółem: 69.85 g; Tłuszcz: 38.37 g; Kw. tł. nasy.: 10.99 g; Węglowodany ogółem: 201.1 g; W tym cukry: 45.37 g; Błonnik pok.: 16.9 g; Sól: 3.63 g; WW: 18.36 Por; : 20.03 %; : 57.66 %; Ener. z T: 24.75 %; Ener. z Bł.: 2.42 %; K: 3174.14 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2026-02-23 Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> <u>OW</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (<u>SOJ</u>), Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Kapuśniak z kapusty kiszonej (*) 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g , Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu i papryki 80 g (<u>MLE</u>), Sałatka z pomidorów i koperku 90 g , Rukola 10 g ,
II Śniadanie: Chleb Graham 25 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Sałata zielona 10 g ,	Podwieczorek: Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2109.88 kcal; Białko ogółem: 89.27 g; Tłuszcz: 55.38 g; Kw. tł. nasy.: 12.87 g; Węglowodany ogółem: 325.43 g; W tym cukry: 59.39 g; Błonnik pok.: 23.33 g; Sól: 6.8 g; WW: 30.37 Por; : 16.92 %; : 61.7 %; Ener. z T: 23.62 %; Ener. z Bł.: 2.21 %; K: 3075.63 mg;

poniedziałek 2026-02-23 Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> <u>OW</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (<u>SOJ</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Wielowarzywna z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Pierogi leniwe z cukrem i cynamonem () 200 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE</u>), Mandarynka 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE</u>), Sałatka z pomidorów i koperku 80 g , Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna długa krojona 25 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 0.50 szt (<u>JAJ</u>), Sałata zielona 10 g ,	Podwieczorek: Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2113.83 kcal; Białko ogółem: 101.24 g; Tłuszcz: 50.23 g; Kw. tł. nasy.: 12.47 g; Węglowodany ogółem: 325.21 g; W tym cukry: 74.05 g; Błonnik pok.: 19.22 g; Sól: 5.08 g; WW: 30.73 Por; : 19.16 %; : 61.54 %; Ener. z T: 21.38 %; Ener. z Bł.: 1.82 %; K: 3813.88 mg;

poniedziałek 2026-02-23 Jadłospis dla diety: PUŁ- P3 Łatwo strawna częściowo rozdrobniona 1-3 lat		
Płatki owsiane na mleku/p 200 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> <u>OW</u>), Herbata czarna granulowana z/c 200 ml , Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 40 g (<u>SOJ</u>), Pomidor b/skórki 40 g , Sałata zielona 10 g ,	Wielowarzywna z ziemniakami * () 200 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 200 g , Sos jogurtowy naturalny 50 g (<u>MLE</u>), Kompot owocowy* z/c 200 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 200 ml , Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu z koperkiem 40 g (<u>MLE</u>), Sałatka z pomidorów i koperku 40 g , Sałata zielona 10 g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna długa krojona 25 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 0.50 szt (<u>JAJ</u>), Sałata zielona 5 g ,	Podwieczorek: Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1293.1 kcal; Białko ogółem: 57.98 g; Tłuszcz: 36.5 g; Kw. tł. nasy.: 7.85 g; Węglowodany ogółem: 189.12 g; W tym cukry: 35.44 g; Błonnik pok.: 10.17 g; Sól: 3.06 g; WW: 18 Por; : 17.94 %; : 58.5 %; Ener. z T: 25.41 %; Ener. z Bł.: 1.57 %; K: 1617.14 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2026-02-24 Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
Makaron na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (<u>SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR</u>), Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), kasza pęczak/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ</u>), Pieczeń rzymska drobiowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos ziołowy 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 100 g (<u>MLE</u>), Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL</u>), Ogórek kiszony 80 g , Mix sałat 20 g ,
II Śniadanie: Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Jabłko 1 szt 1 szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2215.93 kcal; Białko ogółem: 106.16 g; Tłuszcz: 48.11 g; Kw. tł. nasy.: 10.63 g; Węglowodany ogółem: 348.89 g; W tym cukry: 63.52 g; Błonnik pok.: 43.04 g; Sól: 7.12 g; WW: 30.65 Por; : 19.16 %; : 62.98 %; Ener. z T: 19.54 %; Ener. z Bł.: 3.88 %; K: 4217.98 mg;

wtorek 2026-02-24 Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci		
Makaron na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (<u>SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Solferino * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ</u>), Pieczeń rzymska drobiowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos ziołowy 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Marchew oprószana z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g ,
II Śniadanie: Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Jabłko pieczone 1szt. 1 szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1996.17 kcal; Białko ogółem: 88.19 g; Tłuszcz: 41.11 g; Kw. tł. nasy.: 7.91 g; Węglowodany ogółem: 332.06 g; W tym cukry: 57.62 g; Błonnik pok.: 26.8 g; Sól: 5.98 g; WW: 30.66 Por; : 17.67 %; : 66.54 %; Ener. z T: 18.53 %; Ener. z Bł.: 2.69 %; K: 3794.59 mg;

wtorek 2026-02-24 Jadłospis dla diety: PUŁ- P3 Łatwo strawna częściowo rozdrobniona 1-3 lat		
Makaron na mleku/p 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 200 ml , Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (<u>SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR</u>), Pomidor b/skórki 40 g , Sałata zielona 10 g ,	Solferino * () 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 100 g (<u>GLU JĘCZ</u>), Pieczeń rzymska drobiowa 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos ziołowy 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Marchew oprószana z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Kompot owocowy* z/c 200 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 200 ml , Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 60 g (<u>RYB, SEL</u>), Pomidor b/skórki 40 g , Mix sałat 10 g ,
II Śniadanie: Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Jabłko pieczone 1szt. 1 szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1250.53 kcal; Białko ogółem: 56.86 g; Tłuszcz: 31.23 g; Kw. tł. nasy.: 6.35 g; Węglowodany ogółem: 194.98 g; W tym cukry: 44.72 g; Błonnik pok.: 16.42 g; Sól: 3.84 g; WW: 17.95 Por; : 18.19 %; : 62.37 %; Ener. z T: 22.47 %; Ener. z Bł.: 2.63 %; K: 2294.76 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2026-02-25 Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
Ryż na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u>), 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 , Serek homo o smaku wanilinowym 80 g (<u>MLE</u>), Jabłko 150 g ,	Grycikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Eskalopka z kurczaka 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki z olejem* 100 g , Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>), 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 , Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 50 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR</u>), Sałatka jarzynowa (*) 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR</u>),
II Śniadanie: Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Warzywa pieczone 100 g , Dip ziołowy 10 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2288.95 kcal; Białko ogółem: 95.42 g; Tłuszcz: 73.34 g; Kw. tł. nasy.: 12.58 g; Węglowodany ogółem: 324.3 g; W tym cukry: 67.86 g; Błonnik pok.: 28.15 g; Sól: 8.92 g; WW: 29.54 Por; : 16.67 %; : 56.67 %; Ener. z T: 28.84 %; Ener. z Bł.: 2.46 %; K: 4525.86 mg;

środa 2026-02-25 Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci		
Ryż na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u>), 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 , Serek homo o smaku wanilinowym 80 g (<u>MLE</u>), Jabłko pieczone 150 g ,	Grycikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g , Sos bazyliowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki z olejem* 150 g , 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 , Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 50 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR</u>), Sałatka jarzynowa - dieta (*) 100 g (<u>MLE, SEL</u>),
II Śniadanie: Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Warzywa pieczone 100 g , Dip ziołowy 10 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2117.94 kcal; Białko ogółem: 96.91 g; Tłuszcz: 51.82 g; Kw. tł. nasy.: 10.13 g; Węglowodany ogółem: 326.1 g; W tym cukry: 64.65 g; Błonnik pok.: 23.07 g; Sól: 6.81 g; WW: 30.21 Por; : 18.3 %; : 61.59 %; Ener. z T: 22.02 %; Ener. z Bł.: 2.18 %; K: 4547.63 mg;

środa 2026-02-25 Jadłospis dla diety: PUŁ- P3 Łatwo strawna częściowo rozdrobniona 1-3 lat		
Ryż na mleku/p 200 ml (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 200 ml , Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo o smaku wanilinowym 40 g (<u>MLE</u>), Jabłko pieczone 150 g ,	Grycikowa * 200 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka mielone 60 g , Sos bazyliowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki z olejem* 100 g , Kompot owocowy* z/c 200 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 200 ml , Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 25 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR</u>), Sałatka jarzynowa - dieta (*) 50 g (<u>MLE, SEL</u>),
II Śniadanie: Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Warzywa pieczone 100 g , Dip ziołowy 10 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1298.46 kcal; Białko ogółem: 55.87 g; Tłuszcz: 40.73 g; Kw. tł. nasy.: 8.02 g; Węglowodany ogółem: 183.22 g; W tym cukry: 47.11 g; Błonnik pok.: 14.79 g; Sól: 3.85 g; WW: 16.75 Por; : 17.21 %; : 56.44 %; Ener. z T: 28.23 %; Ener. z Bł.: 2.28 %; K: 2768.88 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2026-02-26 Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka dębowa łopatka wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem wody i białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ₁, MLE₁, SEL₁</u> , <u>może zawierać: GLU PSZ₁, JAJ₁, GOR₁</u>), Papryka świeża 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ₁, MLE₁, SEL₁</u>), Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z miesa wieprzowego () 300 g (<u>GLU PSZ₁, SEL₁</u>), Brokuł gotowany* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z tofu i marchewki 50 g (<u>SOJ₁</u>), Serek a`la homogenizowany z ziołami 30 g (<u>MLE₁</u>), Roszponka 20 g , Pomidor 80 g ,
II Śniadanie: Owsianka z jabłkiem i cynamonem 150 g (<u>MLE₁, GLU OW₁</u>),	Podwieczorek: Kefir 2% tł 150 ml (<u>MLE₁</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1998.57 kcal; Białko ogółem: 91.93 g; Tłuszcz: 51.09 g; Kw. tł. nasy.: 13.11 g; Węglowodany ogółem: 305.54 g; W tym cukry: 54.49 g; Błonnik pok.: 28.14 g; Sól: 5.22 g; WW: 27.81 Por; : 18.4 %; : 61.15 %; Ener. z T: 23.01 %; Ener. z Bł.: 2.82 %; K: 4127.01 mg;

czwartek 2026-02-26 Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ₁, GLU ŻYT₁</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka dębowa łopatka wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem wody i białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ₁, MLE₁, SEL₁</u> , <u>może zawierać: GLU PSZ₁, JAJ₁, GOR₁</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (<u>SEL₁</u>), Sałata zielona 20 g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ₁, MLE₁, SEL₁</u>), Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z miesa wieprzowego () 350 g (<u>GLU PSZ₁, SEL₁</u>), Brokuł gotowany* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ₁, GLU ŻYT₁</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z tofu i marchewki 50 g (<u>SOJ₁</u>), Serek a`la homogenizowany z ziołami 30 g (<u>MLE₁</u>), Roszponka 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,
II Śniadanie: Owsianka z jabłkiem i cynamonem 150 g (<u>MLE₁, GLU OW₁</u>),	Podwieczorek: Kefir 2% tł 150 ml (<u>MLE₁</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2173.52 kcal; Białko ogółem: 91.56 g; Tłuszcz: 56.91 g; Kw. tł. nasy.: 13.76 g; Węglowodany ogółem: 335.23 g; W tym cukry: 56.19 g; Błonnik pok.: 26.25 g; Sól: 5.85 g; WW: 30.88 Por; : 16.85 %; : 61.69 %; Ener. z T: 23.56 %; Ener. z Bł.: 2.42 %; K: 4114.47 mg;

czwartek 2026-02-26 Jadłospis dla diety: PUŁ- P3 Łatwo strawna częściowo rozdrobniona 1-3 lat		
kasza kukurydziana na ml/p 200 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata czarna granulowana z/c 200 ml , Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka dębowa łopatka wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem wody i białka wieprzowego 40 g (<u>SOJ₁, MLE₁, SEL₁</u> , <u>może zawierać: GLU PSZ₁, JAJ₁, GOR₁</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 40 g (<u>SEL₁</u>), Sałata zielona 10 g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 200 ml (<u>GLU PSZ₁, MLE₁, SEL₁</u>), Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z miesa wieprzowego () 200 g (<u>GLU PSZ₁, SEL₁</u>), Brokuł gotowany* 100 g , Kompot owocowy* z/c 200 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 200 ml , Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z tofu i marchewki 50 g (<u>SOJ₁</u>), Serek a`la homogenizowany z ziołami 20 g (<u>MLE₁</u>), Roszponka 10 g , Pomidor b/skórki 40 g ,
II Śniadanie: Owsianka z jabłkiem i cynamonem 150 g (<u>MLE₁, GLU OW₁</u>),	Podwieczorek: Kefir 2% tł 150 ml (<u>MLE₁</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1402.47 kcal; Białko ogółem: 61.73 g; Tłuszcz: 42.89 g; Kw. tł. nasy.: 11.06 g; Węglowodany ogółem: 200.21 g; W tym cukry: 37.67 g; Błonnik pok.: 15.97 g; Sól: 3.83 g; WW: 18.44 Por; : 17.61 %; : 57.1 %; Ener. z T: 27.52 %; Ener. z Bł.: 2.28 %; K: 2543.77 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2026-02-27 Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), 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 , Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE,</u>), Dżem 25 g 1 szt , Jabłko 150 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Pulpet rybno-warzywny* 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,</u>), Surówka żydowska z olejem b/c () 100 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml , Warzywa po grecku * (bez cukru) 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>),	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 , Pasta z jaj z koperkiem -dieta 50 g (<u>JAJ, MLE,</u>), Szyunka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 30 g (<u>SOJ,</u>), Pomidor 100 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2087.45 kcal; Białko ogółem: 89.65 g; Tłuszcz: 47.41 g; Kw. tł. nasy.: 10.28 g; Węglowodany ogółem: 338.68 g; W tym cukry: 63.2 g; Błonnik pok.: 27.74 g; Sól: 7.02 g; WW: 31.04 Por; : 17.18 %; : 64.9 %; Ener. z T: 20.44 %; Ener. z Bł.: 2.66 %; K: 3964.91 mg;

piątek 2026-02-27 Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci		
Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE,</u>), Dżem 25 g 1 szt , Jabłko 150 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Pulpet rybno-warzywny* 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,</u>), Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>), Warzywa po grecku * (bez cukru) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z jaj z koperkiem -dieta 50 g (<u>JAJ, MLE,</u>), Szyunka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 30 g (<u>SOJ,</u>), Pomidor b/skórki 100 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2163.16 kcal; Białko ogółem: 93.07 g; Tłuszcz: 44.71 g; Kw. tł. nasy.: 10.02 g; Węglowodany ogółem: 358.07 g; W tym cukry: 68.23 g; Błonnik pok.: 22.39 g; Sól: 5.59 g; WW: 33.51 Por; : 17.21 %; : 66.21 %; Ener. z T: 18.6 %; Ener. z Bł.: 2.07 %; K: 3939.59 mg;

piątek 2026-02-27 Jadłospis dla diety: PUŁ- P3 Łatwo strawna częściowo rozdrobniona 1-3 lat		
Zacierka na mleku/p 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 20 g (<u>MLE,</u>), Dżem 25 g 1 szt , Jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna granulowana z/c 200 ml , Koktajl wieloowocowy* b/c 150 ml (<u>MLE,</u>),	Kalafiorowa z ryżem * 200 ml (<u>MLE, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g , Pulpet rybno-warzywny* 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,</u>), Warzywa po grecku * (bez cukru) 80 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Sos szpinakowy* 50 ml (<u>GLU PSZ,</u>), Kompot owocowy* z/c 200 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 200 ml , Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z jaj z koperkiem -dieta 50 g (<u>JAJ, MLE,</u>), Szyunka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 20 g (<u>SOJ,</u>), Pomidor b/skórki 50 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1484.52 kcal; Białko ogółem: 62.53 g; Tłuszcz: 37.5 g; Kw. tł. nasy.: 9.55 g; Węglowodany ogółem: 231.3 g; W tym cukry: 61.82 g; Błonnik pok.: 14.96 g; Sól: 3.46 g; WW: 21.56 Por; : 16.85 %; : 62.32 %; Ener. z T: 22.74 %; Ener. z Bł.: 2.02 %; K: 2730.59 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2026-02-28 Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>), Sałatka z pomidorów z olejem i natką pietr 100 g ,	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>), Potrawka drobiowa () 200 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Buraczki gotowane () b/c 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml , Sałatka z dyni pieczonej z natką pietruszki i olejem* 100 g ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz - dieta 150 g (<u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Jabłko 150 g ,	Podwieczorek: Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2094.29 kcal; Białko ogółem: 105.46 g; Tłuszcz: 47.85 g; Kw. tł. nasy.: 7.9 g; Węglowodany ogółem: 326.98 g; W tym cukry: 63.23 g; Błonnik pok.: 37.23 g; Sól: 5.88 g; WW: 29 Por; : 20.14 %; : 62.45 %; Ener. z T: 20.56 %; Ener. z Bł.: 3.56 %; K: 4594.12 mg;

sobota 2026-02-28 Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>), Sałatka z pomidorów z olejem i natką pietr b/skórki 100 g ,	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>), Potrawka drobiowa () 200 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Buraczki gotowane () b/c 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz - dieta 150 g (<u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Jabłko 150 g ,	Podwieczorek: Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2085.59 kcal; Białko ogółem: 102.51 g; Tłuszcz: 43.5 g; Kw. tł. nasy.: 7.55 g; Węglowodany ogółem: 337.37 g; W tym cukry: 63.55 g; Błonnik pok.: 34.02 g; Sól: 5.89 g; WW: 30.36 Por; : 19.66 %; : 64.71 %; Ener. z T: 18.77 %; Ener. z Bł.: 3.26 %; K: 4315.17 mg;

sobota 2026-02-28 Jadłospis dla diety: PUŁ- P3 Łatwo strawna częściowo rozdrobniona 1-3 lat		
Płatki pszenne na mleku/p 200 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 200 ml , Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE</u>), Sałatka z pomidorów z olejem i natką pietr b/skórki 50 g ,	Selerowa z ziemniakami * () 200 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 100 g (<u>GLU JECZ</u>), Potrawka drobiowa () 80 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Buraczki gotowane () b/c 80 g , Kompot owocowy* z/c 200 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 200 ml , Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz - dieta 150 g (<u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Sałata zielona 10 g ,
II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1324.15 kcal; Białko ogółem: 67.33 g; Tłuszcz: 31.17 g; Kw. tł. nasy.: 5.43 g; Węglowodany ogółem: 204.03 g; W tym cukry: 45.92 g; Błonnik pok.: 19.96 g; Sól: 3.72 g; WW: 18.44 Por; : 20.34 %; : 61.63 %; Ener. z T: 21.19 %; Ener. z Bł.: 3.02 %; K: 2474.76 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2026-03-01 Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
Kasza manna na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), 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 , Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>), Papryka świeża 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Kotlet schabowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>), Kapusta zasmażana () 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g , 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 , Kielbasa Krakowska wieprzowa parzona grubo rozdrobniona wędzona w osłonce niejadalnej 30 g (<u>GOR,</u>), Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE,</u>), Pomidor 90 g , Rukola 10 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny z musem truskawkowym 150 g (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: Sałatka jarzynowa () 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2269.68 kcal; Białko ogółem: 108.44 g; Tłuszcz: 63.82 g; Kw. tł. nasy.: 14.1 g; Węglowodany ogółem: 328.51 g; W tym cukry: 58.21 g; Błonnik pok.: 30.25 g; Sól: 6.8 g; WW: 29.99 Por; : 19.11 %; : 57.9 %; Ener. z T: 25.31 %; Ener. z Bł.: 2.67 %; K: 4865.66 mg;

niedziela 2026-03-01 Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci		
Kasza manna na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), 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 , Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>), Warzywa pieczone (buraki, pietruszka, cukinia) 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Schab gotowany 100 g , Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g , 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 , Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ,</u>), Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE,</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny z musem truskawkowym 150 g (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE, SEL,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2130.71 kcal; Białko ogółem: 119.4 g; Tłuszcz: 46.2 g; Kw. tł. nasy.: 12.43 g; Węglowodany ogółem: 318.2 g; W tym cukry: 54.34 g; Błonnik pok.: 20.24 g; Sól: 5.55 g; WW: 29.9 Por; : 22.41 %; : 59.74 %; Ener. z T: 19.52 %; Ener. z Bł.: 1.9 %; K: 4819.55 mg;

niedziela 2026-03-01 Jadłospis dla diety: PUŁ- P3 Łatwo strawna częściowo rozdrobniona 1-3 lat		
Kasza manna na mleku/p 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 200 ml , Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek z koperkiem 40 g (<u>MLE,</u>), Warzywa pieczone (buraki, pietruszka, cukinia) 40 g , Sałata zielona 10 g ,	Pomidorowa z makaronem * 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g , Klopsik wieprzowy 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>), Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 80 g , Kompot owocowy* z/c 200 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 200 ml , Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 20 g (<u>SOJ,</u>), Serek homo. naturalny 20 g (<u>MLE,</u>), Pomidor b/skórki 40 g , Sałata zielona 10 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny z musem truskawkowym 150 g (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE, SEL,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1304.15 kcal; Białko ogółem: 61.45 g; Tłuszcz: 37.44 g; Kw. tł. nasy.: 9.76 g; Węglowodany ogółem: 185.86 g; W tym cukry: 35.67 g; Błonnik pok.: 12.72 g; Sól: 3.22 g; WW: 17.36 Por; : 18.85 %; : 57.01 %; Ener. z T: 25.84 %; Ener. z Bł.: 1.95 %; K: 2773.75 mg;