

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2025-11-03 Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU OW</u>), Herbata czarna granulowana 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, Szyńka 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 kiszzonej (*) 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), Pierogi leniwe z cukrem i cynamonem () 200 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE</u>), Śliwka 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana 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 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 PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Sałata zielona 10 g ,		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2064.71 kcal; Białko ogółem: 87.77 g; Tłuszcz: 56.66 g; Kw. tł. nasy.: 15.11 g; Węglowodany ogółem: 314.93 g; W tym cukry: 72.04 g; Błonnik pok.: 26.21 g; Sól: 9.34 g; WW: 28.97 Por; : 17 %; : 61.01 %; Ener. z T: 24.7 %; Ener. z Bł.: 2.54 %; K: 3986.98 mg;

poniedziałek 2025-11-03 Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU OW</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, Szyńka 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 PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE</u>), Pierogi leniwe z cukrem i cynamonem () 200 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), Banan 1szt. 1 szt , 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 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 PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 0.50 szt (<u>JAJ</u>), Sałata zielona 10 g ,		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2165.83 kcal; Białko ogółem: 89.84 g; Tłuszcz: 46.53 g; Kw. tł. nasy.: 12.92 g; Węglowodany ogółem: 358.41 g; W tym cukry: 98.65 g; Błonnik pok.: 19.76 g; Sól: 7.55 g; WW: 34.02 Por; : 16.59 %; : 66.19 %; Ener. z T: 19.33 %; Ener. z Bł.: 1.82 %; K: 4320.38 mg;

poniedziałek 2025-11-03 Jadłospis dla diety: PUŁ- P3 Łatwo strawna częściowo rozdrobniona 1-3 lat		
Płatki owsiane na mleku/p 200 ml (<u>MLE</u> , <u>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, Szyńka 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 PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 200 g , Sos jogurtowy naturalny 50 g (<u>MLE</u>), Banan 1szt. 1 szt , 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 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 PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 0.50 szt (<u>JAJ</u>), Sałata zielona 5 g ,		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 150 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1392.6 kcal; Białko ogółem: 46.48 g; Tłuszcz: 32.6 g; Kw. tł. nasy.: 8.24 g; Węglowodany ogółem: 236.12 g; W tym cukry: 73.84 g; Błonnik pok.: 13.57 g; Sól: 4.53 g; WW: 22.35 Por; : 13.35 %; : 67.82 %; Ener. z T: 21.07 %; Ener. z Bł.: 1.95 %; K: 2407.14 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2025-11-04 Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
Makaron na mleku/p 400 ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLUPSZ</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (<u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: MLE</u> , <u>GOR</u>), Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>SEL</u>), kasza pęczak/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ</u>), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>JAJ</u>), Sos ziołowy 100 ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>SEL</u>), Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 100 g (<u>MLE</u>), Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLUPSZ</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JĘCZ</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLUPSZ</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (<u>RYB</u> , <u>SEL</u>), Ogórek kiszony 80 g , Mix sałat 20 g ,
II Śniadanie: Koktajl wieloowocowy* b/c 200 ml (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: Gruszka 1szt. 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2327.55 kcal; Białko ogółem: 111.58 g; Tłuszcz: 51.62 g; Kw. tł. nasy.: 13.6 g; Węglowodany ogółem: 363.17 g; W tym cukry: 70.28 g; Błonnik pok.: 45.47 g; Sól: 6.94 g; WW: 31.76 Por; : 19.18 %; : 62.41 %; Ener. z T: 19.96 %; Ener. z Bł.: 3.91 %; K: 4480.78 mg;

wtorek 2025-11-04 Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci		
Makaron na mleku/p 400 ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (<u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: MLE</u> , <u>GOR</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Solferino * () 400 ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ</u>), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>JAJ</u>), Sos ziołowy 100 ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>SEL</u>), Marchew oprószana z olejem* 150 g (<u>GLUPSZ</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JĘCZ</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (<u>RYB</u> , <u>SEL</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g ,
II Śniadanie: Koktajl wieloowocowy* 200 ml (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2234.57 kcal; Białko ogółem: 98.45 g; Tłuszcz: 47.92 g; Kw. tł. nasy.: 12.66 g; Węglowodany ogółem: 365.38 g; W tym cukry: 83.41 g; Błonnik pok.: 29.08 g; Sól: 5.97 g; WW: 33.73 Por; : 17.62 %; : 65.41 %; Ener. z T: 19.3 %; Ener. z Bł.: 2.6 %; K: 4293 mg;

wtorek 2025-11-04 Jadłospis dla diety: PUŁ- P3 Łatwo strawna częściowo rozdrobniona 1-3 lat		
Makaron na mleku/p 200 ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 200 ml , Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 60 g (<u>RYB</u> , <u>SEL</u>), Pomidor b/skórki 40 g , Mix sałat 10 g ,	Solferino * () 200 ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 100 g (<u>GLU JĘCZ</u>), Pieczeń rzymska wieprzowa 60 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>JAJ</u>), Sos ziołowy 50 ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>SEL</u>), Marchew oprószana z olejem* 100 g (<u>GLUPSZ</u>), Kompot owocowy* z/c 200 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 200 ml , Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 60 g (<u>RYB</u> , <u>SEL</u>), Pomidor b/skórki 40 g , Mix sałat 10 g ,
II Śniadanie: Koktajl wieloowocowy* 150 ml (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: Jabłko pieczone 1szt. 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1331.66 kcal; Białko ogółem: 59.43 g; Tłuszcz: 33.2 g; Kw. tł. nasy.: 8.02 g; Węglowodany ogółem: 207.92 g; W tym cukry: 54.52 g; Błonnik pok.: 18.13 g; Sól: 3.68 g; WW: 19.03 Por; : 17.85 %; : 62.45 %; Ener. z T: 22.44 %; Ener. z Bł.: 2.72 %; K: 2475.88 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2025-11-05 Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
Ryż na mleku/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 , Szyunka w siatce- wieprzowa, parzona, wędzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ₁</u>), Sałatka jarzynowa ()* 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL₁, GOR₁</u>),	Grycikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Eskalopka z kurczaka 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE₁</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 ,	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 Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ₁, MLE₁</u>), Sałata zielona 20 g , Pomidor 80 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE₁</u>),	Podwieczorek: Biskopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ₁</u>),	Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2233.61 kcal; Białko ogółem: 95.33 g; Tłuszcz: 68.57 g; Kw. tł. nasy.: 13.59 g; Węglowodany ogółem: 326.37 g; W tym cukry: 64.95 g; Błonnik pok.: 24.75 g; Sól: 10.05 g; WW: 30.15 Por; : 17.07 %; : 58.45 %; Ener. z T: 27.63 %; Ener. z Bł.: 2.22 %; K: 4260.56 mg;

środa 2025-11-05 Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci		
Ryż na mleku/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 , Szyunka w siatce- wieprzowa, parzona, wędzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ₁</u>), Sałatka jarzynowa - dieta ()* 100 g (<u>MLE, SEL₁</u>),	Grycikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g , Sos bazyliowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</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 PSZ₁</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, GOR₁</u>), Sałata zielona 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE₁</u>),	Podwieczorek: Biskopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ₁</u>),	Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2060.48 kcal; Białko ogółem: 97.11 g; Tłuszcz: 43.39 g; Kw. tł. nasy.: 10.52 g; Węglowodany ogółem: 335.97 g; W tym cukry: 66.75 g; Błonnik pok.: 19.4 g; Sól: 8.24 g; WW: 31.65 Por; : 18.85 %; : 65.22 %; Ener. z T: 18.95 %; Ener. z Bł.: 1.88 %; K: 4373 mg;

środa 2025-11-05 Jadłospis dla diety: PUŁ- P3 Łatwo strawna częściowo rozdrobniona 1-3 lat		
Ryż na mleku/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 , Szyunka w siatce- wieprzowa, parzona, wędzona z poł. kaw. mięsa 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ₁</u>), Sałatka jarzynowa - dieta ()* 100 g (<u>MLE, SEL₁</u>),	Grycikowa * 200 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka mielone 60 g , Sos bazyliowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</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 PSZ₁</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, GOR₁</u>), Sałata zielona 10 g , Pomidor b/skórki 40 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE₁</u>),	Podwieczorek: Biskopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ₁</u>),	Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1317.06 kcal; Białko ogółem: 62.07 g; Tłuszcz: 33.45 g; Kw. tł. nasy.: 8.38 g; Węglowodany ogółem: 203.84 g; W tym cukry: 51.26 g; Błonnik pok.: 11.85 g; Sól: 5.48 g; WW: 19.16 Por; : 18.85 %; : 61.91 %; Ener. z T: 22.86 %; Ener. z Bł.: 1.8 %; K: 2675.58 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2025-11-06 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 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 łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem wody i białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ₁</u> , <u>MLE₁</u> , <u>SEL₁</u> , <u>może zawierać: GLU PSZ₁</u> , <u>JAJ₁</u> , <u>GOR₁</u>), Papryka świeża 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ₁</u> , <u>MLE₁</u> , <u>SEL₁</u>), Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z miesa wieprzowego () 300 g (<u>GLU PSZ₁</u> , <u>SEL₁</u>), Brokuł gotowany* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/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 wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (<u>SOJ₁</u> , <u>może zawierać: GLU PSZ₁</u> , <u>JAJ₁</u> , <u>MLE₁</u> , <u>SEL₁</u> , <u>GOR₁</u>), Serek a`la homogenizowany z ziołami 30 g (<u>MLE₁</u>), Roszponka 20 g , Pomidor 80 g ,
II Śniadanie: Owsianka z jabłkiem pieczonym i cynamonem 200 g (<u>MLE₁</u> , <u>GLU OW₁</u>),	Podwieczorek: Śliwka 150 g ,	Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2127.11 kcal; Białko ogółem: 93.62 g; Tłuszcz: 49.04 g; Kw. tł. nasy.: 11.92 g; Węglowodany ogółem: 343.16 g; W tym cukry: 79.18 g; Błonnik pok.: 33.51 g; Sól: 6.72 g; WW: 30.96 Por; : 17.61 %; : 64.53 %; Ener. z T: 20.75 %; Ener. z Bt.: 3.15 %; K: 4377.06 mg;

czwartek 2025-11-06 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</u> , <u>GLU ŻYT₁</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka dębowa łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem wody i białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ₁</u> , <u>MLE₁</u> , <u>SEL₁</u> , <u>może zawierać: GLU PSZ₁</u> , <u>JAJ₁</u> , <u>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</u> , <u>MLE₁</u> , <u>SEL₁</u>), Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z miesa wieprzowego () 350 g (<u>GLU PSZ₁</u> , <u>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</u> , <u>GLU ŻYT₁</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (<u>SOJ₁</u> , <u>może zawierać: GLU PSZ₁</u> , <u>JAJ₁</u> , <u>MLE₁</u> , <u>SEL₁</u> , <u>GOR₁</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 pieczonym i cynamonem 200 g (<u>MLE₁</u> , <u>GLU OW₁</u>),	Podwieczorek: Arbuz 150 g ,	Posiłek nocny: Banan 1szt. 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2439.6 kcal; Białko ogółem: 95.56 g; Tłuszcz: 54.71 g; Kw. tł. nasy.: 12.7 g; Węglowodany ogółem: 405.35 g; W tym cukry: 110.32 g; Błonnik pok.: 30.52 g; Sól: 7.36 g; WW: 37.43 Por; : 15.67 %; : 66.46 %; Ener. z T: 20.18 %; Ener. z Bt.: 2.5 %; K: 5031.44 mg;

czwartek 2025-11-06 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 łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem wody i białka wieprzowego 40 g (<u>SOJ₁</u> , <u>MLE₁</u> , <u>SEL₁</u> , <u>może zawierać: GLU PSZ₁</u> , <u>JAJ₁</u> , <u>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</u> , <u>MLE₁</u> , <u>SEL₁</u>), Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z miesa wieprzowego () 200 g (<u>GLU PSZ₁</u> , <u>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 , Szynka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 20 g (<u>SOJ₁</u> , <u>może zawierać: GLU PSZ₁</u> , <u>JAJ₁</u> , <u>MLE₁</u> , <u>SEL₁</u> , <u>GOR₁</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 pieczonym i cynamonem 150 g (<u>MLE₁</u> , <u>GLU OW₁</u>),	Podwieczorek: Arbuz 150 g ,	Posiłek nocny: Banan 1szt. 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1598.12 kcal; Białko ogółem: 59.59 g; Tłuszcz: 38.87 g; Kw. tł. nasy.: 9.37 g; Węglowodany ogółem: 262.58 g; W tym cukry: 90.85 g; Błonnik pok.: 19.47 g; Sól: 4.25 g; WW: 24.28 Por; : 14.91 %; : 65.72 %; Ener. z T: 21.89 %; Ener. z Bt.: 2.44 %; K: 3407.64 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2025-11-07 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, Śliwka 100 g, Herbata czarna granulowana z/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, Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kompot owocowy* 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, Pasta z jaj z koperkiem -dieta 50 g (<u>JAJ, MLE,</u>), Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 30 g (<u>SOJ,</u>), Pomidor 100 g, Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>),
II Śniadanie: Koktajl wieloowocowy* b/c 200 ml (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: Herbatniki 32 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>),	Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2206.34 kcal; Białko ogółem: 95.74 g; Tłuszcz: 49.72 g; Kw. tł. nasy.: 10.97 g; Węglowodany ogółem: 358.58 g; W tym cukry: 85.88 g; Błonnik pok.: 29.04 g; Sól: 9.95 g; WW: 32.94 Por; : 17.36 %; : 65.01 %; Ener. z T: 20.28 %; Ener. z Bł.: 2.63 %; K: 4557.22 mg;

piątek 2025-11-07 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 pieczone 1szt. 1 szt, Herbata czarna granulowana z/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* 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, Pasta z jaj z koperkiem -dieta 50 g (<u>JAJ, MLE,</u>), Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 30 g (<u>SOJ,</u>), Pomidor b/skórki 100 g,
II Śniadanie: Koktajl wieloowocowy* b/c 200 ml (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: Herbatniki 32 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>),	Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2244.53 kcal; Białko ogółem: 94.77 g; Tłuszcz: 47.16 g; Kw. tł. nasy.: 10.64 g; Węglowodany ogółem: 373.21 g; W tym cukry: 89.21 g; Błonnik pok.: 25.08 g; Sól: 8.39 g; WW: 34.79 Por; : 16.89 %; : 66.51 %; Ener. z T: 18.91 %; Ener. z Bł.: 2.23 %; K: 4300.12 mg;

piątek 2025-11-07 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 1szt. 1 szt, 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>), Sos szpinakowy* 50 ml (<u>GLU PSZ,</u>), Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, 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 koperkiem -dieta 50 g (<u>JAJ, MLE,</u>), Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 20 g (<u>SOJ,</u>), Pomidor b/skórki 50 g,
II Śniadanie: Koktajl wieloowocowy* b/c 150 ml (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: Herbatniki 32 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>),	Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 150 ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1504.38 kcal; Białko ogółem: 61.02 g; Tłuszcz: 38.72 g; Kw. tł. nasy.: 9.71 g; Węglowodany ogółem: 237.1 g; W tym cukry: 76.34 g; Błonnik pok.: 17.73 g; Sól: 5.14 g; WW: 21.9 Por; : 16.23 %; : 63.04 %; Ener. z T: 23.17 %; Ener. z Bł.: 2.36 %; K: 2817.48 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2025-11-08 Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>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 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 () 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml , Sałatka z dyni pieczonej z natką pietruszki i olejem* 100 g ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JECZ</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 , 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 1 szt 1 szt ,	Podwieczorek: Jabłko 1 szt 1 szt ,	Posiłek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2281.94 kcal; Białko ogółem: 99.75 g; Tłuszcz: 46.2 g; Kw. tł. nasy.: 8.06 g; Węglowodany ogółem: 384.16 g; W tym cukry: 88.4 g; Błonnik pok.: 40.23 g; Sól: 5.99 g; WW: 34.34 Por; : 17.48 %; : 67.34 %; Ener. z T: 18.22 %; Ener. z Bł.: 3.53 %; K: 5019.96 mg;

sobota 2025-11-08 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 z/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 () 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JECZ</u>), 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 pieczone 1szt. 1 szt ,	Podwieczorek: Jabłko 1 szt 1 szt ,	Posiłek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2274.24 kcal; Białko ogółem: 96.8 g; Tłuszcz: 41.85 g; Kw. tł. nasy.: 7.71 g; Węglowodany ogółem: 394.8 g; W tym cukry: 88.97 g; Błonnik pok.: 37.02 g; Sól: 6 g; WW: 35.72 Por; : 17.03 %; : 69.44 %; Ener. z T: 16.56 %; Ener. z Bł.: 3.26 %; K: 4741.01 mg;

sobota 2025-11-08 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 () 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 , Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz - dieta 100 g (<u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Sałata zielona 10 g ,
II Śniadanie: Jabłko pieczone 1szt. 1 szt ,	Podwieczorek: Jabłko 1 szt 1 szt ,	Posiłek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1401.55 kcal; Białko ogółem: 55.43 g; Tłuszcz: 28.94 g; Kw. tł. nasy.: 5.31 g; Węglowodany ogółem: 240.97 g; W tym cukry: 61.82 g; Błonnik pok.: 22.72 g; Sól: 3.48 g; WW: 21.77 Por; : 15.82 %; : 68.77 %; Ener. z T: 18.58 %; Ener. z Bł.: 3.24 %; K: 2675.27 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2025-11-09 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 , Kotle 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 , Kiełbasa 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: Ciasto drożdżowe 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,</u>),	Posiłek nocny: Jabłko 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2557.58 kcal; Białko ogółem: 115.59 g; Tłuszcz: 67.47 g; Kw. tł. nasy.: 15.23 g; Węglowodany ogółem: 383.62 g; W tym cukry: 69.31 g; Błonnik pok.: 31.48 g; Sól: 7.03 g; WW: 35.38 Por; : 18.08 %; : 60 %; Ener. z T: 23.74 %; Ener. z Bł.: 2.46 %; K: 4661.45 mg;

niedziela 2025-11-09 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 pieczony w rękawie 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 , Szyunka 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: Ciasto drożdżowe 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,</u>),	Posiłek nocny: Banan 120 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2510.24 kcal; Białko ogółem: 125.3 g; Tłuszcz: 56.91 g; Kw. tł. nasy.: 14.34 g; Węglowodany ogółem: 381.46 g; W tym cukry: 73.78 g; Błonnik pok.: 20.75 g; Sól: 6.02 g; WW: 36.23 Por; : 19.97 %; : 60.78 %; Ener. z T: 20.4 %; Ener. z Bł.: 1.65 %; K: 4801.8 mg;

niedziela 2025-11-09 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* 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 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: Ciasto drożdżowe 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,</u>),	Posiłek nocny: Banan 120 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1701.24 kcal; Białko ogółem: 69.59 g; Tłuszcz: 48.62 g; Kw. tł. nasy.: 11.84 g; Węglowodany ogółem: 249.92 g; W tym cukry: 55.11 g; Błonnik pok.: 13.23 g; Sól: 3.74 g; WW: 23.77 Por; : 16.36 %; : 58.76 %; Ener. z T: 25.72 %; Ener. z Bł.: 1.56 %; K: 2784.07 mg;