

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2024-12-30 Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (SOJ), Ogórek kiszony 80 g, Sałata zielona 20 g,	Kapuśniak z kapusty białej () 400 ml (GLU PSZ, SEL, GOR), Pierogi leniwe z cukrem i cynamonem () 200 g (GLU PSZ, JAJ, MLE), Polewka truskawkowa 100 g (MLE), Mandarynka 2 szt, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Hummus 50 g (SEZ), Sałatka z pomidorów i koperku 90 g, Rukola 10 g, Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ),
II Śniadanie: Chleb Graham 25 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ), Sałata zielona 10 g,		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2258.73 kcal; Białko ogółem: 82.49 g; Tłuszcz: 70.07 g; Kw. tł. nasy.: 16.05 g; Węglowodany ogółem: 338.55 g; W tym cukry: 89.81 g; Błonnik pok.: 28.83 g; Sól: 11.65 g; WW: 31.03 Por; : 14.61 %; : 59.95 %; Ener. z T: 27.92 %; Ener. z Bł.: 2.55 %; K: 3760.05 mg;

poniedziałek 2024-12-30 Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci		
Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL, GLU OW), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Schab gotowany 50 g, Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g,	Wielowarzywna z ziemniakami *(bez mleka) () 400 ml (GLU PSZ, SEL), Ryż na sypko 200 g, Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ), Sos majerankowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL), Marchew gotowana z olejem* 150 g, Banan 1szt. 1 szt, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Hummus 50 g (SEZ), Sałatka z pomidorów b/skórki i koperku 80 g, Sałata zielona 20 g, Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ),
II Śniadanie: Bułka pszenna długa krojona 25 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ), Sałata zielona 10 g,		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2432.95 kcal; Białko ogółem: 96 g; Tłuszcz: 69.19 g; Kw. tł. nasy.: 12.82 g; Węglowodany ogółem: 369.43 g; W tym cukry: 71.89 g; Błonnik pok.: 27.01 g; Sól: 8.48 g; WW: 34.41 Por; : 15.78 %; : 60.74 %; Ener. z T: 25.6 %; Ener. z Bł.: 2.22 %; K: 4026.33 mg;

poniedziałek 2024-12-30 Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (SOJ), Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g,	Wielowarzywna z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Polewka truskawkowa 100 g (MLE), Pierogi leniwe z cukrem i cynamonem () 200 g (GLU PSZ, JAJ, MLE), Banan 1szt. 1 szt, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE), Sałatka z pomidorów b/skórki i koperku 80 g, Sałata zielona 20 g,
II Śniadanie: Bułka pszenna długa krojona 25 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ), Sałata zielona 10 g,		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2260.32 kcal; Białko ogółem: 89.91 g; Tłuszcz: 51.16 g; Kw. tł. nasy.: 14.87 g; Węglowodany ogółem: 372.19 g; W tym cukry: 113.2 g; Błonnik pok.: 20.82 g; Sól: 7.52 g; WW: 35.32 Por; : 15.91 %; : 65.86 %; Ener. z T: 20.37 %; Ener. z Bł.: 1.84 %; K: 4273.11 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2024-12-31		
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 , Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (<u>SOJ,</u>), Pomidor 100 g , Salata zielona 20 g ,	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), kasza pęczak/sypko 200 g (<u>GLU PSZ,</u>), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>), Sos ziołowy 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Surówka z pora i jabłka () 100 g (<u>MLE,</u>), Marchew oprószana 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 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 , Polędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ,</u>), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
II Śniadanie: Koktajl wieloowocowy* b/c 200 ml (<u>MLE,</u>),		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2293.5 kcal; Białko ogółem: 107.87 g; Tłuszcz: 49.5 g; Kw. tł. nasy.: 13.73 g; Węglowodany ogółem: 363.54 g; W tym cukry: 73.93 g; Błonnik pok.: 45.36 g; Sól: 7.07 g; WW: 31.9 Por; : 18.81 %; : 63.4 %; Ener. z T: 19.43 %; Ener. z Bł.: 3.96 %; K: 4643.48 mg;

wtorek 2024-12-31		
Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci		
Makaron na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 50 g , Pomidor b/skórki 80 g , Salata zielona 20 g ,	Solferino (bez mleka) (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ,</u>), Pieczeń rzymska wieprzowa 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 z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ,</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g ,
II Śniadanie: Galaretką o smaku truskawkowym 150 g ,		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2000.14 kcal; Białko ogółem: 80.02 g; Tłuszcz: 39.99 g; Kw. tł. nasy.: 9.76 g; Węglowodany ogółem: 343.09 g; W tym cukry: 40.17 g; Błonnik pok.: 28.78 g; Sól: 6.78 g; WW: 31.55 Por; : 16 %; : 68.61 %; Ener. z T: 17.99 %; Ener. z Bł.: 2.88 %; K: 3202.74 mg;

wtorek 2024-12-31		
Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci		
Makaron 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 , Szynka wieśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (<u>SOJ,</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Salata zielona 20 g ,	Solferino * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ,</u>), Pieczeń rzymska wieprzowa 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 ,	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</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 , Polędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ,</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: 2180 kcal; Białko ogółem: 94.86 g; Tłuszcz: 44.53 g; Kw. tł. nasy.: 12.74 g; Węglowodany ogółem: 362.4 g; W tym cukry: 81.85 g; Błonnik pok.: 27.63 g; Sól: 7.47 g; WW: 33.6 Por; : 17.4 %; : 66.49 %; Ener. z T: 18.39 %; Ener. z Bł.: 2.53 %; K: 4179.33 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2025-01-01		
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 , Szynka w siatce- wieprzowa, parzona, wędzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>), Sałatka jarzynowa (*) 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR</u>),	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 120 g , Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g , Dynia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE</u>), Sałata zielona 20 g , Ogórek kiszony 80 g ,
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2205.38 kcal; Białko ogółem: 105.78 g; Tłuszcz: 68.23 g; Kw. tł. nasy.: 15.46 g; Węglowodany ogółem: 300.47 g; W tym cukry: 49.12 g; Błonnik pok.: 25.02 g; Sól: 10.89 g; WW: 27.51 Por; : 19.19 %; : 54.5 %; Ener. z T: 27.85 %; Ener. z Bł.: 2.27 %; K: 4225.16 mg;

środa 2025-01-01		
Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci		
Ryż na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL</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 , Pasta z kurczaka 80 g , Sałatka jarzynowa - dieta (bez mleka) () 100 g (<u>SEL</u>),	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 120 g , Dynia duszona z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ</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 , Szynka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 50 g (<u>SOJ, SEL</u>), Sałata zielona 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,
II Śniadanie: Biszkoty b/ml 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>),		Posiłek nocny: Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2235.22 kcal; Białko ogółem: 105.95 g; Tłuszcz: 62.51 g; Kw. tł. nasy.: 14.26 g; Węglowodany ogółem: 319.86 g; W tym cukry: 38.07 g; Błonnik pok.: 21.68 g; Sól: 5.55 g; WW: 29.84 Por; : 18.96 %; : 57.24 %; Ener. z T: 25.17 %; Ener. z Bł.: 1.94 %; K: 4199.36 mg;

środa 2025-01-01		
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 , Szynka w siatce- wieprzowa, parzona, wędzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>), Sałatka jarzynowa - dieta (*) 100 g (<u>MLE, SEL</u>),	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 120 g , Dynia duszona z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ</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 , Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2144.79 kcal; Białko ogółem: 105.76 g; Tłuszcz: 52.52 g; Kw. tł. nasy.: 12.41 g; Węglowodany ogółem: 318.66 g; W tym cukry: 54.12 g; Błonnik pok.: 20.26 g; Sól: 7.27 g; WW: 29.84 Por; : 19.72 %; : 59.43 %; Ener. z T: 22.04 %; Ener. z Bł.: 1.89 %; K: 4418.08 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2025-01-02		
Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<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 , Szynka dębowa łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem wody i białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR</u>), Papryka świeża 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego () 300 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Brokuł gotowany* 150 g , 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 , Pasztet z ciecierzycy* 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE</u>), Roszponka 20 g , Pomidor 80 g ,
II Śniadanie: Owsianka z jabłkiem pieczonym i cynamonem 200 g (<u>MLE, GLU OW</u>),		Posiłek nocny: Słonecznik luskany 15 g , Jabłko 1 szt 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2345.41 kcal; Białko ogółem: 97.08 g; Tłuszcz: 65.25 g; Kw. tł. nasy.: 13.09 g; Węglowodany ogółem: 355.42 g; W tym cukry: 65.78 g; Błonnik pok.: 36.18 g; Sól: 5.14 g; WW: 31.94 Por; : 16.56 %; : 60.62 %; Ener. z T: 25.04 %; Ener. z Bł.: 3.09 %; K: 4422.6 mg;

czwartek 2025-01-02		
Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci		
Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka z piersią indyczą- wędliwa drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (<u>SOJ, SEL</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (<u>SEL</u>), Sałata zielona 20 g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego () 350 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Brokuł gotowany* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (<u>SOJ</u>), Roszponka 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,
II Śniadanie: Owsianka na wodzie z jabłkiem pieczonym i cynamonem 200 g (<u>GLU OW</u>),		Posiłek nocny: Banan 1szt. 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2098.32 kcal; Białko ogółem: 73.69 g; Tłuszcz: 43.86 g; Kw. tł. nasy.: 8.95 g; Węglowodany ogółem: 368.16 g; W tym cukry: 66.62 g; Błonnik pok.: 33.87 g; Sól: 7.84 g; WW: 33.39 Por; : 14.05 %; : 70.18 %; Ener. z T: 18.81 %; Ener. z Bł.: 3.23 %; K: 3847.16 mg;

czwartek 2025-01-02		
Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci		
kasza kukurydziana na ml/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>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka dębowa łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem wody i białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (<u>SEL</u>), Sałata zielona 20 g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego () 350 g (<u>GLU PSZ, SEL</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 PSZ, GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (<u>SOJ</u>), Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE</u>), Roszponka 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,
II Śniadanie: Owsianka z jabłkiem pieczonym i cynamonem 200 g (<u>MLE, GLU OW</u>),		Posiłek nocny: Banan 1szt. 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2335.55 kcal; Białko ogółem: 94.51 g; Tłuszcz: 54.53 g; Kw. tł. nasy.: 12.78 g; Węglowodany ogółem: 380.09 g; W tym cukry: 87.44 g; Błonnik pok.: 29.62 g; Sól: 7.35 g; WW: 35.02 Por; : 16.19 %; : 65.1 %; Ener. z T: 21.01 %; Ener. z Bł.: 2.54 %; K: 4640.04 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2025-01-03 Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, 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 60 g (<u>MLE</u>), Dżem 25 g 1 szt, Jabłko 150 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Kalaforowa 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 z kapusty kiszzonej z olejem () 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 80 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 JECZ</u>),
II Śniadanie: Niespodzianka 1 szt,		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2060.95 kcal; Białko ogółem: 92.84 g; Tłuszcz: 47.73 g; Kw. tł. nasy.: 9.83 g; Węglowodany ogółem: 331.67 g; W tym cukry: 77.92 g; Błonnik pok.: 32.09 g; Sól: 8.31 g; WW: 29.99 Por; : 18.02 %; : 64.37 %; Ener. z T: 20.84 %; Ener. z Bł.: 3.11 %; K: 4928.35 mg;

piątek 2025-01-03 Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci		
Zacierka na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Połędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ</u>), Dżem 25 g 1 szt, Jabłko 150 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Kalaforowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (<u>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, Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (<u>SOJ, SEL</u>), Pomidor 100 g,
II Śniadanie: Kisiel o smaku cytrynowym b/c 150 ml,		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1859.65 kcal; Białko ogółem: 68.87 g; Tłuszcz: 33.97 g; Kw. tł. nasy.: 6.97 g; Węglowodany ogółem: 333.18 g; W tym cukry: 69.02 g; Błonnik pok.: 26.98 g; Sól: 7.71 g; WW: 30.71 Por; : 14.81 %; : 71.67 %; Ener. z T: 16.44 %; Ener. z Bł.: 2.9 %; K: 3934.6 mg;

piątek 2025-01-03 Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci		
Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE</u>), Dżem 25 g 1 szt, Jabłko 150 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Kalaforowa 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 80 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,
II Śniadanie: Niespodzianka 1 szt,		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2054.35 kcal; Białko ogółem: 91.9 g; Tłuszcz: 43.74 g; Kw. tł. nasy.: 9.4 g; Węglowodany ogółem: 337.38 g; W tym cukry: 73.56 g; Błonnik pok.: 26.23 g; Sól: 6.86 g; WW: 31.15 Por; : 17.89 %; : 65.69 %; Ener. z T: 19.16 %; Ener. z Bł.: 2.55 %; K: 4663.14 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2025-01-04 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 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 jogurtem natur i natką pietr 100 g (<u>MLE,</u>) ,	Ogórkowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) , Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JEĆZ,</u>) , Potrawka drobiowa () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) , Buraczki gotowane () 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml , Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i słonecznikiem z olejem* 100 g ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ,</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>GLU PSZ, SOJ, SEL,</u>) , Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 szt ,		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2391.8 kcal; Białko ogółem: 100.57 g; Tłuszcz: 68.26 g; Kw. tł. nasy.: 9.51 g; Węglowodany ogółem: 358.35 g; W tym cukry: 70.88 g; Błonnik pok.: 33.49 g; Sól: 6.71 g; WW: 32.41 Por; : 16.82 %; : 59.93 %; Ener. z T: 25.69 %; Ener. z Bł.: 2.8 %; K: 4488.8 mg;

sobota 2025-01-04 Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci		
Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) , Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 50 g , Sałatka z pomidorów z olejem i natką pietr b/skórki 100 g ,	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)*() 400 ml (<u>SEL,</u>) , Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JEĆZ,</u>) , Potrawka drobiowa () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) , Buraczki gotowane () 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) , Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz - dieta 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL,</u>) , Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 szt ,		Posiłek nocny: Chrupki kukurydziane 20 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2201.93 kcal; Białko ogółem: 77.73 g; Tłuszcz: 65.78 g; Kw. tł. nasy.: 9.69 g; Węglowodany ogółem: 343.83 g; W tym cukry: 50.83 g; Błonnik pok.: 39.77 g; Sól: 6.5 g; WW: 30.35 Por; : 14.12 %; : 62.46 %; Ener. z T: 26.89 %; Ener. z Bł.: 3.61 %; K: 3975.87 mg;

sobota 2025-01-04 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 , 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 zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE,</u>) , Sałatka z pomidorów z jogurtem natur i natką pietr b/skórki 100 g (<u>MLE,</u>) ,	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>) , Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JEĆZ,</u>) , Potrawka drobiowa () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) , Buraczki gotowane () 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ,</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 , Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz - dieta 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL,</u>) , Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 szt ,		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2356.99 kcal; Białko ogółem: 95.88 g; Tłuszcz: 59.74 g; Kw. tł. nasy.: 8.74 g; Węglowodany ogółem: 374.67 g; W tym cukry: 73.65 g; Błonnik pok.: 34.02 g; Sól: 5.97 g; WW: 34.01 Por; : 16.27 %; : 63.58 %; Ener. z T: 22.81 %; Ener. z Bł.: 2.89 %; K: 4503.35 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2025-01-05		
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>GLUPSZ,</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>GLUPSZ, 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>GLUPSZ,</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>),		Posiłek nocny: Migdały 10 g (<u>ORZ,</u>), Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2261.42 kcal; Białko ogółem: 109.85 g; Tłuszcz: 61.14 g; Kw. tł. nasy.: 13.49 g; Węglowodany ogółem: 331.15 g; W tym cukry: 67.86 g; Błonnik pok.: 30.62 g; Sól: 6.3 g; WW: 30.16 Por; : 19.43 %; : 58.57 %; Ener. z T: 24.33 %; Ener. z Bł.: 2.71 %; K: 4792.35 mg;

niedziela 2025-01-05		
Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci		
Kasza manna na wywarze jarzynowym* 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL,</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 , Schab gotowany 50 g , Warzywa pieczone (buraki, pietruszka, cukinia) 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, 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 50 g (<u>SOJ,</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,		Posiłek nocny: Banan 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1966.23 kcal; Białko ogółem: 99.87 g; Tłuszcz: 41.25 g; Kw. tł. nasy.: 9.5 g; Węglowodany ogółem: 307.34 g; W tym cukry: 49.49 g; Błonnik pok.: 19.33 g; Sól: 7.65 g; WW: 28.93 Por; : 20.32 %; : 62.52 %; Ener. z T: 18.88 %; Ener. z Bł.: 1.97 %; K: 4121.02 mg;

niedziela 2025-01-05		
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>),		Posiłek nocny: Banan 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2181.12 kcal; Białko ogółem: 116.83 g; Tłuszcz: 45.81 g; Kw. tł. nasy.: 12.22 g; Węglowodany ogółem: 333.91 g; W tym cukry: 77.85 g; Błonnik pok.: 19.37 g; Sól: 5.26 g; WW: 31.59 Por; : 21.42 %; : 61.24 %; Ener. z T: 18.9 %; Ener. z Bł.: 1.78 %; K: 4863.06 mg;