

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2025-05-19 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
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>GLUPSZ</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>), Ogórek świeży 80 g, Salata zielona 20 g,	Kapusiński z kapusty białej () 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), Ryż brązowy z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g, Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE</u>), Banan 1szt. 1 szt, 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 rzodkiewki 80 g (<u>MLE</u>), Salátka z pomidorów i koperku 90 g, Rukola 10 g,
		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1975.01 kcal; Białko ogółem: 71.31 g; Tłuszcz: 42.21 g; Kw. tł. nasy.: 10.77 g; Węglowodany ogółem: 341.27 g; W tym cukry: 92.21 g; Błonnik pok.: 33.01 g; Sól: 8.43 g; WW: 30.89 Por; : 14.44 %; : 69.12 %; Ener. z T: 19.24 %; Ener. z Bł.: 3.34 %; K: 3984.25 mg;

poniedziałek 2025-05-19 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU OW</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Chleb Graham 100 g (<u>GLU 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>), Ogórek świeży 80 g, Salata zielona 20 g,	Wielowarzywna z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ryż brązowy z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g, Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE</u>), Jabłko 1 szt 1 szt, Kompot owocowy* b/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Pasta z twarogu i rzodkiewki 80 g (<u>MLE</u>), Salátka z pomidorów i koperku 90 g, Rukola 10 g,
II Śniadanie: Chleb Graham 25 g (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Jajko gotowane kl M 0.50 szt (<u>JAJ</u>), Salata zielona 10 g,	Podwieczorek: Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g,	Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1926.53 kcal; Białko ogółem: 78.16 g; Tłuszcz: 46.31 g; Kw. tł. nasy.: 11.08 g; Węglowodany ogółem: 315.65 g; W tym cukry: 64.44 g; Błonnik pok.: 37.92 g; Sól: 8.2 g; WW: 27.78 Por; : 16.23 %; : 65.54 %; Ener. z T: 21.64 %; Ener. z Bł.: 3.94 %; K: 3835.8 mg;

poniedziałek 2025-05-19 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
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, Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (<u>SOJ</u>), Pomidor b/skórki 80 g, Salata zielona 20 g,	Wielowarzywna z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g, Sos jogurtowy naturalny 100 g (<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>), Salátka z pomidorów b/skórki i koperku 90 g, Rukola 10 g,
		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1960.37 kcal; Białko ogółem: 74.27 g; Tłuszcz: 33.59 g; Kw. tł. nasy.: 8.92 g; Węglowodany ogółem: 352.31 g; W tym cukry: 90.59 g; Błonnik pok.: 20.78 g; Sól: 7.1 g; WW: 33.3 Por; : 15.16 %; : 71.89 %; Ener. z T: 15.42 %; Ener. z Bł.: 2.12 %; K: 3798.53 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2025-05-20 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Makaron 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 , Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 50 g (<u>SOJ</u> , <u>SEL</u>), Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), kasza pęczak/sypko 200 g (<u>GLU PSZ</u>), Pieczeń ryżyska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u>), Sos chrzanowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SO2</u>), Surówka z rzepy białej i jabłka () 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</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>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 , Szprot w sosie pomidorowym 30 g (<u>RYB</u> , <u>SEL</u>), Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>), Pomidor 80 g , Mix salat 20 g ,
		Posiłek nocny: Jablko 1 szt 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2234.12 kcal; Białko ogółem: 106.39 g; Tłuszcz: 51.18 g; Kw. tł. nasy.: 14.62 g; Węglowodany ogółem: 344.17 g; W tym cukry: 61.21 g; Błonnik pok.: 41.51 g; Sól: 4.99 g; WW: 30.39 Por.; : 19.05 %; : 61.62 %; Ener. z T: 20.62 %; Ener. z Bł.: 3.72 %; K: 4195.81 mg;

wtorek 2025-05-20		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Makaron pełnoziarnisty 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 graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 50 g (<u>SOJ</u>, <u>SEL</u>), Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Solferino * () 400 ml (<u>GLU PSZ</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>), kasza pęczak/sypko 200 g (<u>GLU PSZ</u>), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ</u>, <u>JAJ</u>), Sos chrzanowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>, <u>MLE</u>, <u>SO2</u>), Surówka z rzepy białej i jabłka () 100 g (<u>MLE</u>), Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE</u>, <u>GLU ŻYT</u>, <u>GLU JECZ</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Poledwica 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>),	Podwieczorek: Jabłko 1 szt 1 szt ,	Posiłek nocny: Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Ser żółty 25 g (<u>MLE</u>), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2405.38 kcal; Białko ogółem: 113.18 g; Tłuszcz: 61.25 g; Kw. tł. nasy.: 20.77 g; Węglowodany ogółem: 360.74 g; W tym cukry: 70.78 g; Błonnik pok.: 48.84 g; Sól: 8.58 g; WW: 31.38 Por.; 18.82 %; 59.99 %; Ener. z T: 22.92 %; Ener. z Bł.: 4.06 %; K: 4891.92 mg;

wtorek 2025-05-20		Jadłospis dla diety: PUŁ - 2 Łatwo strawna	
Makaron 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, Szynka z piersią indyczą-wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (<u>SOJ</u> , <u>SEL</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Solferino * () 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ</u>), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u>), Sos ziolowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>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</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JĘCZ</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, Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g ,	
		Posiłek nocny: Jabłko pieczone 1szt. 1 szt,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2039.84 kcal; Białko ogółem: 86.98 g; Tłuszcz: 41.41 g; Kw. tł. nasy.: 11.04 g; Węglowodany ogółem: 341.19 g; W tym cukry: 63.25 g; Błonnik pok.: 25.35 g; Sól: 6.59 g; WW: 31.72 Por.: 17.06 %; 66.9 %; Ener. z T: 18.27 %; Ener. z Bł.: 2.49 %; K: 3794.37 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2025-05-21Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
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 z olejem () 100 g (<u>SEL</u>),	Grysikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Eskalopka z kurczaka 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Sałata zielona z kefirem 60 g (<u>MLE</u>), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki 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 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 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE</u>), Sałata zielona 20 g , Pomidor 80 g ,
		Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2017.65 kcal; Białko ogółem: 86.88 g; Tłuszcz: 57.21 g; Kw. tł. nasy.: 10.85 g; Węglowodany ogółem: 299.77 g; W tym cukry: 50.04 g; Błonnik pok.: 25.35 g; Sól: 8.2 g; WW: 27.53 Por; : 17.22 %; : 59.43 %; Ener. z T: 25.52 %; Ener. z Bł.: 2.51 %; K: 4098.39 mg;

środa 2025-05-21Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Ryż pełnoziarnisty na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 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 z olejem () 100 g (<u>SEL</u>),	Grysikowa * 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>), Fasolka szparagowa z wody* 100 g , Sałata zielona z kefirem 60 g (<u>MLE</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona 20 g , Pomidor 80 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Warzywa pieczone 100 g , Dip zielowy 10 g (<u>MLE</u>),	Posiłek nocny: Sok pomidorowy 200 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1960.52 kcal; Białko ogółem: 98.65 g; Tłuszcz: 51.56 g; Kw. tł. nasy.: 11.04 g; Węglowodany ogółem: 292.33 g; W tym cukry: 45.02 g; Błonnik pok.: 34.65 g; Sól: 9.41 g; WW: 25.94 Por; : 20.13 %; : 59.64 %; Ener. z T: 23.67 %; Ener. z Bł.: 3.53 %; K: 5403.44 mg;

środa 2025-05-21Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
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 z olejem () 100 g (<u>SEL</u>),	Grysikowa * 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 wieprzowego, parzony 50 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,
		Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1936.48 kcal; Białko ogółem: 88.11 g; Tłuszcz: 43.3 g; Kw. tł. nasy.: 8.67 g; Węglowodany ogółem: 307.55 g; W tym cukry: 51.97 g; Błonnik pok.: 20.26 g; Sól: 7.87 g; WW: 28.77 Por; : 18.2 %; : 63.53 %; Ener. z T: 20.12 %; Ener. z Bł.: 2.09 %; K: 4146.3 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2025-05-22		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
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 , Szyńka dębowa łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem wody i białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>, <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR</u>,), Ogórek świeży 80 g , Salata zielona 20 g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>), Łazanki z kapustą i mięs wp z łopatką 350 g (<u>GLU PSZ</u>, <u>JAJ</u>, <u>SEL</u>, <u>GOR</u>), Jabłko 1 szt 1 szt , 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* 50 g (<u>GLU PSZ</u>, <u>JAJ</u>), Serek a'la homogenizowany z ziołami 30 g (<u>MLE</u>), Roszponka 20 g , Pomidor 80 g ,
		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2164.09 kcal; Białko ogółem: 81.08 g; Tłuszcz: 65.92 g; Kw. tł. nasy.: 14.79 g; Węglowodany ogółem: 322.32 g; W tym cukry: 73.48 g; Błonnik pok.: 30.48 g; Sól: 5.57 g; WW: 29.15 Por.: 14.99 %; 59.58 %; Ener. z T: 27.41 %; Ener. z Bł: 2.82 %; K: 3768.84 mg;

czwartek 2025-05-22			Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU JEĆZ.</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka dębowa łopátka wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem wody i białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ.</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL.</u> , <u>może zawierać: GLU PSZ.</u> , <u>JAJ.</u> , <u>GOR.</u>), Ogórek świeży 80 g , Salata zielona 20 g ,		Barszcz czerwony z ziemniakami (*) b/c 400 ml (<u>GLU PSZ.</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL.</u>), Makaron pełnoziarnisty z sosem mięsno-warzywnym, z miesa wieprzowego () 350 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>SEL.</u>), Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 150 g (<u>SEL.</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,		Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasztet z ciecierzycy* 50 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>JAJ.</u>), Serek a'la homogenizowany z ziołami 30 g (<u>MLE.</u>), Roszponka 20 g , Pomidor 80 g ,	
II Śniadanie: Owsianka z jabłkiem pieczonym i cynamonem 200 g (<u>MLE</u> , <u>GLU OW.</u>),		Podwieczorek: Jablko 1 szt 1 szt ,		Posilek nocny: Jablko 1 szt 1 szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2390.31 kcal; Białko ogółem: 96.77 g; Tłuszcz: 65.05 g; Kw. tł. nasy.: 13.45 g; Węglowodany ogółem: 370.05 g; W tym cukry: 78.12 g; Błonnik pok.: 48.62 g; Sól: 6.77 g; WW: 32.19 Por.: 16.19 %; 61.93 %; Ener. z T: 24.49 %; Ener. z Bł: 4.07 %; K: 4719.78 mg;

czwartek 2025-05-22			Jadłospis dla diety: PUŁ - 2 Łatwo strawna		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<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, Szynka dębowa łopata wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem wody i białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>, <u>może zawierać: GLU PSZ</u>, <u>JAJ</u>, <u>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</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>), Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z miesa wieprzowego () 350 g (<u>GLU PSZ</u>, <u>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</u>, <u>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>), Serek a'la homogenizowany z ziołami 30 g (<u>MLE</u>), Roszponka 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,	
				Posiłek nocny: Banan 1szt. 1 szt.,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2157.2 kcal; Białko ogółem: 87.41 g; Tłuszcz: 50.65 g; Kw. tł. nasy.: 11.29 g; Węglowodany ogółem: 349.88 g; W tym cukry: 83.82 g; Błonnik pok.: 26.55 g; Sól: 7.27 g; WW: 32.32 Por.: 16.21 %; 64.88 %; Ener. z T: 21.13 %; Ener. z Bł: 2.46 %; K: 4429.04 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2025-05-23 Jadłospis dla diety: PUŁ - 1 Podstawowa		
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 z/c 250 ml,	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>), Surówka z kapusty białej z koperkiem i 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, Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Szyunka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawalków mięsa, parzona 30 g (<u>SOJ</u>), Pomidor 100 g, Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>),
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2197.17 kcal; Białko ogółem: 100.84 g; Tłuszcz: 56.36 g; Kw. tł. nasy.: 9.71 g; Węglowodany ogółem: 336.71 g; W tym cukry: 80.62 g; Błonnik pok.: 30.64 g; Sól: 7.69 g; WW: 30.73 Por.; 18.36 %; 61.3 %; Ener. z T: 23.09 %; Ener. z Bł.: 2.79 %; K: 4886.36 mg;

piątek 2025-05-23			Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Makaron pełnoziarnisty na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE,</u>), Sałata zielona 20 g , Jabłko 150 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,		Kalafiorowa z ryżem brązowym * 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>), Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 100 g , Warzywa po grecku * (bez cukru) 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,		Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>), Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńska z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 30 g (<u>SOJ,</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>), Pomidor 100 g ,	
II Śniadanie: Koktajl wieloowocowy* b/c 200 ml (<u>MLE,</u>),		Podwieczorek: Chleb Graham 25 g (<u>GLU PSZ,</u>), Twarożek z natką pietruszki 30 g (<u>MLE,</u>), Sałata zielona 10 g ,		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2140.46 kcal; Białko ogółem: 107.99 g; Tłuszcz: 50.03 g; Kw. tł. nasy.: 11.31 g; Węglowodany ogółem: 332.61 g; W tym cukry: 77.05 g; Błonnik pok.: 42.13 g; Sól: 7.91 g; WW: 29.13 Por.: 20.18 %; 62.16 %; Ener. z T: 21.03 %; Ener. z Bł.: 3.94 %; K: 5635.89 mg;

piątek 2025-05-23			Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE₁</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, SEL₁</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Pulpet rybno-warzywny* 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL₁</u>), Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ₁</u>), Warzywa po grecku* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,		Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ₁</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ₁</u>), Szynka z indykem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 30 g (<u>SOJ₁</u>), Pomidor b/skórki 100 g ,	
				Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2039.91 kcal; Białko ogółem: 89.38 g; Tłuszcz: 39.69 g; Kw. tł. nasy.: 8.25 g; Węglowodany ogółem: 344.2 g; W tym cukry: 80.33 g; Błonnik pok.: 25.12 g; Sól: 6.71 g; WW: 31.98 Por.: 17.53 %; 67.49 %; Ener. z T: 17.51 %; Ener. z Bł.: 2.46 %; K: 4657.56 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posilek nocny
sobota 2025-05-24 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
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>) , Salátka z pomidorów z olejem i natką pietr 100 g ,	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ,</u>) , Potrawka drobiowa () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) , Buraczki gotowane () 100 g , Salátka z dyni pieczonej z natką pietruszki i olejem* 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 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 , Salátka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz - dieta 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL,</u>) , Salátka zielona 20 g ,
		Posilek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2345.69 kcal; Białko ogółem: 97.95 g; Tłuszcz: 70.02 g; Kw. tł. nasy.: 9.41 g; Węglowodany ogółem: 345.46 g; W tym cukry: 58.25 g; Błonnik pok.: 34.23 g; Sól: 5.93 g; WW: 31.09 Por.: 16.7 %; 58.91 %; Ener. z T: 26.87 %; Ener. z Bł.: 2.92 %; K: 4567.96 mg;

sobota 2025-05-24			Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Bułka graham-pszena 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, SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JEĆZ</u>), Potrawka drobiowa () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g , Sałatka z dyni pieczonej z natką pietruszki i olejem* 100 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,		Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Bułka graham-pszena 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 ,		Podwieczorek: Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g , Sałata zielona 10 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2534.75 kcal; Białko ogółem: 111.58 g; Tłuszcz: 81.64 g; Kw. tł. nasy.: 13.42 g; Węglowodany ogółem: 361.29 g; W tym cukru: 73.17 g; Błonnik pok.: 47.72 g; Sól: 8.49 g; WW: 31.39 Por.: 17.61 %; : 57.01 %; Ener. z T: 28.99 %; Ener. z Bł.: 3.77 %; K: 5290.32 mg;

sobota 2025-05-24			Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Platki pszenne na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> ₁), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ₁), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u> ₁), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u> ₁), Salátka z pomidorów z olejem i natką pietr b/skórki 100 g ,	Selerowa z ziemniakami *) () 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> ₁), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u> ₁), Potrawka drobiowa () 200 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u> ₁), 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> ₁), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ₁), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u> ₁), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Salátka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz -dieta 150 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> ₁), Salata zielona 20 g ,			
		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ₁),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2337.99 kcal; Białko ogółem: 95 g; Tłuszcz: 65.67 g; Kw. tł. nasy.: 9.05 g; Węglowodany ogółem: 356.1 g; W tym cukry: 58.82 g; Błonnik pok.: 31.02 g; Sól: 5.95 g; WW: 32.47; Por.: 16.25 %; 60.92 %; Ener. z T: 25.28 %; Ener. z Bł.: 2.65 %; K: 4289.01 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2025-05-25 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
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 , Ser żółty 50 g (<u>MLE,</u>), Pomidor 80 g , Salata 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>), Mizeria 100 g (<u>MLE,</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 ,
		Posiłek nocny: Jabłka prażone b/c 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2163.79 kcal; Białko ogółem: 98.9 g; Tłuszcz: 62.87 g; Kw. tł. nasy.: 20.53 g; Węglowodany ogółem: 313.3 g; W tym cukry: 38.1 g; Błonnik pok.: 26.51 g; Sól: 6.98 g; WW: 28.7 Por; : 18.28 %; : 57.92 %; Ener. z T: 26.15 %; Ener. z Bł.: 2.45 %; K: 3896.84 mg;

niedziela 2025-05-25 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kasza manna na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Ser żółty 50 g (<u>MLE,</u>), Pomidor 80 g , Salata zielona 20 g ,	Pomidorowa z makaronem pełnoziarnisty * 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>), Mizeria 100 g (<u>MLE,</u>), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , 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 90 g , Rukola 10 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny z musem truskawkowym 150 g (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: Salatką jarzynowa z olejem () 100 g (<u>SEL,</u>),	Posiłek nocny: Jabłka prażone b/c 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2178.29 kcal; Białko ogółem: 117.49 g; Tłuszcz: 56.59 g; Kw. tł. nasy.: 21.57 g; Węglowodany ogółem: 315.53 g; W tym cukry: 45.3 g; Błonnik pok.: 33.72 g; Sól: 6.96 g; WW: 28.23 Por; : 21.57 %; : 57.94 %; Ener. z T: 23.38 %; Ener. z Bł.: 3.1 %; K: 5181.1 mg;

niedziela 2025-05-25 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
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 , Twaróg z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>), Warzywa pieczone (buraki, pietruszka, cukinia) 80 g , Salata 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 , 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 90 g , Rukola 10 g ,
		Posiłek nocny: Banan 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2073.88 kcal; Białko ogółem: 110.03 g; Tłuszcz: 42.6 g; Kw. tł. nasy.: 10.41 g; Węglowodany ogółem: 320.74 g; W tym cukry: 68.77 g; Błonnik pok.: 18.35 g; Sól: 5.02 g; WW: 30.39 Por; : 21.22 %; : 61.86 %; Ener. z T: 18.49 %; Ener. z Bł.: 1.77 %; K: 4503.19 mg;