

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2024-12-23		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
Ryż na mleku/p 200 ml (<u>MLE</u>), Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalanej 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u>), Słupki z marchewki 80 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Sałata zielona 20 g ,	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 350 g (<u>SEL, GLU JĘCZ</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 150 g (<u>SEL</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek 50 g (<u>MLE</u>), Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (<u>SOJ, SEL</u>), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
II Śniadanie: Koktajl truskawkowy* b/c 200 ml (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1974.94 kcal; Białko ogółem: 90.93 g; Tłuszcz: 49.48 g; Kw. tł. nasy.: 12.73 g; Węglowodany ogółem: 306.93 g; W tym cukry: 54.18 g; Błonnik pok.: 31 g; Sól: 9.56 g; WW: 27.63 Por; : 18.42 %; : 62.16 %; Ener. z T: 22.55 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 4253.95 mg;

poniedziałek 2024-12-23		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
Ryż na mleku/p 250 ml (<u>MLE</u>), Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalanej 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u>), Słupki z marchewki 80 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Sałata zielona 20 g ,	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 350 g (<u>SEL, GLU JĘCZ</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Cukinia pieczona z olejem * 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek 50 g (<u>MLE</u>), Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (<u>SOJ, SEL</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g ,
II Śniadanie: Koktajl truskawkowy* b/c 200 ml (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2053.33 kcal; Białko ogółem: 93.77 g; Tłuszcz: 52.37 g; Kw. tł. nasy.: 12.13 g; Węglowodany ogółem: 314.99 g; W tym cukry: 54.75 g; Błonnik pok.: 25.26 g; Sól: 8.72 g; WW: 28.97 Por; : 18.27 %; : 61.36 %; Ener. z T: 22.95 %; Ener. z Bł.: 2.46 %; K: 4411.57 mg;

poniedziałek 2024-12-23		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Ryż 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 , Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalanej 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u>), Słupki z marchewki 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 350 g (<u>SEL, GLU JĘCZ</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 150 g (<u>SEL</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek 50 g (<u>MLE</u>), Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (<u>SOJ, SEL</u>), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
II Śniadanie: Koktajl truskawkowy* b/c 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Sałatka rubinowa b/c 100 g ,	Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2125.32 kcal; Białko ogółem: 100.66 g; Tłuszcz: 53.29 g; Kw. tł. nasy.: 13.2 g; Węglowodany ogółem: 330.47 g; W tym cukry: 63.6 g; Błonnik pok.: 38.55 g; Sól: 10.3 g; WW: 29.26 Por; : 18.95 %; : 62.2 %; Ener. z T: 22.57 %; Ener. z Bł.: 3.63 %; K: 4999.26 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2024-12-24		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
Płatki pszenne na mleku/p 200 ml (GLU PSZ, MLE,), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE,), Rukola 10 g , Pomidor 90 g ,	Dyniowa z ziemniakami*() 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Makaron z serem 300 g (GLU PSZ, MLE,), Mus z jabłek () z/c 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml , Banan 1szt. 1 szt ,	Kompot z suszu 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 , Barszcz czerwony czysty z uszkami z kapustą i grzybami* b/c 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,), Ryba smażona (Morszczuk) 80 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,), Kapusta z pieczarkami 100 g ,
II Śniadanie: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,		Posiłek nocny: Makowiec 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2670.46 kcal; Białko ogółem: 112.08 g; Tłuszcz: 65.99 g; Kw. tł. nasy.: 14.27 g; Węglowodany ogółem: 418.53 g; W tym cukry: 87.45 g; Błonnik pok.: 31.09 g; Sól: 8.94 g; WW: 38.75 Por; : 16.79 %; : 62.69 %; Ener. z T: 22.24 %; Ener. z Bt.: 2.33 %; K: 4033.08 mg;

wtorek 2024-12-24		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
Płatki pszenne na mleku/p 250 ml (GLU PSZ, MLE,), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE,), Rukola 10 g , Pomidor b/skórki 90 g ,	Dyniowa z ziemniakami*() 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Makaron z serem 300 g (GLU PSZ, MLE,), Mus z jabłek () z/c 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml , Banan 1szt. 1 szt ,	Kompot z suszu 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Barszcz czerwony czysty 300 ml (MLE, SEL,), Ryba gotowana (Morszczuk) 80 g (RYB,), Warzywa po grecku* 100 g (GLU PSZ, SEL,),
II Śniadanie: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,		Posiłek nocny: Babka piaskowa 50 g (GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE,),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2428.27 kcal; Białko ogółem: 107.21 g; Tłuszcz: 52.1 g; Kw. tł. nasy.: 15.13 g; Węglowodany ogółem: 393.48 g; W tym cukry: 113.18 g; Błonnik pok.: 27.33 g; Sól: 7.61 g; WW: 36.58 Por; : 17.66 %; : 64.82 %; Ener. z T: 19.31 %; Ener. z Bt.: 2.25 %; K: 4185.74 mg;

wtorek 2024-12-24		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Makaron pełnoziarnisty na mleku/p 300 ml (GLU PSZ, MLE,), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE,), Rukola 10 g , Pomidor 90 g ,	Dyniowa z ziemniakami*() 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Makaron pełnoziarnisty z serem b/c 300 g (GLU PSZ, MLE,), Mus z jabłek () b/c 100 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml , Mandarynka 2 szt ,	Kompot z suszu b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Barszcz czerwony czysty b/c 300 ml (MLE, SEL,), Ryba gotowana (Morszczuk) 80 g (RYB,), Kapusta z pieczarkami 100 g ,
II Śniadanie: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,	Podwieczorek: Chleb Graham 25 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 0.50 szt , Jajko gotowane kl M 0.50 szt (JAJ,), Pomidor 15 g ,	Posiłek nocny: Mandarynka 2 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2240.59 kcal; Białko ogółem: 118.36 g; Tłuszcz: 49.99 g; Kw. tł. nasy.: 13.32 g; Węglowodany ogółem: 342.43 g; W tym cukry: 72.14 g; Błonnik pok.: 43.86 g; Sól: 9.15 g; WW: 29.78 Por; : 21.13 %; : 61.13 %; Ener. z T: 20.08 %; Ener. z Bt.: 3.91 %; K: 4743.25 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2024-12-25		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
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, GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z warzyw i szynki drobiowej 80 g (<u>SOJ, SEL</u>), Sałata zielona z jogurtem 20 g (<u>MLE</u>), Ogórek kiszony 40 g , Ćwikła z chrzanem () 40 g (<u>MLE, S02</u>),	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g , Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g , Brokuł gotowany* 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>), Sałatka jarzynowa z olejem () 150 g (<u>SEL</u>), Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: Ciasto 50 g , Mandarynka 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2264.18 kcal; Białko ogółem: 114.94 g; Tłuszcz: 69.66 g; Kw. tł. nasy.: 15.89 g; Węglowodany ogółem: 311.14 g; W tym cukry: 55.34 g; Błonnik pok.: 33.08 g; Sól: 8.45 g; WW: 27.77 Por; : 20.31 %; : 54.97 %; Ener. z T: 27.69 %; Ener. z Bt.: 2.92 %; K: 5210.53 mg;

środa 2024-12-25		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z warzyw i szynki drobiowej 80 g (<u>SOJ, SEL</u>), Sałata zielona z jogurtem 20 g (<u>MLE</u>), Pomidor b/skórki 40 g , Ćwikła z jabłkiem b/c () 40 g ,	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g , Brokuł gotowany* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>), Sałatka jarzynowa z olejem () 150 g (<u>SEL</u>), Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: Ciasto 50 g , Mandarynka 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2294.21 kcal; Białko ogółem: 117.75 g; Tłuszcz: 66.74 g; Kw. tł. nasy.: 15.58 g; Węglowodany ogółem: 319.73 g; W tym cukry: 56.44 g; Błonnik pok.: 26.51 g; Sól: 6.88 g; WW: 29.31 Por; : 20.53 %; : 55.75 %; Ener. z T: 26.18 %; Ener. z Bt.: 2.31 %; K: 5250.04 mg;

środa 2024-12-25		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU JEJCZ</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z warzyw i szynki drobiowej 80 g (<u>SOJ, SEL</u>), Sałata zielona z jogurtem 20 g (<u>MLE</u>), Ogórek kiszony 40 g , Ćwikła z chrzanem () 40 g (<u>MLE, S02</u>),	Rosół z makaronem pełnoziarnistym* 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g , Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () b/c 100 g , Brokuł gotowany* 100 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>), Sałatka jarzynowa z olejem () 150 g (<u>SEL</u>), Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Chleb Graham 25 g (<u>GLUPSZ</u>), Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy, parzony osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona 20 g ,	Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2360.75 kcal; Białko ogółem: 126.95 g; Tłuszcz: 79.37 g; Kw. tł. nasy.: 18.73 g; Węglowodany ogółem: 302.89 g; W tym cukry: 41.55 g; Błonnik pok.: 37.9 g; Sól: 12.11 g; WW: 26.56 Por; : 21.51 %; : 51.32 %; Ener. z T: 30.26 %; Ener. z Bt.: 3.21 %; K: 5406.22 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2024-12-26		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW,), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (GLUPSZ,), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLUPSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt (GLUPSZ,), Szyńska Familijna wieprzowa, z dodatkiem wody i białka wp z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE,), Sałata zielona 20 g , Papryka świeża 80 g ,	Żurek z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,), Ryż na sypko 200 g , Szyńska wieprzowa gotowana 80 g , Sos meksykański 100 g (GLUPSZ,), Surówka z marchwi i jabłka () 100 g (MLE,), Buraczki gotowane () 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (GLUPSZ,), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLUPSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek a'la fromage z ziołami 80 g (MLE,), Sałatka z pomidora i sałaty lodowej 100 g ,
II Śniadanie: Smoothie szpinak, jabłko, banan 150 g ,		Posiłek nocny: Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2212.6 kcal; Białko ogółem: 101.46 g; Tłuszcz: 47.78 g; Kw. tł. nasy.: 12.04 g; Węglowodany ogółem: 356.73 g; W tym cukry: 66.86 g; Błonnik pok.: 31.69 g; Sól: 6.28 g; WW: 32.63 Por; : 18.34 %; : 64.49 %; Ener. z T: 19.44 %; Ener. z Bł.: 2.86 %; K: 4412.21 mg;

czwartek 2024-12-26		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
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,), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLUPSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńska Familijna wieprzowa, z dodatkiem wody i białka wp z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE,), Sałata zielona 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,	Jarzynowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Ryż na sypko 200 g , Szyńska wieprzowa gotowana 100 g , Sos własny () 100 ml (GLUPSZ, SEL,), Surówka z marchwi i jabłka () 150 g (MLE,), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLUPSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (MLE,), Sałatka z pomidora i sałaty lodowej b/skórki 100 g ,
II Śniadanie: Smoothie szpinak, jabłko, banan 150 g ,		Posiłek nocny: Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2127.71 kcal; Białko ogółem: 99.58 g; Tłuszcz: 48.59 g; Kw. tł. nasy.: 12.77 g; Węglowodany ogółem: 333.44 g; W tym cukry: 54.22 g; Błonnik pok.: 24.28 g; Sól: 5.71 g; WW: 30.98 Por; : 18.72 %; : 62.69 %; Ener. z T: 20.55 %; Ener. z Bł.: 2.28 %; K: 3478.03 mg;

czwartek 2024-12-26		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW,), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (GLUPSZ,), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLUPSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńska Familijna wieprzowa, z dodatkiem wody i białka wp z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE,), Sałata zielona 20 g , Papryka świeża 80 g ,	Żurek z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,), Ryż na sypko (brązowy) 200 g , Szyńska wieprzowa gotowana 100 g , Sos własny () 100 ml (GLUPSZ, SEL,), Surówka z marchwi i jabłka b/c () 100 g (MLE,), Kalafior gotowany* 100 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (GLUPSZ,), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLUPSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (MLE,), Sałatka z pomidora i sałaty lodowej 100 g ,
II Śniadanie: Smoothie szpinak, jabłko, banan 150 g ,	Podwieczorek: Mandarynka 2 szt ,	Posiłek nocny: Pomarańcza 1 szt. 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2188.7 kcal; Białko ogółem: 108.13 g; Tłuszcz: 44.6 g; Kw. tł. nasy.: 11.93 g; Węglowodany ogółem: 358.58 g; W tym cukry: 93.02 g; Błonnik pok.: 48.88 g; Sól: 6.67 g; WW: 30.91 Por; : 19.76 %; : 65.53 %; Ener. z T: 18.34 %; Ener. z Bł.: 4.47 %; K: 5291.09 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2024-12-27		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
Kasza manna na mleku/p 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE,</u>), Miód (25g) 1 szt, Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml, Jabłko 150 g,	Szpinakowa z zacierką* 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Ryba pieczona w ziołach (Morszczuk) 100 g (<u>RYB,</u>), Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Bukiet jarzyn oprószany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>), Polędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ,</u>), Ćwikła z chrzanem () 100 g (<u>MLE, SO2,</u>), Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>),
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>),		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2236.55 kcal; Białko ogółem: 111.82 g; Tłuszcz: 58.25 g; Kw. tł. nasy.: 11.6 g; Węglowodany ogółem: 329.69 g; W tym cukry: 71.46 g; Błonnik pok.: 26.27 g; Sól: 7.26 g; WW: 30.32 Por; : 20 %; : 58.96 %; Ener. z T: 23.44 %; Ener. z Bł.: 2.35 %; K: 5122.69 mg;

piątek 2024-12-27		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
Kasza manna na mleku/p 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE,</u>), Miód (25g) 1 szt, Jabłko 150 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml,	Szpinakowa z zacierką* 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Ryba pieczona w ziołach (Morszczuk) 100 g (<u>RYB,</u>), Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Bukiet jarzyn oprószany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>), Ćwikła z jabłkiem () 100 g, Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>), Polędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ,</u>),
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>),		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2317.43 kcal; Białko ogółem: 115.27 g; Tłuszcz: 58.63 g; Kw. tł. nasy.: 11.75 g; Węglowodany ogółem: 346.06 g; W tym cukry: 72.14 g; Błonnik pok.: 26.81 g; Sól: 7.48 g; WW: 31.9 Por; : 19.9 %; : 59.73 %; Ener. z T: 22.77 %; Ener. z Bł.: 2.31 %; K: 5192.8 mg;

piątek 2024-12-27		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ,</u>), Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Ser żółty 60 g (<u>MLE,</u>), Pomidor 100 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Szpinakowa z zacierką* 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Ryba pieczona w ziołach (Morszczuk) 100 g (<u>RYB,</u>), Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g, Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL,</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml,	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>), Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>), Polędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ,</u>), Ćwikła z chrzanem b/c () 100 g (<u>MLE, SO2,</u>),
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: Chleb Graham 25 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Twarożek z natką pietruszki 30 g (<u>MLE,</u>), Sałata zielona 10 g,	Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2387.23 kcal; Białko ogółem: 132.82 g; Tłuszcz: 78.76 g; Kw. tł. nasy.: 24.17 g; Węglowodany ogółem: 307.68 g; W tym cukry: 57.32 g; Błonnik pok.: 36.7 g; Sól: 9.56 g; WW: 27.13 Por; : 22.25 %; : 51.55 %; Ener. z T: 29.69 %; Ener. z Bł.: 3.07 %; K: 5993.04 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2024-12-28		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Parówki drobiowo-wieprz (homogenizowane,wędz.parz w osłonce niejadalnej) 80 g (<u>SOJ.</u>), Mix sałat 20 g , Ogórek kiszony 80 g ,	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ryż na sypko 200 g , Bigos 300 g (<u>GLU PSZ, SEL. GOR.</u>), Jabłko 1 szt 1 szt , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z soczewicy czerwonej 50 g , Sałata zielona 20 g , Pomidor 80 g , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>),
II Śniadanie: Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),		Posiłek nocny: Przecier owocowyjabłko-morela 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE.</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2441.25 kcal; Białko ogółem: 98.35 g; Tłuszcz: 79.32 g; Kw. tł. nasy.: 20.26 g; Węglowodany ogółem: 345 g; W tym cukry: 69.28 g; Błonnik pok.: 28.82 g; Sól: 9.56 g; WW: 31.71 Por; : 16.12 %; : 56.53 %; Ener. z T: 29.24 %; Ener. z Bł.: 2.36 %; K: 3894.18 mg;

sobota 2024-12-28		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka w siatce-wieprzowa, parzona, wędzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g ,	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ryż na sypko 200 g , Gulasz wieprzowy z warzywami* 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g (<u>SOJ.</u>), Sałata zielona 20 g , Pomidor 80 g , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>),
II Śniadanie: Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),		Posiłek nocny: Przecier owocowyjabłko-morela 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE.</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2216.78 kcal; Białko ogółem: 107.41 g; Tłuszcz: 54.79 g; Kw. tł. nasy.: 11.42 g; Węglowodany ogółem: 333.62 g; W tym cukry: 60.24 g; Błonnik pok.: 25.08 g; Sól: 6.71 g; WW: 30.97 Por; : 19.38 %; : 60.2 %; Ener. z T: 22.24 %; Ener. z Bł.: 2.26 %; K: 3765.63 mg;

sobota 2024-12-28		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z soczewicy czerwonej 50 g , Sałata zielona 20 g , Pomidor 80 g , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>),	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ryż na sypko (brązowy) 200 g , Gulasz wieprzowy z warzywami* 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 150 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</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 , Pasta z soczewicy czerwonej 50 g , Sałata zielona 20 g , Pomidor 80 g , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>),
II Śniadanie: Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),	Podwieczorek: Budyń o smaku śmietankowym z chipsami kokosowymi b/c 150 ml (<u>MLE, SOJ.</u>),	Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE.</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2453.68 kcal; Białko ogółem: 123.73 g; Tłuszcz: 64.59 g; Kw. tł. nasy.: 15.72 g; Węglowodany ogółem: 359.73 g; W tym cukry: 71.39 g; Błonnik pok.: 41.72 g; Sól: 8.37 g; WW: 31.91 Por; : 20.17 %; : 58.64 %; Ener. z T: 23.69 %; Ener. z Bł.: 3.4 %; K: 4679.92 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2024-12-29		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT₁</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLUPSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Ser żółty 60 g (<u>MLE₁</u>), Sałatka z pomidorów z cebulką ,jogurtem natur i natką 100 g (<u>MLE₁</u>),	Pieczarkowa z makaronem * 400 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL₁</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Schab pieczony w rękawie 100 g , Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (<u>SEL₁</u>), Fasolka szparagowa z wody* 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT₁</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLUPSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka wiśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 30 g (<u>SOJ₁</u>), Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE₁</u>), Słupki z marchewki 90 g , Rukola 10 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny z płatkami owsianymi 150 g (<u>MLE, GLU OW₁</u>),		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLUPSZ, JAJ, MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2229.07 kcal; Białko ogółem: 120.98 g; Tłuszcz: 58.08 g; Kw. tł. nasy.: 21.98 g; Węglowodany ogółem: 322.51 g; W tym cukry: 48.2 g; Błonnik pok.: 29.17 g; Sól: 7.97 g; WW: 29.43 Por; : 21.71 %; : 57.87 %; Ener. z T: 23.45 %; Ener. z Bł.: 2.62 %; K: 4566.55 mg;

niedziela 2024-12-29		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 80 g (<u>MLE₁</u>), Banan 1szt. 1 szt ,	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL₁</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Schab pieczony w rękawie 100 g , Sos własny () 100 ml (<u>GLUPSZ, SEL₁</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (<u>SEL₁</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka wiśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 30 g (<u>SOJ₁</u>), Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE₁</u>), Słupki z marchewki 90 g , Rukola 10 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny z płatkami owsianymi 150 g (<u>MLE, GLU OW₁</u>),		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLUPSZ, JAJ, MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2374.14 kcal; Białko ogółem: 113.93 g; Tłuszcz: 47.1 g; Kw. tł. nasy.: 11.61 g; Węglowodany ogółem: 387.13 g; W tym cukry: 87.8 g; Błonnik pok.: 25.96 g; Sól: 5.77 g; WW: 36.1 Por; : 19.19 %; : 65.22 %; Ener. z T: 17.85 %; Ener. z Bł.: 2.19 %; K: 5021.07 mg;

niedziela 2024-12-29		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Ryż pełnoziarnisty na mleku/p 400 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLUPSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek 80 g (<u>MLE₁</u>), Sałatka z pomidorów z cebulką ,jogurtem natur i natką 100 g (<u>MLE₁</u>),	Pieczarkowa z makaronem * 400 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL₁</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Schab pieczony w rękawie 100 g , Sos własny () 100 ml (<u>GLUPSZ, SEL₁</u>), Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (<u>SEL₁</u>), Fasolka szparagowa z wody* 100 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLUPSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka wiśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 30 g (<u>SOJ₁</u>), Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE₁</u>), Słupki z marchewki 90 g , Rukola 10 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny z płatkami owsianymi 150 g (<u>MLE, GLU OW₁</u>),	Podwieczorek: Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por ,	Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2029.68 kcal; Białko ogółem: 120.1 g; Tłuszcz: 42.35 g; Kw. tł. nasy.: 12.46 g; Węglowodany ogółem: 311.65 g; W tym cukry: 64.62 g; Błonnik pok.: 39.5 g; Sól: 7.6 g; WW: 27.37 Por; : 23.67 %; : 61.42 %; Ener. z T: 18.78 %; Ener. z Bł.: 3.89 %; K: 5862.27 mg;