

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2025-09-08 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 , Szyńka 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 ,	Kapusińiak 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>), 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>), Salátka z pomidorów i koperku 90 g , Rukola 10 g ,
		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1857.31 kcal; Białko ogółem: 70.28 g; Tłuszcz: 42.13 g; Kw. tł. nasy.: 10.6 g; Węglowodany ogółem: 312.26 g; W tym cukry: 67.57 g; Błonnik pok.: 31.9 g; Sól: 8.42 g; WW: 28.06 Por; : 15.14 %; : 67.25 %; Ener. z T: 20.41 %; Ener. z Bł.: 3.44 %; K: 3510.05 mg;

poniedziałek 2025-09-08 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 , Szyńka 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>), Śliwka 150 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 , Pasta z twarogu i papryki 80 g (<u>MLE</u>), Salátka 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 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: 1927.83 kcal; Białko ogółem: 78.52 g; Tłuszcz: 46.23 g; Kw. tł. nasy.: 11.09 g; Węglowodany ogółem: 315.49 g; W tym cukry: 63.65 g; Błonnik pok.: 37.22 g; Sól: 8.19 g; WW: 27.84 Por; : 16.29 %; : 65.46 %; Ener. z T: 21.58 %; Ener. z Bł.: 3.86 %; K: 3950.6 mg;

poniedziałek 2025-09-08 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 , Szyńka 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 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 2025-09-09 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Makaron na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, 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 z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (<u>SOJ, SEL₁</u>), Pomidor 80 g , Salata zielona 20 g ,	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), kasza pęczak/sypko 200 g (<u>GLU JECZ₁</u>), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ₁</u>), Sos chrzanowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁, SOJ₁</u>), Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 100 g (<u>MLE₁</u>), Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ₁</u>), 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 , Paprykarz szczeciński 80 g (<u>RYB, SOJ₁</u>), Pomidor 80 g , Mix салат 20 g ,
		Posiłek nocny: Brzoskwinia 1 szt 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2240.92 kcal; Białko ogółem: 101.85 g; Tłuszcz: 54.58 g; Kw. tł. nasy.: 12.2 g; Węglowodany ogółem: 342.81 g; W tym cukry: 53.28 g; Błonnik pok.: 41.2 g; Sól: 6.2 g; WW: 30.29 Por.; 18.18 %; 61.19 %; Ener. z T: 21.92 %; Ener. z Bł.: 3.68 %; K: 4394.71 mg;

wtorek 2025-09-09			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- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 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 JECZ</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>SOJ</u>), Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 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 , Pomidor 80 g , Mix салат 20 g , Paprykarz szczeciński 80 g (<u>RYB</u>, <u>SOJ</u>),	
II Śniadanie: Koktajl wieloowocowy* b/c 200 ml (<u>MLE</u>),		Podwieczorek: Brzoskwinia 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: 2587.52 kcal; Białko ogółem: 122.23 g; Tłuszcz: 72.38 g; Kw. tł. nasy.: 20.69 g; Węglowodany ogółem: 374.62 g; W tym cukry: 61.46 g; Błonnik pok.: 53.61 g; Sól: 8.54 g; WW: 32.29 Por.; 18.89 %; 57.91 %; Ener. z T: 25.18 %; Ener. z Bł.: 4.14 %; K: 5128.31 mg;

wtorek 2025-09-09		Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna	
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 z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (<u>SOJ, SEL,</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Solferino * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ,</u>), Pieczeń rzymska 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 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, Polędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ,</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g ,	
		Posilek nocny: Brzoskwinia 1 szt 1 szt,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2014.84 kcal; Białko ogółem: 87.38 g; Tłuszcz: 41.01 g; Kw. tł. nasy.: 11 g; Węglowodany ogółem: 334.94 g; W tym cukry: 56.4 g; Błonnik pok.: 24.25 g; Sól: 6.59 g; WW: 31.22 Por.: 17.35 %; 66.5 %; Ener. z T: 18.32 %; Ener. z Bł: 2.41 %; K: 3793.37 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2025-09-10		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
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 , Szynka w siatce- wieprzowa, parzona, wędzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ₁</u>), Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (<u>SEL₁</u>),	Grysikowa * 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 zielona z kefirem 60 g (<u>MLE₁</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 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, SOJ, MLE₁</u>), Sałatka 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 2025-09-10			Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 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>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka w siatce-wieprzowa, parzona, wędzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ₁</u> , <u>SOJ₁</u>), Salátka jarzynowa z olejem () 100 g (<u>SEL₁</u>),		Grysiówka * 400 ml (<u>GLU PSZ₁</u> , <u>SEL₁</u>), Ziemiaki z koperkiem gotowane () 200 g , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g , Sos bazyliowy* 100 ml (<u>GLU PSZ₁</u> , <u>SEL₁</u>), Fasolka szparagowa z wody* 100 g , Sałata zielona z kefirem 60 g (<u>MLE₁</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,		Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (<u>SOJ₁</u>), Sałata zielona 20 g , Pomidor 80 g ,	
II Śniadanie: Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE₁</u>),		Podwieczorek: Warzywa pieczone 100 g , Dip ziołowy 10 g (<u>MLE₁</u>),		Posiłek nocny: Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE₁</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2018.52 kcal; Białko ogółem: 103.65 g; Tłuszcz: 54.16 g; Kw. tł. nasy.: 12.86 g; Węglowodany ogółem: 294.73 g; W tym cukry: 49.82 g; Błonnik pok.: 32.45 g; Sól: 8.65 g; WW: 26.34 Por.: 20.54 %; 58.4 %; Ener. z T: 24.15 %; Ener. z Bł.: 3.21 %; K: 5165.44 mg;

środa 2025-09-10			Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Ryż na mleku/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 , Szynka w siatce- wieprzowa, parzona, wędzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLUPSZ, SOJ₁</u>), Salátka jarzynowa z olejem () 100 g (<u>SEL₁</u>),		Grysiówka * 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL₁</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g , Sos bazyliowy* 100 ml (<u>GLUPSZ, SEL₁</u>), Salátka 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>GLUPSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (<u>SOJ₁</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 2025-09-11Jadłospis 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 , Szynka dębowa łopatka wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem wody i białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR</u>), Ogórek świeży 80 g , Salata zielona 20 g ,	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Łazanki z kapustą i mięs wp z łopatki 350 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR</u>), Jablko 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 , Szynka wiśniowa- 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 80 g ,
		Posiłek nocny: Jablko 1 szt 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2017.5 kcal; Białko ogółem: 83.81 g; Tłuszcz: 57.92 g; Kw. tł. nasy.: 14.48 g; Węglowodany ogółem: 302.94 g; W tym cukry: 73.9 g; Błonnik pok.: 27.52 g; Sól: 7.23 g; WW: 27.52 Por; : 16.62 %; : 60.06 %; Ener. z T: 25.84 %; Ener. z Bł.: 2.73 %; K: 3545.16 mg;

czwartek 2025-09-11Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU JECZ</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 łopatka wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem wody i białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR</u>), Ogórek świeży 80 g , Salata zielona 20 g ,	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Makaron pełnoziarnisty z sosem mięsno-warzywnym, z miesa wieprzowego () 350 g (<u>GLU PSZ, 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 , Szynka wiśniowa- 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 80 g ,
II Śniadanie: Owsianka z jabłkiem pieczonym i cynamonem 200 g (<u>MLE, GLU OW</u>),	Podwieczorek: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Posiłek nocny: Jablko 1 szt 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2247.72 kcal; Białko ogółem: 104 g; Tłuszcz: 59.45 g; Kw. tł. nasy.: 13.08 g; Węglowodany ogółem: 340.58 g; W tym cukry: 65 g; Błonnik pok.: 42.66 g; Sól: 8.57 g; WW: 29.86 Por; : 18.51 %; : 60.61 %; Ener. z T: 23.81 %; Ener. z Bł.: 3.8 %; K: 4478.12 mg;

czwartek 2025-09-11Jadłospis 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>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka dębowa łopatka 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>), Salata zielona 20 g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z miesa 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>), Serek a'la homogenizowany z ziołami 30 g (<u>MLE</u>), Roszponka 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,
		Posiłek nocny: Jablko pieczone 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2038.2 kcal; Białko ogółem: 86.01 g; Tłuszcz: 50.65 g; Kw. tł. nasy.: 11.11 g; Węglowodany ogółem: 321.03 g; W tym cukry: 59.97 g; Błonnik pok.: 26.15 g; Sól: 7.27 g; WW: 29.42 Por; : 16.88 %; : 63 %; Ener. z T: 22.36 %; Ener. z Bł.: 2.57 %; K: 3840.04 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2025-09-12 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>), 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, Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE₁</u>), Dżem 25 g 1 szt, Śliwka 100 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL₁</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB₁</u>), Surówka z kapusty kiszzonej z olejem 100 g, Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₁</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ₁</u>), Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 30 g (<u>SOJ₁</u>), Pomidor 100 g, Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ₁</u>),
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2153.94 kcal; Białko ogółem: 100.03 g; Tłuszcz: 56.03 g; Kw. tł. nasy.: 9.67 g; Węglowodany ogółem: 326.43 g; W tym cukry: 71.52 g; Błonnik pok.: 28.7 g; Sól: 8.14 g; WW: 29.86 Por; : 18.58 %; : 60.62 %; Ener. z T: 23.41 %; Ener. z Bł.: 2.67 %; K: 4849.01 mg;

piątek 2025-09-12 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Makaron pełnoziarnisty na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>), Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE₁</u>), Salata zielona 20 g, Śliwka 100 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Kalafiorowa z ryżem brązowym * 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>), Surówka z kapusty kiszzonej z olejem 100 g, Warzywa po grecku * (bez cukru) 100 g (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml,	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ₁</u>), Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 30 g (<u>SOJ₁</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ₁</u>), Pomidor 100 g,
II Śniadanie: Koktajl wieloowocowy* b/c 200 ml (<u>MLE₁</u>),	Podwieczorek: Chleb Graham 25 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Twarożek z natką pietruszki 30 g (<u>MLE₁</u>), Salata zielona 10 g,	Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2097.23 kcal; Białko ogółem: 107.18 g; Tłuszcz: 49.7 g; Kw. tł. nasy.: 11.28 g; Węglowodany ogółem: 322.33 g; W tym cukry: 67.95 g; Błonnik pok.: 40.19 g; Sól: 8.36 g; WW: 28.26 Por; : 20.44 %; : 61.48 %; Ener. z T: 21.33 %; Ener. z Bł.: 3.83 %; K: 5598.54 mg;

piątek 2025-09-12 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 JĘCZ₁</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 indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 30 g (<u>SOJ₁</u>), Pomidor b/skórki 100 g,
		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2044.91 kcal; Białko ogółem: 89.88 g; Tłuszcz: 40.44 g; Kw. tł. nasy.: 8.38 g; Węglowodany ogółem: 342.2 g; W tym cukry: 73.83 g; Błonnik pok.: 22.37 g; Sól: 8 g; WW: 31.98 Por; : 17.58 %; : 66.94 %; Ener. z T: 17.8 %; Ener. z Bł.: 2.19 %; K: 4007.56 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posilek nocny
sobota 2025-09-13 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>GLUPSZ,</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 , Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (<u>SOJ,</u>) , Salátka zielona 20 g , Ogórek świeży 80 g ,
		Posilek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2050.36 kcal; Białko ogółem: 100.07 g; Tłuszcz: 45.2 g; Kw. tł. nasy.: 7.9 g; Węglowodany ogółem: 324.72 g; W tym cukry: 58.02 g; Błonnik pok.: 32.29 g; Sól: 7.03 g; WW: 29.21 Por.; : 19.52 %; : 63.35 %; Ener. z T: 19.84 %; Ener. z Bł.: 3.15 %; K: 4477.41 mg;

sobota 2025-09-13			Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Bułka graham-pszena 50g 1 szt (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE₁</u>), Sałatka z pomidorów z olejem i natką pietr 100 g ,		Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>MLE, SEL₁</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JEĆZ₁</u>), Potrawka drobiowa () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL₁</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 JEĆZ₁</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Bułka graham-pszena 50g 1 szt (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (<u>SOJ₁</u>), Sałata zielona 20 g , Ogórek świeży 80 g ,	
II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 szt ,		Podwieczorek: Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE₁</u>),		Posiłek nocny: Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ₁</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: 2239.42 kcal; Białko ogółem: 113.7 g; Tłuszcz: 56.81 g; Kw. tł. nasy.: 11.91 g; Węglowodany ogółem: 340.55 g; W tym cukry: 72.94 g; Błonnik pok.: 45.78 g; Sól: 9.59 g; WW: 29.51 Por.: 20.31 %; 60.83 %; Ener. z T: 22.83 %; Ener. z Bł.: 4.09 %; K: 5199.77 mg;

sobota 2025-09-13		Jadłospis dla diety: PUŁ - 2 Łatwo strawna	
Platki 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>), Salatką 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, Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (<u>SOJ</u>), Salata zielona 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,	
		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2042.51 kcal; Białko ogółem: 97.08 g; Tłuszcz: 40.9 g; Kw. tł. nasy.: 7.55 g; Węglowodany ogółem: 335.47 g; W tym cukry: 59.2 g; Błonnik pok.: 29.51 g; Sól: 7.02 g; WW: 30.61 Por.: 19.01 %; 65.7 %; Ener. z T: 18.02 %; Ener. z Bł.: 2.89 g; K: 4290.88 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2025-09-14		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Kasza manna 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>), Chleb Graham 50 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 * 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Kotlet schabowy 100 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>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</u> , <u>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: Jablko 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2135.79 kcal; Białko ogółem: 98.68 g; Tłuszcz: 62.65 g; Kw. tł. nasy.: 19.77 g; Węglowodany ogółem: 306.52 g; W tym cukry: 52.65 g; Błonnik pok.: 25.39 g; Sól: 6.98 g; WW: 28.14 Por.; 18.48 %; 57.41 %; Ener. z T: 26.4 %; Ener. z Bł.: 2.38 %; K: 4097.84 mg;

niedziela 2025-09-14			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: Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (<u>SEL</u>),		Posiłek nocny: Jabłko 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2150.29 kcal; Białko ogółem: 117.27 g; Tłuszcz: 56.37 g; Kw. tł. nasy.: 20.81 g; Węglowodany ogółem: 308.75 g; W tym cukry: 59.85 g; Błonnik pok.: 32.6 g; Sól: 6.96 g; WW: 27.67 Por.; : 21.81 %; : 57.43 %; Ener. z T: 23.59 %; Ener. z Bł.: 3.03 %; K: 5382.1 mg;

niedziela 2025-09-14			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, 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, 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: 2080.9 kcal; Białko ogółem: 110.01 g; Tłuszcz: 42.59 g; Kw. tł. nasy.: 10.41 g; Węglowodany ogółem: 322.54 g; W tym cukry: 70.46 g; Błonnik pok.: 18.4 g; Sól: 5.05 g; WW: 30.57 Por.; : 21.15 %; : 62 %; Ener. z T: 18.42 %; Ener. z Bł.: 1.77 %; K: 4560.43 mg;