

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2025-01-13 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 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>), Ogórek kiszony 100 g ,	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Racuchy z jabłkiem i cukrem pudrem 200 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Sos jogurtowo-truskawkowy* 150 g (<u>MLE</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml, Banan 120 g ,	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, Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), Pomidor 90 g, Roszponka 10 g ,
II Śniadanie: Budyń o smaku waniliowym/p b/c 200 ml (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2388.63 kcal; Białko ogółem: 88.41 g; Tłuszcz: 63.91 g; Kw. tł. nasy.: 19.98 g; Węglowodany ogółem: 377.98 g; W tym cukry: 103.42 g; Błonnik pok.: 24.5 g; Sól: 8.46 g; WW: 35.35 Por; : 14.8 %; : 63.3 %; Ener. z T: 24.08 %; Ener. z Bł.: 2.05 %; K: 3833.08 mg;

poniedziałek 2025-01-13 Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci		
Kasza kukurydziana 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, Szyunka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (<u>SOJ</u>), Warzywa pieczone 100 g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ryż na sypko 200 g , Klopsik drobiowy z udźca 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Surówka z marchwi i jabłka b/c bez mleka () 150 g , Banan 120 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 wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (<u>SOJ</u>), Pomidor b/skórki 90 g , Roszponka 10 g ,
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml ,		Posiłek nocny: Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 25 g (<u>SOJ</u>), Salata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2395.24 kcal; Białko ogółem: 71.67 g; Tłuszcz: 70.7 g; Kw. tł. nasy.: 9.83 g; Węglowodany ogółem: 382.09 g; W tym cukry: 72.12 g; Błonnik pok.: 26.73 g; Sól: 7.19 g; WW: 35.62 Por; : 11.97 %; : 63.81 %; Ener. z T: 26.57 %; Ener. z Bł.: 2.23 %; K: 3483.48 mg;

poniedziałek 2025-01-13 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, Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatkiem mięsa wp 50 g (<u>SOJ, MLE</u>), Warzywa pieczone 100 g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ryż na sypko 200 g, Sos jogurtowo-truskawkowy* 150 g (<u>MLE</u>), Banan 120 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, Serek homo. naturalny 120 g (<u>MLE</u>), Pomidor b/skórki 90 g , Roszponka 10 g ,
II Śniadanie: Budyń o smaku waniliowym/p b/c 200 ml (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2278.81 kcal; Białko ogółem: 87.75 g; Tłuszcz: 42.42 g; Kw. tł. nasy.: 7.15 g; Węglowodany ogółem: 396.41 g; W tym cukry: 91.06 g; Błonnik pok.: 18.69 g; Sól: 4.98 g; WW: 37.84 Por; : 15.4 %; : 69.58 %; Ener. z T: 16.75 %; Ener. z Bł.: 1.64 %; K: 3945.26 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2025-01-14		
Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (<u>MLE, GLU JEĆZ.</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g , Sałatka witaminowa 80 g (<u>SEL.</u>), Sałata lodowa 20 g ,	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Kotleci drobiowy panierowany 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (<u>SEL.</u>), Marchew oprószana 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 , Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny z musem jabłkowym b/c 150 g (<u>MLE.</u>),		Posiłek nocny: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2110.32 kcal; Białko ogółem: 93.73 g; Tłuszcz: 58.59 g; Kw. tł. nasy.: 12.15 g; Węglowodany ogółem: 318.2 g; W tym cukry: 51.58 g; Błonnik pok.: 31.52 g; Sól: 7.81 g; WW: 28.65 Por; : 17.77 %; : 60.31 %; Ener. z T: 24.99 %; Ener. z Bł.: 2.99 %; K: 4291.6 mg;

wtorek 2025-01-14		
Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci		
Płatki jęczminne na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL, GLU JEĆZ.</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 , Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g , Sałatka witaminowa 80 g (<u>SEL.</u>), Sałata lodowa 20 g ,	Jarzynowa z zacierką *-dieta (bez mleka) 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Filet z kurczaka gotowany 80 g , Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>), Marchew oprószana 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 , Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 30 g ,		Posiłek nocny: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1873.81 kcal; Białko ogółem: 83.12 g; Tłuszcz: 40.73 g; Kw. tł. nasy.: 9.28 g; Węglowodany ogółem: 306.42 g; W tym cukry: 24.44 g; Błonnik pok.: 26.65 g; Sól: 6.75 g; WW: 27.96 Por; : 17.74 %; : 65.41 %; Ener. z T: 19.56 %; Ener. z Bł.: 2.84 %; K: 3314.13 mg;

wtorek 2025-01-14		
Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (<u>MLE, GLU JEĆZ.</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g , Sałatka witaminowa 80 g (<u>SEL.</u>), Sałata lodowa 20 g ,	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Filet z kurczaka gotowany 80 g , Sos pietruszkowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, 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 , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny z musem jabłkowym b/c 150 g (<u>MLE.</u>),		Posiłek nocny: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2009.21 kcal; Białko ogółem: 98.99 g; Tłuszcz: 45.37 g; Kw. tł. nasy.: 11.07 g; Węglowodany ogółem: 315.16 g; W tym cukry: 50.17 g; Błonnik pok.: 25.17 g; Sól: 7.19 g; WW: 29 Por; : 19.71 %; : 62.74 %; Ener. z T: 20.32 %; Ener. z Bł.: 2.51 %; K: 4162.91 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2025-01-15		
Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU OW</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, Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u>), Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (<u>SOJ</u>), Pomidor 90 g, Rukola 10 g,	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Kasza gryczana 200 g, Pieczeń rzymska drobiowa z indyka 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Surówka z marchwi i migdałów () b/c 150 g (<u>MLE, ORZ</u>), Jabłko 1 szt 1 szt, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</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, Pasta z twarogu i ryby got. (mintaj) z koperkiem 80 g (<u>RYB, MLE</u>), Sałata zielona 20 g,
II Śniadanie: Sałatka jarzynowa - dieta (*) 100 g (<u>MLE, SEL</u>),		Posiłek nocny: Przecier owocowy-jabłko 100g 1 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2293.49 kcal; Białko ogółem: 113.87 g; Tłuszcz: 46.26 g; Kw. tł. nasy.: 10.78 g; Węglowodany ogółem: 372.32 g; W tym cukry: 79.12 g; Błonnik pok.: 37.92 g; Sól: 6.64 g; WW: 33.42 Por; : 19.86 %; : 64.94 %; Ener. z T: 18.15 %; Ener. z Bł.: 3.31 %; K: 4909.86 mg;

środa 2025-01-15		
Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci		
Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL, 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 zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ</u>), Pomidor b/skórki 90 g, Sałata zielona 10 g,	Ziemniaczana *(bez mleka) () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>), Pieczeń rzymska drobiowa z indyka 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Cukinia gotowana z pomidorami* 150 g, Jabłko 1 szt 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, Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>), Sałata zielona 20 g,
II Śniadanie: Sałatka jarzynowa z olejem* 100 g (<u>SEL</u>),		Posiłek nocny: Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2071.25 kcal; Białko ogółem: 79.51 g; Tłuszcz: 46.65 g; Kw. tł. nasy.: 8.37 g; Węglowodany ogółem: 345.51 g; W tym cukry: 53.84 g; Błonnik pok.: 26.88 g; Sól: 6.99 g; WW: 31.88 Por; : 15.35 %; : 66.73 %; Ener. z T: 20.27 %; Ener. z Bł.: 2.6 %; K: 3488.3 mg;

środa 2025-01-15		
Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE, 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, Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u>), Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (<u>SOJ</u>), Pomidor b/skórki 90 g, Sałata zielona 10 g,	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>), Pieczeń rzymska drobiowa z indyka 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Cukinia gotowana z pomidorami* 150 g, Jabłko 1 szt 1 szt, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Pasta z twarogu i ryby got. (mintaj) z koperkiem 80 g (<u>RYB, MLE</u>), Sałata zielona 20 g,
II Śniadanie: Sałatka jarzynowa - dieta (*) 100 g (<u>MLE, SEL</u>),		Posiłek nocny: Przecier owocowy-jabłko 100g 1 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2268.79 kcal; Białko ogółem: 107.85 g; Tłuszcz: 41.1 g; Kw. tł. nasy.: 9.25 g; Węglowodany ogółem: 379.34 g; W tym cukry: 79.41 g; Błonnik pok.: 26.11 g; Sól: 6.03 g; WW: 35.34 Por; : 19.02 %; : 66.88 %; Ener. z T: 16.3 %; Ener. z Bł.: 2.3 %; K: 4515.38 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2025-01-16		
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 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 fasoli 50 g , Salatką z ogórka kons. i papryki konserwowej 100 g (<u>GOR,</u>), Szynka wieśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 30 g (<u>SOJ,</u>),	Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese z łop wp* 350 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Surówka z selera i jabłka () 150 g (<u>MLE, SEL,</u>), 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>), 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: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>),		Posiłek nocny: Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2 l 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2356.23 kcal; Białko ogółem: 108.99 g; Tłuszcz: 59.63 g; Kw. tł. nasy.: 15.18 g; Węglowodany ogółem: 359.47 g; W tym cukry: 75.74 g; Błonnik pok.: 38.6 g; Sól: 7.77 g; WW: 32.19 Por.; : 18.5 %; : 61.03 %; Ener. z T: 22.78 %; Ener. z Bł.: 3.28 %; K: 4794 mg;

czwartek 2025-01-16		
Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci		
Kasza manna na wywarze jarzynowym* 400 ml (<u>GLU PSZ, 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 , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalanej 50 g (<u>SOJ,</u>), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Makaron z sosem bolognese z łop wp-dieta* 350 g (<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 z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (<u>SOJ, SEL,</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g ,
II Śniadanie: Ryż z jabłkiem prażonym 150 g ,		Posiłek nocny: Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2 l 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2119.22 kcal; Białko ogółem: 78.12 g; Tłuszcz: 48.22 g; Kw. tł. nasy.: 10.73 g; Węglowodany ogółem: 352.33 g; W tym cukry: 55.34 g; Błonnik pok.: 18.38 g; Sól: 5.48 g; WW: 33.52 Por.; : 14.74 %; : 66.5 %; Ener. z T: 20.48 %; Ener. z Bł.: 1.73 %; K: 2915.94 mg;

czwartek 2025-01-16		
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 , 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 , Blok drobiowy-wędlina dro. parzona z dodatkiem mięsa wp 50 g (<u>SOJ, MLE,</u>), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,	Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Makaron z sosem bolognese z łop wp-dieta* 350 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</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: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>),		Posiłek nocny: Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2 l 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2162.5 kcal; Białko ogółem: 99.27 g; Tłuszcz: 48.12 g; Kw. tł. nasy.: 10.41 g; Węglowodany ogółem: 339.09 g; W tym cukry: 63.8 g; Błonnik pok.: 15.94 g; Sól: 5.3 g; WW: 32.43 Por.; : 18.36 %; : 62.72 %; Ener. z T: 20.03 %; Ener. z Bł.: 1.47 %; K: 3750.23 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2025-01-17		
Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, 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 , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (<u>MLE,</u>), Powidła śliwkowe 25 g , Jabłko 150 g ,	Krupnik jęczmienny* 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba smażona (Morszczuk) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>), Surówka z kapusty młodej z olejem () 100 g , Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</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 , Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u>), Ogórek kiszony 80 g , Salata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 200 ml ,		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2264.48 kcal; Białko ogółem: 97.71 g; Tłuszcz: 59.23 g; Kw. tł. nasy.: 10.88 g; Węglowodany ogółem: 351.45 g; W tym cukry: 80.8 g; Błonnik pok.: 33.35 g; Sól: 8.35 g; WW: 31.8 Por; : 17.26 %; : 62.08 %; Ener. z T: 23.54 %; Ener. z Bł.: 2.95 %; K: 4737.97 mg;

piątek 2025-01-17		
Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci		
Zacierka na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, 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 , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ,</u>), Dżem 25 g 1 szt , Jabłko pieczone 150 g ,	Krupnik jęczmienny (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL, GLU JĘCZ,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba pieczona (Morszczuk) 80 g (<u>RYB,</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 , Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u>), Sałatka z pomidorów z olejem i natką pietr 100 g ,
II Śniadanie: Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 200 ml ,		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2066.12 kcal; Białko ogółem: 81.97 g; Tłuszcz: 56.2 g; Kw. tł. nasy.: 12.12 g; Węglowodany ogółem: 322.03 g; W tym cukry: 66.82 g; Błonnik pok.: 26.22 g; Sól: 6.74 g; WW: 29.65 Por; : 15.87 %; : 62.34 %; Ener. z T: 24.48 %; Ener. z Bł.: 2.54 %; K: 4082.6 mg;

piątek 2025-01-17		
Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci		
Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, 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 , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (<u>MLE,</u>), Dżem 25 g 1 szt , Jabłko pieczone 150 g ,	Krupnik jęczmienny* 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba pieczona (Morszczuk) 80 g (<u>RYB,</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 , Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u>), Sałatka z pomidorów z jogurtem natur i natką pietr b/skórki 100 g (<u>MLE,</u>),
II Śniadanie: Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 200 ml ,		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2119.99 kcal; Białko ogółem: 96.79 g; Tłuszcz: 45.24 g; Kw. tł. nasy.: 9.75 g; Węglowodany ogółem: 345.68 g; W tym cukry: 83.54 g; Błonnik pok.: 25.46 g; Sól: 5.94 g; WW: 32.07 Por; : 18.26 %; : 65.22 %; Ener. z T: 19.2 %; Ener. z Bł.: 2.4 %; K: 4676.64 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2025-01-18 Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
Plátky owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU OW</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 luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g ,	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ryż na sypko (brązowy) 200 g , Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g (<u>SEL</u>), Surówka z marchwi i jabłka b/c () 150 g (<u>MLE</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , 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 , Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, GOR</u>), Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Biskvity 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JEĆZ</u>),		Posiłek nocny: Kanapka z serkiem naturalnym i pomidorem (chleb graham 60g, masło 5g, serek śniadaniowy 25g, pomidor 15g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2387.8 kcal; Białko ogółem: 84.8 g; Tłuszcz: 70.86 g; Kw. tł. nasy.: 13.77 g; Węglowodany ogółem: 374.74 g; W tym cukry: 55.4 g; Błonnik pok.: 40.23 g; Sól: 7.56 g; WW: 33.46 Por; : 14.2 %; : 62.78 %; Ener. z T: 26.71 %; Ener. z Bł.: 3.37 %; K: 3783.31 mg;

sobota 2025-01-18 Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci		
Plátky owsiane na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL, GLU OW</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, Szyńka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>), Pasta warzywna* 100 g (<u>SEL</u>),	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)*() 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ryż na sypko 200 g , Potrawka drobiowa z warzywami * 180 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Buraczki oprószone () 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 , Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową- dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL</u>), Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Biskvity b/ml 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>),		Posiłek nocny: Kanapka z szynką i pomidorem (bułka pszenna 45g, tłuszcz 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2201.07 kcal; Białko ogółem: 77.95 g; Tłuszcz: 49.1 g; Kw. tł. nasy.: 8.4 g; Węglowodany ogółem: 375.35 g; W tym cukry: 33.72 g; Błonnik pok.: 28.6 g; Sól: 7.44 g; WW: 34.61 Por; : 14.17 %; : 68.21 %; Ener. z T: 20.08 %; Ener. z Bł.: 2.6 %; K: 3074.91 mg;

sobota 2025-01-18 Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci		
Plátky owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU OW</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, Szyńka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>), Pasta warzywna* 100 g (<u>SEL</u>),	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ryż na sypko 200 g , Potrawka drobiowa z warzywami * 180 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Buraczki oprószone () 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 , Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową- dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL</u>), Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Biskvity 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JEĆZ</u>),		Posiłek nocny: Kanapka z serkiem naturalnym i pomidorem (bułka pszenna 45g, masło 5g, serek śniadaniowy 25g, pomidor 15g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2292.34 kcal; Białko ogółem: 88.52 g; Tłuszcz: 51.63 g; Kw. tł. nasy.: 11.51 g; Węglowodany ogółem: 388.59 g; W tym cukry: 60.01 g; Błonnik pok.: 26.01 g; Sól: 6.63 g; WW: 36.23 Por; : 15.45 %; : 67.81 %; Ener. z T: 20.27 %; Ener. z Bł.: 2.27 %; K: 3645.33 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2025-01-19 Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU JEĆZ.</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, Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec () 80 g (<u>SEL.</u>), Pomidor 80 g, Mix салат 20 g,	Pomidorowa z zacierką * 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Kotlet schabowy 100 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>JAJ.</u>), Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (<u>SEL.</u>), Fasolka szparagowa z wody* 100 g, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Kakao/p z/c 250 ml (<u>MLE.</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (<u>MLE.</u>), Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ.</u>), Banan 120 g,
II Śniadanie: Maślanka 150 ml (<u>MLE.</u>),		Posiłek nocny: Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2276.55 kcal; Białko ogółem: 109.22 g; Tłuszcz: 58.25 g; Kw. tł. nasy.: 12.24 g; Węglowodany ogółem: 344 g; W tym cukry: 87.94 g; Błonnik pok.: 31.49 g; Sól: 7.21 g; WW: 31.46 Por; : 19.19 %; : 60.44 %; Ener. z T: 23.03 %; Ener. z Bł.: 2.77 %; K: 5580.32 mg;

niedziela 2025-01-19 Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci		
Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL</u> , <u>GLU JEĆZ.</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 mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec () 80 g (<u>SEL.</u>), Cukinia pieczona z olejem * 100 g,	Pomidorowa z zacierką (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Schab pieczony w rękawie 100 g, Sos własny () 100 ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>SEL.</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (<u>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 Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</u>), Banan 120 g,
II Śniadanie: Kisiel o smaku wiśniowym b/c 150 ml,		Posiłek nocny: Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2051.01 kcal; Białko ogółem: 85.7 g; Tłuszcz: 47.42 g; Kw. tł. nasy.: 9.13 g; Węglowodany ogółem: 333.24 g; W tym cukry: 78.02 g; Błonnik pok.: 25.79 g; Sól: 5.69 g; WW: 30.76 Por; : 16.71 %; : 64.99 %; Ener. z T: 20.81 %; Ener. z Bł.: 2.51 %; K: 4360.84 mg;

niedziela 2025-01-19 Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU JEĆZ.</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 mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec () 80 g (<u>SEL.</u>), Cukinia pieczona z olejem * 100 g,	Pomidorowa z zacierką * 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Schab pieczony w rękawie 100 g, Sos własny () 100 ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>SEL.</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (<u>SEL.</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Kakao/p z/c 250 ml (<u>MLE.</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (<u>MLE.</u>), Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ.</u>), Banan 120 g,
II Śniadanie: Maślanka 150 ml (<u>MLE.</u>),		Posiłek nocny: Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2259.8 kcal; Białko ogółem: 118.69 g; Tłuszcz: 53.95 g; Kw. tł. nasy.: 12.32 g; Węglowodany ogółem: 338.06 g; W tym cukry: 90.38 g; Błonnik pok.: 24.93 g; Sól: 6.14 g; WW: 31.36 Por; : 21.01 %; : 59.84 %; Ener. z T: 21.49 %; Ener. z Bł.: 2.21 %; K: 5718.33 mg;