

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2025-10-27 Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE₊</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb 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 , Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR₊</u>), Ogórek kiszony 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Fasolowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL₊</u>), Makaron 200 g (<u>GLU PSZ₊</u>), Sos jogurtowy z twarogiem z/c 150 g (<u>MLE₊</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml , Gruszka 150 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 , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ₊</u>), Pomidor 80 g , Roszponka 20 g , Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR₊</u>),
II Śniadanie: Koktajl truskawkowy* b/c 200 ml (<u>MLE₊</u>),		Posiłek nocny: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2113.39 kcal; Białko ogółem: 99.87 g; Tłuszcz: 38.95 g; Kw. tł. nasy.: 12.45 g; Węglowodany ogółem: 356.32 g; W tym cukry: 71.04 g; Błonnik pok.: 30.92 g; Sól: 8.31 g; WW: 32.49 Por; : 18.9 %; : 67.44 %; Ener. z T: 16.59 %; Ener. z Bł.: 2.93 %; K: 3507.77 mg;

poniedziałek 2025-10-27 Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE₊</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ₊</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR₊</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Dyniowa z ziemniakami*() 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL₊</u>), Makaron 200 g (<u>GLU PSZ₊</u>), Sos jogurtowy z twarogiem z/c 150 g (<u>MLE₊</u>), Jabłko pieczone 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 , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ₊</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Roszponka 20 g , Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR₊</u>),
II Śniadanie: Koktajl truskawkowy* b/c 200 ml (<u>MLE₊</u>),		Posiłek nocny: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2093.04 kcal; Białko ogółem: 95.41 g; Tłuszcz: 40.06 g; Kw. tł. nasy.: 12.52 g; Węglowodany ogółem: 347.86 g; W tym cukry: 76.62 g; Błonnik pok.: 21 g; Sól: 6.02 g; WW: 32.68 Por; : 18.23 %; : 66.48 %; Ener. z T: 17.22 %; Ener. z Bł.: 2.01 %; K: 3438.72 mg;

poniedziałek 2025-10-27 Jadłospis dla diety: PUŁ- P3 Łatwo strawna częściowo rozdrobniona 1-3 lat		
Płatki pszenne na mleku/p 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE₊</u>), Herbata czarna granulowana z/c 200 ml , Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ₊</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 20 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR₊</u>), Pomidor b/skórki 40 g , Sałata zielona 10 g ,	Dyniowa z ziemniakami*() 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL₊</u>), Makaron 100 g (<u>GLU PSZ₊</u>), Sos jogurtowy z twarogiem z/c 60 g (<u>MLE₊</u>), Kompot owocowy* z/c 200 ml , Jabłko pieczone 150 g ,	Herbata czarna granulowana z/c 200 ml , Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ₊</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ₊</u>), Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 20 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR₊</u>), Pomidor b/skórki 40 g , Roszponka 10 g ,
II Śniadanie: Koktajl truskawkowy* b/c 150 ml (<u>MLE₊</u>),		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 150 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1179.28 kcal; Białko ogółem: 51.67 g; Tłuszcz: 29.5 g; Kw. tł. nasy.: 8.46 g; Węglowodany ogółem: 182.9 g; W tym cukry: 48.82 g; Błonnik pok.: 12.38 g; Sól: 4.63 g; WW: 17.03 Por; : 17.53 %; : 62.04 %; Ener. z T: 22.51 %; Ener. z Bł.: 2.1 %; K: 1885.24 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2025-10-28 Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE₊</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLUPSZ₊</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ₊</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE₊</u>), Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ₊</u>), Rukola 10 g , Pomidor 90 g ,	Ogórkowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL₊</u>), Ryż na sypko 200 g , Szynka wieprzowa gotowana 100 g , Sos meksykański 100 g (<u>GLU PSZ₊</u>), Surówka z kapusty białej z olejem () 100 g , Buraczki gotowane () 100 g , 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, Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR₊</u>), Ogórek kiszony 80 g , Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 szt ,		Posiłek nocny: Chleb Graham 30 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 25 g (<u>SOJ₊</u>), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2143.74 kcal; Białko ogółem: 108.21 g; Tłuszcz: 43.45 g; Kw. tł. nasy.: 11.1 g; Węglowodany ogółem: 341.2 g; W tym cukry: 72.01 g; Błonnik pok.: 26.45 g; Sól: 8.28 g; WW: 31.54 Por; : 20.19 %; : 63.66 %; Ener. z T: 18.24 %; Ener. z Bł.: 2.47 %; K: 4212.63 mg;

wtorek 2025-10-28			Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci		
Zacierka 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 , Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE₊</u>), Polędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ₊</u>), Sałata zielona 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,		Brokułowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL₊</u>), Ryż na sypko 200 g , Szynka wieprzowa gotowana 100 g , Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL₊</u>), Marchew gotowana z olejem* 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 z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobiona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (<u>SOJ, SEL₊ może zawierać: MLE, GOR₊</u>), Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 100 g (<u>SEL₊</u>),	
II Śniadanie: Jabłko pieczone 1szt. 1 szt ,				Posiłek nocny: Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₊</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 25 g (<u>SOJ₊</u>), Sałata zielona 10 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2201.08 kcal; Białko ogółem: 102.1 g; Tłuszcz: 49.6 g; Kw. tł. nasy.: 11.56 g; Węglowodany ogółem: 347.22 g; W tym cukry: 65.61 g; Błonnik pok.: 24.55 g; Sól: 7 g; WW: 32.39 Por; : 18.56 %; : 63.1 %; Ener. z T: 20.28 %; Ener. z Bł.: 2.23 %; K: 3827.81 mg;

wtorek 2025-10-28			Jadłospis dla diety: PUŁ- P3 Łatwo strawna częściowo rozdrobniona 1-3 lat		
Zacierka na mleku/p 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 200 ml , Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek z koperkiem 20 g (<u>MLE</u>), Polędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 20 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona 10 g , Pomidor b/skórki 40 g ,		Brokułowa z ziemniakami (*) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ryż na sypko 100 g , Klopsik wieprzowy 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Marchew gotowana z olejem* 100 g , Kompot owocowy* z/c 200 ml ,		Herbata czarna granulowana z/c 200 ml , Bułka pszenna długa krojona 50 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 40 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR</u>), Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 50 g (<u>SEL</u>),	
II Śniadanie: Jabłko pieczone 1szt. 1 szt ,				Posiłek nocny: Bułka pszenna długa krojona 30 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 20 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona 10 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1400.82 kcal; Białko ogółem: 55.81 g; Tłuszcz: 41.98 g; Kw. tł. nasy.: 9.09 g; Węglowodany ogółem: 207.7 g; W tym cukry: 41.77 g; Błonnik pok.: 15.38 g; Sól: 4.46 g; WW: 19.32 Por. : 15.94 %; : 59.31 %; Ener. z T: 26.97 %; Ener. z Bł.: 2.2 %; K: 2071.75 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2025-10-29 Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (MLE₊), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT₊), Chleb Graham 50 g (GLUPSZ₊), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ₊), Roszponka 20 g , Papryka świeża 80 g ,	Pieczarkowa z makaronem * 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL, SO2₊), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Pulpet drobiowy 100 g (GLUPSZ, JAJ₊), Sos pietruszkowy* 100 ml (GLUPSZ, MLE₊), Fasolka szparagowa z wody* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT₊), Chleb Graham 50 g (GLUPSZ₊), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasztet rybno-warzywny (morszczuk) 50 g (GLUPSZ, JAJ, RYB₊), Filet zapiekany drobiowy 30 g (MLE₊), Pomidor ze szczypiorkiem i olejem 80 g , Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE₊),		Posiłek nocny: Drożdżówka mini 50g 50 g (GLUPSZ, JAJ, MLE₊),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2028.09 kcal; Białko ogółem: 97.14 g; Tłuszcz: 48.67 g; Kw. tł. nasy.: 9.38 g; Węglowodany ogółem: 305.73 g; W tym cukry: 43.18 g; Błonnik pok.: 25.66 g; Sól: 7.39 g; WW: 28.25 Por; : 19.16 %; : 60.3 %; Ener. z T: 21.6 %; Ener. z Bł.: 2.53 %; K: 4057.49 mg;

środa 2025-10-29 Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (MLE₊), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ₊), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ₊), Roszponka 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL₊), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Pulpet drobiowy 100 g (GLUPSZ, JAJ₊), Sos pietruszkowy* 100 ml (GLUPSZ, MLE₊), Marchew gotowana z olejem* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ₊), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ₊), Pasztet rybno-warzywny (morszczuk) 50 g (GLUPSZ, JAJ, RYB₊), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE₊),		Posiłek nocny: Drożdżówka mini 50g 50 g (GLUPSZ, JAJ, MLE₊),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2091.26 kcal; Białko ogółem: 96.02 g; Tłuszcz: 50.76 g; Kw. tł. nasy.: 10.37 g; Węglowodany ogółem: 316.42 g; W tym cukry: 47 g; Błonnik pok.: 21.23 g; Sól: 6.65 g; WW: 29.67 Por; : 18.37 %; : 60.52 %; Ener. z T: 21.85 %; Ener. z Bł.: 2.03 %; K: 4203.17 mg;

środa 2025-10-29 Jadłospis dla diety: PUŁ- P3 Łatwo strawna częściowo rozdrobniona 1-3 lat		
kasza kukurydziana na ml/p 200 ml (MLE₊), Herbata czarna granulowana z/c 200 ml , Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ₊), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 40 g (SOJ₊), Roszponka 10 g , Pomidor b/skórki 40 g ,	Jarzynowa z makaronem* dieta 200 ml (GLUPSZ, MLE, SEL₊), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g , Pulpet drobiowy 60 g (GLUPSZ, JAJ₊), Sos pietruszkowy* 50 ml (GLUPSZ, MLE₊), Marchew gotowana z olejem* 100 g , Kompot owocowy* z/c 200 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 200 ml , Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ₊), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ₊), Filet zapiekany drobiowy 20 g (MLE₊), Pomidor b/skórki 40 g , Sałata zielona 10 g ,
II Śniadanie: Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE₊),		Posiłek nocny: Drożdżówka mini 50g 50 g (GLUPSZ, JAJ, MLE₊),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1266.54 kcal; Białko ogółem: 57.55 g; Tłuszcz: 37.89 g; Kw. tł. nasy.: 7.99 g; Węglowodany ogółem: 172.56 g; W tym cukry: 28.37 g; Błonnik pok.: 11.22 g; Sól: 4.06 g; WW: 16.23 Por; : 18.17 %; : 54.5 %; Ener. z T: 26.93 %; Ener. z Bł.: 1.77 %; K: 2196.53 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2025-10-30 Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU OW</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLUPSZ</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (<u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: MLE</u> , <u>GOR</u>), Sałatka jarzynowa (*) 150 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), Sałata zielona 20 g ,	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 350 g (<u>SEL</u> , <u>GLU JECZ</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLUPSZ</u>), Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 150 g (<u>SEL</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLUPSZ</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek a`la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE</u>), Sałatka z pomidora i sałaty lodowej 100 g ,
II Śniadanie: Smoothie szpinak, jabłko, banan 150 g ,		Posiłek nocny: Banan 120 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2241.55 kcal; Białko ogółem: 87.62 g; Tłuszcz: 64.41 g; Kw. tł. nasy.: 13.56 g; Węglowodany ogółem: 345.34 g; W tym cukry: 79.66 g; Błonnik pok.: 36.97 g; Sól: 5.33 g; WW: 30.89 Por; : 15.64 %; : 61.62 %; Ener. z T: 25.86 %; Ener. z Bł.: 3.3 %; K: 5094.2 mg;

czwartek 2025-10-30 Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci		
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>GLUPSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (<u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: MLE</u> , <u>GOR</u>), Sałatka jarzynowa - dieta (*) 150 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Sałata zielona 20 g ,	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 350 g (<u>SEL</u> , <u>GLU JECZ</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLUPSZ</u>), Cukinia pieczona z olejem * 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	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 , Serek a`la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE</u>), Sałatka z pomidora i sałaty lodowej b/skórki 100 g ,
II Śniadanie: Smoothie szpinak, jabłko, banan 150 g ,		Posiłek nocny: Banan 120 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2201.39 kcal; Białko ogółem: 85.03 g; Tłuszcz: 55.49 g; Kw. tł. nasy.: 11.7 g; Węglowodany ogółem: 355.13 g; W tym cukry: 76.91 g; Błonnik pok.: 31.27 g; Sól: 4.9 g; WW: 32.37 Por; : 15.45 %; : 64.53 %; Ener. z T: 22.69 %; Ener. z Bł.: 2.84 %; K: 5076.23 mg;

czwartek 2025-10-30 Jadłospis dla diety: PUŁ- P3 Łatwo strawna częściowo rozdrobniona 1-3 lat		
Płatki owsiane na mleku/p 200 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU OW</u>), Herbata czarna granulowana z/c 200 ml , Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 20 g (<u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: MLE</u> , <u>GOR</u>), Sałatka jarzynowa - dieta (*) 100 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Sałata zielona 10 g ,	Ziemniaczana * () 200 ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 200 g (<u>SEL</u> , <u>GLU JECZ</u>), Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLUPSZ</u>), Cukinia pieczona z olejem * 100 g , Kompot owocowy* z/c 200 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 200 ml , Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek a`la homogenizowany z ziołami 40 g (<u>MLE</u>), Sałatka z pomidora i sałaty lodowej b/skórki 50 g ,
II Śniadanie: Smoothie szpinak, jabłko, banan 150 g ,		Posiłek nocny: Banan 120 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1373.79 kcal; Białko ogółem: 50.39 g; Tłuszcz: 37.27 g; Kw. tł. nasy.: 7.98 g; Węglowodany ogółem: 219.4 g; W tym cukry: 58.81 g; Błonnik pok.: 19.67 g; Sól: 2.9 g; WW: 19.98 Por; : 14.67 %; : 63.88 %; Ener. z T: 24.42 %; Ener. z Bł.: 2.86 %; K: 3236.38 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2025-10-31 Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
Kasza manna 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, Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE,</u>), Miód (25g) 1 szt, Jabłko 150 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Szpinakowa z zacierką* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Kotlet z ryby (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g, Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 50 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: 2227.02 kcal; Białko ogółem: 97.92 g; Tłuszcz: 53.59 g; Kw. tł. nasy.: 10.38 g; Węglowodany ogółem: 354.04 g; W tym cukry: 77.92 g; Błonnik pok.: 33.36 g; Sól: 8.1 g; WW: 32.05 Por; : 17.59 %; : 63.59 %; Ener. z T: 21.66 %; Ener. z Bł.: 3 %; K: 5258.17 mg;

piątek 2025-10-31 Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci		
Kasza manna na mleku/p 400 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 50 g (<u>MLE,</u>), Miód (25g) 1 szt, Jabłko pieczone 1szt. 1 szt, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Szpinakowa z zacierką* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>), Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Bukiet jarzyn oprószany z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 50 g (<u>JAJ, MLE,</u>), Polędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ,</u>), Ćwikła z jabłkiem () 100 g,
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>),		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2275.51 kcal; Białko ogółem: 104.95 g; Tłuszcz: 53.37 g; Kw. tł. nasy.: 10.46 g; Węglowodany ogółem: 356.63 g; W tym cukry: 68.13 g; Błonnik pok.: 25.14 g; Sól: 7.37 g; WW: 33.15 Por; : 18.45 %; : 62.69 %; Ener. z T: 21.11 %; Ener. z Bł.: 2.21 %; K: 4883.42 mg;

piątek 2025-10-31 Jadłospis dla diety: PUŁ- P3 Łatwo strawna częściowo rozdrobniona 1-3 lat		
Kasza manna na mleku/p 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Twaróg półtłusty 20 g (<u>MLE,</u>), Dżem 25 g 1 szt, Jabłko pieczone 1szt. 1 szt, Herbata czarna granulowana z/c 200 ml,	Szpinakowa z zacierką* 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g, Pulpet rybny (Morszczuk) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>), Sos cytrynowy 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Bukiet jarzyn oprószany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kompot owocowy* z/c 200 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 200 ml, Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 50 g (<u>JAJ, MLE,</u>), Polędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 20 g (<u>SOJ,</u>), Ćwikła z jabłkiem () 50 g,
II Śniadanie: Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE,</u>),		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 150 ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1342.08 kcal; Białko ogółem: 60.33 g; Tłuszcz: 38.19 g; Kw. tł. nasy.: 8.75 g; Węglowodany ogółem: 197.39 g; W tym cukry: 58.28 g; Błonnik pok.: 15.34 g; Sól: 4.25 g; WW: 18.26 Por; : 17.98 %; : 58.83 %; Ener. z T: 25.61 %; Ener. z Bł.: 2.29 %; K: 2779.75 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2025-11-01 Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</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>), Pomidor 80 g ,	Koperkowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Bigos z kapusty białej 300 g (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>), Banan 120 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 , Pasta z soczewicy czerwonej 80 g , Mix sałat 20 g , Rzodkiew biała 80 g ,
II Śniadanie: Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2494.66 kcal; Białko ogółem: 99.13 g; Tłuszcz: 78.76 g; Kw. tł. nasy.: 19.65 g; Węglowodany ogółem: 363.08 g; W tym cukry: 72.52 g; Błonnik pok.: 31.89 g; Sól: 7.86 g; WW: 33.31 Por; : 15.89 %; : 58.22 %; Ener. z T: 28.42 %; Ener. z Bł.: 2.56 %; K: 4926.03 mg;

sobota 2025-11-01 Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</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 wiśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Koperkowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Gulasz wieprzowy z warzywami* 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Marchew gotowana z olejem* 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 , Szyńka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 50 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>), Mix sałat 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,
II Śniadanie: Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2061.67 kcal; Białko ogółem: 98.45 g; Tłuszcz: 52.69 g; Kw. tł. nasy.: 10.12 g; Węglowodany ogółem: 309.72 g; W tym cukry: 40.92 g; Błonnik pok.: 23.21 g; Sól: 7.55 g; WW: 28.83 Por; : 19.1 %; : 60.09 %; Ener. z T: 23 %; Ener. z Bł.: 2.25 %; K: 3818.74 mg;

sobota 2025-11-01 Jadłospis dla diety: PUŁ- P3 Łatwo strawna częściowo rozdrobniona 1-3 lat		
Płatki jęczmienna na mleku /p 200 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>), Herbata czarna granulowana z/c 200 ml , Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>), Pomidor b/skórki 50 g , Sałata zielona 10 g ,	Koperkowa z ryżem * 200 ml (<u>MLE, SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g , Gulasz wieprzowy z warzywami* 80 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Marchew gotowana z olejem* 100 g , Kompot owocowy* z/c 200 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 200 ml , Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>), Mix sałat 10 g , Pomidor b/skórki 40 g ,
II Śniadanie: Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1286.85 kcal; Białko ogółem: 63.71 g; Tłuszcz: 36.37 g; Kw. tł. nasy.: 6.23 g; Węglowodany ogółem: 183.21 g; W tym cukry: 24.96 g; Błonnik pok.: 12.73 g; Sól: 4.92 g; WW: 17.18 Por; : 19.8 %; : 56.95 %; Ener. z T: 25.44 %; Ener. z Bł.: 1.98 %; K: 2058.7 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2025-11-02 Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE₊</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb 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 twarogu z dżemem brzoskwinowym 80 g (<u>MLE₊</u>), Jabłko 150 g ,	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 , Szyńka wiśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL₊, GOR₊</u>), Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE₊</u>), Pomidor 90 g , Rukola 10 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny z płatkami owsianymi 150 g (<u>MLE, GLU OW₊</u>),		Posiłek nocny: Przecier owocowy jabłko-mango 100g 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2266.11 kcal; Białko ogółem: 118.37 g; Tłuszcz: 59.87 g; Kw. tł. nasy.: 16.48 g; Węglowodany ogółem: 325.59 g; W tym cukry: 68.61 g; Błonnik pok.: 27.87 g; Sól: 6.85 g; WW: 29.73 Por; : 20.89 %; : 57.47 %; Ener. z T: 23.78 %; Ener. z Bł.: 2.46 %; K: 4659.96 mg;

niedziela 2025-11-02 Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE₊</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ₊</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 80 g (<u>MLE₊</u>), Banan 1szt. 1 szt ,	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 , Szyńka wiśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL₊, GOR₊</u>), Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE₊</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny z płatkami owsianymi 150 g (<u>MLE, GLU OW₊</u>),		Posiłek nocny: Przecier owocowy jabłko-mango 100g 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2414.83 kcal; Białko ogółem: 122.78 g; Tłuszcz: 56.91 g; Kw. tł. nasy.: 16.33 g; Węglowodany ogółem: 362.56 g; W tym cukry: 93.23 g; Błonnik pok.: 21.44 g; Sól: 5.97 g; WW: 34.13 Por; : 20.34 %; : 60.06 %; Ener. z T: 21.21 %; Ener. z Bł.: 1.78 %; K: 5206.88 mg;

niedziela 2025-11-02 Jadłospis dla diety: PUŁ- P3 Łatwo strawna częściowo rozdrobniona 1-3 lat		
kasza kukurydziana na ml/p 200 ml (<u>MLE₊</u>), Herbata czarna granulowana z/c 200 ml , Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ₊</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 40 g (<u>MLE₊</u>), Banan 1szt. 1 szt ,	Rosół z makaronem * 200 ml (<u>GLUPSZ, SEL₊</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g , Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s (rozdrobniony) 80 g , Brokuł gotowany* 100 g , Kompot owocowy* z/c 200 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 200 ml , Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ₊</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka wiśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 20 g (<u>SOJ, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL₊, GOR₊</u>), Serek homo. naturalny 20 g (<u>MLE₊</u>), Pomidor b/skórki 40 g , Sałata zielona 10 g ,
II Śniadanie: Jabłko pieczone 1szt. 1 szt ,		Posiłek nocny: Przecier owocowy jabłko-mango 100g 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1416.37 kcal; Białko ogółem: 60.83 g; Tłuszcz: 33.98 g; Kw. tł. nasy.: 8.93 g; Węglowodany ogółem: 223.2 g; W tym cukry: 85.69 g; Błonnik pok.: 15.55 g; Sól: 3.18 g; WW: 20.79 Por; : 17.18 %; : 63.03 %; Ener. z T: 21.59 %; Ener. z Bł.: 2.2 %; K: 3124.66 mg;