

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2024-12-16</b> <b>Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci</b>		
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, Mandarynka 2 szt,	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, Dżem 30 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: 2408.13 kcal; Białko ogółem: 88.5 g; Tłuszcz: 64.01 g; Kw. tł. nasy.: 19.88 g; Węglowodany ogółem: 383.52 g; W tym cukry: 109.88 g; Błonnik pok.: 26.5 g; Sól: 8.46 g; WW: 35.62 Por; : 14.7 %; : 63.7 %; Ener. z T: 23.92 %; Ener. z Bł.: 2.2 %; K: 3755.98 mg;

<b>poniedziałek 2024-12-16</b> <b>Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci</b>		
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 ziolowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Surówka z marchwi i jabłka b/c () 150 g ( <u>MLE</u> ), Mandarynka 2 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, 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, Dżem 30 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> ), Sałata zielona 10 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2230.69 kcal; Białko ogółem: 72.26 g; Tłuszcz: 49.8 g; Kw. tł. nasy.: 9.13 g; Węglowodany ogółem: 388.36 g; W tym cukry: 79.16 g; Błonnik pok.: 28.73 g; Sól: 7.2 g; WW: 35.97 Por; : 12.96 %; : 69.64 %; Ener. z T: 20.09 %; Ener. z Bł.: 2.58 %; K: 3430.08 mg;

<b>poniedziałek 2024-12-16</b> <b>Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci</b>		
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> ), Mandarynka 2 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, Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE</u> ), Pomidor b/skórki 90 g, Roszponka 10 g, Dżem 30 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: 2234.61 kcal; Białko ogółem: 78.04 g; Tłuszcz: 40.77 g; Kw. tł. nasy.: 7.05 g; Węglowodany ogółem: 399.85 g; W tym cukry: 97.52 g; Błonnik pok.: 20.69 g; Sól: 4.95 g; WW: 37.9 Por; : 13.97 %; : 71.58 %; Ener. z T: 16.42 %; Ener. z Bł.: 1.85 %; K: 3868.16 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>wtorek 2024-12-17</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci</b>		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml ( <b>MLE, GLU JĘCZ.</b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ), Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g , Sałatka witaminowa 80 g ( <b>SEL.</b> ), Sałata lodowa 20 g ,	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Kotlec drobiowy panierowany 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ), Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g ( <b>SEL.</b> ), Marchew oprószana z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ), Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> Jogurt naturalny z musem jabłkowym b/c 150 g ( <b>MLE.</b> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2034.82 kcal; Białko ogółem: 86.93 g; Tłuszcz: 53.69 g; Kw. tł. nasy.: 10.48 g; Węglowodany ogółem: 316.1 g; W tym cukry: 50.73 g; Błonnik pok.: 31.47 g; Sól: 7.83 g; WW: 28.45 Por; : 17.09 %; : 62.14 %; Ener. z T: 23.75 %; Ener. z Bł.: 3.09 %; K: 4225.1 mg;

<b>wtorek 2024-12-17</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci</b>		
Płatki jęczminne na wywarze jarzynowym 400 ml ( <b>SEL, GLU JĘCZ.</b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g , Sałatka witaminowa 80 g ( <b>SEL.</b> ), Sałata lodowa 20 g ,	Jarzynowa z zacierką *-dieta (bez mleka) 400 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Filet z kurczaka gotowany 80 g , Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ), Marchew oprószana z olejem* 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> Wafle ryżowe 30 g ,		<b>Posiłek nocny:</b> Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1803.81 kcal; Białko ogółem: 76.87 g; Tłuszcz: 35.88 g; Kw. tł. nasy.: 7.78 g; Węglowodany ogółem: 306.12 g; W tym cukry: 24.44 g; Błonnik pok.: 26.65 g; Sól: 6.57 g; WW: 27.96 Por; : 17.05 %; : 67.88 %; Ener. z T: 17.9 %; Ener. z Bł.: 2.95 %; K: 3247.63 mg;

<b>wtorek 2024-12-17</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci</b>		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml ( <b>MLE, GLU JĘCZ.</b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ), Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g , Sałatka witaminowa 80 g ( <b>SEL.</b> ), Sałata lodowa 20 g ,	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Filet z kurczaka gotowany 80 g , Sos pietruszkowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ), Marchew oprószana z olejem* 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> Jogurt naturalny z musem jabłkowym b/c 150 g ( <b>MLE.</b> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1933.71 kcal; Białko ogółem: 92.19 g; Tłuszcz: 40.47 g; Kw. tł. nasy.: 9.4 g; Węglowodany ogółem: 313.06 g; W tym cukry: 49.32 g; Błonnik pok.: 25.12 g; Sól: 7.21 g; WW: 28.8 Por; : 19.07 %; : 64.76 %; Ener. z T: 18.84 %; Ener. z Bł.: 2.6 %; K: 4096.41 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>środa 2024-12-18</b> <b>Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci</b>		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml ( <b>MLE, GLU OW,</b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ), Chleb Graham 50 g ( <b>GLUPSZ,</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 50 g ( <b>MLE,</b> ), Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g ( <b>SOJ,</b> ), Pomidor 90 g , Rukola 10 g ,	Ziemniaczana * () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ), Kasza gryczana 200 g , Pieczeń rzymska drobiowa z indyka 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> ), Sos jarzynowy * 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ), Surówka z marchwi i migdałów () b/c 150 g ( <b>MLE, ORZ,</b> ), Jabłko 1 szt 1 szt , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</b> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ), Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu i ryby got. (mintaj) z koperkiem 80 g ( <b>RYB, MLE,</b> ), Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Sałatka jarzynowa - dieta (*) 100 g ( <b>MLE, SEL,</b> ),		Posiłek nocny: Przecier owocowy jabłko 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE,</b> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2292.29 kcal; Białko ogółem: 114.03 g; Tłuszcz: 46.28 g; Kw. tł. nasy.: 10.68 g; Węglowodany ogółem: 370.92 g; W tym cukry: 79.32 g; Błonnik pok.: 38.52 g; Sól: 6.63 g; WW: 33.22 Por; : 19.9 %; : 64.72 %; Ener. z T: 18.17 %; Ener. z Bł.: 3.36 %; K: 4909.86 mg;

<b>środa 2024-12-18</b> <b>Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci</b>		
Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 400 ml ( <b>SEL, GLU OW,</b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g ( <b>SOJ,</b> ), Pomidor b/skórki 90 g , Sałata zielona 10 g ,	Ziemniaczana *(bez mleka) () 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ), Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ,</b> ), Pieczeń rzymska drobiowa z indyka 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> ), Sos jarzynowy * 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ), 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 ( <b>GLU PSZ,</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ,</b> ), Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Sałatka jarzynowa z olejem* 100 g ( <b>SEL,</b> ),		Posiłek nocny: Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2065.25 kcal; Białko ogółem: 79.81 g; Tłuszcz: 47.05 g; Kw. tł. nasy.: 8.37 g; Węglowodany ogółem: 344.51 g; W tym cukry: 56.84 g; Błonnik pok.: 26.88 g; Sól: 6.99 g; WW: 31.78 Por; : 15.46 %; : 66.73 %; Ener. z T: 20.5 %; Ener. z Bł.: 2.6 %; K: 3488.3 mg;

<b>środa 2024-12-18</b> <b>Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci</b>		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml ( <b>MLE, GLU OW,</b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 50 g ( <b>MLE,</b> ), Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g ( <b>SOJ,</b> ), Pomidor b/skórki 90 g , Sałata zielona 10 g ,	Ziemniaczana * () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ), Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ,</b> ), Pieczeń rzymska drobiowa z indyka 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> ), Sos jarzynowy * 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ), Cukinia gotowana z pomidorami* 150 g , Jabłko 1 szt 1 szt , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</b> ), Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu i ryby got. (mintaj) z koperkiem 80 g ( <b>RYB, MLE,</b> ), Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Sałatka jarzynowa - dieta (*) 100 g ( <b>MLE, SEL,</b> ),		Posiłek nocny: Przecier owocowy jabłko 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE,</b> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2267.59 kcal; Białko ogółem: 108.01 g; Tłuszcz: 41.12 g; Kw. tł. nasy.: 9.15 g; Węglowodany ogółem: 377.94 g; W tym cukry: 79.61 g; Błonnik pok.: 26.71 g; Sól: 6.02 g; WW: 35.14 Por; : 19.05 %; : 66.67 %; Ener. z T: 16.32 %; Ener. z Bł.: 2.36 %; K: 4515.38 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>czwartek 2024-12-19</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci</b>		
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 80 g , Salatką z ogórka kons, i papryki konserwowej 100 g ( <u>GOR,</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 ,
<b>II Śniadanie:</b> Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2 l 1 szt ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2414.02 kcal; Białko ogółem: 109.27 g; Tłuszcz: 60.61 g; Kw. tł. nasy.: 15.05 g; Węglowodany ogółem: 373.19 g; W tym cukry: 76.33 g; Błonnik pok.: 42.16 g; Sól: 6.95 g; WW: 33.2 Por; : 18.11 %; : 61.84 %; Ener. z T: 22.6 %; Ener. z Bł.: 3.49 %; K: 5064.77 mg;

<b>czwartek 2024-12-19</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci</b>		
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 ,
<b>II Śniadanie:</b> Ryż z jabłkiem prażonym 150 g ,		<b>Posiłek nocny:</b> 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;

<b>czwartek 2024-12-19</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci</b>		
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 ,
<b>II Śniadanie:</b> Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> 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
<b>piątek 2024-12-20</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci</b>		
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 30 g , Jabłko 150 g ,	Krupnik jęczmienny * 400 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba smażona (Morszczuk) 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u> ), 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 1 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: 2121.57 kcal; Białko ogółem: 89.6 g; Tłuszcz: 49.15 g; Kw. tł. nasy.: 9.02 g; Węglowodany ogółem: 344.97 g; W tym cukry: 77.84 g; Błonnik pok.: 30.33 g; Sól: 8.02 g; WW: 31.47 Por; : 16.89 %; : 65.04 %; Ener. z T: 20.85 %; Ener. z Bł.: 2.86 %; K: 4410.55 mg;

<b>piątek 2024-12-20</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci</b>		
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 30 g , Jabłko pieczone 150 g ,	Krupnik jęczmienny (bez mleka)* 400 ml ( <u>SEL, GLU JECZ,</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 1 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: 2000.52 kcal; Białko ogółem: 75.68 g; Tłuszcz: 51.28 g; Kw. tł. nasy.: 10.63 g; Węglowodany ogółem: 322.57 g; W tym cukry: 68.42 g; Błonnik pok.: 26.46 g; Sól: 6.56 g; WW: 29.66 Por; : 15.13 %; : 64.5 %; Ener. z T: 23.07 %; Ener. z Bł.: 2.65 %; K: 4035 mg;

<b>piątek 2024-12-20</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci</b>		
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 30 g , Jabłko pieczone 150 g ,	Krupnik jęczmienny * 400 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JECZ,</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 1 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: 2054.39 kcal; Białko ogółem: 90.5 g; Tłuszcz: 40.32 g; Kw. tł. nasy.: 8.26 g; Węglowodany ogółem: 346.22 g; W tym cukry: 85.14 g; Błonnik pok.: 25.7 g; Sól: 5.76 g; WW: 32.08 Por; : 17.62 %; : 67.41 %; Ener. z T: 17.66 %; Ener. z Bł.: 2.5 %; K: 4629.04 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>sobota 2024-12-21</b> <b>Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci</b>		
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: Biszkopty 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;

<b>sobota 2024-12-21</b> <b>Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci</b>		
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 oprószane () 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: Biszkopty b/m 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ</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;

<b>sobota 2024-12-21</b> <b>Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci</b>		
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 oprószane () 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: Biszkopty 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
<b>niedziela 2024-12-22</b> <b>Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci</b>		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>GLU JE CZ.</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, Szyunkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g, Pomidor 80 g, Mix sałat 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>GLU PSZ</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>GLU PSZ</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> ), Szyunka 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: 2215.5 kcal; Białko ogółem: 107.3 g; Tłuszcz: 53.08 g; Kw. tł. nasy.: 11.75 g; Węglowodany ogółem: 340.79 g; W tym cukry: 85.49 g; Błonnik pok.: 29.16 g; Sól: 8.51 g; WW: 31.34 Por; : 19.37 %; : 61.53 %; Ener. z T: 21.56 %; Ener. z Bł.: 2.63 %; K: 5232.94 mg;

<b>niedziela 2024-12-22</b> <b>Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci</b>		
Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>GLU JE CZ.</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, Szyunkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g, 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>GLU PSZ</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, Szyunka 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: 1983.96 kcal; Białko ogółem: 84.08 g; Tłuszcz: 42.65 g; Kw. tł. nasy.: 8.64 g; Węglowodany ogółem: 329.02 g; W tym cukry: 78.58 g; Błonnik pok.: 23.46 g; Sól: 6.98 g; WW: 30.55 Por; : 16.95 %; : 66.34 %; Ener. z T: 19.35 %; Ener. z Bł.: 2.36 %; K: 4013.46 mg;

<b>niedziela 2024-12-22</b> <b>Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci</b>		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>GLU JE CZ.</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, Szyunkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g, 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>GLU PSZ</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> ), Szyunka 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: 2198.75 kcal; Białko ogółem: 116.76 g; Tłuszcz: 48.78 g; Kw. tł. nasy.: 11.84 g; Węglowodany ogółem: 334.85 g; W tym cukry: 87.93 g; Błonnik pok.: 22.6 g; Sól: 7.44 g; WW: 31.25 Por; : 21.24 %; : 60.92 %; Ener. z T: 19.97 %; Ener. z Bł.: 2.06 %; K: 5370.96 mg;