

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2025-01-06		
Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (MLE, GLU JECZ.), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,	Pieczarkowa z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.), Szynka wieprzowa pieczona 80 g , Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.), Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 100 g , Dynia duszona z olejem* 100 g (GLU PSZ.), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (RYB, SEL.), Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g (SOJ.), Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Smoothie (jabłko, szpinak) 200 g ,		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1967.11 kcal; Białko ogółem: 101.97 g; Tłuszcz: 42.41 g; Kw. tł. nasy.: 8.91 g; Węglowodany ogółem: 304.75 g; W tym cukry: 40.32 g; Błonnik pok.: 33.92 g; Sól: 10.09 g; WW: 27.11 Por; : 20.73 %; : 61.97 %; Ener. z T: 19.4 %; Ener. z Bł.: 3.45 %; K: 3696.24 mg;

poniedziałek 2025-01-06		
Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci		
Płatki jęczminne na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL, GLU JECZ.), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.), Pomidor b/skórki 90 g , Roszponka 10 g ,	Solferino (bez mleka)*() 400 ml (GLU PSZ, SEL.), Makaron 200 g (GLU PSZ.), Szynka wieprzowa gotowana 100 g , Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.), Dynia duszona z olejem* 150 g (GLU PSZ.), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g (SOJ.), Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Smoothie (jabłko, szpinak) 200 g ,		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1929.6 kcal; Białko ogółem: 91.42 g; Tłuszcz: 40.4 g; Kw. tł. nasy.: 9.67 g; Węglowodany ogółem: 309.02 g; W tym cukry: 25.94 g; Błonnik pok.: 23.01 g; Sól: 8.45 g; WW: 28.53 Por; : 18.95 %; : 64.06 %; Ener. z T: 18.84 %; Ener. z Bł.: 2.38 %; K: 3209.04 mg;

poniedziałek 2025-01-06		
Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (MLE, GLU JECZ.), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.), Pomidor b/skórki 90 g , Roszponka 10 g ,	Solferino * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Makaron 200 g (GLU PSZ.), Szynka wieprzowa gotowana 100 g , Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.), Dynia duszona z olejem* 150 g (GLU PSZ.), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (RYB, SEL.), Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g (SOJ.), Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Smoothie (jabłko, szpinak) 200 g ,		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2089.9 kcal; Białko ogółem: 109.79 g; Tłuszcz: 41.59 g; Kw. tł. nasy.: 9.25 g; Węglowodany ogółem: 328.84 g; W tym cukry: 43.99 g; Błonnik pok.: 23.58 g; Sól: 9.07 g; WW: 30.5 Por; : 21.01 %; : 62.94 %; Ener. z T: 17.91 %; Ener. z Bł.: 2.26 %; K: 3834.64 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2025-01-07		
Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₁</u>), Chleb Graham 50 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 50 g (<u>SOJ₁</u>), Sałata zielona 20 g , Ogórek kiszony 80 g ,	Brokułowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE₁</u> , <u>SEL₁</u>), Naleśniki z serem 250 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE₁</u>), Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE₁</u>), Jabłko 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 ŻYT₁</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Galaretką drobiowa z udźca kurczaka* 80 g (<u>SEL₁</u>), Pomidor 80 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE₁</u>),		Posiłek nocny: Jabłko 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2014.36 kcal; Białko ogółem: 84.3 g; Tłuszcz: 45.18 g; Kw. tł. nasy.: 12.11 g; Węglowodany ogółem: 329.09 g; W tym cukry: 96.26 g; Błonnik pok.: 23.2 g; Sól: 7.19 g; WW: 30.62 Por; : 16.74 %; : 65.35 %; Ener. z T: 20.19 %; Ener. z Bł.: 2.3 %; K: 2704.85 mg;

wtorek 2025-01-07		
Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci		
Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL₁</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (<u>SOJ₁</u>), Sałata zielona 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,	Brokułowa z ryżem (bez mleka) * 400 ml (<u>SEL₁</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Kotlet z jaj-pieczony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ₁</u>), Surówka z selera i jabłka z olejem () 150 g (<u>SEL₁</u>), 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 PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Galaretką drobiowa z udźca kurczaka* 80 g (<u>SEL₁</u>), Pomidor 100 g ,
II Śniadanie: Chrupki kukurydziane 20 g ,		Posiłek nocny: Jabłko pieczone 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1991.8 kcal; Białko ogółem: 63.16 g; Tłuszcz: 49.9 g; Kw. tł. nasy.: 9.86 g; Węglowodany ogółem: 339.68 g; W tym cukry: 55.45 g; Błonnik pok.: 37.11 g; Sól: 6.76 g; WW: 30.28 Por; : 12.68 %; : 68.22 %; Ener. z T: 22.55 %; Ener. z Bł.: 3.73 %; K: 3881.73 mg;

wtorek 2025-01-07		
Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci		
kasza kukurydziana na ml/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>), Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (<u>SOJ₁</u>), Sałata zielona 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,	Brokułowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE₁</u> , <u>SEL₁</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Kotlet z jaj-pieczony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ₁</u>), Surówka z selera i jabłka () 150 g (<u>MLE, SEL₁</u>), 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 PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Galaretką drobiowa z udźca kurczaka* 80 g (<u>SEL₁</u>), Pomidor 100 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE₁</u>),		Posiłek nocny: Jabłko pieczone 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2132.02 kcal; Białko ogółem: 79.3 g; Tłuszcz: 53.82 g; Kw. tł. nasy.: 13.67 g; Węglowodany ogółem: 348.78 g; W tym cukry: 77.4 g; Błonnik pok.: 32.96 g; Sól: 7.12 g; WW: 31.63 Por; : 14.88 %; : 65.44 %; Ener. z T: 22.72 %; Ener. z Bł.: 3.09 %; K: 4575.9 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2025-01-08		
Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW.), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE.), Szynka luksusowa-wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ.), Jabłko 1 szt 1 szt, Sałata zielona 20 g ,	Zupa z soczewicy i ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, SEL.), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (GLU PSZ, JAJ.), Sos jarzynowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.), Surówka z marchwi i rzepy ze śmietaną () 100 g (MLE.), Buraczki oprószane () b/c 100 g (GLU PSZ.), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL.), Pomidor 90 g , Rukola 10 g ,
II Śniadanie: Budyń o smaku śmietankowym z chipsami kokosowymi b/c 200 ml (MLE, SOJ.),		Posiłek nocny: Przecier owocowy jabłko-truskawka 100g 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2257.52 kcal; Białko ogółem: 97.02 g; Tłuszcz: 46.54 g; Kw. tł. nasy.: 13.54 g; Węglowodany ogółem: 380.57 g; W tym cukry: 90.24 g; Błonnik pok.: 36.86 g; Sól: 7.43 g; WW: 34.43 Por; : 17.19 %; : 67.43 %; Ener. z T: 18.55 %; Ener. z Bł.: 3.27 %; K: 5465.88 mg;

środa 2025-01-08		
Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci		
Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL, GLU OW.), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szynka luksusowa-wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.), Banan 120 g , Sałata zielona 20 g ,	Grysikowa * 400 ml (GLU PSZ, SEL.), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (GLU PSZ, JAJ.), Sos jarzynowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.), Buraczki oprószane () 150 g (GLU PSZ.), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ.), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml ,		Posiłek nocny: Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1931.16 kcal; Białko ogółem: 66.12 g; Tłuszcz: 37.18 g; Kw. tł. nasy.: 9.43 g; Węglowodany ogółem: 343.81 g; W tym cukry: 81.85 g; Błonnik pok.: 22.13 g; Sól: 6.35 g; WW: 32.2 Por; : 13.7 %; : 71.21 %; Ener. z T: 17.33 %; Ener. z Bł.: 2.29 %; K: 3663.47 mg;

środa 2025-01-08		
Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW.), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE.), Szynka luksusowa-wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ.), Banan 120 g , Sałata zielona 20 g ,	Grysikowa * 400 ml (GLU PSZ, SEL.), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (GLU PSZ, JAJ.), Sos jarzynowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.), Buraczki oprószane () 150 g (GLU PSZ.), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL.), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Budyń o smaku śmietankowym z chipsami kokosowymi b/c 200 ml (MLE, SOJ.),		Posiłek nocny: Przecier owocowy jabłko-truskawka 100g 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2130.23 kcal; Białko ogółem: 89.8 g; Tłuszcz: 38.76 g; Kw. tł. nasy.: 12.19 g; Węglowodany ogółem: 366.44 g; W tym cukry: 98.37 g; Błonnik pok.: 22.05 g; Sól: 6.34 g; WW: 34.47 Por; : 16.86 %; : 68.81 %; Ener. z T: 16.38 %; Ener. z Bł.: 2.07 %; K: 4527.13 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2025-01-09		
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 , Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 50 g (<u>MLE,</u>), Ogórek kiszony 90 g , Roszponka 10 g , Dżem 25 g 1 szt ,	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u>), Ryż na sypko 200 g , Leczo z drobiem-dieta * 250 g , Surówka z marchwi i selera () 150 g (<u>MLE, 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, Tyrolska kiełbasa wieprzowa drobno rozdrobniona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>), Sałatka jarzynowa (*) 150 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>), Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 76g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>),		Posiłek nocny: Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2416.59 kcal; Białko ogółem: 90.7 g; Tłuszcz: 59.09 g; Kw. tł. nasy.: 13.22 g; Węglowodany ogółem: 397.53 g; W tym cukry: 61.48 g; Błonnik pok.: 33.7 g; Sól: 8.99 g; WW: 36.55 Por; ; 15.01 %; ; 65.8 %; Ener. z T: 22.01 %; Ener. z Bł.: 2.79 %; K: 4056.85 mg;

czwartek 2025-01-09		
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 , Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ,</u>), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,	Ziemniaczana *(bez mleka) () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Ryż na sypko 200 g , Leczo z drobiem-dieta * 250 g , Seler z pietruszką gotowany 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, Tyrolska kiełbasa wieprzowa drobno rozdrobniona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>), Sałatka jarzynowa z olejem* 150 g (<u>SEL,</u>), Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 76g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>),		Posiłek nocny: Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2306.41 kcal; Białko ogółem: 78.36 g; Tłuszcz: 60.66 g; Kw. tł. nasy.: 9.76 g; Węglowodany ogółem: 376.31 g; W tym cukry: 31.92 g; Błonnik pok.: 30.45 g; Sól: 6.66 g; WW: 34.65 Por; ; 13.59 %; ; 65.26 %; Ener. z T: 23.67 %; Ener. z Bł.: 2.64 %; K: 3648.69 mg;

czwartek 2025-01-09		
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 , 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 , Pasta z twarogu z natką pietruszki 50 g (<u>MLE,</u>), Pomidor b/skórki 90 g , Roszponka 10 g , Dżem 25 g 1 szt ,	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ryż na sypko 200 g , Leczo z drobiem-dieta * 250 g , Seler z pietruszką gotowany 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, Tyrolska kiełbasa wieprzowa drobno rozdrobniona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>), Sałatka jarzynowa - dieta (*) 150 g (<u>MLE, SEL,</u>), Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 76g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>),		Posiłek nocny: Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2412.05 kcal; Białko ogółem: 92.08 g; Tłuszcz: 49.08 g; Kw. tł. nasy.: 10.46 g; Węglowodany ogółem: 416.66 g; W tym cukry: 60.16 g; Błonnik pok.: 30.8 g; Sól: 6.67 g; WW: 38.75 Por; ; 15.27 %; ; 69.1 %; Ener. z T: 18.31 %; Ener. z Bł.: 2.55 %; K: 4326.61 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2025-01-10		
Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE₁), Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ₁), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT₁), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ₁), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Ser żółty 50 g (MLE₁), Miód (25g) 1 szt , Jabłko pieczone 150 g ,	Dyniowa z makaronem* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL₁), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba smażona (Morszczuk) 90 g (GLU PSZ, JAJ, RYB₁), Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () b/c 100 g , Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ₁), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT₁), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ₁), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z jaj 60 g (JAJ, MLE₁), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g ,
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE₁),		Posiłek nocny: Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2458.68 kcal; Białko ogółem: 109.41 g; Tłuszcz: 72.67 g; Kw. tł. nasy.: 20.09 g; Węglowodany ogółem: 357.82 g; W tym cukry: 77.82 g; Błonnik pok.: 30.89 g; Sól: 7.5 g; WW: 32.64 Por; : 17.8 %; : 58.21 %; Ener. z T: 26.6 %; Ener. z Bł.: 2.51 %; K: 4672.52 mg;

piątek 2025-01-10		
Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci		
Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 400 ml (GLU PSZ, SEL₁), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ₁), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka Konserwowa drobiowa z dodatkami surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ₁), Miód (25g) 1 szt , Jabłko pieczone 150 g ,	Dyniowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL₁), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba gotowana (Morszczuk) 80 g (RYB₁), Szpinak gotowany z olejem* 150 g (GLU PSZ₁), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ₁), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ), Sałatka z pomidorów i koperku b/skórki 100 g ,
II Śniadanie: Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 76g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, SOJ₁),		Posiłek nocny: Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2027.28 kcal; Białko ogółem: 82.89 g; Tłuszcz: 40.78 g; Kw. tł. nasy.: 8.65 g; Węglowodany ogółem: 343.68 g; W tym cukry: 52.98 g; Błonnik pok.: 24.07 g; Sól: 6.78 g; WW: 31.99 Por; : 16.35 %; : 67.81 %; Ener. z T: 18.11 %; Ener. z Bł.: 2.37 %; K: 3437.25 mg;

piątek 2025-01-10		
Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE₁), Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ₁), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ₁), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twaróg półtłusty 50 g (MLE₁), Miód (25g) 1 szt , Jabłko pieczone 150 g ,	Dyniowa z makaronem* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL₁), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba gotowana (Morszczuk) 80 g (RYB₁), Szpinak gotowany z olejem* 150 g (GLU PSZ₁), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ₁), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z jaj 60 g (JAJ, MLE₁), Sałatka z pomidorów i koperku b/skórki 100 g ,
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE₁),		Posiłek nocny: Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2174.39 kcal; Białko ogółem: 104.34 g; Tłuszcz: 44.77 g; Kw. tł. nasy.: 10.28 g; Węglowodany ogółem: 350.02 g; W tym cukry: 76.87 g; Błonnik pok.: 22.25 g; Sól: 5.42 g; WW: 32.77 Por; : 19.19 %; : 64.39 %; Ener. z T: 18.53 %; Ener. z Bł.: 2.05 %; K: 4456.17 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2025-01-11		
Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
Ryż na mleku/p 400 ml (MLE₁), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT₁), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ₁), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyunka Familijna wieprzowa, z dodatkiem wody i białka wp z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ₁, MLE₁), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i słonecznikiem z olejem* 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, SEL₁), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JEĆZ₁), Gulasz wieprzowy- dieta 180 g (GLU PSZ₁), Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g , Kalafior gotowany* 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT₁), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ₁), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 50 g (MLE₁), Szyunka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ₁), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml ,		Posiłek nocny: Jabłko 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2348.59 kcal; Białko ogółem: 107.36 g; Tłuszcz: 59.01 g; Kw. tł. nasy.: 11.67 g; Węglowodany ogółem: 364.18 g; W tym cukry: 82.73 g; Błonnik pok.: 34.6 g; Sól: 8.94 g; WW: 33 Por; : 18.29 %; : 62.03 %; Ener. z T: 22.61 %; Ener. z Bł.: 2.95 %; K: 3918.4 mg;

sobota 2025-01-11		
Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci		
Ryż na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL₁), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT₁), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ₁), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i olejem* 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Selerowa z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml (SEL₁), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JEĆZ₁), Gulasz wieprzowy- dieta 180 g (GLU PSZ₁), Buraczki gotowane () 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ₁), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyunka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ₁), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g ,
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml ,		Posiłek nocny: Jabłko 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2090.67 kcal; Białko ogółem: 76.88 g; Tłuszcz: 49.42 g; Kw. tł. nasy.: 11.85 g; Węglowodany ogółem: 348.45 g; W tym cukry: 78.51 g; Błonnik pok.: 31 g; Sól: 7.01 g; WW: 31.81 Por; : 14.71 %; : 66.67 %; Ener. z T: 21.27 %; Ener. z Bł.: 2.97 %; K: 3583.28 mg;

sobota 2025-01-11		
Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci		
Ryż na mleku/p 400 ml (MLE₁), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT₁), Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT₁), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyunka Familijna wieprzowa, z dodatkiem wody i białka wp z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ₁, MLE₁), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i olejem* 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (MLE, SEL₁), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JEĆZ₁), Gulasz wieprzowy- dieta 180 g (GLU PSZ₁), Kalafior gotowany* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ₁), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 50 g (MLE₁), Szyunka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ₁), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g ,
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml ,		Posiłek nocny: Banan 120 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2221.14 kcal; Białko ogółem: 98.02 g; Tłuszcz: 46.89 g; Kw. tł. nasy.: 10.78 g; Węglowodany ogółem: 365.5 g; W tym cukry: 92.95 g; Błonnik pok.: 27.6 g; Sól: 7.05 g; WW: 33.89 Por; : 17.65 %; : 65.82 %; Ener. z T: 19 %; Ener. z Bł.: 2.49 %; K: 3999.69 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2025-01-12		
Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW.), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 50 g (MLE.), Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g , Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.),	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL.), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 120 g , Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem b/c 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g ,
II Śniadanie: Surówka z marchwi i jabłka b/c () 150 g (MLE.),		Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2125.97 kcal; Białko ogółem: 108.79 g; Tłuszcz: 64.07 g; Kw. tł. nasy.: 16.76 g; Węglowodany ogółem: 295.67 g; W tym cukry: 61.25 g; Błonnik pok.: 32.71 g; Sól: 7.51 g; WW: 26.31 Por; : 20.47 %; : 55.63 %; Ener. z T: 27.12 %; Ener. z Bł.: 3.08 %; K: 4922.35 mg;

niedziela 2025-01-12		
Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci		
Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL, GLU OW.), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (SOJ.), Sałata zielona 20 g , Jabłko pieczone 150 g ,	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL.), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 120 g , Brokuł gotowany* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony osłonce niejadalnej 50 g (SOJ.), Sałatka z pomidorów i koperku b/skórki 100 g ,
II Śniadanie: Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 150 g ,		Posiłek nocny: Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2049.37 kcal; Białko ogółem: 87.58 g; Tłuszcz: 60.14 g; Kw. tł. nasy.: 14.39 g; Węglowodany ogółem: 303.94 g; W tym cukry: 54.98 g; Błonnik pok.: 28.89 g; Sól: 7.11 g; WW: 27.45 Por; : 17.09 %; : 59.32 %; Ener. z T: 26.41 %; Ener. z Bł.: 2.82 %; K: 4085.15 mg;

niedziela 2025-01-12		
Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW.), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 50 g (MLE.), Sałata zielona 20 g , Jabłko pieczone 150 g , Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.),	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL.), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 120 g , Brokuł gotowany* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.), Sałatka z pomidorów i koperku b/skórki 100 g ,
II Śniadanie: Surówka z marchwi i jabłka b/c () 150 g (MLE.),		Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2182.24 kcal; Białko ogółem: 110.99 g; Tłuszcz: 59.58 g; Kw. tł. nasy.: 16.35 g; Węglowodany ogółem: 316.33 g; W tym cukry: 72.18 g; Błonnik pok.: 27.91 g; Sól: 6.6 g; WW: 28.78 Por; : 20.34 %; : 57.98 %; Ener. z T: 24.57 %; Ener. z Bł.: 2.56 %; K: 4800.83 mg;