

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2025-06-09 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>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>), Ogórek świeży 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 , Arbuz 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>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>),
II Śniadanie: Koktajl truskawkowy* b/c 200 ml (<u>MLE,</u>),		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2114.79 kcal; Białko ogółem: 102.67 g; Tłuszcz: 40.03 g; Kw. tł. nasy.: 12.45 g; Węglowodany ogółem: 351.01 g; W tym cukry: 80.71 g; Błonnik pok.: 28.64 g; Sól: 9.38 g; WW: 32.19 Por; : 19.42 %; : 66.39 %; Ener. z T: 17.04 %; Ener. z Bt.: 2.71 %; K: 3784.43 mg;

poniedziałek 2025-06-09 Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci		
Płatki pszenne 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 , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 50 g , Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami*() (bez mleka) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>), Pulpet jarski () 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>), Sos majerankowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Szpinak gotowany z olejem* 80 g (<u>GLU PSZ,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml , Arbuz 150 g ,	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 , Dżem 30 g ,
II Śniadanie: Chrupki kukurydziane 20 g ,		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2047.24 kcal; Białko ogółem: 71.08 g; Tłuszcz: 45.88 g; Kw. tł. nasy.: 8.18 g; Węglowodany ogółem: 350.64 g; W tym cukry: 59.17 g; Błonnik pok.: 26.56 g; Sól: 6.65 g; WW: 32.38 Por; : 13.89 %; : 68.51 %; Ener. z T: 20.17 %; Ener. z Bt.: 2.6 %; K: 3213.32 mg;

poniedziałek 2025-06-09 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>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Zupa wiosenna z cukinią i 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>), Arbuz 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>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>),
II Śniadanie: Koktajl truskawkowy* b/c 200 ml (<u>MLE,</u>),		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2080.03 kcal; Białko ogółem: 98.12 g; Tłuszcz: 40.82 g; Kw. tł. nasy.: 12.46 g; Węglowodany ogółem: 340.13 g; W tym cukry: 83.29 g; Błonnik pok.: 17.83 g; Sól: 8.45 g; WW: 32.22 Por; : 18.87 %; : 65.41 %; Ener. z T: 17.66 %; Ener. z Bt.: 1.71 %; K: 3518.47 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2025-06-10 Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE_L</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLUPSZ_L</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ_L</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE_L</u>), Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ_L</u>), Rukola 10 g , Pomidor 90 g ,	Szczawiowa z ziemniakami*() 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL_L</u>), Ryż na sypko 200 g , Szynka wieprzowa gotowana 100 g , Sos meksykański 100 g (<u>GLU PSZ_L</u>), Surówka z marchwi i jabłka 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 JECZ_L</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ_L</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ_L</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_L</u>), Ogórek świeży 90 g ,
II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 szt ,		Posiłek nocny: Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ_L</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_L</u>), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2174.73 kcal; Białko ogółem: 107.83 g; Tłuszcz: 42.82 g; Kw. tł. nasy.: 11.11 g; Węglowodany ogółem: 351.19 g; W tym cukry: 74.21 g; Błonnik pok.: 27.87 g; Sól: 7.31 g; WW: 32.34 Por. ; 19.83 %; ; 64.59 %; Ener. z T: 17.72 %; Ener. z Bł.: 2.56 %; K: 4390.09 mg;

wtorek 2025-06-10			Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci		
Zacierka na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</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 , Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ,</u>), Sałata zielona 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,		Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Ryż na sypko 200 g , Szynka wieprzowa gotowana 100 g , Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,		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 , Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadłanej 50 g (<u>SOJ, SEL,</u>), Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 100 g (<u>SEL,</u>),	
II Śniadanie: Jabłko 1 szt 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: 2014.51 kcal; Białko ogółem: 80.77 g; Tłuszcz: 46.16 g; Kw. tł. nasy.: 10.31 g; Węglowodany ogółem: 332.83 g; W tym cukry: 45.2 g; Błonnik pok.: 30.18 g; Sól: 8.54 g; WW: 30.28 Por. : 16.04 %; : 66.09 %; Ener. z T: 20.62 %; Ener. z Bł.: 3 %; K: 3073.01 mg;

wtorek 2025-06-10			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>), Połędwica 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₊</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 indykem 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;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2025-06-11 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 , Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ₊</u>), Roszponka 20 g , Ogórek świeży 80 g ,	Pieczarkowa z makaronem * 400 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL₊</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLUPSZ, JAJ₊</u>), Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLUPSZ, MLE₊</u>), 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 (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT₊</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLUPSZ₊</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Paprykarz szczeciński 50 g (<u>RYB, SOJ₊</u>), Filet zapiekany drobiowy 30 g (<u>MLE₊</u>), Pomidor ze szczypiorkiem i olejem 80 g , Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE₊</u>),		Posiłek nocny: Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLUPSZ, JAJ, MLE₊</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2011.66 kcal; Białko ogółem: 91.75 g; Tłuszcz: 52.05 g; Kw. tł. nasy.: 9.21 g; Węglowodany ogółem: 300.09 g; W tym cukry: 39.15 g; Błonnik pok.: 24.48 g; Sól: 7.61 g; WW: 27.77 Por; : 18.24 %; : 59.67 %; Ener. z T: 23.29 %; Ener. z Bł.: 2.43 %; K: 4025.97 mg;

środa 2025-06-11 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>GLUPSZ₊</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Schab gotowany 50 g , Roszponka 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,	Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL₊</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLUPSZ, JAJ₊</u>), Sos pietruszkowy (bez mleka)* 100 ml (<u>GLUPSZ₊</u>), 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 (<u>GLUPSZ₊</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ₊</u>), Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ, SEL₊</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 150 ml ,		Posiłek nocny: Chrupki kukurydziane 20 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1888.45 kcal; Białko ogółem: 84.19 g; Tłuszcz: 43.91 g; Kw. tł. nasy.: 10.06 g; Węglowodany ogółem: 301.19 g; W tym cukry: 35.26 g; Błonnik pok.: 23.36 g; Sól: 5.16 g; WW: 27.89 Por; : 17.83 %; : 63.8 %; Ener. z T: 20.93 %; Ener. z Bł.: 2.47 %; K: 3643.21 mg;

środa 2025-06-11 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 , Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ₊</u>), Roszponka 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL₊</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLUPSZ, JAJ₊</u>), Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLUPSZ, MLE₊</u>), 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 (<u>GLUPSZ₊</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ₊</u>), Filet zapiekany drobiowy 30 g (<u>MLE₊</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE₊</u>),		Posiłek nocny: Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLUPSZ, JAJ, MLE₊</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2034.82 kcal; Białko ogółem: 92.66 g; Tłuszcz: 49.09 g; Kw. tł. nasy.: 10.06 g; Węglowodany ogółem: 309.41 g; W tym cukry: 46.22 g; Błonnik pok.: 20.28 g; Sól: 6.56 g; WW: 29.07 Por; : 18.21 %; : 60.82 %; Ener. z T: 21.71 %; Ener. z Bł.: 1.99 %; K: 3997.52 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2025-06-12 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 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, SEL.</u>), Sałatka jarzynowa z olejem () 150 g (<u>SEL.</u>), Sałata zielona 20 g ,	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 350 g (<u>SEL, 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: Jabłko 1 szt 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2194.24 kcal; Białko ogółem: 87.02 g; Tłuszcz: 60.39 g; Kw. tł. nasy.: 12.51 g; Węglowodany ogółem: 344.11 g; W tym cukry: 71.56 g; Błonnik pok.: 39.03 g; Sól: 4.96 g; WW: 30.55 Por; : 15.86 %; : 62.73 %; Ener. z T: 24.77 %; Ener. z Bł.: 3.56 %; K: 5048.1 mg;

czwartek 2025-06-12 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 , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</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, SEL.</u>), Sałatka jarzynowa z olejem () 150 g (<u>SEL.</u>), Sałata zielona 20 g ,	Ziemniaczana *(bez mleka) () 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 350 g (<u>SEL, 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 100 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>), Sałatka z pomidora i sałaty lodowej b/skórki 100 g ,
II Śniadanie: Smoothie szpinak, jabłko, banan 150 g ,		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2098.22 kcal; Białko ogółem: 66.83 g; Tłuszcz: 59.45 g; Kw. tł. nasy.: 10.19 g; Węglowodany ogółem: 341.99 g; W tym cukry: 49.54 g; Błonnik pok.: 37.75 g; Sól: 7.39 g; WW: 30.37 Por; : 12.74 %; : 65.19 %; Ener. z T: 25.5 %; Ener. z Bł.: 3.6 %; K: 4249.88 mg;

czwartek 2025-06-12 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 , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, 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, SEL.</u>), Sałatka jarzynowa z olejem () 150 g (<u>SEL.</u>), Sałata zielona 20 g ,	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 350 g (<u>SEL, 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, 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: Jabłko pieczone 1szt. 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2237.69 kcal; Białko ogółem: 83.98 g; Tłuszcz: 62.84 g; Kw. tł. nasy.: 11.89 g; Węglowodany ogółem: 349.7 g; W tym cukry: 68.75 g; Błonnik pok.: 33.52 g; Sól: 4.94 g; WW: 31.59 Por; : 15.01 %; : 62.51 %; Ener. z T: 25.28 %; Ener. z Bł.: 3 %; K: 4913.18 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2025-06-13 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 , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>), Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ,</u>), Ćwikła z chrzanem () 100 g (<u>MLE, SOJ,</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: 2219.11 kcal; Białko ogółem: 97.36 g; Tłuszcz: 53.34 g; Kw. tł. nasy.: 10.23 g; Węglowodany ogółem: 353.19 g; W tym cukry: 77.38 g; Błonnik pok.: 33.33 g; Sól: 8 g; WW: 31.97 Por; : 17.55 %; : 63.66 %; Ener. z T: 21.63 %; Ener. z Bł.: 3 %; K: 5227.37 mg;

piątek 2025-06-13 Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci		
Kasza manna na wywarze jarzynowym* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Filet z kurczaka gotowany 50 g , Miód (25g) 1 szt , Jabłko pieczone 1szt. 1 szt , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Szpinakowa z zacierką *(bez mleka) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>), Sos cytrynowy (bez mleka) 100 ml (<u>GLU PSZ,</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 , Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ,</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>), Ćwikła z jabłkiem () 100 g ,
II Śniadanie: Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 150 ml ,		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2146.23 kcal; Białko ogółem: 93.46 g; Tłuszcz: 48.38 g; Kw. tł. nasy.: 8.98 g; Węglowodany ogółem: 346.9 g; W tym cukry: 59.13 g; Błonnik pok.: 26.67 g; Sól: 6.92 g; WW: 32.01 Por; : 17.42 %; : 64.65 %; Ener. z T: 20.29 %; Ener. z Bł.: 2.48 %; K: 4320.41 mg;

piątek 2025-06-13 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 , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>), Polędwica Sopocka 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: 2267.6 kcal; Białko ogółem: 104.39 g; Tłuszcz: 53.12 g; Kw. tł. nasy.: 10.31 g; Węglowodany ogółem: 355.78 g; W tym cukry: 67.59 g; Błonnik pok.: 25.1 g; Sól: 7.28 g; WW: 33.07 Por; : 18.41 %; : 62.76 %; Ener. z T: 21.08 %; Ener. z Bł.: 2.21 %; K: 4852.63 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2025-06-14 Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</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>), Sałatka wiosenna () 100 g ,	Koperkowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Bigos 300 g (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>), Jabłko 1 szt 1 szt , 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 , Pasztet z soczewicy* 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Mix sałat 20 g , Pomidor 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: 2580.32 kcal; Białko ogółem: 100.18 g; Tłuszcz: 89.69 g; Kw. tł. nasy.: 20.69 g; Węglowodany ogółem: 357.66 g; W tym cukry: 63.93 g; Błonnik pok.: 31.49 g; Sól: 8.73 g; WW: 32.73 Por; : 15.53 %; : 55.45 %; Ener. z T: 31.28 %; Ener. z Bł.: 2.44 %; K: 4563.25 mg;

sobota 2025-06-14 Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci		
Płatki jęczminne na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL, GLU JĘCZ.</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 , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 50 g , Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Koperkowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Gulasz wieprzowy z warzywami* 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 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 , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 50 g , Mix sałat 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,
II Śniadanie: Sok wielowarzywny pasteryzowany 150 ml ,		Posiłek nocny: Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1858.82 kcal; Białko ogółem: 81.74 g; Tłuszcz: 49.59 g; Kw. tł. nasy.: 11.73 g; Węglowodany ogółem: 282.94 g; W tym cukry: 38.53 g; Błonnik pok.: 25.73 g; Sól: 6.08 g; WW: 25.76 Por; : 17.59 %; : 60.89 %; Ener. z T: 24.01 %; Ener. z Bł.: 2.77 %; K: 3828.97 mg;

sobota 2025-06-14 Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</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.</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 wieprzowego, parzony 50 g (<u>SOJ.</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;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2025-06-15 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₊</u> , <u>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>), Jabłka prażone b/c 150 g ,	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLUPSZ₊</u> , <u>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₊</u> , <u>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₊</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₊</u> , <u>GLU OW₊</u>),		Posiłek nocny: Przecier owocowy jabłko-mango 100g 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2294.11 kcal; Białko ogółem: 118.59 g; Tłuszcz: 60.09 g; Kw. tł. nasy.: 17.24 g; Węglowodany ogółem: 332.37 g; W tym cukry: 54.06 g; Błonnik pok.: 28.99 g; Sól: 6.85 g; WW: 30.29 Por; : 20.68 %; : 57.95 %; Ener. z T: 23.57 %; Ener. z Bł.: 2.53 %; K: 4458.96 mg;

niedziela 2025-06-15 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>GLUPSZ₊</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (<u>SOJ₊</u> , <u>SEL₊</u>), Banan 1szt. 1 szt ,	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLUPSZ₊</u> , <u>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. 50 g (<u>SOJ₊</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Jabłko pieczone 1szt. 1 szt ,		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2106.53 kcal; Białko ogółem: 98.9 g; Tłuszcz: 51.8 g; Kw. tł. nasy.: 13.62 g; Węglowodany ogółem: 324.52 g; W tym cukry: 77.95 g; Błonnik pok.: 26.74 g; Sól: 8.35 g; WW: 29.89 Por; : 18.78 %; : 61.62 %; Ener. z T: 22.13 %; Ener. z Bł.: 2.54 %; K: 5063.01 mg;

niedziela 2025-06-15 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₊</u> , <u>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₊</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₊</u> , <u>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;