

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: SZPITAL PUŁAWY                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie - II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Obiad - Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                           | Kolacja - Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <b>poniedziałek 2025-07-21                      Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>GLU JECZ.</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 , Polędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <u>SOJ.</u> ), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g , | Brokułowa z ryżem * 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL.</u> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Kotlet z jaj-pieczony 90 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ.</u> ), Surówka z selera i jabłka z olejem () 150 g ( <u>SEL.</u> ), Jabłko 1 szt 1 szt , Kompot owocowy* z/c 250 ml , | Twarożek z koperkiem 50 g ( <u>MLE.</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 , Pasztet rybno- warzywny (morszczuk) 30 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB.</u> ), Sałata zielona 20 g , Pomidor 80 g , |
| II Śniadanie: Smoothie (jabłko, szpinak) 200 g ,                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                | Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt ,                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2137.8 kcal; Białko ogółem: 85.27 g; Tłuszcz: 54.44 g; Kw. tł. nasy.: 12.65 g; Węglowodany ogółem: 345.7 g; W tym cukry: 70.29 g; Błonnik pok.: 40.41 g; Sól: 7.95 g; WW: 30.58 Por; : 15.95 %; : 64.68 %; Ener. z T: 22.92 %; Ener. z Bł.: 3.78 %; K: 4462.73 mg;

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>poniedziałek 2025-07-21                      Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna</b>                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| Płatki jęczmienna na mleku /p 250 ml ( <u>MLE</u> , <u>GLU JECZ.</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 Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <u>SOJ.</u> ), Pomidor 80 g , Roszponka 20 g , | Brokułowa z ryżem * 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL.</u> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Kotlet z jaj-pieczony 90 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ.</u> ), Surówka z selera i jabłka z olejem () 150 g ( <u>SEL.</u> ), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt , Kompot owocowy* z/c 250 ml , | Twarożek z koperkiem 50 g ( <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 , Sałata zielona 20 g , Pasztet rybno- warzywny (morszczuk) 30 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB.</u> ), Pomidor 80 g , |
| II Śniadanie: Smoothie (jabłko, szpinak) 200 g ,                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt ,                                                                                                                                                                                                                                           |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2116.82 kcal; Białko ogółem: 82.63 g; Tłuszcz: 53.96 g; Kw. tł. nasy.: 12.39 g; Węglowodany ogółem: 341.01 g; W tym cukry: 65.69 g; Błonnik pok.: 33.91 g; Sól: 6.71 g; WW: 30.77 Por; : 15.61 %; : 64.44 %; Ener. z T: 22.94 %; Ener. z Bł.: 3.2 %; K: 4175.64 mg;

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>poniedziałek 2025-07-21                      Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>GLU JECZ.</u> ), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <u>SOJ.</u> ), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g , | Brokułowa z ryżem * 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL.</u> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Kotlet z jaj-pieczony 90 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ.</u> ), Surówka z selera i jabłka z olejem () 150 g ( <u>SEL.</u> ), Jabłko 1 szt 1 szt , Kompot owocowy* b/c 250 ml , | Twarożek z koperkiem 50 g ( <u>MLE.</u> ), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Sałata zielona 20 g , Pasztet rybno- warzywny (morszczuk) 30 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB.</u> ), Pomidor 80 g , |
| II Śniadanie: Smoothie (jabłko, szpinak) 200 g ,                                                                                                                                                                                                                                                             | Podwieczorek: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ),                                                                                                                                                                                                                        | Posiłek nocny: Jabłko 150 g ,                                                                                                                                                                                                                                                                     |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2170.86 kcal; Białko ogółem: 92.47 g; Tłuszcz: 57.54 g; Kw. tł. nasy.: 12.41 g; Węglowodany ogółem: 343.1 g; W tym cukry: 67.14 g; Błonnik pok.: 45.81 g; Sól: 7.64 g; WW: 29.78 Por; : 17.04 %; : 63.22 %; Ener. z T: 23.85 %; Ener. z Bł.: 4.22 %; K: 5061.61 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: SZPITAL PUŁAWY                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie - II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Obiad - Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Kolacja - Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| wtorek 2025-07-22                      Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| kasza kukurydziana na ml/p 400 ml ( <u>MLE<sub>+</sub></u> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>+</sub></u> ), Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ<sub>+</sub></u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Sałata zielona 20 g , Ogórek świeży 80 g , Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE<sub>+</sub></u> ), | Pieczarkowa z ziemniakami * () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL<sub>+</sub></u> ), Makaron pełnoziarnisty 200 g ( <u>GLU PSZ<sub>+</sub></u> ), Szynka wieprzowa pieczona 80 g , Sos szpinakowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ<sub>+</sub></u> ), Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 100 g , Dynia duszona z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ<sub>+</sub></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<sub>+</sub></u> ), Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ<sub>+</sub></u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka wiśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 30 g ( <u>SOJ<sub>+</sub></u> ), Twaróg półtłusty 50 g ( <u>MLE<sub>+</sub></u> ), Pomidor 100 g , |
| II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE<sub>+</sub></u> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Posiłek nocny: Jabłko 150 g ,                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2061.31 kcal; Białko ogółem: 105.99 g; Tłuszcz: 47.7 g; Kw. tł. nasy.: 12.34 g; Węglowodany ogółem: 308.74 g; W tym cukry: 60.72 g; Błonnik pok.: 30.69 g; Sól: 6.69 g; WW: 27.8 Por; : 20.57 %; : 59.91 %; Ener. z T: 20.83 %; Ener. z Bł.: 2.98 %; K: 4155.64 mg;

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| wtorek 2025-07-22                      Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| kasza kukurydziana na ml/p 250 ml ( <u>MLE<sub>+</sub></u> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>+</sub></u> ), Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>+</sub></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>SOJ<sub>+</sub></u> ), Sałata zielona 20 g , Pomidor b/skórki 80 g , | Solferino * () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL<sub>+</sub></u> ), Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ<sub>+</sub></u> ), Szynka wieprzowa gotowana 100 g , Sos szpinakowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ<sub>+</sub></u> ), Dynia duszona z olejem* 150 g ( <u>GLU PSZ<sub>+</sub></u> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml , | Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ<sub>+</sub></u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka wiśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 30 g ( <u>SOJ<sub>+</sub></u> ), Twaróg półtłusty 50 g ( <u>MLE<sub>+</sub></u> ), Pomidor b/skórki 100 g , |
| II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE<sub>+</sub></u> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Posiłek nocny: Jabłko pieczone 150 g ,                                                                                                                                                                                                                                                                                          |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2016.15 kcal; Białko ogółem: 102.27 g; Tłuszcz: 41.55 g; Kw. tł. nasy.: 11.12 g; Węglowodany ogółem: 315.47 g; W tym cukry: 57.22 g; Błonnik pok.: 21.79 g; Sól: 6.4 g; WW: 29.38 Por; : 20.29 %; : 62.59 %; Ener. z T: 18.55 %; Ener. z Bł.: 2.16 %; K: 3933.15 mg;

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| wtorek 2025-07-22                      Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml ( <u>MLE, GLU JĘCZ<sub>+</sub></u> ), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ<sub>+</sub></u> ), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ<sub>+</sub></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>SOJ<sub>+</sub></u> ), Sałata zielona 20 g , Ogórek świeży 80 g , | Pieczarkowa z ziemniakami * () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL<sub>+</sub></u> ), Makaron pełnoziarnisty 200 g ( <u>GLU PSZ<sub>+</sub></u> ), Szynka wieprzowa gotowana 100 g , Sos szpinakowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ<sub>+</sub></u> ), Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 150 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml , | Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ<sub>+</sub></u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 30 g ( <u>SOJ<sub>+</sub></u> ), Twaróg półtłusty 50 g ( <u>MLE<sub>+</sub></u> ), Pomidor 100 g , |
| II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE<sub>+</sub></u> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Podwieczorek: Warzywa pieczone 100 g , Dip zielony 10 g ( <u>MLE<sub>+</sub></u> ),                                                                                                                                                                                                                                       | Posiłek nocny: Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE<sub>+</sub></u> ), Sałata zielona 5 g , Twaróg półtłusty 25 g ( <u>MLE<sub>+</sub></u> ), Chleb Graham 60 g ( <u>GLU PSZ<sub>+</sub></u> ),                                                                                                                  |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2168.95 kcal; Białko ogółem: 119.75 g; Tłuszcz: 59.19 g; Kw. tł. nasy.: 15.73 g; Węglowodany ogółem: 303.4 g; W tym cukry: 42.19 g; Błonnik pok.: 36.35 g; Sól: 7.65 g; WW: 26.77 Por; : 22.08 %; : 55.95 %; Ener. z T: 24.56 %; Ener. z Bł.: 3.35 %; K: 4445.33 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: SZPITAL PUŁAWY                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie - II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Obiad - Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Kolacja - Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <b>środa 2025-07-23</b> <b>Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| Płatki owsiane na mleku/p 400 ml ( <b><u>MLE</u></b> , <b><u>GLU OW</u></b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b><u>GLU PSZ</u></b> , <b><u>GLU ŻYT</u></b> ), Chleb Graham 50 g ( <b><u>GLU PSZ</u></b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g ( <b><u>MLE</u></b> ), Szynka luksusowa-wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 30 g ( <b><u>GLU PSZ</u></b> , <b><u>SOJ</u></b> ), Brzoskwinia 1 szt 1 szt , Sałata zielona 20 g , | Zupa z soczewicy i ziemniakami (*) 400 ml ( <b><u>GLU PSZ</u></b> , <b><u>SEL</u></b> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g ( <b><u>GLU PSZ</u></b> , <b><u>JAJ</u></b> ), Sos jarzynowy * 80 ml ( <b><u>GLU PSZ</u></b> , <b><u>SEL</u></b> ), Mizeria 100 g ( <b><u>MLE</u></b> ), Buraczki oprószane () b/c 100 g ( <b><u>GLU PSZ</u></b> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml , | Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b><u>GLU PSZ</u></b> , <b><u>GLU ŻYT</u></b> ), Chleb Graham 50 g ( <b><u>GLU PSZ</u></b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 50 g ( <b><u>SOJ</u></b> , <b><u>SEL</u></b> ), Pomidor 90 g , Rukola 10 g , |
| <b>II Śniadanie:</b> Budyń o smaku śmietankowym z chipsami kokosowymi b/c 200 ml ( <b><u>MLE</u></b> , <b><u>SOJ</u></b> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <b>Posiłek nocny:</b> Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2190.35 kcal; Białko ogółem: 99.24 g; Tłuszcz: 47.13 g; Kw. tł. nasy.: 13.63 g; Węglowodany ogółem: 359.41 g; W tym cukry: 67.8 g; Błonnik pok.: 32.01 g; Sól: 9.83 g; WW: 32.75 Por; : 18.12 %; : 65.64 %; Ener. z T: 19.36 %; Ener. z Bł.: 2.92 %; K: 5291.16 mg;

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>środa 2025-07-23</b> <b>Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| Płatki owsiane na mleku/p 250 ml ( <b><u>MLE</u></b> , <b><u>GLU OW</u></b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b><u>GLU PSZ</u></b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g ( <b><u>MLE</u></b> ), Szynka luksusowa-wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 30 g ( <b><u>GLU PSZ</u></b> , <b><u>SOJ</u></b> ), Brzoskwinia 1 szt 1 szt , Sałata zielona 20 g , | Grycikowa * 400 ml ( <b><u>GLU PSZ</u></b> , <b><u>SEL</u></b> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g ( <b><u>GLU PSZ</u></b> , <b><u>JAJ</u></b> ), Sos jarzynowy * 80 ml ( <b><u>GLU PSZ</u></b> , <b><u>SEL</u></b> ), Buraczki oprószane () 150 g ( <b><u>GLU PSZ</u></b> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml , | Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b><u>GLU PSZ</u></b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 50 g ( <b><u>SOJ</u></b> , <b><u>SEL</u></b> ), Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g , |
| <b>II Śniadanie:</b> Budyń o smaku śmietankowym z chipsami kokosowymi b/c 200 ml ( <b><u>MLE</u></b> , <b><u>SOJ</u></b> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <b>Posiłek nocny:</b> Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,                                                                                                                                                                                                                                                                    |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1951.27 kcal; Białko ogółem: 85.67 g; Tłuszcz: 38.57 g; Kw. tł. nasy.: 11.87 g; Węglowodany ogółem: 326.82 g; W tym cukry: 64.66 g; Błonnik pok.: 21.15 g; Sól: 8.71 g; WW: 30.58 Por; : 17.56 %; : 67 %; Ener. z T: 17.79 %; Ener. z Bł.: 2.17 %; K: 3984.97 mg;

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>środa 2025-07-23</b> <b>Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| Płatki owsiane na mleku/p 400 ml ( <b><u>MLE</u></b> , <b><u>GLU OW</u></b> ), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g ( <b><u>GLU PSZ</u></b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g ( <b><u>MLE</u></b> ), Szynka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 30 g ( <b><u>GLU PSZ</u></b> , <b><u>SOJ</u></b> ), Brzoskwinia 1 szt 1 szt , Sałata zielona 20 g , | Zupa z soczewicy i ziemniakami (*) 400 ml ( <b><u>GLU PSZ</u></b> , <b><u>SEL</u></b> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g ( <b><u>GLU PSZ</u></b> , <b><u>JAJ</u></b> ), Sos jarzynowy * 80 ml ( <b><u>GLU PSZ</u></b> , <b><u>SEL</u></b> ), Mizeria 150 g ( <b><u>MLE</u></b> ), Kompot owocowy* b/c 250 ml , | Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g ( <b><u>GLU PSZ</u></b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 50 g ( <b><u>SOJ</u></b> , <b><u>SEL</u></b> ), Pomidor 90 g , Rukola 10 g , |
| <b>II Śniadanie:</b> Budyń o smaku śmietankowym z chipsami kokosowymi b/c 200 ml ( <b><u>MLE</u></b> , <b><u>SOJ</u></b> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | <b>Podwieczorek:</b> Sałatka witaminowa 100 g ( <b><u>SEL</u></b> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <b>Posiłek nocny:</b> Chleb Graham 60 g ( <b><u>GLU PSZ</u></b> ), Sałata zielona 5 g , Jajko gotowane kl M 0.50 szt ( <b><u>JAJ</u></b> ), Masło extra 82% 5 g ( <b><u>MLE</u></b> ),                                                                                                                     |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2311.6 kcal; Białko ogółem: 107.35 g; Tłuszcz: 57.2 g; Kw. tł. nasy.: 17.76 g; Węglowodany ogółem: 362.63 g; W tym cukry: 59.49 g; Błonnik pok.: 38.96 g; Sól: 7.7 g; WW: 32.37 Por; : 18.58 %; : 62.75 %; Ener. z T: 22.27 %; Ener. z Bł.: 3.37 %; K: 5565.29 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: SZPITAL PUŁAWY                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie - II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Obiad - Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                   | Kolacja - Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| <b>czwartek 2025-07-24                      Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Zacierka na mleku/p 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE<sub>1</sub></u> ),<br>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></u> ),<br>Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ<sub>1</sub></u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 80 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Ogórek świeży 90 g ,<br>Roszponka 10 g , | Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT<sub>1</sub></u> ), Ryż na sypko 200 g , Leczo z drobiem-dieta * 300 g , Sałata zielona z jogurtem 70 g ( <u>MLE<sub>1</sub></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<sub>1</sub></u> ),<br>Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ<sub>1</sub></u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Tyrolska kiełbasa wieprzowa drobno rozdrobniona 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ<sub>1</sub></u> ), Sałatka jarzynowa z olejem* 150 g ( <u>SEL<sub>1</sub></u> ),<br>Sałata zielona 20 g , |
| <b>II Śniadanie:</b> Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 0.50 szt , Bułka pszenna długa krojona 45 g ( <u>GLU PSZ<sub>1</sub></u> ),<br>Sałata zielona 5 g , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 25 g ( <u>SOJ<sub>1</sub></u> ),                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                        | <b>Posiłek nocny:</b> Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE<sub>1</sub></u> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2400.16 kcal; Białko ogółem: 95.03 g; Tłuszcz: 62.85 g; Kw. tł. nasy.: 12.44 g; Węglowodany ogółem: 367.35 g; W tym cukry: 45.17 g; Błonnik pok.: 26.09 g; Sól: 6.75 g; WW: 34.24 Por; : 15.84 %; : 61.22 %; Ener. z T: 23.57 %; Ener. z Bł.: 2.17 %; K: 3685.63 mg;

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>czwartek 2025-07-24                      Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Zacierka na mleku/p 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE<sub>1</sub></u> ),<br>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></u> ),<br>Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt ,<br>Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ),<br>Pomidor 90 g , Roszponka 10 g , | Ziemniaczana * () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL<sub>1</sub></u> ), Ryż na sypko 200 g , Leczo z drobiem-dieta * 300 g , Sałata zielona z jogurtem 70 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml , | Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ<sub>1</sub></u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Tyrolska kiełbasa wieprzowa drobno rozdrobniona 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ<sub>1</sub></u> ), Sałatka jarzynowa z olejem* 150 g ( <u>SEL<sub>1</sub></u> ),<br>Sałata zielona 20 g , |
| <b>II Śniadanie:</b> Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 0.50 szt , Bułka pszenna długa krojona 45 g ( <u>GLU PSZ<sub>1</sub></u> ),<br>Sałata zielona 5 g , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 25 g ( <u>SOJ<sub>1</sub></u> ),                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                 | <b>Posiłek nocny:</b> Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE<sub>1</sub></u> ),                                                                                                                                                                                                                                             |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2459.49 kcal; Białko ogółem: 95.27 g; Tłuszcz: 62.79 g; Kw. tł. nasy.: 11.68 g; Węglowodany ogółem: 380.77 g; W tym cukry: 46.32 g; Błonnik pok.: 22.26 g; Sól: 6.48 g; WW: 36.01 Por; : 15.49 %; : 61.93 %; Ener. z T: 22.98 %; Ener. z Bł.: 1.81 %; K: 3700.84 mg;

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>czwartek 2025-07-24                      Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Makaron pełnoziarnisty na mleku/p 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE<sub>1</sub></u> ), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,<br>Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ<sub>1</sub></u> ), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ<sub>1</sub></u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Ogórek świeży 90 g ,<br>Roszponka 10 g , | Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT<sub>1</sub></u> ), Ryż na sypko (brązowy) 200 g , Leczo z drobiem-dieta * 300 g , Sałata zielona z jogurtem 70 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Kompot owocowy* b/c 250 ml , | Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ<sub>1</sub></u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Tyrolska kiełbasa wieprzowa drobno rozdrobniona 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ<sub>1</sub></u> ), Sałatka jarzynowa z olejem* 150 g ( <u>SEL<sub>1</sub></u> ), Sałata zielona 20 g , |
| <b>II Śniadanie:</b> Sałata zielona 5 g , Chleb Graham 60 g ( <u>GLU PSZ<sub>1</sub></u> ), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 25 g ( <u>SOJ<sub>1</sub></u> ),<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ),                                                                                                                                              | <b>Podwieczorek:</b> Koktajl z jagód * b/c 250 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ),                                                                                                                                                                     | <b>Posiłek nocny:</b> Pomidor 15 g , Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Chleb Graham 60 g ( <u>GLU PSZ<sub>1</sub></u> ), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 25 g ( <u>SOJ<sub>1</sub></u> ),                                                                        |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2555.46 kcal; Białko ogółem: 111.47 g; Tłuszcz: 74.21 g; Kw. tł. nasy.: 21.21 g; Węglowodany ogółem: 376.2 g; W tym cukry: 52.79 g; Błonnik pok.: 45.03 g; Sól: 8.23 g; WW: 33.22 Por; : 17.45 %; : 58.89 %; Ener. z T: 26.14 %; Ener. z Bł.: 3.52 %; K: 4868.12 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: SZPITAL PUŁAWY                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie - II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Obiad - Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Kolacja - Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| piątek 2025-07-25      Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| Kasza manna na mleku/p 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE<sub>+</sub></u> ), Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ<sub>+</sub></u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>+</sub></u> ), Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ<sub>+</sub></u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Ser żółty 50 g ( <u>MLE<sub>+</sub></u> ), Dżem 25 g 1 szt, Arbuz 100 g , | Zupa wiosenna z cukinią i makaronem* 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL<sub>+</sub></u> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba smażona (Morszczuk) 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB<sub>+</sub></u> ), Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () b/c 100 g , Szpinak gotowany z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ<sub>+</sub></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<sub>+</sub></u> ), Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ<sub>+</sub></u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ<sub>+</sub></u> ), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g , |
| II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <u>MLE<sub>+</sub></u> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,                                                                                                                                                                                                                                                    |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2304.89 kcal; Białko ogółem: 107.74 g; Tłuszcz: 70.65 g; Kw. tł. nasy.: 19.09 g; Węglowodany ogółem: 324.43 g; W tym cukry: 66.99 g; Błonnik pok.: 25.05 g; Sól: 9.29 g; WW: 29.95 Por; : 18.7 %; : 56.3 %; Ener. z T: 27.59 %; Ener. z Bł.: 2.17 %; K: 4541.56 mg;

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                 |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| piątek 2025-07-25      Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Kasza manna na mleku/p 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE<sub>+</sub></u> ), Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ<sub>+</sub></u> ), Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ<sub>+</sub></u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twaróg półtłusty 50 g ( <u>MLE<sub>+</sub></u> ), Dżem 25 g 1 szt , Arbuz 100 g , | Zupa wiosenna z cukinią i makaronem* 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL<sub>+</sub></u> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba gotowana (Morszczuk) 80 g ( <u>RYB<sub>+</sub></u> ), Szpinak gotowany z olejem* 150 g ( <u>GLU PSZ<sub>+</sub></u> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml , | Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ<sub>+</sub></u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ<sub>+</sub></u> ), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g , |
| II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <u>MLE<sub>+</sub></u> ),                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,                                                                                                                                                                                         |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2020.59 kcal; Białko ogółem: 102.67 g; Tłuszcz: 42.75 g; Kw. tł. nasy.: 9.28 g; Węglowodany ogółem: 316.63 g; W tym cukry: 66.05 g; Błonnik pok.: 16.41 g; Sól: 7.21 g; WW: 30.08 Por; : 20.32 %; : 62.68 %; Ener. z T: 19.04 %; Ener. z Bł.: 1.62 %; K: 4325.2 mg;

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                  |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| piątek 2025-07-25      Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                  |
| Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml ( <u>MLE, GLU JECZ<sub>+</sub></u> ), Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ<sub>+</sub></u> ), Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ<sub>+</sub></u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twaróg półtłusty 80 g ( <u>MLE<sub>+</sub></u> ), Arbuz 100 g , Sałata zielona 20 g , | Zupa wiosenna z cukinią i makaronem pełnoziarnistym* 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL<sub>+</sub></u> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba gotowana (Morszczuk) 80 g ( <u>RYB<sub>+</sub></u> ), Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () b/c 100 g , Szpinak gotowany z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ<sub>+</sub></u> ), Kompot owocowy* b/c 250 ml , | Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ<sub>+</sub></u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ<sub>+</sub></u> ), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g , |
| II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <u>MLE<sub>+</sub></u> ),                                                                                                                                                                                                                                                                             | Podwieczorek: Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE<sub>+</sub></u> ), Chleb Graham 60 g ( <u>GLU PSZ<sub>+</sub></u> ), Ser żółty 25 g ( <u>MLE<sub>+</sub></u> ), Sałata zielona 5 g ,                                                                                                                                                                              | Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,                                                                                                                                                                          |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2203.66 kcal; Białko ogółem: 120.84 g; Tłuszcz: 58.2 g; Kw. tł. nasy.: 18.24 g; Węglowodany ogółem: 316.14 g; W tym cukry: 57.42 g; Błonnik pok.: 32.42 g; Sól: 9.02 g; WW: 28.44 Por; : 21.93 %; : 57.38 %; Ener. z T: 23.77 %; Ener. z Bł.: 2.94 %; K: 5058.03 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: SZPITAL PUŁAWY                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie - II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Obiad - Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Kolacja - Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| <b>sobota 2025-07-26</b> <b>Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| Ryż na mleku/p 400 ml ( <b>MLE<sub>1</sub></b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></b> ), Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ<sub>1</sub></b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Parówki cieszynki- węd. wp. homog. wędz. parz 80 g ( <b>SOJ, SEL<sub>1</sub></b> ), Musztarda 10 g ( <b>GOR<sub>1</sub></b> ), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i olejem* 80 g , Sałata zielona 20 g , | Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL<sub>1</sub></b> ), Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JĘCZ<sub>1</sub></b> ), Wątróbka wieprzowa duszona w sosie własnym 180 g ( <b>GLU PSZ<sub>1</sub></b> ), Surówka wielowarzywna z olejem b/c 100 g ( <b>SEL<sub>1</sub></b> ), Kalafior gotowany* 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml , | Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></b> ), Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ<sub>1</sub></b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 50 g ( <b>MLE<sub>1</sub></b> ), Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g ( <b>SOJ<sub>1</sub></b> ), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g , |
| <b>II Śniadanie:</b> Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml ,                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | <b>Posiłek nocny:</b> Banan 120 g ,                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2502.32 kcal; Białko ogółem: 107.07 g; Tłuszcz: 74.57 g; Kw. tł. nasy.: 15.58 g; Węglowodany ogółem: 366.92 g; W tym cukry: 79.99 g; Błonnik pok.: 34.96 g; Sól: 8.83 g; WW: 33.36 Por; : 17.12 %; : 58.65 %; Ener. z T: 26.82 %; Ener. z Bł.: 2.79 %; K: 4137.5 mg;

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>sobota 2025-07-26</b> <b>Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| Ryż na mleku/p 400 ml ( <b>MLE<sub>1</sub></b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></b> ), Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka Familijna wieprzowa, z dodatkiem wody i białka wp z połączonych kawałków mięsa 50 g ( <b>SOJ, MLE<sub>1</sub></b> ), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i olejem* 80 g , Sałata zielona 20 g , | Selerowa z ziemniakami (*) 400 ml ( <b>MLE, SEL<sub>1</sub></b> ), Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JĘCZ<sub>1</sub></b> ), Gulasz wieprzowy- dieta 180 g ( <b>GLU PSZ<sub>1</sub></b> ), Buraczki gotowane () 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml , | Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ<sub>1</sub></b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 50 g ( <b>MLE<sub>1</sub></b> ), Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g ( <b>SOJ<sub>1</sub></b> ), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g , |
| <b>II Śniadanie:</b> Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml ,                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                          | <b>Posiłek nocny:</b> Banan 120 g ,                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2221.78 kcal; Białko ogółem: 98.11 g; Tłuszcz: 46.82 g; Kw. tł. nasy.: 10.48 g; Węglowodany ogółem: 364.92 g; W tym cukry: 90.12 g; Błonnik pok.: 28.51 g; Sól: 7.23 g; WW: 33.73 Por; : 17.66 %; : 65.7 %; Ener. z T: 18.97 %; Ener. z Bł.: 2.57 %; K: 4425.18 mg;

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>sobota 2025-07-26</b> <b>Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| Ryż pełnoziarnisty na mleku/p 400 ml ( <b>MLE<sub>1</sub></b> ), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ<sub>1</sub></b> ), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ<sub>1</sub></b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka Familijna wieprzowa, z dodatkiem wody i białka wp z połączonych kawałków mięsa 50 g ( <b>SOJ, MLE<sub>1</sub></b> ), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i olejem* 80 g , Sałata zielona 20 g , | Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL<sub>1</sub></b> ), Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JĘCZ<sub>1</sub></b> ), Gulasz wieprzowy- dieta 180 g ( <b>GLU PSZ<sub>1</sub></b> ), Surówka wielowarzywna z olejem b/c 100 g ( <b>SEL<sub>1</sub></b> ), Kalafior gotowany* 100 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml , | Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ<sub>1</sub></b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 50 g ( <b>MLE<sub>1</sub></b> ), Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g ( <b>SOJ<sub>1</sub></b> ), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g , |
| <b>II Śniadanie:</b> Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml ,                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | <b>Podwieczorek:</b> Chleb Graham 25 g ( <b>GLU PSZ<sub>1</sub></b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 0.50 szt, Twarożek 30 g ( <b>MLE<sub>1</sub></b> ), Pomidor 15 g ,                                                                                                                                                     | <b>Posiłek nocny:</b> Jabłko 1 szt 1 szt ,                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2320.33 kcal; Białko ogółem: 114.38 g; Tłuszcz: 59.25 g; Kw. tł. nasy.: 12.55 g; Węglowodany ogółem: 351.61 g; W tym cukry: 68.03 g; Błonnik pok.: 43.05 g; Sól: 8.04 g; WW: 30.92 Por; : 19.72 %; : 60.61 %; Ener. z T: 22.98 %; Ener. z Bł.: 3.71 %; K: 4384.4 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: SZPITAL PUŁAWY                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie - II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Obiad - Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                   | Kolacja - Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| niedziela 2025-07-27      Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| Płatki pszenne na mleku/p 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE<sub>+</sub></u> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>+</sub></u> ), Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ<sub>+</sub></u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g ( <u>MLE<sub>+</sub></u> ), Papryka świeża 80 g , Sałata zielona 20 g , | Rosół z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL<sub>+</sub></u> ), 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 ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>+</sub></u> ), Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ<sub>+</sub></u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <u>SOJ<sub>+</sub></u> ), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g , |
| II Śniadanie: Surówka z marchwi i jabłka b/c () 150 g ( <u>MLE<sub>+</sub></u> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                        | Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt ,                                                                                                                                                                                                                                                                     |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2102.37 kcal; Białko ogółem: 107.32 g; Tłuszcz: 59.78 g; Kw. tł. nasy.: 15.98 g; Węglowodany ogółem: 303.53 g; W tym cukry: 66.01 g; Błonnik pok.: 35.02 g; Sól: 7.88 g; WW: 26.94 Por; : 20.42 %; : 57.75 %; Ener. z T: 25.59 %; Ener. z Bł.: 3.33 %; K: 4909.96 mg;

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| niedziela 2025-07-27      Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Płatki pszenne na mleku/p 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE<sub>+</sub></u> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ<sub>+</sub></u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g ( <u>MLE<sub>+</sub></u> ), Sałata zielona 20 g , Jabłko pieczone 150 g , | Rosół z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL<sub>+</sub></u> ), 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 ( <u>GLU PSZ<sub>+</sub></u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <u>SOJ<sub>+</sub></u> ), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g , |
| II Śniadanie: Surówka z marchwi i jabłka b/c () 150 g ( <u>MLE<sub>+</sub></u> ),                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                            | Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt ,                                                                                                                                                                                                          |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2146.67 kcal; Białko ogółem: 109.02 g; Tłuszcz: 54.94 g; Kw. tł. nasy.: 15.52 g; Węglowodany ogółem: 320.95 g; W tym cukry: 74.66 g; Błonnik pok.: 29.03 g; Sól: 6.98 g; WW: 29.18 Por; : 20.31 %; : 59.8 %; Ener. z T: 23.04 %; Ener. z Bł.: 2.7 %; K: 4770.75 mg;

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| niedziela 2025-07-27      Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| Płatki pszenne na mleku/p 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE<sub>+</sub></u> ), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ<sub>+</sub></u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g ( <u>MLE<sub>+</sub></u> ), Papryka świeża 80 g , Sałata zielona 20 g , | Rosół z makaronem pełnoziarnistym * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL<sub>+</sub></u> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Udziec z kurczaka gotowany 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* b/c 250 ml , | Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ<sub>+</sub></u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <u>SOJ<sub>+</sub></u> ), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g , |
| II Śniadanie: Surówka z marchwi i jabłka b/c () 150 g ( <u>MLE<sub>+</sub></u> ),                                                                                                                                                                                                                                                      | Podwieczorek: Koktajl z jagód * b/c 200 g ( <u>MLE<sub>+</sub></u> ),                                                                                                                                                                                                                  | Posiłek nocny: Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE<sub>+</sub></u> ),                                                                                                                                                                                           |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2184.25 kcal; Białko ogółem: 122.01 g; Tłuszcz: 65.49 g; Kw. tł. nasy.: 19.4 g; Węglowodany ogółem: 297.32 g; W tym cukry: 68.44 g; Błonnik pok.: 40.24 g; Sól: 7.88 g; WW: 25.82 Por; : 22.34 %; : 54.45 %; Ener. z T: 26.98 %; Ener. z Bł.: 3.68 %; K: 5833.58 mg;