

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2025-02-10		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT₁</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 50 g (<u>GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE₁</u>), Ogórek kiszony 100 g ,	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL₁</u>), Naleśniki z serem 200 g (<u>GLUPSZ, JAJ, MLE₁</u>), Polewka truskawkowa 150 g (<u>MLE₁</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml , Banan 120 g ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT₁</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Ser żółty 50 g (<u>MLE₁</u>), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,
II Śniadanie: Budyń o smaku waniliowym/p b/c 200 ml (<u>MLE₁</u>),		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLUPSZ, JAJ, MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2499.77 kcal; Białko ogółem: 97.72 g; Tłuszcz: 62.22 g; Kw. tł. nasy.: 23.05 g; Węglowodany ogółem: 400.09 g; W tym cukry: 125.95 g; Błonnik pok.: 24.2 g; Sól: 8.32 g; WW: 37.67 Por; : 15.64 %; : 64.02 %; Ener. z T: 22.4 %; Ener. z Bł.: 1.94 %; K: 3771.61 mg;

poniedziałek 2025-02-10		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatkiem mięsa wp 50 g (<u>SOJ, MLE₁</u>), Warzywa pieczone 100 g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL₁</u>), Ryż na sypko 200 g , Sos jogurtowo-truskawkowy* 150 g (<u>MLE₁</u>), Banan 120 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 120 g (<u>MLE₁</u>), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,
II Śniadanie: Budyń o smaku waniliowym/p b/c 200 ml (<u>MLE₁</u>),		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLUPSZ, JAJ, MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2279.54 kcal; Białko ogółem: 87.77 g; Tłuszcz: 42.42 g; Kw. tł. nasy.: 7.15 g; Węglowodany ogółem: 396.58 g; W tym cukry: 91.17 g; Błonnik pok.: 18.73 g; Sól: 4.99 g; WW: 37.85 Por; : 15.4 %; : 69.59 %; Ener. z T: 16.75 %; Ener. z Bł.: 1.64 %; K: 3956.13 mg;

poniedziałek 2025-02-10		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (<u>MLE₁, GLU JĘCZ₁</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatkiem mięsa wp 50 g (<u>SOJ, MLE₁</u>), Ogórek kiszony 100 g ,	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL₁</u>), Ryż na sypko (brązowy) 200 g , Sos jogurtowo truskawkowy*b/c 150 g (<u>MLE₁</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml , Banan 120 g ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Ser żółty 50 g (<u>MLE₁</u>), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,
II Śniadanie: Budyń o smaku waniliowym/p b/c 200 ml (<u>MLE₁</u>),	Podwieczorek: Chleb Graham 25 g (<u>GLUPSZ</u>), Hummus 30 g (<u>SEZ₁</u>), Pomidor 15 g ,	Posiłek nocny: Chleb Graham 30 g (<u>GLUPSZ</u>), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw ostrońce niejadalnej 25 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2217.11 kcal; Białko ogółem: 90.16 g; Tłuszcz: 55.98 g; Kw. tł. nasy.: 18.97 g; Węglowodany ogółem: 353.25 g; W tym cukry: 80.31 g; Błonnik pok.: 35.72 g; Sól: 9.85 g; WW: 31.81 Por; : 16.27 %; : 63.73 %; Ener. z T: 22.73 %; Ener. z Bł.: 3.22 %; K: 4213.67 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2025-02-11		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (MLE, GLU JĘCZ.), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g , Sałatka witaminowa 80 g (SEL.), Sałata lodowa 20 g ,	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Kotlet drobiowy panierowany 80 g (GLU PSZ, JAJ.), Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (SEL.), Marchew oprószana z olejem* 100 g (GLU PSZ.), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (SOJ.), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny z musem jabłkowym b/c 150 g (MLE.),		Posiłek nocny: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2125.51 kcal; Białko ogółem: 92.2 g; Tłuszcz: 60.72 g; Kw. tł. nasy.: 13.01 g; Węglowodany ogółem: 318.04 g; W tym cukry: 52.7 g; Błonnik pok.: 30.87 g; Sól: 8.83 g; WW: 28.76 Por; : 17.35 %; : 59.85 %; Ener. z T: 25.71 %; Ener. z Bł.: 2.9 %; K: 4115.35 mg;

wtorek 2025-02-11		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (MLE, GLU JĘCZ.), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g , Sałatka witaminowa 80 g (SEL.), Sałata lodowa 20 g ,	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Filet z kurczaka gotowany 80 g , Sos pietruszkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Marchew oprószana z olejem* 150 g (GLU PSZ.), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (SOJ.), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny z musem jabłkowym b/c 150 g (MLE.),		Posiłek nocny: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2024.4 kcal; Białko ogółem: 97.46 g; Tłuszcz: 47.51 g; Kw. tł. nasy.: 11.94 g; Węglowodany ogółem: 315.01 g; W tym cukry: 51.29 g; Błonnik pok.: 24.52 g; Sól: 8.21 g; WW: 29.11 Por; : 19.26 %; : 62.24 %; Ener. z T: 21.12 %; Ener. z Bł.: 2.42 %; K: 3986.66 mg;

wtorek 2025-02-11		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (MLE, GLU JĘCZ.), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g , Sałatka witaminowa 80 g (SEL.), Sałata lodowa 20 g ,	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Filet z kurczaka gotowany 80 g , Sos pietruszkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 150 g (SEL.), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (SOJ.), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny z musem jabłkowym b/c 150 g (MLE.),	Podwieczorek: Chleb Graham 25 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Ser żółty 30 g (MLE.), Sałata zielona 10 g ,	Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2108.36 kcal; Białko ogółem: 111.85 g; Tłuszcz: 63.52 g; Kw. tł. nasy.: 19.02 g; Węglowodany ogółem: 291.02 g; W tym cukry: 45.93 g; Błonnik pok.: 33.64 g; Sól: 11.97 g; WW: 25.76 Por; : 21.22 %; : 55.21 %; Ener. z T: 27.11 %; Ener. z Bł.: 3.19 %; K: 4487.13 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2025-02-12		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW.), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Serek homo. naturalny 80 g (MLE.), Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (SOJ.), Pomidor 90 g, Rukola 10 g,	Kapuśniak z kapusty kiszzonej (*) 400 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.), Kasza gryczana 200 g, Pieczeń rzymska drobiowa z indyka 100 g (GLU PSZ, JAJ.), Sos jarzynowy * 100 ml (GLU PSZ, SEL.), Surówka z marchwi i migdałów () b/c 150 g (MLE, ORZ.), Jabłko 1 szt 1 szt, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Pasta z twarogu i ryby got. (mintaj) z koperkiem 80 g (RYB, MLE.), Sałata zielona 20 g,
II Śniadanie: Sałatka jarzynowa - dieta (*) 100 g (MLE, SEL.),		Posiłek nocny: Przecier owocowy-jabłko 100g 1 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2352.19 kcal; Białko ogółem: 118.81 g; Tłuszcz: 55.18 g; Kw. tł. nasy.: 12.67 g; Węglowodany ogółem: 362.08 g; W tym cukry: 79.67 g; Błonnik pok.: 38.35 g; Sól: 7.37 g; WW: 32.33 Por; : 20.2 %; : 61.57 %; Ener. z T: 21.11 %; Ener. z Bł.: 3.26 %; K: 4740.88 mg;

środa 2025-02-12		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW.), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Serek homo. naturalny 80 g (MLE.), Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (SOJ.), Pomidor 90 g, Rukola 10 g,	Ziemniaczana * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.), Pieczeń rzymska drobiowa z indyka 100 g (GLU PSZ, JAJ.), Sos jarzynowy * 100 ml (GLU PSZ, SEL.), Cukinia gotowana z pomidorami* 150 g, Jabłko 1 szt 1 szt, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Pasta z twarogu i ryby got. (mintaj) z koperkiem 80 g (RYB, MLE.), Sałata zielona 20 g,
II Śniadanie: Sałatka jarzynowa - dieta (*) 100 g (MLE, SEL.),		Posiłek nocny: Przecier owocowy-jabłko 100g 1 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2296.26 kcal; Białko ogółem: 112.03 g; Tłuszcz: 41.85 g; Kw. tł. nasy.: 9.25 g; Węglowodany ogółem: 380.3 g; W tym cukry: 79.49 g; Błonnik pok.: 26.1 g; Sól: 6.05 g; WW: 35.44 Por; : 19.52 %; : 66.25 %; Ener. z T: 16.4 %; Ener. z Bł.: 2.27 %; K: 4521.56 mg;

środa 2025-02-12		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW.), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Serek homo. naturalny 80 g (MLE.), Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (SOJ.), Pomidor 90 g, Rukola 10 g,	Ziemniaczana * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Kasza gryczana 200 g, Pieczeń rzymska drobiowa z indyka 100 g (GLU PSZ, JAJ.), Sos jarzynowy * 100 ml (GLU PSZ, SEL.), Surówka z marchwi i migdałów b/c () 150 g (MLE, ORZ.), Jabłko 1 szt 1 szt, Kompot owocowy* b/c 250 ml,	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.), Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Pasta z twarogu i ryby got. (mintaj) z koperkiem 80 g (RYB, MLE.), Sałata zielona 20 g,
II Śniadanie: Sałatka jarzynowa - dieta (*) 100 g (MLE, SEL.),	Podwieczorek: Koktajl z czarnej porzeczki* b/c 150 ml (MLE.),	Posiłek nocny: Kanapka z twarogiem i pomidorem (chleb razowy 60g, masło 5g, twaróg 25g, pomidor 15g) 1 szt (GLU PSZ, MLE.),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2494.15 kcal; Białko ogółem: 136.26 g; Tłuszcz: 56.13 g; Kw. tł. nasy.: 15.88 g; Węglowodany ogółem: 382.39 g; W tym cukry: 68.96 g; Błonnik pok.: 45.43 g; Sól: 7.19 g; WW: 33.7 Por; : 21.85 %; : 61.33 %; Ener. z T: 20.26 %; Ener. z Bł.: 3.64 %; K: 5647.86 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2025-02-13		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
Kasza manna na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE,), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z fasoli 80 g , Sałatka z ogórka kons. i papryki konserwowej 100 g (GOR,),	Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese z łop wp* 350 g (GLU PSZ, MLE, SEL,), Surówka z selera i jabłka () 150 g (MLE, SEL,), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek 80 g (MLE,), Szyнка z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w ostłonce niejadanej 30 g (SOJ, SEL,), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE,),		Posiłek nocny: Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2l 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2450.06 kcal; Białko ogółem: 114.2 g; Tłuszcz: 61.87 g; Kw. tł. nasy.: 15.82 g; Węglowodany ogółem: 374.35 g; W tym cukry: 77.35 g; Błonnik pok.: 42.16 g; Sól: 6.97 g; WW: 33.33 Por; : 18.64 %; : 61.12 %; Ener. z T: 22.73 %; Ener. z Bł.: 3.44 %; K: 5099.72 mg;

czwartek 2025-02-13		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
Kasza manna na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE,), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatkiem mięsa wp 50 g (SOJ, MLE,), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,	Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Makaron z sosem bolognese z łop wp-dieta* 350 g (GLU PSZ, SEL,), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek 80 g (MLE,), Szyнка z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w ostłonce niejadanej 30 g (SOJ, SEL,), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g ,
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE,),		Posiłek nocny: Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2l 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2198.54 kcal; Białko ogółem: 104.2 g; Tłuszcz: 49.37 g; Kw. tł. nasy.: 11.19 g; Węglowodany ogółem: 340.25 g; W tym cukry: 64.83 g; Błonnik pok.: 15.94 g; Sól: 5.32 g; WW: 32.55 Por; : 18.96 %; : 61.9 %; Ener. z T: 20.21 %; Ener. z Bł.: 1.45 %; K: 3785.18 mg;

czwartek 2025-02-13		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (MLE, GLU JĘCZ,), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z fasoli 80 g , Sałatka z ogórka kons. i papryki konserwowej 100 g (GOR,),	Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese z łop wp* 350 g (GLU PSZ, MLE, SEL,), Surówka z selera i jabłka () 150 g (MLE, SEL,), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek 80 g (MLE,), Szyнка z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w ostłonce niejadanej 30 g (SOJ, SEL,), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE,),	Podwieczorek: Jabłko 150 g , Orzechy włoskie łuskane 20 g (ORZ,),	Posiłek nocny: Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2l 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2655.42 kcal; Białko ogółem: 120.22 g; Tłuszcz: 75.16 g; Kw. tł. nasy.: 17.45 g; Węglowodany ogółem: 394.63 g; W tym cukry: 87.83 g; Błonnik pok.: 50.94 g; Sól: 7.57 g; WW: 34.52 Por; : 18.11 %; : 59.45 %; Ener. z T: 25.47 %; Ener. z Bł.: 3.84 %; K: 5554.79 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2025-02-14		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE,), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (MLE,), Powidła śliwkowe 25 g , Jabłko 150 g ,	Krupnik jęczmienny* 400 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ,), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba smażona (Morszczuk) 90 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,), Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g , Warzywa po grecku* 100 g (GLU PSZ, SEL,), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,), Pasta warzywna* 80 g (SEL,), Ogórek kiszony 80 g , Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 200 ml ,		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2316.63 kcal; Białko ogółem: 94.61 g; Tłuszcz: 64.99 g; Kw. tł. nasy.: 13.29 g; Węglowodany ogółem: 353.32 g; W tym cukry: 83.61 g; Błonnik pok.: 34.66 g; Sól: 8.86 g; WW: 31.86 Por; : 16.34 %; : 61.01 %; Ener. z T: 25.25 %; Ener. z Bł.: 2.99 %; K: 4559.17 mg;

piątek 2025-02-14		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE,), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (MLE,), Dżem 25 g 1 szt , Jabłko pieczone 150 g ,	Krupnik jęczmienny* 400 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ,), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba pieczona (Morszczuk) 80 g (RYB,), Warzywa po grecku* 150 g (GLU PSZ, SEL,), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,), Pasta warzywna* 80 g (SEL,), Sałatka z pomidorów z jogurtem natur i natką pietr 100 g (MLE,),
II Śniadanie: Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 200 ml ,		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2182.38 kcal; Białko ogółem: 94.46 g; Tłuszcz: 51.02 g; Kw. tł. nasy.: 12.15 g; Węglowodany ogółem: 349.8 g; W tym cukry: 87.97 g; Błonnik pok.: 27.51 g; Sól: 5.98 g; WW: 32.32 Por; : 17.31 %; : 64.11 %; Ener. z T: 21.04 %; Ener. z Bł.: 2.52 %; K: 4555.24 mg;

piątek 2025-02-14		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Makaron pełnoziarnisty na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE,), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (MLE,), Papryka konserwowa 50 g , Jabłko 150 g ,	Krupnik jęczmienny* 400 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ,), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba pieczona (Morszczuk) 80 g (RYB,), Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 100 g , Warzywa po grecku * (bez cukru) 100 g (GLU PSZ, SEL,), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,), Pasta warzywna* 80 g (SEL,), Ogórek kiszony 80 g , Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 200 ml ,	Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE,),	Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2043.07 kcal; Białko ogółem: 99.11 g; Tłuszcz: 52.71 g; Kw. tł. nasy.: 10.05 g; Węglowodany ogółem: 310.88 g; W tym cukry: 69.39 g; Błonnik pok.: 38.87 g; Sól: 8.87 g; WW: 27.17 Por; : 19.4 %; : 60.87 %; Ener. z T: 23.22 %; Ener. z Bł.: 3.8 %; K: 5136.45 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2025-02-15		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW.), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (GLUPSZ.), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLUPSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Parówki cieszynki- węd. wp. homog. wędz. parz 80 g (SOJ, SEL.), Ketchup saszetka 20g 1 szt , Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g ,	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.), Ryż na sypko (brązowy) 200 g , Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g (SEL.), Surówka z marchwi i jabłka b/c () 150 g (MLE.), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (GLUPSZ.), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową 150 g (GLUPSZ, SOJ, GOR.), Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Kanapka z jajkiem i sałatą (chleb razowy 40g, masło 5g, jajko 25g, sałata 5g) 1 szt (GLUPSZ, JAJ, MLE.),		Posiłek nocny: Kanapka z serkiem naturalnym i pomidorem (chleb graham 60g, masło 5g, serek śniadaniowy 25g, pomidor 15g) 1 szt (GLUPSZ, MLE.),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2688.92 kcal; Białko ogółem: 97.34 g; Tłuszcz: 96.27 g; Kw. tł. nasy.: 23.62 g; Węglowodany ogółem: 378.38 g; W tym cukry: 46.9 g; Błonnik pok.: 42.58 g; Sól: 9.43 g; WW: 33.62 Por; : 14.48 %; : 56.29 %; Ener. z T: 32.22 %; Ener. z Bł.: 3.17 %; K: 3910.51 mg;

sobota 2025-02-15		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW.), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLUPSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka luksusowa-wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 50 g (GLUPSZ, SOJ.), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g ,	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.), Ryż na sypko 200 g , Potrawka drobiowa z warzywami * 180 g (GLUPSZ, SEL.), Buraczki oprószane () 150 g (GLUPSZ.), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową-dieta* 150 g (GLUPSZ, SOJ, SEL.), Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Biskopki 30 g (GLUPSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.),		Posiłek nocny: Kanapka z serkiem naturalnym i pomidorem (bułka pszenna 45g, masło 5g, serek śniadaniowy 25g, pomidor 15g) 1 szt (GLUPSZ, MLE.),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2264.57 kcal; Białko ogółem: 88.39 g; Tłuszcz: 49.58 g; Kw. tł. nasy.: 11.43 g; Węglowodany ogółem: 385.76 g; W tym cukry: 57.88 g; Błonnik pok.: 24.89 g; Sól: 6.43 g; WW: 36.07 Por; : 15.61 %; : 68.14 %; Ener. z T: 19.7 %; Ener. z Bł.: 2.2 %; K: 3551.49 mg;

sobota 2025-02-15		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW.), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (GLUPSZ.), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLUPSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka luksusowa-wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 50 g (GLUPSZ, SOJ.), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g ,	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.), Ryż na sypko (brązowy) 200 g , Potrawka drobiowa z warzywami * 180 g (GLUPSZ, SEL.), Surówka z marchwi i jabłka b/c () 150 g (MLE.), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (GLUPSZ.), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową 150 g (GLUPSZ, SOJ, GOR.), Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Kanapka z jajkiem i sałatą (chleb razowy 40g, masło 5g, jajko 25g, sałata 5g) 1 szt (GLUPSZ, JAJ, MLE.),	Podwieczorek: Serek homo. naturalny 150 g (MLE.), Mus z truskawek* b/c 50 g ,	Posiłek nocny: Kanapka z serkiem naturalnym i pomidorem (chleb graham 60g, masło 5g, serek śniadaniowy 25g, pomidor 15g) 1 szt (GLUPSZ, MLE.),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2572.87 kcal; Białko ogółem: 115.08 g; Tłuszcz: 76.13 g; Kw. tł. nasy.: 17.2 g; Węglowodany ogółem: 375.45 g; W tym cukry: 42.27 g; Błonnik pok.: 44.87 g; Sól: 8.08 g; WW: 33.07 Por; : 17.89 %; : 58.37 %; Ener. z T: 26.63 %; Ener. z Bł.: 3.49 %; K: 4012.58 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2025-02-16		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
Kasza jęczmienna na mleku/p 200 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU JĘCZ.</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 , Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g , Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,	Pomidorowa z zacierką* 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Kotlet schabowy 100 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>JAJ.</u>), Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (<u>SEL.</u>), Fasolka szparagowa z wody* 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kakao/p z/c 250 ml (<u>MLE.</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>), Szynekowa Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w ostonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ.</u>), Banan 120 g ,
II Śniadanie: Maślanka 150 ml (<u>MLE.</u>),		Posiłek nocny: Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2124.3 kcal; Białko ogółem: 103.87 g; Tłuszcz: 52.81 g; Kw. tł. nasy.: 11.47 g; Węglowodany ogółem: 320.02 g; W tym cukry: 77.9 g; Błonnik pok.: 27.42 g; Sól: 8.31 g; WW: 29.44 Por; : 19.56 %; : 60.26 %; Ener. z T: 22.37 %; Ener. z Bł.: 2.58 %; K: 4828.23 mg;

niedziela 2025-02-16		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
Kasza jęczmienna na mleku/p 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU JĘCZ.</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g , Cukinia pieczona z olejem * 100 g ,	Pomidorowa z zacierką* 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Schab pieczony w rękawie 100 g , Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL.</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (<u>SEL.</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kakao/p z/c 250 ml (<u>MLE.</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>), Szynekowa Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w ostonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ.</u>), Banan 120 g ,
II Śniadanie: Maślanka 150 ml (<u>MLE.</u>),		Posiłek nocny: Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2135.67 kcal; Białko ogółem: 115.08 g; Tłuszcz: 48.64 g; Kw. tł. nasy.: 11.61 g; Węglowodany ogółem: 319.28 g; W tym cukry: 82.49 g; Błonnik pok.: 21.11 g; Sól: 7.29 g; WW: 29.84 Por; : 21.55 %; : 59.8 %; Ener. z T: 20.5 %; Ener. z Bł.: 1.98 %; K: 5054.45 mg;

niedziela 2025-02-16		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kasza jęczmienna na mleku/p 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU JĘCZ.</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g , Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,	Pomidorowa z zacierką* 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Schab pieczony w rękawie 100 g , Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL.</u>), Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (<u>SEL.</u>), Fasolka szparagowa z wody* 100 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Kakao/p b/c 250 ml (<u>MLE.</u>), Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>), Szynekowa Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w ostonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ.</u>), Banan 120 g ,
II Śniadanie: Maślanka 150 ml (<u>MLE.</u>),	Podwieczorek: Chleb Graham 25 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 0.50 szt , Szynekowa Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 25 g (<u>SOJ.</u>), Pomidor 15 g ,	Posiłek nocny: Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>), Hummus 50 g (<u>SEZ.</u>), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2227.5 kcal; Białko ogółem: 123.78 g; Tłuszcz: 54.58 g; Kw. tł. nasy.: 11.39 g; Węglowodany ogółem: 324.84 g; W tym cukry: 67.3 g; Błonnik pok.: 32.64 g; Sól: 9.88 g; WW: 29.45 Por; : 22.23 %; : 58.33 %; Ener. z T: 22.05 %; Ener. z Bł.: 2.93 %; K: 5280.83 mg;