

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2025-08-18 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 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 , Polędwica Sopocka 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 , Sałata zielona 20 g , Pasztet rybno- warzywny (morszczuk) 30 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u>), Pomidor 80 g ,
		Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2076.47 kcal; Białko ogółem: 84.27 g; Tłuszcz: 53.89 g; Kw. tł. nasy.: 12.19 g; Węglowodany ogółem: 331.35 g; W tym cukry: 70.1 g; Błonnik pok.: 37.7 g; Sól: 7.93 g; WW: 29.42 Por; : 16.23 %; : 63.83 %; Ener. z T: 23.36 %; Ener. z Bł.: 3.63 %; K: 4418.39 mg;

poniedziałek 2025-08-18 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 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 , Polędwica Sopocka 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 , Pomidor 80 g , Pasztet rybno- warzywny (morszczuk) 30 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u>),
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;

poniedziałek 2025-08-18 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU JĘCZ</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 Sopocka 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 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 , Pomidor 80 g , Pasztet rybno- warzywny (morszczuk) 30 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u>),
		Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2144.47 kcal; Białko ogółem: 87.17 g; Tłuszcz: 53.99 g; Kw. tł. nasy.: 12.13 g; Węglowodany ogółem: 342.95 g; W tym cukry: 72.2 g; Błonnik pok.: 32.3 g; Sól: 7.03 g; WW: 31.12 Por; : 16.26 %; : 63.97 %; Ener. z T: 22.66 %; Ener. z Bł.: 3.01 %; K: 4427.39 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2025-08-19 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</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</u>),	Pieczarkowa z ziemniakami* () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ</u>), Szyнка wieprzowa pieczona 80 g , Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 100 g , Dynia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyнка wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 30 g (<u>SOJ</u>), Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>), Pomidor 100 g ,
		Posiłek nocny: Jabłko 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1997.31 kcal; Białko ogółem: 102.09 g; Tłuszcz: 44.7 g; Kw. tł. nasy.: 11.15 g; Węglowodany ogółem: 303.44 g; W tym cukry: 56.52 g; Błonnik pok.: 30.69 g; Sól: 6.59 g; WW: 27.3 Por; : 20.45 %; : 60.77 %; Ener. z T: 20.14 %; Ener. z Bł.: 3.07 %; K: 3955.64 mg;

wtorek 2025-08-19 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyнка z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona 20 g , Ogórek świeży 80 g ,	Pieczarkowa z ziemniakami* () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ</u>), Szyнка wieprzowa gotowana 100 g , Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ</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</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyнка wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 30 g (<u>SOJ</u>), Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>), Pomidor 100 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Warzywa pieczone 100 g , Dip ziołowy 10 g (<u>MLE</u>),	Posiłek nocny: Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Sałata zielona 5 g , Twaróg półtłusty 25 g (<u>MLE</u>), Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ</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;

wtorek 2025-08-19 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyнка z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,	Solferino* () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>), Szyнка wieprzowa gotowana 100 g , Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ</u>), Dynia duszona z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyнка wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 30 g (<u>SOJ</u>), Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>), Pomidor b/skórki 100 g ,
		Posiłek nocny: Jabłko pieczone 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2038.25 kcal; Białko ogółem: 103.84 g; Tłuszcz: 38.82 g; Kw. tł. nasy.: 10.06 g; Węglowodany ogółem: 325.91 g; W tym cukry: 59.4 g; Błonnik pok.: 22.08 g; Sól: 6.45 g; WW: 30.43 Por; : 20.38 %; : 63.96 %; Ener. z T: 17.14 %; Ener. z Bł.: 2.17 %; K: 3980.74 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2025-08-20 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU OW.</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 , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (<u>MLE.</u>), Szynka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 30 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ.</u>), Brzoskwinia 1 szt 1 szt , Sałata zielona 20 g ,	Zupa z soczewicy i ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ.</u>), Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL.</u>), Mizeria 100 g (<u>MLE.</u>), Buraczki oprószane () b/c 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	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 , Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (<u>SOJ</u> , <u>SEL.</u>), Pomidor 90 g , Rukola 10 g ,
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1984.11 kcal; Białko ogółem: 91.8 g; Tłuszcz: 39.82 g; Kw. tł. nasy.: 8.98 g; Węglowodany ogółem: 332.42 g; W tym cukry: 55.73 g; Błonnik pok.: 33.88 g; Sól: 8.31 g; WW: 29.93 Por; : 18.51 %; : 67.02 %; Ener. z T: 18.06 %; Ener. z Bł.: 3.42 %; K: 5630.96 mg;

środa 2025-08-20 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU OW.</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (<u>MLE.</u>), Szynka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 30 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ.</u>), Brzoskwinia 1 szt 1 szt , Sałata zielona 20 g ,	Zupa z soczewicy i ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ.</u>), Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL.</u>), Mizeria 150 g (<u>MLE.</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (<u>SOJ</u> , <u>SEL.</u>), Pomidor 90 g , Rukola 10 g ,
II Śniadanie: Budyń o smaku śmietankowym z chipsami kokosowymi b/c 200 ml (<u>MLE</u> , <u>SO2.</u>),	Podwieczorek: Sałatka witaminowa 100 g (<u>SEL.</u>),	Posiłek nocny: Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ.</u>), Sałata zielona 5 g , Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Jajko gotowane kl M 0.50 szt (<u>JAJ.</u>),

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;

środa 2025-08-20 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU OW.</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (<u>MLE.</u>), Szynka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 30 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ.</u>), Brzoskwinia 1 szt 1 szt , Sałata zielona 20 g ,	Grycikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ.</u>), Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL.</u>), Buraczki oprószane () 150 g (<u>GLU PSZ.</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (<u>SOJ</u> , <u>SEL.</u>), Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1834.24 kcal; Białko ogółem: 84.09 g; Tłuszcz: 32.24 g; Kw. tł. nasy.: 7.48 g; Węglowodany ogółem: 314.8 g; W tym cukry: 59.06 g; Błonnik pok.: 23.81 g; Sól: 7.34 g; WW: 29.17 Por; : 18.34 %; : 68.65 %; Ener. z T: 15.82 %; Ener. z Bł.: 2.6 %; K: 4602.6 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2025-08-21 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 80 g (<u>MLE,</u>), Ogórek świeży 90 g , Roszponka 10 g ,	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u>), Leczo z drobiem-dieta * 300 g , Ryż na sypko 200 g , Sałata zielona z jogurtem 70 g (<u>MLE,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Tyrolska kiełbasa wieprzowa drobno rozdrobniona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>), Sałatka jarzynowa z olejem* 150 g (<u>SEL,</u>), Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2202.99 kcal; Białko ogółem: 88.29 g; Tłuszcz: 55.52 g; Kw. tł. nasy.: 10.45 g; Węglowodany ogółem: 340.77 g; W tym cukry: 44.56 g; Błonnik pok.: 25.19 g; Sól: 5.71 g; WW: 31.65 Por; : 16.03 %; : 61.87 %; Ener. z T: 22.68 %; Ener. z Bł.: 2.29 %; K: 3626.18 mg;

czwartek 2025-08-21 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Makaron pełnoziarnisty na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (<u>MLE,</u>), Ogórek świeży 90 g , Roszponka 10 g ,	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u>), Ryż na sypko (brązowy) 200 g , Leczo z drobiem-dieta * 300 g , Sałata zielona z jogurtem 70 g (<u>MLE,</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Tyrolska kiełbasa wieprzowa drobno rozdrobniona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>), Sałatka jarzynowa z olejem* 150 g (<u>SEL,</u>), Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 25 g (<u>SOJ,</u>), Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ,</u>), Sałata zielona 5 g , Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: Koktajl z jagód * b/c 250 g (<u>MLE,</u>),	Posiłek nocny: Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>), Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ,</u>), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 25 g (<u>SOJ,</u>), Pomidor 15 g ,

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;

czwartek 2025-08-21 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (<u>MLE,</u>), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ryż na sypko 200 g , Leczo z drobiem-dieta * 300 g , Sałata zielona z jogurtem 70 g (<u>MLE,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Tyrolska kiełbasa wieprzowa drobno rozdrobniona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>), Sałatka jarzynowa z olejem* 150 g (<u>SEL,</u>), Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2262.31 kcal; Białko ogółem: 88.53 g; Tłuszcz: 55.46 g; Kw. tł. nasy.: 9.7 g; Węglowodany ogółem: 354.19 g; W tym cukry: 45.71 g; Błonnik pok.: 21.36 g; Sól: 5.44 g; WW: 33.42 Por; : 15.65 %; : 62.63 %; Ener. z T: 22.06 %; Ener. z Bł.: 1.89 %; K: 3641.39 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2025-08-22 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Kasza manna na mleku/p 400 ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>MLE</u>), Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JĘCZ</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), Dżem 25 g 1 szt , Arbuz 100 g ,	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem* 400 ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba smażona (Morszczuk) 90 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u>), Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () b/c 100 g , Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLUPSZ</u>), Kompot owocowy* z/c 250	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g ,
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2224.89 kcal; Białko ogółem: 102.14 g; Tłuszcz: 66.9 g; Kw. tł. nasy.: 18.97 g; Węglowodany ogółem: 319.38 g; W tym cukry: 73.49 g; Błonnik pok.: 27.8 g; Sól: 7.85 g; WW: 29.25 Por; : 18.36 %; : 57.42 %; Ener. z T: 27.06 %; Ener. z Bł.: 2.5 %; K: 5008.56 mg;

piątek 2025-08-22 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU JĘCZ</u>), Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JĘCZ</u>), Chleb Graham 100 g (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE</u>), Arbuz 100 g , Sałata zielona 20 g ,	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem pełnoziarnistym* 400 ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba gotowana (Morszczuk) 80 g (<u>RYB</u>), Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () b/c 100 g , Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLUPSZ</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g ,
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Sałata zielona 5 g , Ser żółty 25 g (<u>MLE</u>), Chleb Graham 60 g (<u>GLUPSZ</u>),	Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2198.66 kcal; Białko ogółem: 120.34 g; Tłuszcz: 57.45 g; Kw. tł. nasy.: 18.12 g; Węglowodany ogółem: 318.14 g; W tym cukry: 63.92 g; Błonnik pok.: 35.17 g; Sól: 7.73 g; WW: 28.44 Por; : 21.89 %; : 57.88 %; Ener. z T: 23.51 %; Ener. z Bł.: 3.2 %; K: 5708.03 mg;

piątek 2025-08-22 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Kasza manna na mleku/p 400 ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>MLE</u>), Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JĘCZ</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>), Dżem 25 g 1 szt , Arbuz 100 g ,	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem* 400 ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba gotowana (Morszczuk) 80 g (<u>RYB</u>), Szpinak gotowany z olejem* 150 g (<u>GLUPSZ</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g ,
		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1945.59 kcal; Białko ogółem: 97.57 g; Tłuszcz: 39.75 g; Kw. tł. nasy.: 9.28 g; Węglowodany ogółem: 309.58 g; W tym cukry: 66.05 g; Błonnik pok.: 16.41 g; Sól: 7.06 g; WW: 29.38 Por; : 20.06 %; : 63.65 %; Ener. z T: 18.39 %; Ener. z Bł.: 1.69 %; K: 4142.2 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2025-08-23 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Ryż na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Parówki cieszyński- węd. wp. homog. wędz. parz 80 g (<u>SOJ, SEL</u>), Musztarda 10 g (<u>GOR</u>), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i olejem* 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>), Wątróbka wieprzowa duszona w sosie własnym 180 g (<u>GLU PSZ</u>), Surówka wielowarzywna z olejem b/c 100 g (<u>SEL</u>), Kalafior 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</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u>), Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u>), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
		Posiłek nocny: Banan 120 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2403.39 kcal; Białko ogółem: 107.02 g; Tłuszcz: 74.57 g; Kw. tł. nasy.: 15.58 g; Węglowodany ogółem: 342.2 g; W tym cukry: 63 g; Błonnik pok.: 34.94 g; Sól: 8.78 g; WW: 30.88 Por; : 17.81 %; : 56.95 %; Ener. z T: 27.92 %; Ener. z Bł.: 2.91 %; K: 4135.9 mg;

sobota 2025-08-23 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Ryż pełnoziarnisty na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka Familijna wieprzowa, z dodatkiem wody i białka wp z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, MLE</u>), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i olejem* 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>), Gulasz wieprzowy- dieta 180 g (<u>GLU PSZ</u>), Surówka wielowarzywna z olejem b/c 100 g (<u>SEL</u>), Kalafior gotowany* 100 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u>), Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u>), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml ,	Podwieczorek: Chleb Graham 25 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 0.50 szt , Twarożek 30 g (<u>MLE</u>), Pomidor 15 g ,	Posiłek nocny: 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;

sobota 2025-08-23 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Ryż na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka Familijna wieprzowa, z dodatkiem wody i białka wp z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, MLE</u>), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i olejem* 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>MLE, SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>), Gulasz wieprzowy- dieta 180 g (<u>GLU PSZ</u>), Buraczki gotowane () 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u>), Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g ,
		Posiłek nocny: Banan 120 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2122.85 kcal; Białko ogółem: 98.06 g; Tłuszcz: 46.82 g; Kw. tł. nasy.: 10.48 g; Węglowodany ogółem: 340.2 g; W tym cukry: 73.13 g; Błonnik pok.: 28.48 g; Sól: 7.18 g; WW: 31.25 Por; : 18.48 %; : 64.1 %; Ener. z T: 19.85 %; Ener. z Bł.: 2.68 %; K: 4423.58 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2025-08-24 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (<u>MLE</u>), Papryka świeża 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SEL</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</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ</u>), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g ,
		Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2018.22 kcal; Białko ogółem: 105.08 g; Tłuszcz: 57.86 g; Kw. tł. nasy.: 14.93 g; Węglowodany ogółem: 285.71 g; W tym cukry: 57.17 g; Błonnik pok.: 28.63 g; Sól: 7.44 g; WW: 25.81 Por; : 20.83 %; : 56.63 %; Ener. z T: 25.8 %; Ener. z Bł.: 2.84 %; K: 4420.96 mg;

niedziela 2025-08-24 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (<u>MLE</u>), Papryka świeża 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Rosół z makaronem pełnoziarnistym * 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SEL</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</u> <u>PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ</u>), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g ,
II Śniadanie: Surówka z marchwi i jabłka b/c () 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Koktajl z jagód * b/c 200 g (<u>MLE</u>),	Posiłek nocny: Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE</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;

niedziela 2025-08-24 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (<u>MLE</u>), Sałata zielona 20 g , Jabłko pieczone 150 g ,	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SEL</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</u> <u>PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ</u>), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g ,
		Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2062.52 kcal; Białko ogółem: 106.78 g; Tłuszcz: 53.02 g; Kw. tł. nasy.: 14.47 g; Węglowodany ogółem: 303.13 g; W tym cukry: 65.83 g; Błonnik pok.: 22.64 g; Sól: 6.54 g; WW: 28.06 Por; : 20.71 %; : 58.79 %; Ener. z T: 23.14 %; Ener. z Bł.: 2.2 %; K: 4281.75 mg;