

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2025-04-07		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
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>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE</u>), Ogórek kiszony 100 g,	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Naleśniki z serem 200 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Polewka truskawkowa 150 g (<u>MLE</u>), Banan 120 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, Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), Pomidor 90 g, Roszponka 10 g,
		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2353.97 kcal; Białko ogółem: 90.66 g; Tłuszcz: 61.94 g; Kw. tł. nasy.: 22.88 g; Węglowodany ogółem: 370.78 g; W tym cukry: 107.21 g; Błonnik pok.: 24.16 g; Sól: 8.08 g; WW: 34.75 Por; : 15.4 %; : 63.01 %; Ener. z T: 23.68 %; Ener. z Bł.: 2.05 %; K: 3395.01 mg;

poniedziałek 2025-04-07		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU JE CZ</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatkiem mięsa wp 50 g (<u>SOJ, MLE</u>), Ogórek kiszony 100 g,	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ryż na sypko (brązowy) 200 g, Sos jogurtowo truskawkowy* b/c 100 g (<u>MLE</u>), Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE</u>), Jabłko 1 szt 1 szt, 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, Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), Pomidor 90 g, Roszponka 10 g,
II Śniadanie: Budyń o smaku waniliowym/p b/c 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Chleb Graham 25 g (<u>GLU PSZ</u>), Hummus 30 g (<u>SEZ</u>), Pomidor 15 g,	Posiłek nocny: Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 25 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona 10 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2279.76 kcal; Białko ogółem: 106.29 g; Tłuszcz: 59.96 g; Kw. tł. nasy.: 21.27 g; Węglowodany ogółem: 343.59 g; W tym cukry: 72.68 g; Błonnik pok.: 36.41 g; Sól: 9.84 g; WW: 30.77 Por; : 18.65 %; : 60.29 %; Ener. z T: 23.67 %; Ener. z Bł.: 3.19 %; K: 3963.72 mg;

poniedziałek 2025-04-07		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<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, Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatkiem mięsa wp 50 g (<u>SOJ, MLE</u>), Warzywa pieczone 100 g,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ryż na sypko 200 g, Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE</u>), Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE</u>), Banan 120 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 80 g (<u>MLE</u>), Pomidor 90 g, Roszponka 10 g,
		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2197.4 kcal; Białko ogółem: 91.83 g; Tłuszcz: 44.88 g; Kw. tł. nasy.: 9.34 g; Węglowodany ogółem: 365.46 g; W tym cukry: 72.29 g; Błonnik pok.: 18.42 g; Sól: 4.72 g; WW: 34.81 Por; : 16.72 %; : 66.53 %; Ener. z T: 18.38 %; Ener. z Bł.: 1.68 %; K: 3602.56 mg;

poniedziałek 2025-04-07		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<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, Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatkiem mięsa wp 50 g (<u>SOJ, MLE</u>), Warzywa pieczone 100 g,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ryż na sypko 200 g, Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE</u>), Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE</u>), Banan 120 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 80 g (<u>MLE</u>), Pomidor b/skórki 90 g, Roszponka 10 g,
		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2196.67 kcal; Białko ogółem: 91.81 g; Tłuszcz: 44.88 g; Kw. tł. nasy.: 9.34 g; Węglowodany ogółem: 365.3 g; W tym cukry: 72.17 g; Błonnik pok.: 18.38 g; Sól: 4.7 g; WW: 34.8 Por; : 16.72 %; : 66.52 %; Ener. z T: 18.39 %; Ener. z Bł.: 1.67 %; K: 3591.69 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-04-07 Jadłospis dla diety: PUŁ- GL Bezglutenowa		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (MLE), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Twaróg półtłusty 80 g (MLE), Warzywa pieczone 100 g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu) (*) 400 ml (MLE, SEL), Ryż na sypko 200 g , Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (MLE), Twaróg półtłusty 100 g (MLE), Banan 120 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Serek homo. naturalny 80 g (MLE), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,
		Posiłek nocny: Chleb bezglutenowy 30 g (SEZ, może zawierać: ORZ), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 25 g (SOJ), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2148.31 kcal; Białko ogółem: 82.28 g; Tłuszcz: 54.9 g; Kw. tł. nasy.: 11.46 g; Węglowodany ogółem: 335.38 g; W tym cukry: 72.57 g; Błonnik pok.: 14.94 g; Sól: 2.07 g; WW: 32.16 Por; : 15.32 %; : 62.44 %; Ener. z T: 23 %; Ener. z Bł.: 1.39 %; K: 3486.13 mg;

poniedziałek 2025-04-07 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szyńka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (SOJ), Warzywa pieczone 100 g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml (GLU PSZ, SEL), Ryż na sypko 200 g , Klopsik drobiowy z udźca 80 g (GLU PSZ, JAJ), Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL), Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 150 g , Banan 120 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szyńka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (SOJ), Pomidor b/skórki 90 g , Roszponka 10 g ,
		Posiłek nocny: Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 25 g (SOJ), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2128.31 kcal; Białko ogółem: 71.68 g; Tłuszcz: 51.26 g; Kw. tł. nasy.: 8.58 g; Węglowodany ogółem: 359.18 g; W tym cukry: 55.13 g; Błonnik pok.: 27 g; Sól: 7.13 g; WW: 33.29 Por; : 13.47 %; : 67.51 %; Ener. z T: 21.68 %; Ener. z Bł.: 2.54 %; K: 3481.88 mg;

poniedziałek 2025-04-07 Jadłospis dla diety: PUŁ- WE Wegetariańska		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (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, Ser żółty 50 g (MLE), Ogórek kiszony 100 g ,	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Ryż na sypko (brązowy) 200 g , Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (MLE), Twaróg półtłusty 100 g (MLE), Kompot owocowy* z/c 250 ml , Banan 120 g ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,
		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2170.68 kcal; Białko ogółem: 98.98 g; Tłuszcz: 49.86 g; Kw. tł. nasy.: 20.27 g; Węglowodany ogółem: 341.74 g; W tym cukry: 71.92 g; Błonnik pok.: 28.38 g; Sól: 7.43 g; WW: 31.37 Por; : 18.24 %; : 62.97 %; Ener. z T: 20.67 %; Ener. z Bł.: 2.61 %; K: 3512.53 mg;

poniedziałek 2025-04-07 Jadłospis dla diety: PUŁ- Specjalna		
Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL), Bułka pszenna 50g 2 szt (GLU PSZ), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE), Twarożek 100 g (MLE), Roszponka 10 g ,	Koperkowa z makaronem (bez soli)* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Ryż na sypko 200 g , Kotlec z jaj-pieczony 80 g (GLU PSZ, JAJ), Kalafior gotowany* 100 g , Kisiel o smaku truskawkowym b/c 250 ml , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Bułka pszenna 50g 2 szt (GLU PSZ), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE), Pasta z twarogu z natką pietruszki 100 g (MLE), Sałata zielona 20 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,
		Posiłek nocny: Jabłko pieczone 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1943.35 kcal; Białko ogółem: 75.11 g; Tłuszcz: 51.44 g; Kw. tł. nasy.: 20.2 g; Węglowodany ogółem: 296.99 g; W tym cukry: 49.37 g; Błonnik pok.: 13.64 g; Sól: 1.32 g; WW: 28.35 Por; : 15.46 %; : 61.13 %; Ener. z T: 23.82 %; Ener. z Bł.: 1.4 %; K: 1237.18 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2025-04-08 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (MLE, GLU JEĆZ.), 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 , Szynekowa 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 oslonce niejadalnej 30 g (SOJ.), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2004.24 kcal; Białko ogółem: 85.69 g; Tłuszcz: 55.57 g; Kw. tł. nasy.: 10.83 g; Węglowodany ogółem: 305.46 g; W tym cukry: 43.65 g; Błonnik pok.: 29.87 g; Sól: 8.18 g; WW: 27.61 Por; : 17.1 %; : 60.96 %; Ener. z T: 24.95 %; Ener. z Bł.: 2.98 %; K: 3848.35 mg;

wtorek 2025-04-08 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (MLE, GLU JEĆZ.), 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 , Szynekowa 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 oslonce niejadalnej 30 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: 2072.08 kcal; Białko ogółem: 109.74 g; Tłuszcz: 60.56 g; Kw. tł. nasy.: 18.05 g; Węglowodany ogółem: 290.68 g; W tym cukry: 45.93 g; Błonnik pok.: 33.64 g; Sól: 11.48 g; WW: 25.72 Por; : 21.18 %; : 56.11 %; Ener. z T: 26.31 %; Ener. z Bł.: 3.25 %; K: 4487.13 mg;

wtorek 2025-04-08 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (MLE, GLU JEĆZ.), 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 , Szynekowa 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 oslonce niejadalnej 30 g (SOJ.), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1903.13 kcal; Białko ogółem: 90.95 g; Tłuszcz: 42.35 g; Kw. tł. nasy.: 9.76 g; Węglowodany ogółem: 302.42 g; W tym cukry: 42.24 g; Błonnik pok.: 23.52 g; Sól: 7.56 g; WW: 27.96 Por; : 19.12 %; : 63.56 %; Ener. z T: 20.03 %; Ener. z Bł.: 2.47 %; K: 3719.66 mg;

wtorek 2025-04-08 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (MLE, GLU JEĆZ.), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynekowa 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 , Twaróg półtłusty 50 g (MLE.), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw oslonce niejadalnej 30 g (SOJ.), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2026.63 kcal; Białko ogółem: 96.9 g; Tłuszcz: 40.4 g; Kw. tł. nasy.: 9.8 g; Węglowodany ogółem: 332.12 g; W tym cukry: 43.54 g; Błonnik pok.: 25.17 g; Sól: 8.2 g; WW: 30.81 Por; : 19.13 %; : 65.55 %; Ener. z T: 17.94 %; Ener. z Bł.: 2.48 %; K: 3776.16 mg;

wtorek 2025-04-08 Jadłospis dla diety: PUŁ- GL Bezglutenowa		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Platki kukurydziane na mleku/p 400 ml (MLE), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g , Sałatka witaminowa 80 g (SEL), Sałata lodowa 20 g ,	Jarzynowa z makaronem (bez glutenu)* 400 ml (MLE, SEL), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Filet z kurczaka gotowany 80 g , Sos pietruszkowy (bez glutenu)* 80 ml (MLE), Marchew gotowana z olejem* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1815.48 kcal; Białko ogółem: 72.69 g; Tłuszcz: 46.65 g; Kw. tł. nasy.: 8.68 g; Węglowodany ogółem: 283.19 g; W tym cukry: 42.89 g; Błonnik pok.: 19.65 g; Sól: 5.12 g; WW: 26.38 Por; : 16.02 %; : 62.4 %; Ener. z T: 23.13 %; Ener. z Bł.: 2.16 %; K: 3569.97 mg;

wtorek 2025-04-08 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
Platki jęczmienne na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL, GLU JEĆZ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g , Sałatka witaminowa 80 g (SEL), Sałata lodowa 20 g ,	Jarzynowa z zacierką*-dieta 400 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Filet z kurczaka gotowany 80 g , Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml (GLU PSZ), 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, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1744.32 kcal; Białko ogółem: 77.58 g; Tłuszcz: 39.62 g; Kw. tł. nasy.: 9.08 g; Węglowodany ogółem: 282.78 g; W tym cukry: 24.32 g; Błonnik pok.: 25.66 g; Sól: 7.29 g; WW: 25.75 Por; : 17.79 %; : 64.85 %; Ener. z T: 20.44 %; Ener. z Bł.: 2.94 %; K: 3181.13 mg;

wtorek 2025-04-08 Jadłospis dla diety: PUŁ- WE Wegetariańska		
Platki jęczmienna na mleku /p 400 ml (MLE, GLU JEĆZ), 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 , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (MLE), Sałatka witaminowa 80 g (SEL), Sałata lodowa 20 g ,	Jarzynowa z zacierką*-dieta 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Pierogi ze szpinakiem * 300 g (GLU PSZ, MLE), 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), Twaróg półtłusty 30 g (MLE), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1949.8 kcal; Białko ogółem: 83.2 g; Tłuszcz: 39.34 g; Kw. tł. nasy.: 8.34 g; Węglowodany ogółem: 319.56 g; W tym cukry: 35.14 g; Błonnik pok.: 25.69 g; Sól: 6.09 g; WW: 29.33 Por; : 17.07 %; : 65.56 %; Ener. z T: 18.16 %; Ener. z Bł.: 2.63 %; K: 1663.86 mg;

wtorek 2025-04-08 Jadłospis dla diety: PUŁ- Specjalna		
Ryż na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE), Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL), Ryż na sypko 200 g , Filet z kurczaka gotowany 80 g , Marchew gotowana* 100 g , Kisiel o smaku cytrynowym b/c 250 ml , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml ,	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE), Twaróg półtłusty 100 g (MLE), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,
		Posiłek nocny: Bułka pszenna 50g 2 szt (GLU PSZ), Masło extra 82% 5 g (MLE), Szynek z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ, SEL), Rukola 10 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2123.21 kcal; Białko ogółem: 92.98 g; Tłuszcz: 45.83 g; Kw. tł. nasy.: 24.1 g; Węglowodany ogółem: 340.9 g; W tym cukry: 51.49 g; Błonnik pok.: 14.99 g; Sól: 5.14 g; WW: 32.69 Por; : 17.52 %; : 64.22 %; Ener. z T: 19.43 %; Ener. z Bł.: 1.41 %; K: 1527.6 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2025-04-09		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 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 50 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 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 JECZ), 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 makreli wędzonej** 80 g (RYB, MLE), Sałata zielona 20 g,
		Posiłek nocny: Przecier owocowy-jabłko 100g 1 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2279.85 kcal; Białko ogółem: 107.53 g; Tłuszcz: 59.72 g; Kw. tł. nasy.: 13.39 g; Węglowodany ogółem: 343.78 g; W tym cukry: 76.96 g; Błonnik pok.: 35.5 g; Sól: 7.47 g; WW: 30.8 Por; : 18.87 %; : 60.32 %; Ener. z T: 23.58 %; Ener. z Bł.: 3.11 %; K: 4183.11 mg;

środa 2025-04-09		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 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 50 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 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 JECZ), Chleb Graham 100 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Pasta z twarogu i makreli wędzonej** 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 twaróżkiem i pomidorem (chleb razowy 60g, masło 5g, twarózek 25g, pomidor 15g) 1 szt (GLU PSZ, MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2500.41 kcal; Białko ogółem: 127.42 g; Tłuszcz: 61.23 g; Kw. tł. nasy.: 16.86 g; Węglowodany ogółem: 381.52 g; W tym cukry: 69.06 g; Błonnik pok.: 45.43 g; Sól: 7.48 g; WW: 33.62 Por; : 20.38 %; : 61.03 %; Ener. z T: 22.04 %; Ener. z Bł.: 3.63 %; K: 5524.12 mg;

środa 2025-04-09		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
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 50 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 JECZ), Pieczeń rzymska drobiowa 100 g (GLU PSZ, JAJ), Sos jarzynowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL), Cukinia gotowana z pomidorami* 150 g, Jabłko pieczone 1szt. 1 szt, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ), 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,
		Posiłek nocny: Przecier owocowy-jabłko 100g 1 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2212.36 kcal; Białko ogółem: 103.79 g; Tłuszcz: 43.75 g; Kw. tł. nasy.: 9.6 g; Węglowodany ogółem: 361.98 g; W tym cukry: 76.69 g; Błonnik pok.: 23.25 g; Sól: 5.88 g; WW: 33.91 Por; : 18.77 %; : 65.45 %; Ener. z T: 17.8 %; Ener. z Bł.: 2.1 %; K: 4007.53 mg;

środa 2025-04-09		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
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 50 g (MLE), Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (SOJ), Pomidor b/skórki 90 g, Sałata zielona 10 g,	Ziemniaczana * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ), Pieczeń rzymska drobiowa 100 g (GLU PSZ, JAJ), Sos jarzynowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL), Cukinia gotowana z pomidorami* 150 g, Banan 120 g, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Pasta z twarogu i ryby got. (mintaj) z koperkiem 80 g (RYB, MLE), Sałata zielona 20 g,
		Posiłek nocny: Przecier owocowy-jabłko 100g 1 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2195.39 kcal; Białko ogółem: 100.02 g; Tłuszcz: 43.36 g; Kw. tł. nasy.: 9.58 g; Węglowodany ogółem: 362.09 g; W tym cukry: 78.98 g; Błonnik pok.: 22.3 g; Sól: 5.72 g; WW: 34.05 Por; : 18.22 %; : 65.97 %; Ener. z T: 17.78 %; Ener. z Bł.: 2.03 %; K: 4049.6 mg;

środa 2025-04-09		
Jadłospis dla diety: PUŁ- GL Bezglutenowa		

Jadłospisy dla oddziałów

Platki kukurydziane na mleku/p 400 ml (MLE), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Serek homo. naturalny 50 g (MLE), Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (SOJ), Pomidor b/skórki 90 g, Rukola 10 g,	Ziemniaczana *(bez glutenu) () 400 ml (MLE, SEL), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Pieczeń rzymska drobiowa (bez glutenu) 100 g (JAJ), Sos jarzynowy* (bez glutenu) 100 ml (SEL), Cukinia gotowana z pomidorami* 150 g, Jabłko 1 szt 1 szt, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Pasta z twarogu i ryby got. (mintaj) z koperkiem 80 g (RYB, MLE), Salata zielona 20 g,
		Posiłek nocny: Przecier owocowy-jabłko 100g 1 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2098.65 kcal; Białko ogółem: 78.52 g; Tłuszcz: 48.98 g; Kw. tł. nasy.: 9.32 g; Węglowodany ogółem: 340.68 g; W tym cukry: 70.46 g; Błonnik pok.: 18.73 g; Sól: 4.22 g; WW: 32.22 Por; : 14.97 %; : 64.93 %; Ener. z T: 21 %; Ener. z Bł.: 1.79 %; K: 4669.8 mg;

środa 2025-04-09 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
Platki owsiane na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL, GLU OW), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ), Pomidor b/skórki 90 g, Salata zielona 10 g,	Ziemniaczana *(bez mleka) () 400 ml (GLU PSZ, SEL), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ), Pieczeń rzymska drobiowa 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,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ), Salata zielona 20 g,
		Posiłek nocny: Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1944.2 kcal; Białko ogółem: 76.37 g; Tłuszcz: 39.6 g; Kw. tł. nasy.: 8.22 g; Węglowodany ogółem: 331.49 g; W tym cukry: 51.72 g; Błonnik pok.: 24.17 g; Sól: 6.84 g; WW: 30.77 Por; : 15.71 %; : 68.2 %; Ener. z T: 18.33 %; Ener. z Bł.: 2.49 %; K: 3077.92 mg;

środa 2025-04-09 Jadłospis dla diety: PUŁ- WE Wegetariańska		
Platki 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), Pomidor 90 g, Rukola 10 g,	Kapuśniak z kapusty kiszzonej (* 400 ml (GLU PSZ, SEL, GOR), Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie* 400 g (SEL, GLU JECZ), Sos jarzynowy * 100 ml (GLU PSZ, SEL), Surówka z marchwi i migdałów () b/c 150 g (MLE, ORZ), Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE), Jabłko 1 szt 1 szt, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ), 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), Salata zielona 20 g,
		Posiłek nocny: Przecier owocowy-jabłko 100g 1 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2240.27 kcal; Białko ogółem: 92.85 g; Tłuszcz: 59.39 g; Kw. tł. nasy.: 12.92 g; Węglowodany ogółem: 352.05 g; W tym cukry: 88.51 g; Błonnik pok.: 40.07 g; Sól: 6.49 g; WW: 31.14 Por; : 16.58 %; : 62.86 %; Ener. z T: 23.86 %; Ener. z Bł.: 3.58 %; K: 4469.3 mg;

środa 2025-04-09 Jadłospis dla diety: PUŁ- Specjalna		
Makaron na wywarze jarzynowym 400 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL), Bułka pszenna 50g 2 szt (GLU PSZ), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE), Serek homo. naturalny 100 g (MLE), Kalafior gotowany (bez soli)* 100 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Ryżowa* 400 ml (MLE, SEL), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ), Pieczeń rzymska drobiowa 100 g (GLU PSZ, JAJ), Bukiet jarzyn gotowany z olejem (bez soli)* 100 g (SEL), Kisiel o smaku truskawkowym b/c 250 ml, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml,	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE), Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ), Roszponka 10g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,
		Posiłek nocny: Jabłka prażone b/c 200 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2019.25 kcal; Białko ogółem: 75.56 g; Tłuszcz: 45.5 g; Kw. tł. nasy.: 16.95 g; Węglowodany ogółem: 336.61 g; W tym cukry: 49.08 g; Błonnik pok.: 23.32 g; Sól: 2.74 g; WW: 31.22 Por; : 14.97 %; : 66.68 %; Ener. z T: 20.28 %; Ener. z Bł.: 2.31 %; K: 1516.04 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2025-04-10		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Kasza manna na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z fasoli 80 g , Salatką z ogórka kons, i papryki konserwowej 100 g (<u>GOR,</u>),	Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese z łop wp* 350 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Surówka z selera i jabłka () 150 g (<u>MLE, SEL,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek 50 g (<u>MLE,</u>), Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (<u>SOJ, SEL,</u>), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
Posiłek nocny: Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2 l 1 szt ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2339.02 kcal; Białko ogółem: 104.17 g; Tłuszcz: 57.61 g; Kw. tł. nasy.: 15.05 g; Węglowodany ogółem: 366.14 g; W tym cukry: 76.33 g; Błonnik pok.: 42.16 g; Sól: 6.8 g; WW: 32.5 Por; : 17.81 %; : 62.61 %; Ener. z T: 22.17 %; Ener. z Bł.: 3.6 %; K: 4881.77 mg;

czwartek 2025-04-10		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU JECZ,</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 fasoli 80 g , Salatką z ogórka kons, i papryki konserwowej 100 g (<u>GOR,</u>),	Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese z łop wp* 350 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Surówka z selera i jabłka () 150 g (<u>MLE, SEL,</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek 50 g (<u>MLE,</u>), Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (<u>SOJ, SEL,</u>), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: Jabłko 150 g , Orzechy włoskie łuskane 20 g (<u>ORZ,</u>),	Posiłek nocny: Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2 l 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2619.38 kcal; Białko ogółem: 115.3 g; Tłuszcz: 73.9 g; Kw. tł. nasy.: 16.67 g; Węglowodany ogółem: 393.47 g; W tym cukry: 86.8 g; Błonnik pok.: 50.94 g; Sól: 7.55 g; WW: 34.4 Por; : 17.61 %; : 60.09 %; Ener. z T: 25.39 %; Ener. z Bł.: 3.89 %; K: 5519.84 mg;

czwartek 2025-04-10		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Kasza manna na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatk mięsa wp 50 g (<u>SOJ, MLE,</u>), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,	Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Makaron z sosem bolognese z łop wp-dieta* 350 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek 50 g (<u>MLE,</u>), Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (<u>SOJ, SEL,</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g ,
Posiłek nocny: Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2 l 1 szt ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2087.5 kcal; Białko ogółem: 94.17 g; Tłuszcz: 45.12 g; Kw. tł. nasy.: 10.41 g; Węglowodany ogółem: 332.04 g; W tym cukry: 63.8 g; Błonnik pok.: 15.94 g; Sól: 5.15 g; WW: 31.73 Por; : 18.05 %; : 63.62 %; Ener. z T: 19.45 %; Ener. z Bł.: 1.53 %; K: 3567.23 mg;

czwartek 2025-04-10		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
Kasza manna na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatk mięsa wp 50 g (<u>SOJ, MLE,</u>), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,	Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Makaron z sosem bolognese z łop wp-dieta* 350 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 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 , Twarożek 50 g (<u>MLE,</u>), Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (<u>SOJ, SEL,</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g ,
Posiłek nocny: Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2 l 1 szt ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2029.3 kcal; Białko ogółem: 89.78 g; Tłuszcz: 44.97 g; Kw. tł. nasy.: 10.31 g; Węglowodany ogółem: 322.16 g; W tym cukry: 57.68 g; Błonnik pok.: 15.94 g; Sól: 5.01 g; WW: 30.74 Por; : 17.7 %; : 63.5 %; Ener. z T: 19.94 %; Ener. z Bł.: 1.57 %; K: 3342.48 mg;

czwartek 2025-04-10		
Jadłospis dla diety: PUŁ- GL Bezglutenowa		

Jadłospisy dla oddziałów

kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (MLE), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Schab gotowany 50 g , Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,	Szpinakowa z ziemniakami *(bez glutenu) () 400 ml (MLE, SEL), Makaron z sosem bolognese z łop wp-dieta* (bez glutenu) 350 g (SEL), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek 50 g (MLE), Szynka z piersią indyczą-wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (SOJ, SEL), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2 l 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2009.77 kcal; Białko ogółem: 81.73 g; Tłuszcz: 52.23 g; Kw. tł. nasy.: 10.34 g; Węglowodany ogółem: 305.35 g; W tym cukry: 55.99 g; Błonnik pok.: 13.01 g; Sól: 2.48 g; WW: 29.32 Por; : 16.27 %; : 60.77 %; Ener. z T: 23.39%; Ener. z Bł.: 1.29 %; K: 3375.35 mg;

czwartek 2025-04-10 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
Kasza manna na wywarze jarzynowym* 400 ml (GLU PSZ, SEL), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) () 400 ml (GLU PSZ, 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 ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka z piersią indyczą-wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2 l 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1934.16 kcal; Białko ogółem: 74.25 g; Tłuszcz: 47.2 g; Kw. tł. nasy.: 10.61 g; Węglowodany ogółem: 309.8 g; W tym cukry: 40.75 g; Błonnik pok.: 17.03 g; Sól: 5.42 g; WW: 29.39 Por; : 15.36 %; : 64.07 %; Ener. z T: 21.96 %; Ener. z Bł.: 1.76 %; K: 2827.07 mg;

czwartek 2025-04-10 Jadłospis dla diety: PUŁ- WE Wegetariańska		
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 , Salatkę z ogórka kons, i papryki konserwowej 100 g (GOR),	Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Makaron z warzywami* 350 g (GLU PSZ, MLE), Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ), 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), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2 l 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2030.39 kcal; Białko ogółem: 85.01 g; Tłuszcz: 36.74 g; Kw. tł. nasy.: 7.58 g; Węglowodany ogółem: 354.94 g; W tym cukry: 65.37 g; Błonnik pok.: 29.32 g; Sól: 5.42 g; WW: 32.58 Por; : 16.75 %; : 69.93 %; Ener. z T: 16.28 %; Ener. z Bł.: 2.89 %; K: 4007.84 mg;

czwartek 2025-04-10 Jadłospis dla diety: PUŁ- Specjalna		
Kasza manna na wywarze jarzynowym* 400 ml (GLU PSZ, SEL), Bułka pszenna 50g 2 szt (GLU PSZ), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE), Blok drobiowy-wędlina dro. parzona z dodatk mięsa wp 50 g (SOJ, MLE), Serek homo. naturalny 100 g (MLE), Roszponka 10 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	Jarzynowa z makaronem # dieta 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Makaron z sosem bolognese z łop wp-dieta* 300 g (GLU PSZ, SEL), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g , Kisiel o smaku wiśniowym b/c 250 ml , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE), Twarożek 100 g (MLE), Dżem 25 g 1 szt , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,
		Posiłek nocny: Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ), Masło extra 82% 5 g (MLE), Pasta warzywna* 50 g (SEL),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2150.06 kcal; Białko ogółem: 95.57 g; Tłuszcz: 57.26 g; Kw. tł. nasy.: 21.69 g; Węglowodany ogółem: 317.18 g; W tym cukry: 49.5 g; Błonnik pok.: 15.51 g; Sól: 3.9 g; WW: 30.28 Por; : 17.78 %; : 59.01 %; Ener. z T: 23.97 %; Ener. z Bł.: 1.44 %; K: 1505.71 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2025-04-11 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
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>), 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>), Powidła śliwkowe 25 g, Jabłko 150 g,	Krupnik jęczmienny* 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Ryba smażona (Morszczuk) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>), Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 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, Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>), Pasta warzywna* 50 g (<u>SEL,</u>), Ogórek kiszony 80 g, Sałata zielona 20 g,
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2122.32 kcal; Białko ogółem: 90.4 g; Tłuszcz: 56.22 g; Kw. tł. nasy.: 9.32 g; Węglowodany ogółem: 328.75 g; W tym cukry: 70.23 g; Błonnik pok.: 32.67 g; Sól: 8.74 g; WW: 29.57 Por; : 17.04 %; : 61.96 %; Ener. z T: 23.84 %; Ener. z Bł.: 3.08 %; K: 4624.34 mg;

piątek 2025-04-11 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 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>), Papryka konserwowa 50 g, Jabłko 150 g,	Krupnik jęczmienny* 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Ryba pieczona (Morszczuk) 80 g (<u>RYB,</u>), Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 100 g, Warzywa po grecku* (bez cukru) 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</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, Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>), Pasta warzywna* 50 g (<u>SEL,</u>), 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 (<u>MLE,</u>),	Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2018.6 kcal; Białko ogółem: 98.64 g; Tłuszcz: 51.11 g; Kw. tł. nasy.: 9.94 g; Węglowodany ogółem: 308.27 g; W tym cukry: 68.08 g; Błonnik pok.: 37.71 g; Sól: 8.78 g; WW: 27.04 Por; : 19.55 %; : 61.09 %; Ener. z T: 22.79 %; Ener. z Bł.: 3.74 %; K: 5048.15 mg;

piątek 2025-04-11 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, 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>), Dżem 25 g 1 szt, Jabłko pieczone 150 g,	Krupnik jęczmienny* 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Ryba pieczona (Morszczuk) 80 g (<u>RYB,</u>), Warzywa po grecku* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>), Pasta warzywna* 50 g (<u>SEL,</u>), Sałatka z pomidorów z jogurtem natur i natką pietr 100 g (<u>MLE,</u>),
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1988.08 kcal; Białko ogółem: 90.25 g; Tłuszcz: 42.25 g; Kw. tł. nasy.: 8.18 g; Węglowodany ogółem: 325.24 g; W tym cukry: 74.59 g; Błonnik pok.: 25.53 g; Sól: 5.86 g; WW: 30.03 Por; : 18.16 %; : 65.44 %; Ener. z T: 19.13 %; Ener. z Bł.: 2.57 %; K: 4620.4 mg;

piątek 2025-04-11 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (<u>MLE,</u>), Dżem 25 g 1 szt, Jabłko pieczone 150 g,	Krupnik jęczmienny* 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Ryba pieczona (Morszczuk) 80 g (<u>RYB,</u>), Warzywa po grecku* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Blok drobiowy-wędlina dro. parzona z dodatkiem mięsa wp 30 g (<u>SOJ, MLE,</u>), Pasta warzywna* 50 g (<u>SEL,</u>), Sałatka z pomidorów z jogurtem natur i natką pietr b/skórki 100 g (<u>MLE,</u>),
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1950.71 kcal; Białko ogółem: 87.81 g; Tłuszcz: 38.87 g; Kw. tł. nasy.: 7.15 g; Węglowodany ogółem: 325.78 g; W tym cukry: 74.29 g; Błonnik pok.: 25.53 g; Sól: 6.28 g; WW: 30.13 Por; : 18 %; : 66.8 %; Ener. z T: 17.93 %; Ener. z Bł.: 2.62 %; K: 4620.4 mg;

piątek 2025-04-11 Jadłospis dla diety: PUŁ- GL Bezglutenowa		
Makaron bezglutenowy na mleku/p 400 ml (<u>MLE,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (<u>MLE,</u>), Dżem 25 g 1 szt, Jabłko pieczone 150 g,	Ryżowa* 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Ryba pieczona (Morszczuk) 80 g (<u>RYB,</u>), Warzywa po grecku* (bez glutenu) 150 g (<u>SEL,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>), Pasta warzywna* 50 g (<u>SEL,</u>), Sałatka z pomidorów z jogurtem natur i natką pietr 100 g (<u>MLE,</u>),

Jadłospisy dla oddziałów

		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml,
--	--	--

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1905.61 kcal; Białko ogółem: 71.24 g; Tłuszcz: 48.41 g; Kw. tł. nasy.: 7.53 g; Węglowodany ogółem: 305.88 g; W tym cukry: 70.66 g; Błonnik pok.: 21.74 g; Sól: 3.57 g; WW: 28.46 Por; : 14.95 %; : 64.21 %; Ener. z T: 22.86 %; Ener. z Bł.: 2.28 %; K: 4345.35 mg;

piątek 2025-04-11	Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna	
--------------------------	--	--

Zacierka na wywarze jarzynowym 400 ml (GLU PSZ, SEL), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt., Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ), Dżem 25 g 1 szt., Jabłko pieczone 150 g	Krupnik jęczmienny (bez mleka)* 400 ml (SEL, GLU JE CZ), 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* 50 g (SEL), Sałatka z pomidorów z olejem i natką pietr 100 g,
--	---	---

		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml,
--	--	--

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1935.53 kcal; Białko ogółem: 75.58 g; Tłuszcz: 53.32 g; Kw. tł. nasy.: 10.57 g; Węglowodany ogółem: 301.76 g; W tym cukry: 57.64 g; Błonnik pok.: 26.46 g; Sól: 6.66 g; WW: 27.61 Por; : 15.62 %; : 62.36 %; Ener. z T: 24.79 %; Ener. z Bł.: 2.73 %; K: 4037.9 mg;

piątek 2025-04-11	Jadłospis dla diety: PUŁ- WE Wegetariańska	
--------------------------	---	--

Zacierka 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), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt., Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE), Powidła śliwkowe 25 g, Jabłko 150 g,	Krupnik jęczmienny* 400 ml (MLE, SEL, GLU JE CZ), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Kotlety sojowe 100 g (SOJ), 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* 50 g (SEL), Ogórek kiszony 80 g, Sałata zielona 20 g,
---	---	--

		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml,
--	--	--

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1927.59 kcal; Białko ogółem: 82.05 g; Tłuszcz: 38.93 g; Kw. tł. nasy.: 7.34 g; Węglowodany ogółem: 324.14 g; W tym cukry: 70.19 g; Błonnik pok.: 39.05 g; Sól: 8.27 g; WW: 28.48 Por; : 17.03 %; : 67.26 %; Ener. z T: 18.18 %; Ener. z Bł.: 4.05 %; K: 4174.75 mg;

piątek 2025-04-11	Jadłospis dla diety: PUŁ- Specjalna	
--------------------------	--	--

Zacierka na wywarze jarzynowym 400 ml (GLU PSZ, SEL), Bułka pszenna 50g 2 szt (GLU PSZ), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE), Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (MLE), Bukiet jarzyn gotowany z olejem (bez soli)* 70 g (SEL), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Krupnik jęczmienny (bez mleka)* 400 ml (SEL, GLU JE CZ), Ryba pieczona (Morszczuk) 80 g (RYB), Makaron 200 g (GLU PSZ), Kalafor gotowany* 100 g, Kisiel o smaku wiśniowym b/c 250 ml, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Bułka pszenna 50g 2 szt (GLU PSZ), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE), Twarożek 100 g (MLE), Miód (25g) 1 szt, Jabłka prażone b/c 200 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,
---	--	--

		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 40 g,
--	--	--

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2124.41 kcal; Białko ogółem: 91.56 g; Tłuszcz: 44.06 g; Kw. tł. nasy.: 16.97 g; Węglowodany ogółem: 344.13 g; W tym cukry: 37.69 g; Błonnik pok.: 18.23 g; Sól: 1.53 g; WW: 32.5 Por; : 17.24 %; : 64.8 %; Ener. z T: 18.67 %; Ener. z Bł.: 1.72 %; K: 1299.78 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2025-04-12		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Plátky owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU OW</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Parówki cieszynki- węd. wp. homog. wędz. parz 80 g (<u>SOJ, SEL</u>), Ketchup saszetka 20g 1 szt, Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g,	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ryż na sypko (brązowy) 200 g, Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g (<u>SEL</u>), Surówka z marchwi i jabłka b/c () 150 g (<u>MLE</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, GOR</u>), Sałata zielona 20 g,
		Posiłek nocny: Kanapka z serkiem naturalnym i pomidorem (chleb graham 60g, masło 5g, serek śniadaniowy 25g, pomidor 15g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2524.52 kcal; Białko ogółem: 90.58 g; Tłuszcz: 89.06 g; Kw. tł. nasy.: 20.01 g; Węglowodany ogółem: 359.04 g; W tym cukry: 46.7 g; Błonnik pok.: 40.23 g; Sól: 8.86 g; WW: 31.92 Por; : 14.35 %; : 56.89 %; Ener. z T: 31.75 %; Ener. z Bł.: 3.19 %; K: 3783.31 mg;

sobota 2025-04-12		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Plátky owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU OW</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, Szyńka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g,	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ryż na sypko (brązowy) 200 g, Potrawka drobiowa z warzywami* 180 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Surówka z marchwi i jabłka b/c () 150 g (<u>MLE</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, GOR</u>), Sałata zielona 20 g,
II Śniadanie: Kanapka z jajkiem i sałatą (chleb razowy 40g, masło 5g, jajko 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>),	Podwieczorek: Serek homo. naturalny 150 g (<u>MLE</u>), 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 (<u>GLU PSZ, MLE</u>),

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;

sobota 2025-04-12		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Plátky owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU OW</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szyńka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g,	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ryż na sypko 200 g, Potrawka drobiowa z warzywami* 180 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Buraczki oprószone () 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, Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową- dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL</u>), Sałata zielona 20 g,
		Posiłek nocny: Kanapka z serkiem naturalnym i pomidorem (bułka pszenna 45g, masło 5g, serek śniadaniowy 25g, pomidor 15g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2178.77 kcal; Białko ogółem: 85.99 g; Tłuszcz: 47.75 g; Kw. tł. nasy.: 11.19 g; Węglowodany ogółem: 363.56 g; W tym cukry: 49.18 g; Błonnik pok.: 24.89 g; Sól: 6.28 g; WW: 33.85 Por; : 15.79 %; : 66.75 %; Ener. z T: 19.72 %; Ener. z Bł.: 2.28 %; K: 3551.49 mg;

sobota 2025-04-12		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
Plátky owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU OW</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szyńka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>), Pomidor 100 g,	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ryż na sypko 200 g, Potrawka drobiowa z warzywami* 180 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Buraczki oprószone () 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, Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową- dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL</u>), Sałata zielona 20 g,
		Posiłek nocny: Kanapka z serkiem naturalnym i pomidorem b/skórki (bułka pszenna 45g, masło 5g, serek śniadaniowy 25g, pomidor 15g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2145.6 kcal; Białko ogółem: 85.51 g; Tłuszcz: 44.68 g; Kw. tł. nasy.: 10.95 g; Węglowodany ogółem: 362.13 g; W tym cukry: 50 g; Błonnik pok.: 23.45 g; Sól: 6.19 g; WW: 33.89 Por; : 15.94 %; : 67.51 %; Ener. z T: 18.74 %; Ener. z Bł.: 2.19 %; K: 3657.16 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-04-12		Jadłospis dla diety: PUŁ- GL Bezglutenowa
Plátky kukurydziane na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta warzywna* 80 g (<u>SEL</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g ,	Koperkowa z ziemniakami (bez glutenu) (*) 400 ml (<u>MLE, SEL</u>), Ryż na sypko 200 g , Potrawka drobiowa z warzywami * (bez glutenu) 180 g (<u>SEL</u>), Buraczki oprószane () (bez glutenu) 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Salátka z makaronu z mięsem drobiowym-dieta* (bez glutenu) 150 g (<u>SEL</u>), Salata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Kanapka z serkiem naturalnym i pomidorem (chleb bezglutenowy 60g, masło 5g, serek śniadaniowy 25g, pomidor 15g) 1 szt (<u>MLE, SEZ, może zawierać: ORZ</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2188.83 kcal; Białko ogółem: 62.06 g; Tłuszcz: 58.37 g; Kw. tł. nasy.: 10.32 g; Węglowodany ogółem: 361.1 g; W tym cukry: 52.84 g; Błonnik pok.: 23.57 g; Sól: 2.95 g; WW: 33.69 Por; : 11.34 %; : 65.99 %; Ener. z T: 24 %; Ener. z Bł.: 2.15 %; K: 3592.64 mg;

sobota 2025-04-12		Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna
Plátky owsiane na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL, GLU OW</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>), Pomidor 100 g ,	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ryż na sypko 200 g , Potrawka drobiowa z warzywami * 180 g (<u>GLU PSZ, 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 , Salátka z makaronu z wędliną drobiowo-wieprzową- dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL</u>), Salata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Kanapka z szynką i pomidorem (bułka pszenna 45g, tłuszcz 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2023.13 kcal; Białko ogółem: 74.91 g; Tłuszcz: 41.85 g; Kw. tł. nasy.: 8.07 g; Węglowodany ogółem: 349.19 g; W tym cukry: 32.41 g; Błonnik pok.: 26.03 g; Sól: 7.15 g; WW: 32.3 Por; : 14.81 %; : 69.04 %; Ener. z T: 18.62 %; Ener. z Bł.: 2.57 %; K: 3086.75 mg;

sobota 2025-04-12		Jadłospis dla diety: PUŁ- WE Wegetariańska
Plátky owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU OW</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Parówki sojowe 80 g (<u>GLU PSZ, może zawierać: SOJ, GOR, SEZ, SO2</u>), Ketchup saszetka 20g 1 szt , Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g ,	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Kotlety ryżowe 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Surówka z marchwi i jabłka b/c () 150 g (<u>MLE</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), Salata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Kanapka z serkiem naturalnym i pomidorem (chleb graham 60g, masło 5g, serek śniadaniowy 25g, pomidor 15g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2442.9 kcal; Białko ogółem: 100.07 g; Tłuszcz: 85.23 g; Kw. tł. nasy.: 29.43 g; Węglowodany ogółem: 339.5 g; W tym cukry: 41.94 g; Błonnik pok.: 31.95 g; Sól: 8.49 g; WW: 30.81 Por; : 16.39 %; : 55.59 %; Ener. z T: 31.4 %; Ener. z Bł.: 2.62 %; K: 3111.04 mg;

sobota 2025-04-12		Jadłospis dla diety: PUŁ- Specjalna
Makaron na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>), Szynka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>), Dżem 25 g 1 szt , Roszponka 10 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	Koperkowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL</u>), Potrawka drobiowa z warzywami * 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ryż na sypko (bez soli) 200 g , Marchew gotowana z olejem (bez soli)* 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml , Kisiel z truskawkami b/c* 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>), Twarożek 100 g (<u>MLE</u>),
		Posiłek nocny: Salátka z ryżu, kalafiora i jajka 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1970.32 kcal; Białko ogółem: 76.2 g; Tłuszcz: 45.87 g; Kw. tł. nasy.: 17.65 g; Węglowodany ogółem: 320.48 g; W tym cukry: 30.48 g; Błonnik pok.: 15.8 g; Sól: 4.45 g; WW: 30.6 Por; : 15.47 %; : 65.06 %; Ener. z T: 20.95 %; Ener. z Bł.: 1.6 %; K: 1440.8 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2025-04-13 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Kasza 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.), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szynkowa dębowa kiel.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 (GLU PSZ, MLE, SEL.), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Kotlet schabowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.), Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (SEL.), Fasolka szparagowa z wody* 100 g, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Kakao/p z/c 250 ml (MLE.), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE.), Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.), Banan 120 g,
		Posiłek nocny: Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2129.67 kcal; Białko ogółem: 99.35 g; Tłuszcz: 51.77 g; Kw. tł. nasy.: 11.11 g; Węglowodany ogółem: 329.17 g; W tym cukry: 76.03 g; Błonnik pok.: 28.38 g; Sól: 8.19 g; WW: 30.22 Por; : 18.66 %; : 61.83 %; Ener. z T: 21.88 %; Ener. z Bł.: 2.66 %; K: 4831.11 mg;

niedziela 2025-04-13 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (MLE, GLU JĘCZ.), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szynkowa dębowa kiel.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 (GLU PSZ, MLE, SEL.), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Schab pieczony w rękawie 100 g, Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.), Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (SEL.), Fasolka szparagowa z wody* 100 g, Kompot owocowy* b/c 250 ml,	Kakao/p b/c 250 ml (MLE.), Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE.), Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.), Jabłko 150 g,
II Śniadanie: Maślanka 150 ml (MLE.),	Podwieczorek: Chleb Graham 25 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 0.50 szt, Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 25 g (SOJ.), Pomidor 15 g	Posiłek nocny: Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.), Hummus 50 g (SEZ.), Sałata zielona 10 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2215.05 kcal; Białko ogółem: 122.46 g; Tłuszcz: 54.34 g; Kw. tł. nasy.: 11.42 g; Węglowodany ogółem: 324.3 g; W tym cukry: 63.1 g; Błonnik pok.: 34.08 g; Sól: 9.98 g; WW: 29.22 Por; : 22.11 %; : 58.56 %; Ener. z T: 22.08 %; Ener. z Bł.: 3.08 %; K: 5184.24 mg;

niedziela 2025-04-13 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (MLE, GLU JĘCZ.), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g, Cukinia pieczona z olejem * 100 g,	Pomidorowa z zacierką * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Schab pieczony w rękawie 100 g, Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (SEL.), Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Kakao/p z/c 250 ml (MLE.), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE.), Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.), Banan 120 g,
		Posiłek nocny: Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2137.25 kcal; Białko ogółem: 111.15 g; Tłuszcz: 47.55 g; Kw. tł. nasy.: 11.25 g; Węglowodany ogółem: 326.96 g; W tym cukry: 81.87 g; Błonnik pok.: 21.82 g; Sól: 7.2 g; WW: 30.5 Por; : 20.8 %; : 61.19 %; Ener. z T: 20.02 %; Ener. z Bł.: 2.04 %; K: 5094.06 mg;

niedziela 2025-04-13 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (MLE, GLU JĘCZ.), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g, Cukinia pieczona z olejem * 100 g,	Pomidorowa z zacierką * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.), Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (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, Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE.), Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.), Banan 120 g,
		Posiłek nocny: Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2166.91 kcal; Białko ogółem: 98.04 g; Tłuszcz: 55.16 g; Kw. tł. nasy.: 12.46 g; Węglowodany ogółem: 330.6 g; W tym cukry: 77.4 g; Błonnik pok.: 22.01 g; Sól: 7.14 g; WW: 30.84 Por; : 18.1 %; : 61.03 %; Ener. z T: 22.91 %; Ener. z Bł.: 2.03 %; K: 4660.68 mg;

niedziela 2025-04-13 Jadłospis dla diety: PUŁ- GL Bezglutenowa		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (MLE), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 50 g , Cukinia pieczona z olejem * 100 g ,	Pomidorowa z makaronem (bez glutenu)* 400 ml (MLE, SEL), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Schab pieczony w rękawie 100 g , Sos własny (bez glutenu) 100 ml , Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (SEL), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kakao/p z/c 250 ml (MLE), Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (MLE), Banan 120 g ,
		Posiłek nocny: Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2117 kcal; Białko ogółem: 99.5 g; Tłuszcz: 56.82 g; Kw. tł. nasy.: 11.15 g; Węglowodany ogółem: 308.33 g; W tym cukry: 78.17 g; Błonnik pok.: 17.86 g; Sól: 3.19 g; WW: 29 Por; : 18.8 %; : 58.26 %; Ener. z T: 24.15 %; Ener. z Bł.: 1.69 %; K: 5051.61 mg;

niedziela 2025-04-13 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL, GLU JECZ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyunkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g , Cukinia pieczona z olejem * 100 g ,	Pomidorowa z zacierką (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Schab pieczony w rękawie 100 g , Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (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 , Szyunka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ), Banan 120 g ,
II Śniadanie: Kisiel o smaku wiśniowym b/c 150 ml ,		Posiłek nocny: Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1983.96 kcal; Białko ogółem: 83.12 g; Tłuszcz: 41.77 g; Kw. tł. nasy.: 8.56 g; Węglowodany ogółem: 329.18 g; W tym cukry: 76.57 g; Błonnik pok.: 22.68 g; Sól: 6.97 g; WW: 30.65 Por; : 16.76 %; : 66.37 %; Ener. z T: 18.95 %; Ener. z Bł.: 2.29 %; K: 3961.56 mg;

niedziela 2025-04-13 Jadłospis dla diety: PUŁ- WE Wegetariańska		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (MLE, GLU JECZ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Hummus 80 g (SEZ), Pomidor 80 g , Mix салат 20 g ,	Pomidorowa z zacierką * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Pierogi z twarogiem 250 g (GLU PSZ, JAJ, MLE), Jabłko 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kakao/p z/c 250 ml (MLE), 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 wanilinowym 80 g (MLE), Banan 120 g ,
		Posiłek nocny: Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2374.81 kcal; Białko ogółem: 95.24 g; Tłuszcz: 63.59 g; Kw. tł. nasy.: 16.41 g; Węglowodany ogółem: 362.68 g; W tym cukry: 107.01 g; Błonnik pok.: 22.24 g; Sól: 5.57 g; WW: 34.16 Por; : 16.04 %; : 61.09 %; Ener. z T: 24.1 %; Ener. z Bł.: 1.87 %; K: 3039.72 mg;

niedziela 2025-04-13 Jadłospis dla diety: PUŁ- Specjalna		
Ryż na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL), Bułka pszenna 50g 2 szt (GLU PSZ), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE), Szyunkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g , Dżem 25 g 1 szt , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	Grycikowa (bez soli)* 400 ml (GLU PSZ, SEL), Makaron 200 g (GLU PSZ), Schab pieczony w rękawie 100 g , Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL), Bukiet jarzyn gotowany z olejem (bez soli)* 100 g (SEL), Kisiel o smaku cytrynowym b/c 250 ml , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Bułka pszenna 50g 2 szt (GLU PSZ), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE), Twarożek ze słonecznikiem 100 g (MLE), Sałata zielona z sosem vinegrett 100 g (GOR), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Jabłka prażone b/c 200 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2086.15 kcal; Białko ogółem: 92.23 g; Tłuszcz: 55.68 g; Kw. tł. nasy.: 19.53 g; Węglowodany ogółem: 310.47 g; W tym cukry: 46.76 g; Błonnik pok.: 17.58 g; Sól: 2.67 g; WW: 29.3 Por; : 17.68 %; : 59.53 %; Ener. z T: 24.02 %; Ener. z Bł.: 1.69 %; K: 1543.91 mg;