

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2025-05-26 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,	Brokułowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Kotlet z jaj-pieczony 90 g (<u>GLU PSZ, 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, GLU ŻYT.</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Salata zielona 20 g , Szprot w sosie pomidorowym 30 g (<u>RYB, SEL.</u>), Pomidor 80 g ,
		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2048.23 kcal; Białko ogółem: 82.53 g; Tłuszcz: 55.51 g; Kw. tł. nasy.: 12.96 g; Węglowodany ogółem: 322.97 g; W tym cukry: 57.64 g; Błonnik pok.: 37.13 g; Sól: 10.03 g; WW: 28.63 Por; : 16.12 %; : 63.07 %; Ener. z T: 24.39 %; Ener. z Bł.: 3.63 %; K: 4295 mg;

poniedziałek 2025-05-26 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (<u>MLE, 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 , Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,	Brokułowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Kotlet z jaj-pieczony 90 g (<u>GLU PSZ, 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 , Salata zielona 20 g , Pomidor 80 g , Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 30 g (<u>SOJ, SEL.</u>),
II Śniadanie: Smoothie (jabłko, szpinak) 200 g ,	Podwieczorek: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),	Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml , Orzechy włoskie luskane 10 g (<u>ORZ.</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2185.41 kcal; Białko ogółem: 93.11 g; Tłuszcz: 63.66 g; Kw. tł. nasy.: 13.26 g; Węglowodany ogółem: 331.6 g; W tym cukry: 52.34 g; Błonnik pok.: 42.89 g; Sól: 10.46 g; WW: 28.96 Por; : 17.04 %; : 60.69 %; Ener. z T: 26.22 %; Ener. z Bł.: 3.93 %; K: 4784.62 mg;

poniedziałek 2025-05-26 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (<u>MLE, 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 , Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,	Brokułowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Kotlet z jaj-pieczony 90 g (<u>GLU PSZ, 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 , Salata zielona 20 g , Pomidor 80 g , Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 30 g (<u>SOJ, SEL.</u>),
		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2101.31 kcal; Białko ogółem: 85.33 g; Tłuszcz: 53.89 g; Kw. tł. nasy.: 12.08 g; Węglowodany ogółem: 334.81 g; W tym cukry: 59.74 g; Błonnik pok.: 31.73 g; Sól: 9.79 g; WW: 30.38 Por; : 16.24 %; : 63.73 %; Ener. z T: 23.08 %; Ener. z Bł.: 3.02 %; K: 4304 mg;

poniedziałek 2025-05-26 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (<u>MLE, 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 , Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>), Pomidor b/skórki 90 g , Roszponka 10 g ,	Brokułowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 90 g , Marchew gotowana z olejem () 150 g , 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 , Salata zielona 20 g , Pomidor b/skórki 80 g , Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 30 g (<u>SOJ, SEL.</u>),
		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1950.15 kcal; Białko ogółem: 90.68 g; Tłuszcz: 46.52 g; Kw. tł. nasy.: 12.13 g; Węglowodany ogółem: 307.54 g; W tym cukry: 61.8 g; Błonnik pok.: 27.41 g; Sól: 9.41 g; WW: 28.07 Por; : 18.6 %; : 63.08 %; Ener. z T: 21.47 %; Ener. z Bł.: 2.81 %; K: 4462.36 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-05-26 Jadłospis dla diety: PUŁ- 12 Papkowata		
Miks śniadaniowy przecierana (PUŁ) 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (<u>MLE</u>),	Miks obiad przecierana*(PUŁ) 500 ml (<u>JAJ, MLE, SEL</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Miks obiad przecierana*(PUŁ) 500 ml (<u>JAJ, MLE, SEL</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,
		Posilek nocny: Miks obiad przecierana*(PUŁ) 500 ml (<u>JAJ, MLE, SEL</u>), Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2081.66 kcal; Białko ogółem: 108.05 g; Tłuszcz: 79 g; Kw. tł. nasy.: 35 g; Węglowodany ogółem: 249.67 g; W tym cukry: 48.89 g; Błonnik pok.: 29.17 g; Sól: 6.21 g; WW: 21.83 Por; : 20.76 %; : 47.98 %; Ener. z T: 34.16 %; Ener. z Bł.: 2.8 %; K: 5561.54 mg;

poniedziałek 2025-05-26 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL, GLU JECZ</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ</u>), Pomidor b/skórki 90 g , Roszponka 10 g ,	Brokułowa z ryżem (bez mleka) * 400 ml (<u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Kotlec z jaj-pieczony 90 g (<u>GLU PSZ, 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 ,	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 , Salata zielona 20 g , Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ, SEL</u>), Pomidor 80 g ,
		Posilek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1919.6 kcal; Białko ogółem: 67.33 g; Tłuszcz: 49.93 g; Kw. tł. nasy.: 10.07 g; Węglowodany ogółem: 316.03 g; W tym cukry: 41.31 g; Błonnik pok.: 32.58 g; Sól: 9.76 g; WW: 28.39 Por; : 14.03 %; : 65.85 %; Ener. z T: 23.41 %; Ener. z Bł.: 3.39 %; K: 3654.96 mg;

poniedziałek 2025-05-26 Jadłospis dla diety: PUŁ- WE Wegetariańska		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (<u>MLE, GLU JECZ</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 a'la homogenizowany 80 g (<u>MLE</u>), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,	Brokułowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Kotlec z jaj-pieczony 90 g (<u>GLU PSZ, 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 80 g (<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 , Salata zielona 20 g , Pomidor 80 g ,
		Posilek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2089.21 kcal; Białko ogółem: 90.19 g; Tłuszcz: 56.35 g; Kw. tł. nasy.: 14.21 g; Węglowodany ogółem: 323.39 g; W tym cukry: 61.45 g; Błonnik pok.: 37.15 g; Sól: 8.86 g; WW: 28.71 Por; : 17.27 %; : 61.92 %; Ener. z T: 24.27 %; Ener. z Bł.: 3.56 %; K: 4427.06 mg;

poniedziałek 2025-05-26 Jadłospis dla diety: PUŁ- Specjalna		
Ryż na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL</u>), Bułka pszenna 50g 2 szt (<u>GLU PSZ</u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>), Twarożek 80 g (<u>MLE</u>), Jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	Koperkowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Kotlec z jaj-pieczony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Ryż na sypko 200 g , Marchew gotowana z olejem (bez soli)* 100 g , Kisiel o smaku truskawkowym b/c 250 ml , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Bułka pszenna 50g 2 szt (<u>GLU PSZ</u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>), Serek a'la homogenizowany 80 g (<u>MLE</u>), Dżem 25 g 1 szt , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,
		Posilek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2067.78 kcal; Białko ogółem: 69.27 g; Tłuszcz: 55.13 g; Kw. tł. nasy.: 20.05 g; Węglowodany ogółem: 326.75 g; W tym cukry: 71.69 g; Błonnik pok.: 14.29 g; Sól: 1.84 g; WW: 31.35 Por; : 13.4 %; : 63.21 %; Ener. z T: 24 %; Ener. z Bł.: 1.38 %; K: 1208.8 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2025-05-27		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₁</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Salata zielona 20 g , Ogórek świeży 80 g , Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE₁</u>),	Pieczarkowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL₁</u>), Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Szyńka wieprzowa pieczona 80 g , Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ₁</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 100 g , Dynia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₁</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 30 g (<u>SOJ₁</u>), Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE₁</u>), Pomidor 100 g ,
		Posiłek nocny: Jablko 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 2025-05-27			Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u>, <u>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 , Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych , 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.</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL.</u>), Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ.</u>), Szynka 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 , Szynka wieśniowa-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: 42.56 %; Ener. z Bł.: 3.35 %; K: 4445.33 mg;

wtorek 2025-05-27		Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna	
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>GLU ŻYT₁</u>), Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLUPSZ</u> , <u>GLU ŻYT₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (<u>SOJ₁</u>), Salata zielona 20 g, Pomidor b/skórki 80 g ,		Solferino * () 400 ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL₁</u>), Makaron 200 g (<u>GLUPSZ₁</u>), Szynka wieprzowa gotowana 100 g , Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLUPSZ₁</u>), Dynia duszona z olejem* 150 g (<u>GLUPSZ₁</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	
		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 30 g (<u>SOJ₁</u>), Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE₁</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;

wtorek 2025-05-27	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, Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ</u>, <u>GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLUPSZ</u>, <u>GLU ŻYT</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona 20 g, Pomidor b/skórki 80 g ,	Solferino *() 400 ml (<u>GLUPSZ</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>), Makaron 200 g (<u>GLUPSZ</u>), Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLUPSZ</u>, <u>JAJ</u>), Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLUPSZ</u>), Dynia duszona 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 , Szynka 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: 2113.7 kcal; Białko ogółem: 97.29 g; Tłuszcz: 46.08 g; Kw. tł. nasy.: 11.25 g; Węglowodany ogółem: 335.1 g; W tym cukry: 59.55 g; Błonnik pok.: 22.36 g; Sól: 6.58 g; WW: 31.32 Por.: 18.41 %; 63.41 %; Ener. z T: 19.62 %; Ener. z Bł.: 2.12 %; K: 3825.81 mg;

wtorek 2025-05-27	Jadłospis dla diety: PUŁ- 12 Papkowata
-------------------	--

Jadłospisy dla oddziałów

Miks śniadaniowy przecierana (PUŁ) 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (<u>MLE</u>),	Miks obiad przecierana*(PUŁ) 500 ml (<u>JAJ, MLE, SEL</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Miks obiad przecierana*(PUŁ) 500 ml (<u>JAJ, MLE, SEL</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,
		Posiłek nocny: Miks obiad przecierana*(PUŁ) 500 ml (<u>JAJ, MLE, SEL</u>), Jabłko pieczone 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2106.66 kcal; Białko ogółem: 106.15 g; Tłuszcz: 78.35 g; Kw. tł. nasy.: 34.81 g; Węglowodany ogółem: 260.32 g; W tym cukry: 63.44 g; Błonnik pok.: 32.17 g; Sól: 3.72 g; WW: 22.58 Por; : 20.16 %; : 49.43 %; Ener. z T: 33.47 %; Ener. z Bł.: 3.05 %; K: 5762.54 mg;

wtorek 2025-05-27 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (<u>SOJ</u>), Salata zielona 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,	Solferino (bez mleka)*() 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>), Szynka 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 , Szynka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (<u>SOJ</u>), Dżem 25 g 1 szt , Pomidor b/skórki 100 g ,
		Posiłek nocny: Jabłko pieczone 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1873.77 kcal; Białko ogółem: 84.27 g; Tłuszcz: 34.9 g; Kw. tł. nasy.: 8.41 g; Węglowodany ogółem: 314.57 g; W tym cukry: 50.9 g; Błonnik pok.: 23.61 g; Sól: 6.87 g; WW: 29.15 Por; : 17.99 %; : 67.15 %; Ener. z T: 16.76 %; Ener. z Bł.: 2.52 %; K: 3355.07 mg;

wtorek 2025-05-27 Jadłospis dla diety: PUŁ- WE Wegetariańska		
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 , Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), Salata zielona 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,	Pieczarkowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Makaron z warzywami* 300 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml , Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 150 g ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Dżem 25 g 1 szt , Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>), Pomidor 100 g ,
		Posiłek nocny: Jabłko 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1924.29 kcal; Białko ogółem: 77.13 g; Tłuszcz: 45.75 g; Kw. tł. nasy.: 16.7 g; Węglowodany ogółem: 316.52 g; W tym cukry: 63.9 g; Błonnik pok.: 27.92 g; Sól: 5.42 g; WW: 28.98 Por; : 16.03 %; : 65.79 %; Ener. z T: 21.4 %; Ener. z Bł.: 2.9 %; K: 3399.13 mg;

wtorek 2025-05-27 Jadłospis dla diety: PUŁ- Specjalna		
Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL</u>), Bułka pszenna 50g 2 szt (<u>GLU PSZ</u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>), Twarożek 100 g (<u>MLE</u>), Salata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml ,	Ryżowa* 400 ml (<u>MLE, SEL</u>), Kisiel o smaku cytrynowym b/c 250 ml , Makaron 150 g (<u>GLU PSZ</u>), Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Kalafior gotowany* 100 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Bułka pszenna 50g 2 szt (<u>GLU PSZ</u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>), Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE</u>), Dżem 25 g 1 szt , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,
		Posiłek nocny: Jabłka prażone b/c 200 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1984.59 kcal; Białko ogółem: 87.93 g; Tłuszcz: 48 g; Kw. tł. nasy.: 22.26 g; Węglowodany ogółem: 304.08 g; W tym cukry: 52.46 g; Błonnik pok.: 14.31 g; Sól: 1.03 g; WW: 29.03 Por; : 17.72 %; : 61.29 %; Ener. z T: 21.77 %; Ener. z Bł.: 1.44 %; K: 1237.7 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2025-05-28 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Platki 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>), Banan 120 g , 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>), Surówka z marchwi i rzepy ze śmietaną () 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 niejadlanej 50 g (<u>SOJ</u> , <u>SEL</u>), Pomidor 90 g , Rukola 10 g ,
		Posiłek nocny: Przecier owocowy jablko-truskawka 100g 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2097.68 kcal; Białko ogółem: 90.69 g; Tłuszcz: 39.74 g; Kw. tł. nasy.: 9.09 g; Węglowodany ogółem: 361.63 g; W tym cukry: 80.15 g; Błonnik pok.: 35.02 g; Sól: 7.2 g; WW: 32.74 Por.: 17.29 %; 68.96 %; Ener. z T: 17.05 %; Ener. z Bł.: 3.34 %; K: 5428.68 mg;

środa 2025-05-28			Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Platki owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE, 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, SOJ,</u>), Jabłko 1 szt 1 szt, Sałata zielona 20 g,		Zupa z soczewicy i ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>), Sos jarzynowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Surówka z marchwi i rzepy ze śmietaną () 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 niejadanej 50 g (<u>SOJ, SEL,</u>), Pomidor 90 g, Rukola 10 g,	
II Śniadanie: Budyń o smaku śmietankowym z chipsami kokosowymi b/c 200 ml (<u>MLE, 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: 2363.86 kcal; Białko ogółem: 107.08 g; Tłuszcz: 57.54 g; Kw. tł. nasy.: 17.68 g; Węglowodany ogółem: 378.5 g; W tym cukry: 71.72 g; Błonnik pok.: 45.68 g; Sól: 7.84 g; WW: 33.36 Por.; z: 18.12 %; 64.05 %; Ener. z T: 21.91 %; Ener. z Bł.: 3.86 %; K: 5826.87 mg;

środa 2025-05-28		Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna	
Platki 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> ,), Banan 120 g , Sałata zielona 20 g ,	Grysiowa * 400 ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>SEL</u> ,), Ziemiaki z koperkiem gotowane () 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>JAJ</u> ,), Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>SEL</u> ,), Buraczki oprószane () 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>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: Przecier owocowy jabłko-truskawka 100g 1 szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1929.64 kcal; Białko ogółem: 82.89 g; Tłuszcz: 32.2 g; Kw. tł. nasy.: 7.67 g; Węglowodany ogółem: 337.6 g; W tym cukry: 79.9 g; Błonnik pok.: 21.2 g; Sól: 6.13 g; WW: 31.66 Por.; : 17.18 %; : 69.98 %; Ener. z T: 15.02 %; Ener. z Bł.: 2.2 %; K: 4226.6 mg;

środa 2025-05-28		Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu	
Platki 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>), Banan 120 g , Sałata zielona 20 g ,		Grysiowka * 400 ml (<u>GLUPSZ</u>, <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (<u>GLUPSZ</u>, <u>JAJ</u>), Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLUPSZ</u>, <u>SEL</u>), Buraczki oprószane () 150 g (<u>GLUPSZ</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	
		Posiłek nocny: Przecier owocowy jablko-truskawka 100g 1 szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1928.99 kcal; Białko ogółem: 82.86 g; Tłuszcz: 32.2 g; Kw. tł. nasy.: 7.67 g; Węglowodany ogółem: 337.45 g; W tym cukry: 79.8 g; Błonnik pok.: 21.17 g; Sól: 6.12 g; WW: 31.65 Por.: 17.18 %; 69.98 %; Ener. z T: 15.02 %; Ener. z Bł.: 2.19 %; K: 4216.93 mg;

środa 2025-05-28	Jadłospis dla diety: PUŁ- 12 Papkowata
------------------	--

Jadłospisy dla oddziałów

Miks śniadaniowy przecierana (PUŁ) 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (<u>MLE</u>),	Miks obiad przecierana*(PUŁ) 500 ml (<u>JAJ, MLE, SEL</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Miks obiad przecierana*(PUŁ) 500 ml (<u>JAJ, MLE, SEL</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,
		Posilek nocny: Miks obiad przecierana*(PUŁ) 500 ml (<u>JAJ, MLE, SEL</u>), Przecier owocowy jablko-truskawka 100g 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2105.66 kcal; Białko ogółem: 106.15 g; Tłuszcz: 78.05 g; Kw. tł. nasy.: 34.95 g; Węglowodany ogółem: 258.17 g; W tym cukry: 60.89 g; Błonnik pok.: 29.17 g; Sól: 3.72 g; WW: 22.68 Por; : 20.16 %; : 49.04 %; Ener. z T: 33.36 %; Ener. z Bł.: 2.77 %; K: 5561.54 mg;

środa 2025-05-28 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL, 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 , Szynka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>), Miód (25g) 1 szt , Banan 120 g , Sałata zielona 20 g ,	Grycikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos jarzynowy * 80 ml (<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 , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,
		Posilek nocny: Mus- przecier owocowy jablko 100g (tubka) 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1911.97 kcal; Białko ogółem: 66.15 g; Tłuszcz: 37.18 g; Kw. tł. nasy.: 9.43 g; Węglowodany ogółem: 338.97 g; W tym cukry: 65.37 g; Błonnik pok.: 22.1 g; Sól: 6.3 g; WW: 31.72 Por; : 13.84 %; : 70.92 %; Ener. z T: 17.5 %; Ener. z Bł.: 2.31 %; K: 3673.37 mg;

środa 2025-05-28 Jadłospis dla diety: PUŁ- WE Wegetariańska		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU OW</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>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>), Miód (25g) 1 szt , Banan 120 g , Sałata zielona 20 g ,	Zupa z soczewicy i ziemniakami () * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Kotlety z buraka 150 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Surówka z marchwi i rzepy ze śmietaną () 150 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 , Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), Pomidor 90 g , Rukola 10 g ,
		Posilek nocny: Przecier owocowy jablko-truskawka 100g 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2303.77 kcal; Białko ogółem: 81.14 g; Tłuszcz: 59.63 g; Kw. tł. nasy.: 18.13 g; Węglowodany ogółem: 380.14 g; W tym cukry: 82.01 g; Błonnik pok.: 37.15 g; Sól: 6.27 g; WW: 34.41 Por; : 14.09 %; : 66 %; Ener. z T: 23.29 %; Ener. z Bł.: 3.23 %; K: 5280.79 mg;

środa 2025-05-28 Jadłospis dla diety: PUŁ- Specjalna		
Makaron na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u>), Bułka pszenna 50g 2 szt (<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>), Sałata zielona 20 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	Grycikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ryż na sypko 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem (bez soli)* 100 g (<u>SEL</u>), Kisele o smaku cytrynowym b/c 250 ml , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Bułka pszenna 50g 2 szt (<u>GLU PSZ</u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>), Miód (25g) 1 szt , Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,
		Posilek nocny: Sałata zielona 5 g , Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ</u>), Jajko gotowane kl M 0.50 szt (<u>JAJ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1996.85 kcal; Białko ogółem: 75.5 g; Tłuszcz: 48.48 g; Kw. tł. nasy.: 20.45 g; Węglowodany ogółem: 318.33 g; W tym cukry: 34.52 g; Błonnik pok.: 13.82 g; Sól: 3.43 g; WW: 30.45 Por; : 15.12 %; : 63.77 %; Ener. z T: 21.85 %; Ener. z Bł.: 1.38 %; K: 1246.7 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2025-05-29 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 , Rostzonka 10 g ,	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT</u>), Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (<u>SEL</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), 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: 2163.75 kcal; Białko ogółem: 85.47 g; Tłuszcz: 60.94 g; Kw. tł. nasy.: 13.05 g; Węglowodany ogółem: 321.87 g; W tym cukry: 43.07 g; Błonnik pok.: 25.35 g; Sól: 5.62 g; WW: 29.68 Por.: 15.8 %; : 59.5 %; Ener. z T: 25.35 %; Ener. z Bł.: 2.34 %; K: 3717.4 mg;

czwartek 2025-05-29			Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Makaron pełnoziarnisty na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE_i</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ_i</u>), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ_i</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (<u>MLE_i</u>), Ogórek świeży 90 g , Roszponka 10 g ,		Barszcz biały z ziemniakami ()* 400 ml (<u>GLU PSZ_i, MLE_i, SEL_i, GLU ŻYT_i</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ_i</u>), Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (<u>SEL_i</u>), Salata zielona z jogurtem 70 g (<u>MLE_i</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,		Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ_i</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Tyrolska kielbasa wieprzowa drobno rozdrobniona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ_i</u>), Salátka jarzynowa z olejem* 150 g (<u>SEL_i</u>), Salata zielona 20 g ,	
II Śniadanie: Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 25 g (<u>SOJ_i</u>), Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ_i</u>), Salata zielona 5 g , Masło extra 82% 5 g (<u>MLE_i</u>),		Podwieczorek: Koktajl z jagód * b/c 250 g (<u>MLE_i</u>),		Posiłek nocny: Masło extra 82% 5 g (<u>MLE_i</u>), Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ_i</u>), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 25 g (<u>SOJ_i</u>), Pomidor 15 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2515.42 kcal; Białko ogółem: 108.61 g; Tłuszcz: 79.33 g; Kw. tł. nasy.: 23.73 g; Węglowodany ogółem: 358.28 g; W tym cukry: 51.18 g; Błonnik pok.: 43.94 g; Sól: 8.14 g; WW: 31.49 Por.; 17.27 %; 56.97 %; Ener. z T: 28.39 %; Ener. z Bł: 3.49 %; K: 4929.54 mg;

czwartek 2025-05-29		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>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ₊</u>), Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (<u>SEL₊</u>), Salata 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 kielbasa wieprzowa drobno rozdrobniona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ₊</u>), Salátka jarzynowa z olejem* 150 g (<u>SEL₊</u>), Salata zielona 20 g,	
		Posiłek nocny: Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE₊</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2223.08 kcal; Białko ogółem: 85.71 g; Tłuszcz: 60.89 g; Kw. tł. nasy.: 12.29 g; Węglowodany ogółem: 335.29 g; W tym cukry: 44.22 g; Błonnik pok.: 21.52 g; Sól: 5.35 g; WW: 31.45 Ppr.: 15.42 %; 60.33 %; Ener. z T: 24.65 %; Ener. z Bł.: 1.94 %; K: 3732.61 mg;

czwartek 2025-05-29		Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu	
Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₁</u>), Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (<u>MLE₁</u>), Pomidor b/skórki 90 g, Roszponka 10 g,	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁, SEL₁</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ₁</u>), Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (<u>SEL₁</u>), Sałata zielona z jogurtem 70 g (<u>MLE₁</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Tyrolska kielbasa wieprzowa drobno rozdrobniona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ₁</u>), Sałatka jarzynowa z olejem* 150 g (<u>SEL₁</u>), Sałata zielona 20 g,	
		Posiłek nocny: Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE₁</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2222.34 kcal; Białko ogółem: 85.68 g; Tłuszcz: 60.89 g; Kw. tł. nasy.: 12.29 g; Węglowodany ogółem: 335.12 g; W tym cukry: 44.11 g; Błonnik pok.: 21.48 g; Sól: 5.34 g; WW: 31.43; Por.: 15.42 %; 60.32 %; Ener. z T: 24.66 %; Ener. z Bł.: 1.93 %; K: 3721.73 mg;

czwartek 2025-05-29	Jadłospis dla diety: PUŁ- 12 Papkowata
---------------------	--

Jadłospisy dla oddziałów

Miks śniadaniowy przecierana (PUŁ) 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>), Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (<u>MLE,</u>),	Miks obiad przecierana*)(PUŁ) 500 ml (<u>JAJ, MLE, SEL,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Miks obiad przecierana*)(PUŁ) 500 ml (<u>JAJ, MLE, SEL,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,
		Posiłek nocny: Miks obiad przecierana*)(PUŁ) 500 ml (<u>JAJ, MLE, SEL,</u>), Jabłka prażone b/c 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2134.66 kcal; Białko ogółem: 106.37 g; Tłuszcz: 78.57 g; Kw. tł. nasy.: 35.57 g; Węglowodany ogółem: 267.1 g; W tym cukry 48.89 g; Błonnik pok.: 33.29 g; Sól: 3.72 g; WW: 23.14 Por.: 19.93 %; 50.05 %; Ener. z T: 33.13 %; Ener. z Bł.: 3.12 %; K: 5561.54 mg;

czwartek 2025-05-29			Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
Zacierka na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL_L</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ_L</u>), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,		Ziemniaczana *(bez mleka)() 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL_L</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ_L</u>), Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (<u>SEL_L</u>), Kukinia pieczona z olejem* 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ_L</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Tyrolska kielbasa wieprzowa drobno rozdrobniona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ_L</u>), Salátka jarzynowa z olejem* 150 g (<u>SEL_L</u>), Salata zielona 20 g ,	
				Posilek nocny: Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2 l 1 szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1975.9 kcal; Białko ogółem: 63.46 g; Tłuszcz: 57.68 g; Kw. tł. nasy.: 10.48 g; Węglowodany ogółem: 311.28 g; W tym cukry 44.53 g; Błonnik pok.: 23.4 g; Sól: 5.89 g; WW: 28.75 Por.: 12.85 %; 63.02 %; Ener. z T: 26.27 %; Ener. z Bł.: 2.37 %; K: 3472.39 mg;

czwartek 2025-05-29			Jadłospis dla diety: PUŁ- WE Wegetariańska		
Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₁</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 80 g (<u>MLE₁</u>), Ogórek świeży 90 g , Roszponka 10 g ,		Barszcz biały z ziemniakami ()* 400 ml (<u>GLU PSZ₁, MLE₁, SEL₁, GLU ŻYT₁</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ₁</u>), Risotto wegetariańskie* 300 g (<u>SEL₁</u>), Salata zielona z jogurtem 70 g (<u>MLE₁</u>), Kefir 2% tł 150 ml (<u>MLE₁</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ₁, GLU ŻYT₁</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Salatkajarzynowa z olejem* 150 g (<u>SEL₁</u>), Salata zielona 20 g , Hummus 50 g (<u>SEZ₁</u>),	
				Posiłek nocny: Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ₁, JAJ₁, MLE₁</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2285.72 kcal; Białko ogółem: 77.17 g; Tłuszcz: 67.63 g; Kw. tł. nasy.: 12 g; Węglowodany ogółem: 344.72 g; W tym cukry: 50.01 g; Błonnik pok.: 26.54 g; Sól: 6.2 g; WW: 31.91 Por: 13.5 %; 60.33 %; Ener. z T: 26.63 %; Ener. z Bł.: 2.32 %; K: 3715.29 mg;

czwartek 2025-05-29			Jadłospis dla diety: PUŁ- Specjalna		
Zacierka na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Bułka pszenna 50g 2 szt (<u>GLU PSZ₁</u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE₁</u>), Pasta z twarogu z natką pietruszki 100 g (<u>MLE₁</u>), Miód (25g) 1 szt, Jabłka prażone b/c 150 g , Salata zielona 20 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,		Koperkowa z ryżem (bez soli)* 400 ml (<u>MLE₁</u>, <u>SEL₁</u>), Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (<u>SEL₁</u>), Marchew gotowana z olejem (bez soli)* 100 g , Kisiel o smaku wiśniowym b/c 250 ml , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,		Bułka pszenna 50g 2 szt (<u>GLU PSZ₁</u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE₁</u>), Serek a`la homogenizowany z ziołami 100 g (<u>MLE₁</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	
				Posiłek nocny: Kalafior gotowany (bez soli)* 70 g , Wafle ryżowe 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2043.24 kcal; Białko ogółem: 78.17 g; Tłuszcz: 47.88 g; Kw. tł. nasy.: 20.77 g; Węglowodany ogółem: 329.09 g; W tym cukry 44.21 g; Błonnik pok.: 19.11 g; Sól: 96 g; WW: 31.05 Por.; : 15.3 %; : 64.42 %; Ener. z T: 21.09 %; Ener. z Bł.: 1.87 %; K: 1556.42 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2025-05-30 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Kasza manna na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ</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>GLU PSZ</u> , <u>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>), Dżem 25 g 1 szt, Jabłko 150 g ,	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem* 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba smażona (Morszczuk) 90 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u>), Salátka z kapusty czerwonej z olejem () b/c 100 g , Szpinak gotowany 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</u> , <u>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>), Salátka z pomidorów i koperku 100 g ,
		Posiłek nocny: Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2258.89 kcal; Białko ogółem: 100.14 g; Tłuszcz: 67 g; Kw. tł. nasy.: 19.1 g; Węglowodany ogółem: 329.43 g; W tym cukry: 83.14 g; Błonnik pok.: 27.45 g; Sól: 6.71 g; WW: 30.2 Por; : 17.73 %; : 58.34 %; Ener. z T: 26.7 %; Ener. z Bł.: 2.43 %; K: 4299.56 mg;

piątek 2025-05-30 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>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE</u>), Pomidor 80 g , Salátka zielona 20 g ,	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem pełnoziarnistym* 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba gotowana (Morszczuk) 80 g (<u>RYB</u>), Salátka z kapusty czerwonej z olejem () b/c 100 g , Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ</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>), Salátka 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>), Salátka zielona 5 g , Ser żółty 25 g (<u>MLE</u>), Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ</u>),	Posiłek nocny: Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2174.16 kcal; Białko ogółem: 118.52 g; Tłuszcz: 57.12 g; Kw. tł. nasy.: 18.24 g; Węglowodany ogółem: 313.61 g; W tym cukry: 61.45 g; Błonnik pok.: 32.86 g; Sól: 6.6 g; WW: 28.15 Por; : 21.81 %; : 57.7 %; Ener. z T: 23.64 %; Ener. z Bł.: 3.02 %; K: 5042.97 mg;

piątek 2025-05-30 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Kasza manna na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ</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>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>), Dżem 25 g 1 szt , Jabłka prażone b/c 150 g ,	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem* 400 ml (<u>GLU PSZ</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>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 , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Salátka z pomidorów i koperku 100 g ,
		Posiłek nocny: Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2002.59 kcal; Białko ogółem: 95.29 g; Tłuszcz: 39.32 g; Kw. tł. nasy.: 10.05 g; Węglowodany ogółem: 328.41 g; W tym cukry: 67.65 g; Błonnik pok.: 19.93 g; Sól: 4.62 g; WW: 30.89 Por; : 19.03 %; : 65.6 %; Ener. z T: 17.67 %; Ener. z Bł.: 1.99 %; K: 3882.2 mg;

piątek 2025-05-30 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
Kasza manna na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ</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>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>), Dżem 25 g 1 szt , Jabłka prażone b/c 150 g ,	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem* 400 ml (<u>GLU PSZ</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>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 , Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE</u>), Salátka z pomidorów i koperku b/skórki 100 g ,
		Posiłek nocny: Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2005.39 kcal; Białko ogółem: 100.24 g; Tłuszcz: 36.47 g; Kw. tł. nasy.: 8.55 g; Węglowodany ogółem: 330.51 g; W tym cukry: 67.65 g; Błonnik pok.: 19.93 g; Sól: 4.48 g; WW: 31.13 Por; : 19.99 %; : 65.93 %; Ener. z T: 16.37 %; Ener. z Bł.: 1.99 %; K: 3815.7 mg;

piątek 2025-05-30 Jadłospis dla diety: PUŁ- 12 Papkowata		
Miks śniadaniowy przecierana (PUŁ) 500 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (<u>MLE</u>),	Miks obiad przecierana*()(PUŁ) 500 ml (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Miks obiad przecierana*()(PUŁ) 500 ml (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,

Jadłospisy dla oddziałów

		Posiłek nocny: Miks obiad przecierana*(PUL) 500 ml (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt ,
--	--	---

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2107.66 kcal; Białko ogółem: 106.15 g; Tłuszcz: 77.95 g; Kw. tł. nasy.: 34.95 g; Węglowodany ogółem: 260.37 g; W tym cukry: 65.69 g; Błonnik pok.: 29.17 g; Sól: 3.77 g; WW: 22.88 Por; : 20.15 %; : 49.41 %; Ener. z T: 33.29 %; Ener. z Bł.: 2.77 %; K: 5561.54 mg;

piątek 2025-05-30 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
Kasza manna na wywarze jarzynowym* 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ</u>), Dżem 25 g 1 szt , Jabłka prażone b/c 150 g ,	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem* (bez mleka) 400 ml (<u>GLU PSZ</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>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 , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Sałatka z pomidorów i koperku b/skórki 100 g ,
		Posiłek nocny: Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1791.49 kcal; Białko ogółem: 75.19 g; Tłuszcz: 36.35 g; Kw. tł. nasy.: 8.17 g; Węglowodany ogółem: 302.22 g; W tym cukry: 43.8 g; Błonnik pok.: 20.87 g; Sól: 5.27 g; WW: 28.18 Por; : 16.79 %; : 67.48 %; Ener. z T: 18.26 %; Ener. z Bł.: 2.33 %; K: 2965.28 mg;

piątek 2025-05-30 Jadłospis dla diety: PUŁ- WE Wegetariańska		
Kasza manna na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u>), Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JECZ</u>), 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 , Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), Dżem 25 g 1 szt , Jabłko 150 g ,	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem* 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Kotlety ziemniaczane ze szpinakiem () 100 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u>), Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () b/c 100 g , Szpinak gotowany 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</u> , <u>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>), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g ,
		Posiłek nocny: Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2118.68 kcal; Białko ogółem: 75.13 g; Tłuszcz: 55.75 g; Kw. tł. nasy.: 17.7 g; Węglowodany ogółem: 345.88 g; W tym cukry: 83.64 g; Błonnik pok.: 28.76 g; Sól: 6.3 g; WW: 31.74 Por; : 14.18 %; : 65.3 %; Ener. z T: 23.68 %; Ener. z Bł.: 2.71 %; K: 4323.9 mg;

piątek 2025-05-30 Jadłospis dla diety: PUŁ- Specjalna		
Kasza manna na wywarze jarzynowym* 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Bułka pszenna 50g 2 szt (<u>GLU PSZ</u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>), Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE</u>), Dżem 25 g 1 szt , Jabłka prażone b/c 200 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 250 ml , Kalafiorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Ryba gotowana (Morszczuk) 80 g (<u>RYB</u>), Ryż na sypko 200 g , Bukiet warzyw gotowanych królewski* (bez soli) 100 g , Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Bułka pszenna 50g 2 szt (<u>GLU PSZ</u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Roszponka 10 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,
		Posiłek nocny: Biskopty b/ml 30 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1902.11 kcal; Białko ogółem: 77.36 g; Tłuszcz: 38.2 g; Kw. tł. nasy.: 15.13 g; Węglowodany ogółem: 314.17 g; W tym cukry: 34.68 g; Błonnik pok.: 12.34 g; Sól: 1.61 g; WW: 30.21 Por; : 16.27 %; : 66.07 %; Ener. z T: 18.08 %; Ener. z Bł.: 1.3 %; K: 894.23 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2025-05-31		
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 JEĆZ</u>), Wątróbka wieprzowa duszona w sosie własnym 180 g (<u>GLU PSZ</u>), Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g , 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>), Szyńka Konserwowa drobiowa z dodatkami 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: 2398.37 kcal; Białko ogółem: 106.49 g; Tłuszcz: 75.52 g; Kw. tł. nasy.: 15.66 g; Węglowodany ogółem: 338.4 g; W tym cukry: 60.67 g; Błonnik pok.: 33.24 g; Sól: 9.71 g; WW: 30.65 Por.: 17.76 %; 56.44 %; Ener. z T: 28.34 %; Ener. z Bł.: 2.77 %; K: 4011.87 mg;

sobota 2025-05-31			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 JE CZ</u>), Gulasz wieprzowy- dieta 180 g (<u>GLU PSZ</u>), Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g , 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: 2315.31 kcal; Białko ogółem: 113.85 g; Tłuszcz: 60.2 g; Kw. tł. nasy.: 12.63 g; Węglowodany ogółem: 347.81 g; W tym cukry: 65.7 g; Błonnik pok.: 41.35 g; Sól: 8.97 g; WW: 30.69 Por.: 19.67 %; 60.09 %; Ener. z T: 23.4 %; Ener. z Bł.: 3.57 %; K: 4260.37 mg;

sobota 2025-05-31		Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna	
Ryż na mleku/p 400 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₁</u>), Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szyunka Familijna wieprzowa, z dodatkiem wody i białka wp z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, MLE₁</u>), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i olejem* 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>MLE, SEL₁</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ₁</u>), Gulasz wieprzowy- dieta 180 g (<u>GLU PSZ₁</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 PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE₁</u>), Szyunka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ₁</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;

sobota 2025-05-31 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
Ryż na mleku/p 400 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₁</u>), Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt., Szyńka Familijna wieprzowa, z dodatkiem wody i białka wp z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, MLE₁</u>), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i olejem* 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>MLE, SEL₁</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ₁</u>), Gulasz wieprzowy- dieta 180 g (<u>GLU PSZ₁</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 PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE₁</u>), Szyńka Konserwowa drobiowa z dodatkami surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ₁</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

sobota 2025-05-31			Jadłospis dla diety: PUŁ- 12 Papkowata		
Miks śniadaniowy przecierana (PUŁ) 500 ml (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (<u>MLE</u>),		Miks obiad przecierana*()(PUŁ) 500 ml (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,		Miks obiad przecierana*()(PUŁ) 500 ml (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	
				Posiłek nocny: Miks obiad przecierana*()(PUŁ) 500 ml (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Sok pomidorowy 250 ml ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2076.66 kcal; Białko ogółem: 107.55 g; Tłuszcz: 78.25 g; Kw. tł. nasy.: 34.88 g; Węglowodany ogółem: 251.67 g; W tym cukry: 55.39 g; Błonnik pok.: 31.92 g; Sól: 4.92 g; WW: 21.83 Por.: 20.72 %; 48.48 %; Ener. z T: 33.91 %; Ener. z Bł.: 3.07 %; K: 6211.54 mg;

sobota 2025-05-31			Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
Ryż na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL₁</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt., Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ₁</u>), Salatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i olejem* 80 g , Salata zielona 20 g ,		Selerowa z ziemniakami (bez mleka)*() 400 ml (<u>SEL₁</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ₁</u>), Gulasz wieprzowy- dieta 180 g (<u>GLU PSZ₁</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 PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt., Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ₁</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ₁</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Mix salat 20 g ,	
				Posiłek nocny: Banan 120 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2032.95 kcal; Białko ogółem: 81.53 g; Tłuszcz: 53.65 g; Kw. tł. nasy.: 13.43 g; Węglowodany ogółem: 319.56 g; W tym cukry: 56.71 g; Błonnik pok.: 30.02 g; Sól: 6.66 g; WW: 29.01 Por.: 16.04 %; 62.88 %; Ener. z T: 23.75 %; Ener. z Bł.: 2.95 %; K: 3920.91 mg;

sobota 2025-05-31		Jadłospis dla diety: PUŁ- WE Wegetariańska	
Ryż na mleku/p 400 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₁</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Parówki sojowe 80 g (<u>GLU PSZ, może zawierać: SOJ, GOR, SEZ, S02₁</u>), Musztarda 10 g (<u>GOR₁</u>), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i olejem* 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Pierogi z twarogiem 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE₁</u>), Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE₁</u>), Buraczki gotowane () 100 g , Kalafior gotowany* 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszaný pszenno-żytny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₁</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE₁</u>), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,	
		Posiłek nocny: Banan 120 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2564.95 kcal; Białko ogółem: 116.42 g; Tłuszcz: 59.91 g; Kw. tł. nasy.: 15.86 g; Węglowodany ogółem: 404.4 g; W tym cukry: 92.53 g; Błonnik pok.: 33.93 g; Sól: 6.49 g; WW: 37.11 Por.: 18.15 %; 63.07 %; Ener. z T: 21.02 %; Ener. z Bł.: 2.65 %; K: 4222.35 mg;

sobota 2025-05-31		Jadłospis dla diety: PUŁ- Specjalna	
Ryż na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL₁</u>), Bułka pszenna 50g 2 szt (<u>GLU PSZ₁</u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE₁</u>), Twarożek na słodko 100 g (<u>MLE₁</u>), Miód (25g) 1 szt , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	Grycikowa (bez soli)* 400 ml (<u>GLU PSZ₁</u> , <u>SEL₁</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JEČZ₁</u>), Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (<u>GLU PSZ₁</u> , <u>SOJ₁</u> , <u>SEL₁</u>), Marchew gotowana z olejem* 100 g , Kisiel o smaku cytrynowym b/c 250 ml , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Bułka pszenna 50g 2 szt (<u>GLU PSZ₁</u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE₁</u>), Salátka z ryżu i kalafiora - dieta 120 g (<u>MLE₁</u> , <u>SEL₁</u>), Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonie niejadalnej 30 g (<u>SOJ₁</u>), Salátka zielona 10 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	
		Posiłek nocny: Jabłka prażone b/c 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1907.94 kcal; Białko ogółem: 54.52 g; Tłuszcz: 39.18 g; Kw. tł. nasy.: 16.43 g; Węglowodany ogółem: 342.66 g; W tym cukry: 43.11 g; Błonnik pok.: 23.24 g; Sól: 2.49 g; WW: 32.02 Por.: 11.43 %; 71.84 %; Ener. z T: 18.48 %; Ener. z Bł.: 2.44 %; K: 1409.81 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2025-06-01		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <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 , Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (<u>MLE</u>), Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU 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 PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ</u>), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g ,
		Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2001.8 kcal; Białko ogółem: 104.52 g; Tłuszcz: 57.52 g; Kw. tł. nasy.: 14.87 g; Węglowodany ogółem: 282.49 g; W tym cukry: 54.87 g; Błonnik pok.: 27.61 g; Sól: 7.45 g; WW: 25.56 Por.: 20.89 %; 56.45 %; Ener. z T: 25.86 %; Ener. z Bł.: 2.76 %; K: 4403.61 mg;

niedziela 2025-06-01			Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Platki pszenne na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu i sieniemia z natką pietruszki 80 g (<u>MLE₁</u>), Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g ,		Rosół z makaronem pełnoziarnistym * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Ziemiaki z koperkiem gotowane () 200 g , Udziec z kurczaka gotowany z/lk 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 PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ₁</u>), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g ,	
II Śniadanie: Surówka z marchwi i jabłka b/c () 150 g (<u>MLE₁</u>),		Podwieczorek: Koktajl z jagód* 200 g (<u>MLE₁</u>),		Posiłek nocny: Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE₁</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2183.79 kcal; Białko ogółem: 121.45 g; Tłuszcz: 65.15 g; Kw. tł. nasy.: 19.34 g; Węglowodany ogółem: 298.09 g; W tym cukry: 70.14 g; Błonnik pok.: 39.22 g; Sól: 7.89 g; WW: 25.96 Por.: 22.25 %; 54.6 %; Ener. z T: 26.85 %; Ener. z Bł.: 3.59 %; K: 5816.31 mg;

niedziela 2025-06-01			Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Platki pszenne na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, 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 PSZ, 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 PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Poledwica Sopocka 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;

niedziela 2025-06-01			Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
Platki pszenne na mleku/p. 400 ml (<u>GLU PSZ</u>, <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 , 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 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 PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ</u>), Sałatka z pomidorów i koperku b/skórki 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;

niedziela 2025-06-01			Jadłospis dla diety: PUŁ- 12 Papkowata		
Miks śniadaniowy przecierana (PUŁ) 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (<u>MLE</u>),		Miks obiad przecierana*(PUŁ) 500 ml (<u>JAJ, MLE, SEL</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,		Miks obiad przecierana*(PUŁ) 500 ml (<u>JAJ, MLE, SEL</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	

Jadłospisy dla oddziałów

		Posilek nocny: Miks obiad przecierana*)(PUL) 500 ml (JAJ , MLE , SEL), Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt ,
--	--	--

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2096.66 kcal; Białko ogółem: 106.75 g; Tłuszcz: 78.55 g; Kw. tł. nasy.: 35.05 g; Węglowodany ogółem: 255.17 g; W tym cukry: 60.89 g; Błonnik pok.: 29.17 g; Sól: 3.78 g; WW: 22.38 Por; : 20.37 %; : 48.68 %; Ener. z T: 33.72 %; Ener. z Bł.: 2.78 %; K: 5561.54 mg;

niedziela 2025-06-01 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 400 ml (GLUPSZ , SEL), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (SOJ), Salata zielona 20 g , Jabłko pieczone 150 g ,	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ , SEL), 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 (GLU PSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ), Salátka z pomidorów i koperku b/skórki 100 g ,
		Posilek nocny: Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1901.29 kcal; Białko ogółem: 85.86 g; Tłuszcz: 49.09 g; Kw. tł. nasy.: 11.85 g; Węglowodany ogółem: 290.36 g; W tym cukry: 48.2 g; Błonnik pok.: 23.18 g; Sól: 7.24 g; WW: 26.67 Por; : 18.06 %; : 61.09 %; Ener. z T: 23.24 %; Ener. z Bł.: 2.44 %; K: 3614.03 mg;

niedziela 2025-06-01 Jadłospis dla diety: PUŁ- WE Wegetariańska		
Płatki pszenne 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 (GLUPSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (MLE), Pomidor 80 g , Salata zielona 20 g ,	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ , SEL), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Kotlety sojowe 90 g (SOJ), 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 (GLU PSZ , GLU ŻYT), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Hummus 80 g (SEZ), Salátka z pomidorów i koperku 100 g ,
		Posilek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2054.71 kcal; Białko ogółem: 93.03 g; Tłuszcz: 59.66 g; Kw. tł. nasy.: 11.22 g; Węglowodany ogółem: 296.34 g; W tym cukry: 54.87 g; Błonnik pok.: 34.23 g; Sól: 7.09 g; WW: 26.3 Por; : 18.11 %; : 57.69 %; Ener. z T: 26.13 %; Ener. z Bł.: 3.33 %; K: 3849.77 mg;

niedziela 2025-06-01 Jadłospis dla diety: PUŁ- Specjalna		
Kasza manna na wywarze jarzynowym* 300 ml (GLUPSZ , SEL), Bułka pszenna 50g 2 szt (GLU PSZ), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE), Twarożek z szynką drobiowo wieprz 100 g (SOJ , MLE), Marchew gotowana z olejem (bez soli)* 70 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	Bulion warzywny z makaronem * 400 ml (GLU PSZ , SEL), Schab pieczony w rękawie 80 g , Sos własny () 100 ml (GLU PSZ , SEL), Makaron 150 g (GLU PSZ), 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), Serek homo. naturalny 100 g (MLE), Rukola 10 g , Miód (25g) 1 szt , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,
		Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt , Wafle ryżowe 40 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1924.22 kcal; Białko ogółem: 86.66 g; Tłuszcz: 41.93 g; Kw. tł. nasy.: 16.48 g; Węglowodany ogółem: 301.38 g; W tym cukry: 36 g; Błonnik pok.: 14.54 g; Sól: 1.62 g; WW: 28.66 Por; : 18.02 %; : 62.65 %; Ener. z T: 19.61 %; Ener. z Bł.: 1.51 %; K: 1342.76 mg;