

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2025-06-09 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Płatki pszenne 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 , Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>), Ogórek świeży 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Fasolowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>), Sos jogurtowy z twarogiem z/c 150 g (<u>MLE,</u>), Arbuz 150 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>), Pomidor 80 g , Roszponka 20 g , Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>),
		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2013.03 kcal; Białko ogółem: 96.67 g; Tłuszcz: 36.88 g; Kw. tł. nasy.: 10.71 g; Węglowodany ogółem: 338.21 g; W tym cukry: 70.69 g; Błonnik pok.: 27.56 g; Sól: 9.18 g; WW: 31.02 Por; : 19.21 %; : 67.2 %; Ener. z T: 16.49 %; Ener. z Bł.: 2.74 %; K: 3448.83 mg;

poniedziałek 2025-06-09 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Płatki pszenne 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 , Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>), Ogórek świeży 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Fasolowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ,</u>), Sos jogurtowy z twarogiem b/c 150 g (<u>MLE,</u>), Arbuz 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 , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>), Pomidor 80 g , Roszponka 20 g , Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>),
II Śniadanie: Koktajl truskawkowy* b/c 200 ml (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: Sałatka rubinowa b/c 100 g ,	Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2090.92 kcal; Białko ogółem: 107.87 g; Tłuszcz: 43.96 g; Kw. tł. nasy.: 12.76 g; Węglowodany ogółem: 330.37 g; W tym cukry: 74.87 g; Błonnik pok.: 37.79 g; Sól: 9.3 g; WW: 29.27 Por; : 20.64 %; : 63.2 %; Ener. z T: 18.92 %; Ener. z Bł.: 3.62 %; K: 4391.51 mg;

poniedziałek 2025-06-09 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Płatki 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 , Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami*() 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>), Sos jogurtowy z twarogiem z/c 150 g (<u>MLE,</u>), Arbuz 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 , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Roszponka 20 g , Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>),
		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1978.27 kcal; Białko ogółem: 92.12 g; Tłuszcz: 37.67 g; Kw. tł. nasy.: 10.71 g; Węglowodany ogółem: 327.32 g; W tym cukry: 73.27 g; Błonnik pok.: 16.75 g; Sól: 8.25 g; WW: 31.05 Por; : 18.63 %; : 66.18 %; Ener. z T: 17.14 %; Ener. z Bł.: 1.69 %; K: 3182.87 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-06-09 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
Płatki 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>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami*() 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>), Sos jogurtowy z twarogiem z/c 150 g (<u>MLE</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml , Banan 150 g ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Roszponka 20 g , Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u>),
		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1988.45 kcal; Białko ogółem: 91.9 g; Tłuszcz: 34.28 g; Kw. tł. nasy.: 9.38 g; Węglowodany ogółem: 339.65 g; W tym cukry: 78.97 g; Błonnik pok.: 18.4 g; Sól: 9.38 g; WW: 32.21 Por; : 18.49 %; : 68.32 %; Ener. z T: 15.52 %; Ener. z Bł.: 1.85 %; K: 3385.37 mg;

poniedziałek 2025-06-09 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 ,
		Posiłek 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 2025-06-09 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 50 g , Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami*() (bez mleka) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Makaron 200 g (<u>GLUPSZ</u>), Pulpet jarski () 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u>), Sos majerankowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Szpinak gotowany z olejem* 80 g (<u>GLU PSZ</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml , Arbuz 150 g ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Roszponka 20 g , Dżem 30 g ,
II Śniadanie: Chrupki kukurydziane 20 g ,		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2047.24 kcal; Białko ogółem: 71.08 g; Tłuszcz: 45.88 g; Kw. tł. nasy.: 8.18 g; Węglowodany ogółem: 350.64 g; W tym cukry: 59.17 g; Błonnik pok.: 26.56 g; Sól: 6.65 g; WW: 32.38 Por; : 13.89 %; : 68.51 %; Ener. z T: 20.17 %; Ener. z Bł.: 2.6 %; K: 3213.32 mg;

poniedziałek 2025-06-09 Jadłospis dla diety: PUŁ- WE Wegetariańska		
Płatki 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>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek 80 g (<u>MLE</u>), Ogórek świeży 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Fasolowa z ziemniakami () * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>), Sos jogurtowy z twarogiem z/c 150 g (<u>MLE</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml , Arbuz 150 g ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Roszponka 20 g , Dżem 30 g ,
		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2146.9 kcal; Białko ogółem: 102.6 g; Tłuszcz: 37.84 g; Kw. tł. nasy.: 12.05 g; Węglowodany ogółem: 361.36 g; W tym cukry: 86.52 g; Błonnik pok.: 22.37 g; Sól: 6.44 g; WW: 33.89 Por; : 19.12 %; : 67.33 %; Ener. z T: 15.86 %; Ener. z Bł.: 2.08 %; K: 3560.26 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-06-09		Jadłospis dla diety: PUŁ- Specjalna
Kasza manna na wywarze jarzynowym* 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ.</u> <u>SEL.</u>), Bułka pszenna 50g 2. x 1 szt (<u>GLU</u> <u>PSZ.</u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>), Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>), Miód (25g) 1 szt ,	Koperkowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ.</u> <u>MLE.</u> <u>SEL.</u>), Kisiel o smaku cytrynowym b/c 250 ml , Sos jogurtowy z twarogiem z/c 150 g (<u>MLE.</u>), Makaron 150 g (<u>GLU</u> <u>PSZ.</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	Bułka pszenna 50g 2. x 1 szt (<u>GLU</u> <u>PSZ.</u>), Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>), Kalafior gotowany* 70 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,
II Śniadanie: Jabłko 200 g ,		Posiłek nocny: Podpłomyki b/c 40 g (<u>GLU</u> <u>PSZ.</u> <u>MLE.</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1982.37 kcal; Białko ogółem: 74.86 g; Tłuszcz: 45.41 g; Kw. tł. nasy.: 21.82 g; Węglowodany ogółem: 320.12 g; W tym cukry: 63.29 g; Błonnik pok.: 10.8 g; Sól: 1.19 g; WW: 30.88 Por; : 15.11 %; : 64.59 %; Ener. z T: 20.61 %; Ener. z Bł.: 1.09 %; K: 1113.15 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2025-06-10 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 Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE,</u>), Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ,</u>), Rukola 10 g , Pomidor 90 g ,	Szczawiowa z ziemniakami*() 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ryż na sypko 200 g , Szyńka wieprzowa gotowana 100 g , Sos meksykański 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 100 g , Buraczki gotowane () 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>), 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 , Kielbasa Szyńkowa wieprzowa grubo rozdrobniona parzona w osłonce niejadalnej 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>), Ogórek świeży 90 g ,
		Posiłek nocny: Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 25 g (<u>SOJ,</u>), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2095.55 kcal; Białko ogółem: 107.85 g; Tłuszcz: 41.75 g; Kw. tł. nasy.: 10.52 g; Węglowodany ogółem: 332.38 g; W tym cukry: 59.66 g; Błonnik pok.: 24.87 g; Sól: 7.31 g; WW: 30.78 Por; : 20.59 %; : 63.44 %; Ener. z T: 17.93 %; Ener. z Bł.: 2.37 %; K: 4189.09 mg;

wtorek 2025-06-10 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Makaron pełnoziarnisty na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE,</u>), Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ,</u>), Rukola 10 g , Pomidor 90 g ,	Szczawiowa z ziemniakami*() 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ryż na sypko (brązowy) 200 g , Szyńka wieprzowa gotowana 100 g , Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 100 g , Kalafior gotowany* 100 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>), 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 , Kielbasa Szyńkowa wieprzowa grubo rozdrobniona parzona w osłonce niejadalnej 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>), Ogórek świeży 90 g ,
II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 szt ,	Podwieczorek: Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>),	Posiłek nocny: Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 25 g (<u>SOJ,</u>), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2229.34 kcal; Białko ogółem: 126.49 g; Tłuszcz: 49.58 g; Kw. tł. nasy.: 11.22 g; Węglowodany ogółem: 333.41 g; W tym cukry: 59.62 g; Błonnik pok.: 40.17 g; Sól: 8.29 g; WW: 29.4 Por; : 22.69 %; : 59.82 %; Ener. z T: 20.02 %; Ener. z Bł.: 3.6 %; K: 4415.43 mg;

wtorek 2025-06-10 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 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE,</u>), Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ,</u>), Rukola 10 g , Pomidor b/skórki 90 g ,	Brokułowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ryż na sypko 200 g , Szyńka wieprzowa gotowana 100 g , Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>), 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 z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ, SEL,</u>), Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 100 g (<u>SEL,</u>),
		Posiłek nocny: Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 25 g (<u>SOJ,</u>), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2154.83 kcal; Białko ogółem: 101.7 g; Tłuszcz: 48.66 g; Kw. tł. nasy.: 11.57 g; Węglowodany ogółem: 337.57 g; W tym cukry: 55.27 g; Błonnik pok.: 22.88 g; Sól: 7.03 g; WW: 31.52 Por; : 18.88 %; : 62.66 %; Ener. z T: 20.32 %; Ener. z Bł.: 2.12 %; K: 3735.75 mg;

wtorek 2025-06-10	Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu
--------------------------	---

Jadłospisy dla oddziałów

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>GLUPSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE,</u>), Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ,</u>), Sałata zielona 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,	Brokułowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ryż na sypko 200 g , Szynka wieprzowa gotowana 100 g , Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka z piersią indycką- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 50 g (<u>SOJ, SEL,</u>), Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 100 g (<u>SEL,</u>),
		Posiłek nocny: Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 25 g (<u>SOJ,</u>), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2181.37 kcal; Białko ogółem: 104.99 g; Tłuszcz: 49.28 g; Kw. tł. nasy.: 11.71 g; Węglowodany ogółem: 341.28 g; W tym cukry: 51.79 g; Błonnik pok.: 22.84 g; Sól: 7 g; WW: 31.92 Por; : 19.25 %; : 62.58 %; Ener. z T: 20.33 %; Ener. z Bł.: 2.09 %; K: 3761.98 mg;

wtorek 2025-06-10 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 ,
		Posiłek nocny: Miks obiad przecierana*()(PUŁ) 500 ml (<u>JAJ, MLE, SEL,</u>), Przecier owocowy-jabłko 100g 1 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2103.66 kcal; Białko ogółem: 105.75 g; Tłuszcz: 77.85 g; Kw. tł. nasy.: 34.85 g; Węglowodany ogółem: 259.17 g; W tym cukry: 61.89 g; Błonnik pok.: 29.17 g; Sól: 3.72 g; WW: 22.78 Por; : 20.11 %; : 49.28 %; Ener. z T: 33.31 %; Ener. z Bł.: 2.77 %; K: 5561.54 mg;

wtorek 2025-06-10 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
Zacierka na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>GLU PSZ, 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 , Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ,</u>), Rukola 10 g , Pomidor b/skórki 90 g ,	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Ryż na sypko 200 g , Szynka wieprzowa gotowana 100 g , Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	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 piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 50 g (<u>SOJ, SEL,</u>), Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 100 g (<u>SEL,</u>),
		Posiłek nocny: Chleb mieszany pszenno-żytni 30 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 25 g (<u>SOJ,</u>), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1938.78 kcal; Białko ogółem: 80.02 g; Tłuszcz: 45.55 g; Kw. tł. nasy.: 10.24 g; Węglowodany ogółem: 314.62 g; W tym cukry: 30.77 g; Błonnik pok.: 27.06 g; Sól: 8.53 g; WW: 28.78 Por; : 16.51 %; : 64.91 %; Ener. z T: 21.15 %; Ener. z Bł.: 2.79 %; K: 2878.64 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-06-10 Jadłospis dla diety: PUŁ- WE Wegetariańska		
Zacierka 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 , Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>), Rukola 10 g , Pomidor 90 g ,	Szczawiowa z ziemniakami*() 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Kaszotto bulgur z soczewicą* 300 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 100 g , Buraczki gotowane () 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>), 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 , Hummus 50 g (<u>SEZ,</u>), Ogórek świeży 90 g ,
		Posiłek nocny: Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Ser żółty 25 g (<u>MLE,</u>), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2130.22 kcal; Białko ogółem: 86.25 g; Tłuszcz: 53.11 g; Kw. tł. nasy.: 14.15 g; Węglowodany ogółem: 333.52 g; W tym cukry: 61.92 g; Błonnik pok.: 26.21 g; Sól: 6.45 g; WW: 30.68 Por; : 16.2 %; : 62.63 %; Ener. z T: 22.44 %; Ener. z Bł.: 2.46 %; K: 3801.85 mg;

wtorek 2025-06-10 Jadłospis dla diety: PUŁ- Specjalna		
Makaron na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>), Bułka pszenna 50g 2. x 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>), Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>), Dżem 25 g 1 szt ,	Grycikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kisiel o smaku cytrynowym b/c 250 ml , Ryż na sypko 200 g , Szynka wieprzowa gotowana 50 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Marchew oprószana z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ,</u>),	Bułka pszenna 50g 2. x 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>), Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE,</u>), Miód (25g) 1 szt , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 40 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2014.26 kcal; Białko ogółem: 65.57 g; Tłuszcz: 44.37 g; Kw. tł. nasy.: 21.07 g; Węglowodany ogółem: 340.7 g; W tym cukry: 56.72 g; Błonnik pok.: 12.45 g; Sól: 1.35 g; WW: 32.96 Por; : 13.02 %; : 67.66 %; Ener. z T: 19.83 %; Ener. z Bł.: 1.24 %; K: 1123.43 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2025-06-11 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>GLUPSZ, GLU ŻYT₊</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLUPSZ₊</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>), Roszponka 20 g , Ogórek świeży 80 g ,	Pieczarkowa z makaronem * 400 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL₊</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLUPSZ, JAJ₊</u>), Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLUPSZ, MLE₊</u>), Fasolka szparagowa z wody* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT₊</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLUPSZ₊</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt., Paprykarz szczeciński 50 g (<u>RYB, SOJ₊</u>), Filet zapiekany drobiowy 30 g (<u>MLE₊</u>), Pomidor ze szczypiorkiem i olejem 80 g , Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLUPSZ, JAJ, MLE₊</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1961.66 kcal; Białko ogółem: 88.45 g; Tłuszcz: 50.05 g; Kw. tł. nasy.: 8.02 g; Węglowodany ogółem: 295.39 g; W tym cukry: 35.05 g; Błonnik pok.: 24.48 g; Sól: 7.51 g; WW: 27.27 Por.; : 18.04 %; : 60.23 %; Ener. z T: 22.96 %; Ener. z Bł.: 2.5 %; K: 3903.97 mg;

środa 2025-06-11			Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 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>), Roszponka 20 g , Ogórek świeży 80 g ,		Pieczarkowa z makaronem pełnoziarnistym * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>), Fasolka szparagowa z wody* 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 , Paprykarz szczeciński 50 g (<u>RYB, SOJ.</u>), Filet zapiekany drobiowy 30 g (<u>MLE.</u>), Pomidor ze szczypiorkiem i olejem 80 g , Sałata zielona 20 g ,	
II Śniadanie: Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>),		Podwieczorek: Chleb Graham 25 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</u>), Sałata zielona 20 g ,		Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2079.63 kcal; Białko ogółem: 100.54 g; Tłuszcz: 63.62 g; Kw. tł. nasy.: 13.41 g; Węglowodany ogółem: 292.03 g; W tym cukry: 46.35 g; Błonnik pok.: 30.74 g; Sól: 8.69 g; WW: 26.4 Por; : 19.34 %; : 56.17 %; Ener. z T: 27.53 %; Ener. z Bł.: 2.96 %; K: 4399.16 mg;

środa 2025-06-11 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 , Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ₊</u>), Roszponka 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml (<u>GLU PSZ₊ MLE₊ SEL₊</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ₊ JAJ₊</u>), Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ₊ MLE₊</u>), Marchew gotowana z olejem* 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 , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ₊</u>), Filet zapiekany drobiowy 30 g (<u>MLE₊</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ₊ JAJ₊ MLE₊</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1984.32 kcal; Białko ogółem: 89.36 g; Tłuszcz: 47.09 g; Kw. tł. nasy.: 8.87 g; Węglowodany ogółem: 304.71 g; W tym cukry: 42.42 g; Błonnik pok.: 20.28 g; Sól: 6.46 g; WW: 28.57 Por; : 18.01 %; : 61.42 %; Ener. z T: 21.36 %; Ener. z Bł.: 2.04 %; K: 3809.02 mg;

środa 2025-06-11			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, Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ</u>), Roszponka 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,		Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Marchew gotowana z olejem* 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, Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Filet zapiekany drobiowy 30 g (<u>MLE</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,		

Jadłospisy dla oddziałów

		Posiłek nocny: Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>),
--	--	---

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1984.32 kcal; Białko ogółem: 89.36 g; Tłuszcz: 47.09 g; Kw. tł. nasy.: 8.87 g; Węglowodany ogółem: 304.71 g; W tym cukry: 42.42 g; Błonnik pok.: 20.28 g; Sól: 6.46 g; WW: 28.57 Por; : 18.01 %; : 61.42 %; Ener. z T: 21.36 %; Ener. z Bł.: 2.04 %; K: 3809.02 mg;

środa 2025-06-11 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 ,
		Posiłek nocny: Miks obiad przecierana*()(PUŁ) 500 ml (<u>JAJ, MLE, SEL,</u>), 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;

środa 2025-06-11 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Schab gotowany 50 g , Roszponka 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,	Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>), Sos pietruszkowy (bez mleka)* 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>), Marchew gotowana z olejem* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>), Szyńka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (<u>SOJ, SEL,</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 150 ml ,		Posiłek nocny: Chrupki kukurydziane 20 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1887.95 kcal; Białko ogółem: 84.19 g; Tłuszcz: 43.91 g; Kw. tł. nasy.: 10.06 g; Węglowodany ogółem: 301.19 g; W tym cukry: 35.56 g; Błonnik pok.: 23.36 g; Sól: 5.16 g; WW: 27.89 Por; : 17.84 %; : 63.81 %; Ener. z T: 20.93 %; Ener. z Bł.: 2.47 %; K: 3576.71 mg;

środa 2025-06-11 Jadłospis dla diety: PUŁ- WE Wegetariańska		
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, GLU ŻYT,</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE,</u>), Roszponka 20 g , Ogórek świeży 80 g ,	Pieczarkowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Kotlety sojowe 100 g (<u>SOJ,</u>), Fasolka szparagowa z wody* 150 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 40 g (<u>MLE,</u>), Pomidor ze szczypiorkiem i olejem 80 g , Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1938.27 kcal; Białko ogółem: 95.36 g; Tłuszcz: 46.36 g; Kw. tł. nasy.: 15.46 g; Węglowodany ogółem: 287.58 g; W tym cukry: 36.87 g; Błonnik pok.: 30.94 g; Sól: 5.49 g; WW: 25.84 Por; : 19.68 %; : 59.35 %; Ener. z T: 21.53 %; Ener. z Bł.: 3.19 %; K: 3450.08 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-06-11		Jadłospis dla diety: PUŁ- Specjalna
Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL₊), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Bułka graham-pszena 50g 2 szt (GLU PSZ₊), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE₊), Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE₊),	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 250 ml , Grysikowa * 400 ml (GLU PSZ, SEL₊), Ryż na sypko 200 g , Pulpet drobiowy 80 g (GLU PSZ, JAJ₊), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Sos pietruszkowy (bez soli)* 100 ml (GLU PSZ, MLE₊), Marchew gotowana z olejem (bez soli)* 100 g ,	Bułka graham-pszena 50g 2 szt (GLU PSZ₊), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE₊), Twaróg półtłusty 50 g (MLE₊), Miód (25g) 1 szt , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 30 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1953.7 kcal; Białko ogółem: 75.04 g; Tłuszcz: 43.04 g; Kw. tł. nasy.: 17.63 g; Węglowodany ogółem: 326.48 g; W tym cukry: 39.59 g; Błonnik pok.: 23.71 g; Sól: 3.9 g; WW: 30.51 Por; : 15.36 %; : 66.84 %; Ener. z T: 19.83 %; Ener. z Bł.: 2.43 %; K: 1481.61 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2025-06-12 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU OW.</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (<u>SOJ</u> , <u>SEL.</u>), Sałatka jarzynowa z olejem () 150 g (<u>SEL.</u>), Sałata zielona 20 g ,	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GLU ŻYT.</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>), Fasolka po bretońsku 300 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR.</u>), Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 150 g (<u>SEL.</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	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 , Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>), Sałatka z pomidora i sałaty lodowej 100 g ,
		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2077.19 kcal; Białko ogółem: 79.74 g; Tłuszcz: 57.34 g; Kw. tł. nasy.: 12.45 g; Węglowodany ogółem: 328.1 g; W tym cukry: 62.25 g; Błonnik pok.: 38.27 g; Sól: 5.94 g; WW: 29.08 Por; : 15.35 %; : 63.18 %; Ener. z T: 24.85 %; Ener. z Bł.: 3.68 %; K: 4717.36 mg;

czwartek 2025-06-12 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU OW.</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 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 z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (<u>SOJ</u> , <u>SEL.</u>), Sałatka jarzynowa z olejem () 150 g (<u>SEL.</u>), Sałata zielona 20 g ,	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GLU ŻYT.</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 350 g (<u>SEL</u> , <u>GLU JĘCZ.</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>), Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 150 g (<u>SEL.</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	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 , Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>), Sałatka z pomidora i sałaty lodowej 100 g ,
II Śniadanie: Smoothie szpinak, jabłko, banan 150 g ,	Podwieczorek: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,	Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2267.3 kcal; Białko ogółem: 94.12 g; Tłuszcz: 62.34 g; Kw. tł. nasy.: 13.12 g; Węglowodany ogółem: 355.71 g; W tym cukry: 68.26 g; Błonnik pok.: 45.73 g; Sól: 8.64 g; WW: 31.1 Por; : 16.6 %; : 62.75 %; Ener. z T: 24.74 %; Ener. z Bł.: 4.03 %; K: 5275.98 mg;

czwartek 2025-06-12 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU OW.</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (<u>SOJ</u> , <u>SEL.</u>), Sałatka jarzynowa z olejem () 150 g (<u>SEL.</u>), Sałata zielona 20 g ,	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL.</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 350 g (<u>SEL</u> , <u>GLU JĘCZ.</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>), Cukinia pieczona z olejem * 150 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>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>), Sałatka z pomidora i sałaty lodowej b/skórki 100 g ,
		Posiłek nocny: Jabłko pieczone 1szt. 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2166.69 kcal; Białko ogółem: 83.08 g; Tłuszcz: 62.44 g; Kw. tł. nasy.: 11.6 g; Węglowodany ogółem: 332.74 g; W tym cukry: 60.99 g; Błonnik pok.: 31.43 g; Sól: 4.93 g; WW: 30.1 Por; : 15.34 %; : 61.43 %; Ener. z T: 25.94 %; Ener. z Bł.: 2.9 %; K: 4731.68 mg;

czwartek 2025-06-12 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

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>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (<u>SOJ, SEL.</u>), Sałatka jarzynowa z olejem () 150 g (<u>SEL.</u>), Sałata zielona 20 g ,	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 350 g (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>), Cukinia pieczona z olejem * 150 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>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek a`la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>), Sałatka z pomidora i sałaty lodowej b/skórki 100 g ,
		Posiłek nocny: Jabłko pieczone 1szt. 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2166.69 kcal; Białko ogółem: 83.08 g; Tłuszcz: 62.44 g; Kw. tł. nasy.: 11.6 g; Węglowodany ogółem: 332.74 g; W tym cukry: 60.99 g; Błonnik pok.: 31.43 g; Sól: 4.93 g; WW: 30.1 Por; : 15.34 %; : 61.43 %; Ener. z T: 25.94 %; Ener. z Bł.: 2.9 %; K: 4731.68 mg;

czwartek 2025-06-12 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 ,
		Posiłek nocny: Miks obiad przecierana*()(PUŁ) 500 ml (<u>JAJ, MLE, SEL.</u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt ,

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;

czwartek 2025-06-12 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 , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (<u>SOJ, SEL.</u>), Sałatka jarzynowa z olejem () 150 g (<u>SEL.</u>), Sałata zielona 20 g ,	Ziemniaczana *(bez mleka) () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 350 g (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>), Cukinia pieczona z olejem * 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	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 , Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>), Sałatka z pomidora i sałaty lodowej b/skórki 100 g ,
II Śniadanie: Smoothie szpinak, jabłko, banan 150 g ,		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2098.22 kcal; Białko ogółem: 66.83 g; Tłuszcz: 59.45 g; Kw. tł. nasy.: 10.19 g; Węglowodany ogółem: 341.99 g; W tym cukry: 49.54 g; Błonnik pok.: 37.75 g; Sól: 7.39 g; WW: 30.37 Por; : 12.74 %; : 65.19 %; Ener. z T: 25.5 %; Ener. z Bł.: 3.6 %; K: 4249.88 mg;

czwartek 2025-06-12 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 Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Sałatka jarzynowa z olejem () 150 g (<u>SEL.</u>), Tofu 30 g (<u>SOJ.</u>), Sałata zielona 20 g ,	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>), Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie* 350 g (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>), Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 150 g (<u>SEL.</u>), Kefir 2% tł 150 ml (<u>MLE.</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	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 , Serek a`la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>), Sałatka z pomidora i sałaty lodowej 100 g ,
		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2091.04 kcal; Białko ogółem: 73.96 g; Tłuszcz: 57.42 g; Kw. tł. nasy.: 11.13 g; Węglowodany ogółem: 337.55 g; W tym cukry: 70.91 g; Błonnik pok.: 37.68 g; Sól: 4.45 g; WW: 30.09 Por; : 14.15 %; : 64.57 %; Ener. z T: 24.72 %; Ener. z Bł.: 3.6 %; K: 4781.11 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-06-12		Jadłospis dla diety: PUŁ- Specjalna
Ryż na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Bułka pszenna 50g 2. x 1 szt (<u>GLUPSZ</u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>), Twarożek 50 g (<u>MLE</u>), Dżem 25 g 1 szt , Sałata zielona 20 g ,	Koperkowa z makaronem 400 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL</u>), Risotto z mięsem wieprz i warzywami oraz kurkumą (bez brokuła) * 250 g (<u>SEL</u>), Sałata zielona z kefirem 100 g (<u>MLE</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Bułka pszenna 50g 2. x 1 szt (<u>GLUPSZ</u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>), Serek a`la homogenizowany z ziołami 100 g (<u>MLE</u>), Jabłko 200 g ,
		Posiłek nocny: Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLUPSZ</u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>), Sałatka z ryżu i kalafiora- dieta 150 g (<u>MLE, SEL</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1881.42 kcal; Białko ogółem: 70.07 g; Tłuszcz: 50.5 g; Kw. tł. nasy.: 24.1 g; Węglowodany ogółem: 291.43 g; W tym cukry: 46.01 g; Błonnik pok.: 15.89 g; Sól: 1.37 g; WW: 27.67 Por; : 14.9 %; : 61.96 %; Ener. z T: 24.16 %; Ener. z Bł.: 1.69 %; K: 1610.72 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2025-06-13 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Kasza manna na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>), 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, Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE₁</u>), Miód (25g) 1 szt, Jabłko 150 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Szpinakowa z zacierką * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁, SEL₁</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Kotlet z ryby (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ₁, RYB₁</u>), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g , Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL₁</u>), Kompot owocowy* 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 , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ₁</u>), Polędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ₁</u>), Ćwikła z chrzanem () 100 g (<u>MLE₁, SOJ₁</u>), Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE₁, GLU ŻYT, GLU JĘCZ₁</u>),
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2143.61 kcal; Białko ogółem: 92.26 g; Tłuszcz: 50.34 g; Kw. tł. nasy.: 10.23 g; Węglowodany ogółem: 346.14 g; W tym cukry: 77.68 g; Błonnik pok.: 33.33 g; Sól: 7.85 g; WW: 31.27 Por.; : 17.22 %; : 64.59 %; Ener. z T: 21.14 %; Ener. z Bł.: 3.11 %; K: 4977.87 mg;

piątek 2025-06-13 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</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 100 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	Szpinakowa z zacierką * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba pieczona w ziołach (Morszczuk) 100 g (<u>RYB.</u>), Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLUPSZ, MLE.</u>), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g , Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>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 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ.</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>), Ćwikla z chrzanem b/c () 100 g (<u>MLE, S02.</u>),
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),	Podwieczorek: Chleb Graham 25 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Twarożek z natką pietruszki 30 g (<u>MLE.</u>), Sałata zielona 10 g ,	Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2205.36 kcal; Białko ogółem: 126.42 g; Tłuszcz: 60.83 g; Kw. tł. nasy.: 13.32 g; Węglowodany ogółem: 306.42 g; W tym cukry: 60.14 g; Błonnik pok.: 35.99 g; Sól: 8.07 g; WW: 27.12 Por; : 22.93 %; : 55.58 %; Ener. z T: 24.82 %; Ener. z Bł.: 3.26 %; K: 5884.52 mg;

piątek 2025-06-13			Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Kasza manna na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</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>), Miód (25g) 1 szt , Jabłko pieczone 1szt. 1 szt , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,		Szpinakowa z zacierką* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba pieczona w ziołach (Morszczuk) 100 g (<u>RYB,</u>), Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Bukiet jarzyn oprószany z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), 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 , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>), Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ,</u>), Ćwikła z jabłkiem () 100 g ,	
				Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2198.82 kcal; Białko ogółem: 107.6 g; Tłuszcz: 49.12 g; Kw. tł. nasy.: 10.22 g; Węglowodany ogółem: 344.13 g; W tym cukry: 73.71 g; Błonnik pok.: 24.65 g; Sól: 7.07 g; WW: 31.96 Por; : 19.57 %; : 62.6 %; Ener. z T: 20.1 %; Ener. z Bł.: 2.24 %; K: 4902.68 mg;

piątek 2025-06-13		Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu	
Kasza manna na mleku/p 400 ml (<u>GLUPSZ, MLE,</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE,</u>), Miód (25g) 1 szt, Jabłko pieczone 1szt. 1 szt, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,		Szpinakowa z zacierką* 400 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba pieczona w ziołach (Morszczuk) 100 g (<u>RYB,</u>), Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLUPSZ, MLE,</u>), Bukiet jarzyn oprószany z olejem* 150 g (<u>GLUPSZ, SEL,</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, Polędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ,</u>), Ćwikła z jabłkiem () 100 g ,	
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,	

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2089.47 kcal; Białko ogółem: 99.49 g; Tłuszcz: 44.56 g; Kw. tł. nasy.: 8.79 g; Węglowodany ogółem: 334.98 g; W tym cukry: 67.29 g; Błonnik pok.: 24.65 g; Sól: 7.26 g; WW: 31.08 Por; : 19.05 %; : 64.13 %; Ener. z T: 19.19 %; Ener. z Bł.: 2.36 %; K: 4677.93 mg;

piątek 2025-06-13 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 ,
		Posiłek nocny: Miks obiad przecierana*(PUŁ) 500 ml (<u>JAJ, MLE, SEL</u>), Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2102.6 kcal; Białko ogółem: 107.55 g; Tłuszcz: 78.25 g; Kw. tł. nasy.: 34.88 g; Węglowodany ogółem: 258.15 g; W tym cukry: 61.87 g; Błonnik pok.: 31.92 g; Sól: 4.92 g; WW: 22.48 Por; : 20.46 %; : 49.11 %; Ener. z T: 33.49 %; Ener. z Bł.: 3.04 %; K: 6211.67 mg;

piątek 2025-06-13 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
Kasza manna na wywarze jarzynowym* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Filet z kurczaka gotowany 50 g , Miód (25g) 1 szt , Jabłko pieczone 1szt. 1 szt , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Szpinakowa z zacierką *(bez mleka) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba pieczona w ziołach (Morszczuk) 100 g (<u>RYB</u>), Sos cytrynowy (bez mleka) 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Bukiet jarzyn oprószany z olejem* 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>), Polędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ</u>), Ćwikła z jabłkiem () 100 g ,
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2023.6 kcal; Białko ogółem: 97.24 g; Tłuszcz: 47.11 g; Kw. tł. nasy.: 8.68 g; Węglowodany ogółem: 314.88 g; W tym cukry: 49.57 g; Błonnik pok.: 25.6 g; Sól: 6.69 g; WW: 28.91 Por; : 19.22 %; : 62.24 %; Ener. z T: 20.95 %; Ener. z Bł.: 2.53 %; K: 4327.81 mg;

piątek 2025-06-13 Jadłospis dla diety: PUŁ- WE Wegetariańska		
Kasza manna 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 , Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>), Miód (25g) 1 szt , Jabłko 150 g ,	Szpinakowa z zacierką * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Kotlety z ciecierzycy () 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Bukiet jarzyn oprószany z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Ćwikła z chrzanem () 100 g (<u>MLE, SOJ</u>),
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2401.26 kcal; Białko ogółem: 86.4 g; Tłuszcz: 63.93 g; Kw. tł. nasy.: 11.47 g; Węglowodany ogółem: 379.96 g; W tym cukry: 89.99 g; Błonnik pok.: 32.08 g; Sól: 6.11 g; WW: 34.76 Por; : 14.39 %; : 63.29 %; Ener. z T: 23.96 %; Ener. z Bł.: 2.67 %; K: 4523.56 mg;

piątek 2025-06-13 Jadłospis dla diety: PUŁ- Specjalna		
Kasza manna na wywarze jarzynowym* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Bułka pszenna 50g 2. x 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>), Serek a'la homogenizowany 80 g (<u>MLE</u>), Roszponka 10g , Miód (25g) 1 szt ,	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 250 ml , Ryżowa* 400 ml (<u>MLE, SEL</u>), Makaron pełnoziarnisty 150 g (<u>GLU PSZ</u>), Ryba pieczona (Morszczuk) 80 g (<u>RYB</u>), Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Kalafior gotowany* 100 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Bułka pszenna 50g 2. x 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>), Twarożek z natką pietruszki 80 g (<u>MLE</u>), Jabłko 100 g ,
		Posiłek nocny: Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1881.49 kcal; Białko ogółem: 80.78 g; Tłuszcz: 42.81 g; Kw. tł. nasy.: 17.12 g; Węglowodany ogółem: 292.5 g; W tym cukry: 61.75 g; Błonnik pok.: 13.24 g; Sól: 1.35 g; WW: 27.95 Por; : 17.17 %; : 62.18 %; Ener. z T: 20.48 %; Ener. z Bł.: 1.41 %; K: 1398 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2025-06-14 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 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 drobiowo-wieprz (homogenizowane,wędz.parz w osłonce niejadalnej) 80 g (<u>SOJ.</u>), Sałatka wiosenna () 100 g ,	Koperkowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Bigos 300 g (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>), Jabłko 1 szt 1 szt , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>), 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 , Pasztet z soczewicy* 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Mix sałat 20 g , Pomidor 80 g ,
		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2455.82 kcal; Białko ogółem: 85.18 g; Tłuszcz: 84.44 g; Kw. tł. nasy.: 20.69 g; Węglowodany ogółem: 353.16 g; W tym cukry: 63.93 g; Błonnik pok.: 31.49 g; Sól: 8.69 g; WW: 32.23 Por; : 13.87 %; : 57.52 %; Ener. z T: 30.94 %; Ener. z Bł.: 2.56 %; K: 4563.25 mg;

sobota 2025-06-14 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 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 wiśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (<u>SOJ.</u>), Sałatka wiosenna () 100 g ,	Koperkowa z ryżem brązowym * 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Gulasz wieprzowy z warzywami* 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 150 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>), 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 , Pasztet z soczewicy * 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Mix sałat 20 g , Pomidor 80 g ,
II Śniadanie: Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),	Podwieczorek: Budyń o smaku śmietankowym z chipsami kokosowymi b/c 150 ml (<u>MLE, SOJ.</u>),	Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2478.75 kcal; Białko ogółem: 120.46 g; Tłuszcz: 71.72 g; Kw. tł. nasy.: 16.06 g; Węglowodany ogółem: 357.64 g; W tym cukry: 76.33 g; Błonnik pok.: 41.05 g; Sól: 7.89 g; WW: 31.87 Por; : 19.44 %; : 57.71 %; Ener. z T: 26.04 %; Ener. z Bł.: 3.31 %; K: 5270.02 mg;

sobota 2025-06-14 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 , 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 wiśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (<u>SOJ.</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Koperkowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Gulasz wieprzowy z warzywami* 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>), 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 Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (<u>SOJ.</u>), Mix sałat 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,
		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2016.64 kcal; Białko ogółem: 88.2 g; Tłuszcz: 47.29 g; Kw. tł. nasy.: 10.33 g; Węglowodany ogółem: 321.59 g; W tym cukry: 48.12 g; Błonnik pok.: 24.8 g; Sól: 7.69 g; WW: 29.72 Por; : 17.5 %; : 63.79 %; Ener. z T: 21.1 %; Ener. z Bł.: 2.46 %; K: 4145.74 mg;

sobota 2025-06-14 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 , 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 wiśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (<u>SOJ.</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Koperkowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Gulasz wieprzowy z warzywami* 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Marchew gotowana z olejem* 150 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>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (<u>SOJ.</u>), Mix sałat 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,

Jadłospisy dla oddziałów

		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ.</u> , <u>JAJ.</u> , <u>MLE.</u>),
--	--	---

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1937.17 kcal; Białko ogółem: 83.45 g; Tłuszcz: 47.44 g; Kw. tł. nasy.: 10.12 g; Węglowodany ogółem: 305.22 g; W tym cukry: 40.92 g; Błonnik pok.: 23.21 g; Sól: 7.51 g; WW: 28.33 Por; : 17.23 %; : 63.02 %; Ener. z T: 22.04 %; Ener. z Bł.: 2.4 %; K: 3818.74 mg;

sobota 2025-06-14 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 ,
		Posiłek nocny: Miks obiad przecierana*()(PUŁ) 500 ml (<u>JAJ.</u> , <u>MLE.</u> , <u>SEL.</u>), Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2129.6 kcal; Białko ogółem: 105.75 g; Tłuszcz: 77.85 g; Kw. tł. nasy.: 34.85 g; Węglowodany ogółem: 265.65 g; W tym cukry: 68.37 g; Błonnik pok.: 29.17 g; Sól: 3.72 g; WW: 23.43 Por; : 19.86 %; : 49.9 %; Ener. z T: 32.9 %; Ener. z Bł.: 2.74 %; K: 5561.67 mg;

sobota 2025-06-14 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
Płatki jęczminne na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL.</u> , <u>GLU JĘCZ.</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ŻYT.</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 50 g , Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Koperkowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Gulasz wieprzowy z warzywami* 200 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>SEL.</u>), Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 150 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>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 50 g , Mix sałat 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,
		Posiłek nocny: Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1828.82 kcal; Białko ogółem: 80.24 g; Tłuszcz: 48.84 g; Kw. tł. nasy.: 11.58 g; Węglowodany ogółem: 278.44 g; W tym cukry: 38.53 g; Błonnik pok.: 25.73 g; Sól: 4.58 g; WW: 25.31 Por; : 17.55 %; : 60.9 %; Ener. z T: 24.04 %; Ener. z Bł.: 2.81 %; K: 3828.97 mg;

sobota 2025-06-14 Jadłospis dla diety: PUŁ- WE Wegetariańska		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (<u>MLE.</u> , <u>GLU JĘCZ.</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 , Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>), Sałatka wiosenna () 100 g ,	Koperkowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE.</u> , <u>SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Gulasz sojowy z warzywami * 200 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>SOJ.</u> , <u>SEL.</u>), Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE.</u> , <u>GLU ŻYT.</u> , <u>GLU JĘCZ.</u>), 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 , Pasztet z soczewicy * 80 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>JAJ.</u>), Mix sałat 20 g , Pomidor 80 g ,
		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ.</u> , <u>JAJ.</u> , <u>MLE.</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2319.9 kcal; Białko ogółem: 105.5 g; Tłuszcz: 59.33 g; Kw. tł. nasy.: 16.73 g; Węglowodany ogółem: 352.16 g; W tym cukry: 52.27 g; Błonnik pok.: 40.62 g; Sól: 5.47 g; WW: 31.24 Por; : 18.19 %; : 60.72 %; Ener. z T: 23.01 %; Ener. z Bł.: 3.5 %; K: 4237.04 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-06-14		Jadłospis dla diety: PUŁ- Specjalna
Płatki jęczminne na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL.</u> <u>GLU JĘCZ.</u>), Bułka pszenna 50g 2. x 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>), Dżem 25 g , Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>), Szynka w siatce- wieprzowa, parzona, wędzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>SOJ.</u>), Kalafior gotowany (bez soli)* 70 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	Koperkowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE.</u> <u>SEL.</u>), Kisiel z truskawkami b/c* 250 ml , Gulasz drobiowy z warzywami* (bez glutenu) 200 g (<u>SEL.</u>), Ryż na sypko 200 g , Marchew gotowana z olejem* 100 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Bułka pszenna 50g 2. x 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>), Twarożek 100 g (<u>MLE.</u>), Mix sałat 10 g ,
		Posiłek nocny: Jabłka prażone b/c 150 g , Wafle ryżowe 40 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1934.5 kcal; Białko ogółem: 73.86 g; Tłuszcz: 47.68 g; Kw. tł. nasy.: 18.19 g; Węglowodany ogółem: 308.67 g; W tym cukry: 26.7 g; Błonnik pok.: 21.15 g; Sól: 3.49 g; WW: 28.81 Por; : 15.27 %; : 63.82 %; Ener. z T: 22.18 %; Ener. z Bł.: 2.19 %; K: 1442.26 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2025-06-15 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>GLUPSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Ser żółty 50 g (<u>MLE₊</u>), Sałatka z pomidorów i natki pietruszki 100 g ,	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>SEL₊</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g , Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 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>GLUPSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 50 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>), Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE₊</u>), Pomidor 90 g , Rukola 10 g ,
		Posiłek nocny: Przecier owocowy jabłko-mango 100g 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2163.72 kcal; Białko ogółem: 115.2 g; Tłuszcz: 70.69 g; Kw. tł. nasy.: 23.22 g; Węglowodany ogółem: 279.01 g; W tym cukry: 48.47 g; Błonnik pok.: 24.77 g; Sól: 7.7 g; WW: 25.44 Por; : 21.3 %; : 51.58 %; Ener. z T: 29.4 %; Ener. z Bł.: 2.29 %; K: 4315.06 mg;

niedziela 2025-06-15 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 100 g (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek 80 g (<u>MLE₊</u>), Sałatka z pomidorów i natki pietruszki 100 g ,	Rosół z makaronem pełnoziarnistym* 400 ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>SEL₊</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g , Surówka z kapusty pekińskiej 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>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>), Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE₊</u>), Pomidor 90 g , Rukola 10 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny z płatkami owsianymi 150 g (<u>MLE</u> , <u>GLU OW</u>),	Podwieczorek: Jabłka prażone b/c 150 g ,	Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2266.07 kcal; Białko ogółem: 128.91 g; Tłuszcz: 65.82 g; Kw. tł. nasy.: 18.53 g; Węglowodany ogółem: 305.65 g; W tym cukry: 47.35 g; Błonnik pok.: 38.94 g; Sól: 7.81 g; WW: 26.74 Por; : 22.76 %; : 53.95 %; Ener. z T: 26.14 %; Ener. z Bł.: 3.44 %; K: 5734.54 mg;

niedziela 2025-06-15 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>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiowym 80 g (<u>MLE₊</u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt ,	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>SEL₊</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 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>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>), Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE₊</u>), Pomidor b/skórki 90 g , Rukola 10 g ,
		Posiłek nocny: Przecier owocowy jabłko-mango 100g 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2129.29 kcal; Białko ogółem: 112.38 g; Tłuszcz: 52.46 g; Kw. tł. nasy.: 14.1 g; Węglowodany ogółem: 310.49 g; W tym cukry: 63.02 g; Błonnik pok.: 19.54 g; Sól: 5.73 g; WW: 29.09 Por; : 21.11 %; : 58.33 %; Ener. z T: 22.17 %; Ener. z Bł.: 1.84 %; K: 4248.7 mg;

niedziela 2025-06-15 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>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiowym 80 g (<u>MLE₊</u>), Banan 1szt. 1 szt ,	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>SEL₊</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 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>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>), Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE₊</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Przecier owocowy jabłko-mango 100g 1 szt ,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2249.03 kcal; Białko ogółem: 113.92 g; Tłuszcz: 52.47 g; Kw. tł. nasy.: 14.29 g; Węglowodany ogółem: 339.4 g; W tym cukry: 86.75 g; Błonnik pok.: 20.06 g; Sól: 5.73 g; WW: 31.99 Por; : 20.26 %; : 60.36 %; Ener. z T: 21 %; Ener. z Bł.: 1.78 %; K: 4831.08 mg;

niedziela 2025-06-15 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 ,
		Posiłek nocny: Miks obiad przecierana*()(PUŁ) 500 ml (<u>JAJ. MLE. SEL.</u>), Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2102.6 kcal; Białko ogółem: 107.55 g; Tłuszcz: 78.25 g; Kw. tł. nasy.: 34.88 g; Węglowodany ogółem: 258.15 g; W tym cukry: 61.87 g; Błonnik pok.: 31.92 g; Sól: 4.92 g; WW: 22.48 Por; : 20.46 %; : 49.11 %; Ener. z T: 33.49 %; Ener. z Bł.: 3.04 %; K: 6211.67 mg;

niedziela 2025-06-15 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL.</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ. SEL.</u>), Banan 1szt. 1 szt ,	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 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>GLUPSZ.</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>), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2031.53 kcal; Białko ogółem: 98.3 g; Tłuszcz: 51.2 g; Kw. tł. nasy.: 13.56 g; Węglowodany ogółem: 306.37 g; W tym cukry: 63.4 g; Błonnik pok.: 23.74 g; Sól: 8.34 g; WW: 28.39 Por; : 19.36 %; : 60.32 %; Ener. z T: 22.68 %; Ener. z Bł.: 2.34 %; K: 4862.01 mg;

niedziela 2025-06-15 Jadłospis dla diety: PUŁ- WE Wegetariańska		
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. 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>), Sałatka z pomidorów i natki pietruszki 100 g ,	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Kotletry sojowe 100 g (<u>SOJ.</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g , Brokuł gotowany* 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Hummus 80 g (<u>SEZ.</u>), Pomidor 90 g , Rukola 10 g ,
		Posiłek nocny: Przecier owocowy jabłko-mango 100g 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2130.87 kcal; Białko ogółem: 92.83 g; Tłuszcz: 67.14 g; Kw. tł. nasy.: 18.37 g; Węglowodany ogółem: 294.71 g; W tym cukry: 48.44 g; Błonnik pok.: 32.12 g; Sól: 7.4 g; WW: 26.28 Por; : 17.43 %; : 55.32 %; Ener. z T: 28.36 %; Ener. z Bł.: 3.02 %; K: 3622.75 mg;

niedziela 2025-06-15 Jadłospis dla diety: PUŁ- Specjalna		
Bułka pszenna 50g 2. x 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>), Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>), Marchew gotowana z olejem 100 g , Miód 25 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL.</u>),	Grycikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>), Kisiel o smaku cytrynowym b/c 250 ml , udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 100 g , Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>), Makaron 150 g (<u>GLU PSZ.</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Bułka pszenna 50g 2. x 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>), Szynka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (<u>SOJ.</u>), Sałata zielona z sosem vinegrett 100 g (<u>GOR.</u>),
		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1927.33 kcal; Białko ogółem: 71.4 g; Tłuszcz: 58.61 g; Kw. tł. nasy.: 18.9 g; Węglowodany ogółem: 280.96 g; W tym cukry: 39.23 g; Błonnik pok.: 15.45 g; Sól: 3.84 g; WW: 26.54 Por; : 14.82 %; : 58.31 %; Ener. z T: 27.37 %; Ener. z Bł.: 1.6 %; K: 1504.21 mg;