

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2025-07-21 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU JECZ.</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Polędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,	Brokułowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Kotlet z jaj-pieczony 90 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ.</u>), Surówka z selera i jabłka z olejem () 150 g (<u>SEL.</u>), Jabłko 1 szt 1 szt , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE.</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Sałata zielona 20 g , Pasztet rybno-warzywny (morszczuk) 30 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB.</u>), Pomidor 80 g ,
		Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt ,

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

poniedziałek 2025-07-21 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU JECZ.</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 Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,	Brokułowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Kotlet z jaj-pieczony 90 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ.</u>), Surówka z selera i jabłka z olejem () 150 g (<u>SEL.</u>), Jabłko 1 szt 1 szt , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE.</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Sałata zielona 20 g , Pomidor 80 g , Pasztet rybno-warzywny (morszczuk) 30 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB.</u>),
II Śniadanie: Smoothie (jabłko, szpinak) 200 g ,	Podwieczorek: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),	Posiłek nocny: Jabłko 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2170.86 kcal; Białko ogółem: 92.47 g; Tłuszcz: 57.54 g; Kw. tł. nasy.: 12.41 g; Węglowodany ogółem: 343.1 g; W tym cukry: 67.14 g; Błonnik pok.: 45.81 g; Sól: 7.64 g; WW: 29.78 Por; : 17.04 %; : 63.22 %; Ener. z T: 23.85 %; Ener. z Bł.: 4.22 %; K: 5061.61 mg;

poniedziałek 2025-07-21 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>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 90 g , Roszponka 10 g ,	Brokułowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Kotlet z jaj-pieczony 90 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ.</u>), Surówka z selera i jabłka z olejem () 150 g (<u>SEL.</u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE.</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Sałata zielona 20 g , Pomidor 80 g , Pasztet rybno-warzywny (morszczuk) 30 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB.</u>),
		Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt ,

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

poniedziałek 2025-07-21 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>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 * 400 ml (<u>MLE</u> , <u>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 , Sałata zielona 20 g , Pomidor b/skórki 80 g , Pasztet rybno-warzywny (morszczuk) 30 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB.</u>),
		Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1993.3 kcal; Białko ogółem: 92.52 g; Tłuszcz: 46.62 g; Kw. tł. nasy.: 12.17 g; Węglowodany ogółem: 315.68 g; W tym cukry: 74.26 g; Błonnik pok.: 27.98 g; Sól: 6.65 g; WW: 28.82 Por; : 18.57 %; : 63.35 %; Ener. z T: 21.05 %; Ener. z Bł.: 2.81 %; K: 4585.75 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-07-21 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;

poniedziałek 2025-07-21 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
Płatki jęczminne na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL, GLU JĘCZ</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ</u>), Pomidor b/skórki 90 g , Roszponka 10 g ,	Brokułowa z ryżem (bez mleka) * 400 ml (<u>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 ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Sałata zielona 20 g , Paszтет rybno-warzywny (morszczuk) 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>), Pomidor 80 g ,
		Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1981.53 kcal; Białko ogółem: 71.27 g; Tłuszcz: 50.4 g; Kw. tł. nasy.: 10.12 g; Węglowodany ogółem: 325.94 g; W tym cukry: 54.08 g; Błonnik pok.: 33.53 g; Sól: 6.77 g; WW: 29.27 Por; : 14.39 %; : 65.79 %; Ener. z T: 22.89 %; Ener. z Bł.: 3.38 %; K: 3860.61 mg;

poniedziałek 2025-07-21 Jadłospis dla diety: PUŁ- Specjalna		
Ryż na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL</u>), Bułka pszenna 50g 2. x 1 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>), Kotlet z jaj-pieczony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Ryż na sypko 200 g , Marchew gotowana z olejem (bez soli)* 100g , Kisiel o smaku truskawkowym b/c 250 ml , Kompot owocowy* 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>), Dżem 25 g 1 szt , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,
		Posiłek 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 - Posilek nocny
wtorek 2025-07-22 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE_r</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT_r</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ_r</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Sałata zielona 20 g , Ogórek świeży 80 g , Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkami surowców wędzanych pieczony 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE_r</u>),	Pieczarkowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL_r</u>), Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ_r</u>), Szynka wieprzowa pieczona 80 g , Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ_r</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 100 g , Dynia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ_r</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_r</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ_r</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka wiśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 30 g (<u>SOJ_r</u>), Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE_r</u>), Pomidor 100 g ,
		Posilek nocny: Jabłko 150 g ,

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

wtorek 2025-07-22			Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u>, <u>GLU</u> <u>JĘCZ.</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szyнка z indykem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (<u>SOJ.</u>), Sałata zielona 20 g , Ogórek świeży 80 g ,		Pieczarkowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ.</u>, <u>MLE.</u>, <u>SEL.</u>), Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ.</u>), Szyнка wieprzowa gotowana 100 g , Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 150 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,		Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szyнка wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 30 g (<u>SOJ.</u>), Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE.</u>), Pomidor 100 g ,	
II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>),		Podwieczorek: Warzywa pieczone 100 g , Dip ziołowy 10 g (<u>MLE.</u>),		Posiłek nocny: Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Sałata zielona 5 g , Twaróg półtłusty 25 g (<u>MLE.</u>), Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ.</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2168.95 kcal; Białko ogółem: 119.75 g; Tłuszcz: 59.19 g; Kw. tł. nasy.: 15.73 g; Węglowodany ogółem: 303.4 g; W tym cukry: 42.19 g; Błonnik pok.: 36.35 g; Sól: 7.65 g; WW: 26.77 Por; : 22.08 %; : 55.95 %; Ener. z T: 24.56 %; Ener. z Bł.: 3.35 %; K: 4445.33 mg;

wtorek 2025-07-22			Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE₊</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT₊</u>), Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT₊</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyнка z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (<u>SOJ₊</u>), Sałata zielona 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,		Solferino * () 400 ml (<u>GLUPSZ, MLE₊, SEL₊</u>), Makaron 200 g (<u>GLUPSZ₊</u>), Szyнка wieprzowa gotowana 100 g , 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 , Szyнка wiśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 30 g (<u>SOJ₊</u>), Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE₊</u>), Pomidor b/skórki 100 g ,	
				Posiłek nocny: Jabłko pieczone 150 g ,	

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

wtorek 2025-07-22	Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu
-------------------	--

Jadłospisy dla oddziałów

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>), Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT₊</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyunka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (<u>SOJ₊</u>), Sałata zielona 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,	Solferino * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL₊</u>), Makaron 200 g (<u>GLU PSZ₊</u>), Pulpet wieprzowy 100g (<u>GLU PSZ, JAJ₊</u>), 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 , Szyunka 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 2025-07-22 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 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 2025-07-22 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 , Szyunka 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 (bez mleka)*() 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL₊</u>), Makaron 200 g (<u>GLU PSZ₊</u>), Szyunka 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 , Szyunka 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 2025-07-22 Jadłospis dla diety: PUŁ- Specjalna		
Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL₊</u>), 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>), Sałata 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>GLUPSZ, 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. x 1 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 2025-07-23 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>), Brzoskwinia 1 szt 1 szt , Sałata zielona 20 g ,	Zupa z soczewicy i ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ</u>, <u>SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Zrazik drobiowy z udźcą gotowany mielony 80 g (<u>GLU PSZ</u>, <u>JAJ.</u>), Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ</u>, <u>SEL.</u>), Mizeria 100 g (<u>MLE.</u>), Buraczki oprószane () b/c 100 g (<u>GLU</u> <u>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- wędliną drobiową grubo rozdrobnioną, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (<u>SOJ</u>, <u>SEL.</u>), Pomidor 90 g , Rukola 10 g ,
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

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

środa 2025-07-23 Jałłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Płatki 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>), Brzoskwinia 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>), Mizeria 150 g (<u>MLE.</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 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 5g , Masło extra 82% 5g (<u>MLE.</u>), Jajko gotowane kl M 0.50 szt (<u>JAJ.</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2311.6 kcal; Białko ogółem: 107.35 g; Tłuszcz: 57.2 g; Kw. tł. nasy.: 17.76 g; Węglowodany ogółem: 362.63 g; W tym cukry: 59.49 g; Błonnik pok.: 38.96 g; Sól: 7.7 g; WW: 32.37 Por; : 18.58 %; : 62.75 %; Ener. z T: 22.27 %; Ener. z Bł.: 3.37 %; K: 5565.29 mg;

środa 2025-07-23			Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Platki owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</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 , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (<u>MLE.</u>), Szynka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 30 g (<u>GLU PSZ.</u>, <u>SOJ.</u>), Brzoskwinia 1 szt 1 szt , Sałata zielona 20 g ,		Grysikowa * 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 oprószone () 150 g (<u>GLU PSZ.</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ.</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. SEL.</u>), Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g ,	
				Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,	

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

środa 2025-07-23		Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu	
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</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, Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (<u>MLE.</u>), Szynka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 30 g (<u>GLUPSZ.</u> <u>SOJ.</u>), Brzoskwinia 1 szt 1 szt, Sałata zielona 20 g ,	Grysiowa * 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 oprószone () 150 g (<u>GLU PSZ.</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ.</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 b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,	

Jadłospisy dla oddziałów

		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,
--	--	--

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1838.59 kcal; Białko ogółem: 84.56 g; Tłuszcz: 32.99 g; Kw. tł. nasy.: 7.6 g; Węglowodany ogółem: 312.65 g; W tym cukry: 52.46 g; Błonnik pok.: 21.03 g; Sól: 8.62 g; WW: 29.16 Por; : 18.4 %; : 68.02 %; Ener. z T: 16.15 %; Ener. z Bł.: 2.29 %; K: 3942.93 mg;

środa 2025-07-23 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;

środa 2025-07-23 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 , Szyńka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>), Miód (25g) 1 szt , Brzoskwinia 1 szt 1 szt , 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 ,
		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1823.57 kcal; Białko ogółem: 68.25 g; Tłuszcz: 38.17 g; Kw. tł. nasy.: 9.46 g; Węglowodany ogółem: 313.17 g; W tym cukry: 37.03 g; Błonnik pok.: 21.96 g; Sól: 8.8 g; WW: 29.13 Por; : 14.97 %; : 68.69 %; Ener. z T: 18.84 %; Ener. z Bł.: 2.41 %; K: 3399.37 mg;

środa 2025-07-23 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 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>), Szyńka 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>), Kisiel o smaku cytrynowym b/c 250 ml , Kompot owocowy* 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>), Miód (25g) 1 szt , Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,
		Posiłek 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 2025-07-24 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>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 80 g (<u>MLE,</u>), Ogórek świeży 90 g , Roszponka 10 g ,	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u>), Leczo z drobiem-dieta * 300 g , Ryż na sypko 200 g , Sałata zielona z jogurtem 70 g (<u>MLE,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Tyrolska kiełbasa wieprzowa drobno rozdrobniona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>), Sałatka jarzynowa z olejem* 150 g (<u>SEL,</u>), Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>),

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

czwartek 2025-07-24 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Makaron pełnoziarnisty na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (<u>MLE,</u>), Ogórek świeży 90 g , Roszponka 10 g ,	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u>), Ryż na sypko (brązowy) 200 g , Leczo z drobiem-dieta * 300 g , Sałata zielona z jogurtem 70 g (<u>MLE,</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Tyrolska kiełbasa wieprzowa drobno rozdrobniona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>), Sałatka jarzynowa z olejem* 150 g (<u>SEL,</u>), Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 25 g (<u>SOJ,</u>), Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ,</u>), Sałata zielona 5 g , Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: Koktajl z jagód * b/c 250 g (<u>MLE,</u>),	Posiłek nocny: Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>), Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ,</u>), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 25 g (<u>SOJ,</u>), Pomidor 15 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2555.46 kcal; Białko ogółem: 111.47 g; Tłuszcz: 74.21 g; Kw. tł. nasy.: 21.21 g; Węglowodany ogółem: 376.2 g; W tym cukry: 52.79 g; Błonnik pok.: 45.03 g; Sól: 8.23 g; WW: 33.22 Por; : 17.45 %; : 58.89 %; Ener. z T: 26.14 %; Ener. z Bł.: 3.52 %; K: 4868.12 mg;

czwartek 2025-07-24 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (<u>MLE,</u>), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ryż na sypko 200 g , Leczo z drobiem-dieta * 300 g , Sałata zielona z jogurtem 70 g (<u>MLE,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Tyrolska kiełbasa wieprzowa drobno rozdrobniona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>), Sałatka jarzynowa z olejem* 150 g (<u>SEL,</u>), Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>),

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

czwartek 2025-07-24 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , 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 b/skórki 90 g , Roszponka 10 g ,	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ryż na sypko 200 g , Leczo z drobiem-dieta * 300 g , Sałata zielona z jogurtem 70 g (<u>MLE,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Tyrolska kiełbasa wieprzowa drobno rozdrobniona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>), Sałatka jarzynowa z olejem* 150 g (<u>SEL,</u>), Sałata zielona 20 g ,

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2261.58 kcal; Białko ogółem: 88.51 g; Tłuszcz: 55.46 g; Kw. tł. nasy.: 9.7 g; Węglowodany ogółem: 354.02 g; W tym cukry: 45.59 g; Błonnik pok.: 21.32 g; Sól: 5.43 g; WW: 33.41 Por; : 15.65 %; : 62.62 %; Ener. z T: 22.07 %; Ener. z Bł.: 1.89 %; K: 3630.51 mg;

czwartek 2025-07-24 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>), 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 2025-07-24 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 , Szyńska zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ,</u>), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,	Ziemniaczana *(bez mleka) () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Ryż na sypko 200 g , Leczo z drobiem-dieta * 300 g , Cukinia 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,</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: Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2l 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2015.13 kcal; Białko ogółem: 66.28 g; Tłuszcz: 52.26 g; Kw. tł. nasy.: 7.89 g; Węglowodany ogółem: 330.18 g; W tym cukry: 46.02 g; Błonnik pok.: 23.24 g; Sól: 5.98 g; WW: 30.72 Por; : 13.16 %; : 65.54 %; Ener. z T: 23.34 %; Ener. z Bł.: 2.31 %; K: 3381.17 mg;

czwartek 2025-07-24 Jadłospis dla diety: PUŁ- Specjalna		
Zacierka na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Bułka pszenna 50g 2. x 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>), Pasta z twarogu z natką pietruszki 100 g (<u>MLE,</u>), Miód (25g) 1 szt , Jabłka prażone b/c 150 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	Koperkowa z ryżem (bez soli)* 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>), Ryż na sypko 200 g , Leczo z drobiem-dieta * 300 g , 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. x 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>), Serek a'la homogenizowany z ziołami 100 g (<u>MLE,</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,
		Posiłek nocny: Kalafior gotowany (bez soli)* 70 g , Wafle ryżowe 40 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2111.01 kcal; Białko ogółem: 82.05 g; Tłuszcz: 42.65 g; Kw. tł. nasy.: 18.22 g; Węglowodany ogółem: 353.79 g; W tym cukry: 47.07 g; Błonnik pok.: 19.33 g; Sól: 1.16 g; WW: 33.56 Por; : 15.55 %; : 67.04 %; Ener. z T: 18.18 %; Ener. z Bł.: 1.83 %; K: 1577.5 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2025-07-25 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Kasza manna na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>), Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ₁</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 , Ser żółty 50 g (<u>MLE₁</u>), Dżem 25 g 1 szt , Arbuz 100 g ,	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL₁</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba smażona (Morszczuk) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB₁</u>), Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () b/c 100 g , Szpinak gotowany 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 , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ₁</u>), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g ,
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

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

piątek 2025-07-25 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU JEĆZ₁</u>), Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ₁</u>), Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE₁</u>), Arbuz 100 g , Sałata zielona 20 g ,	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem pełnoziarnistym* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL₁</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba gotowana (Morszczuk) 80 g (<u>RYB₁</u>), Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () b/c 100 g , Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ₁</u>), 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 , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ₁</u>), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g ,
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE₁</u>),	Podwieczorek: Masło extra 82% 5 g (<u>MLE₁</u>), Sałata zielona 5 g , Ser żółty 25 g (<u>MLE₁</u>), Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ₁</u>),	Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

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

piątek 2025-07-25 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Kasza manna na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>), Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ₁</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE₁</u>), Dżem 25 g 1 szt , Arbuz 100 g ,	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL₁</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba gotowana (Morszczuk) 80 g (<u>RYB₁</u>), Szpinak gotowany z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ₁</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 , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ₁</u>), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g ,
		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

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

piątek 2025-07-25 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
Kasza manna na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>), Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ₁</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE₁</u>), Dżem 25 g 1 szt , Jabłka prażone b/c 150 g ,	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL₁</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba gotowana (Morszczuk) 80 g (<u>RYB₁</u>), Szpinak gotowany z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ₁</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 , Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE₁</u>), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g ,
		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1979.39 kcal; Białko ogółem: 102.14 g; Tłuszcz: 37.52 g; Kw. tł. nasy.: 8.6 g; Węglowodany ogółem: 319.81 g; W tym cukry: 50.85 g; Błonnik pok.: 19.93 g; Sól: 6.92 g; WW: 30.08 Por; : 20.64 %; : 64.63 %; Ener. z T: 17.06 %; Ener. z Bł.: 2.01 %; K: 3815.7 mg;

piątek 2025-07-25 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;

piątek 2025-07-25 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
Kasza manna na wywarze jarzynowym* 400 ml (<u>GLU PSZ. 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 , Arbuz 100 g ,	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem* (bez mleka) 400 ml (<u>GLU PSZ. 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 100 g ,
		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1734.49 kcal; Białko ogółem: 77.47 g; Tłuszcz: 36.78 g; Kw. tł. nasy.: 7.4 g; Węglowodany ogółem: 283.39 g; W tym cukry: 42.2 g; Błonnik pok.: 17.35 g; Sól: 7.71 g; WW: 26.67 Por; : 17.87 %; : 65.36 %; Ener. z T: 19.09 %; Ener. z Bł.: 2 %; K: 3225.28 mg;

piątek 2025-07-25 Jadłospis dla diety: PUŁ- Specjalna		
Kasza manna na wywarze jarzynowym* 400 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>), Bułka pszenna 50g 2. x 1 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. 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. x 1 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: Biskopity b/ml 30 g (<u>GLU PSZ. 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 2025-07-26 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Ryż na mleku/p 400 ml (MLE₁), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT₁), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ₁), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Parówki cieszyńki- węd. wp. homog. wędz. parz 80 g (SOJ, SEL₁), Musztarda 10 g (GOR₁), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i olejem* 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, SEL₁), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ₁), Wątróbka wieprzowa duszona w sosie własnym 180 g (GLU PSZ₁), Surówka wielowarzywna z olejem b/c 100 g (SEL₁), Kalafior 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 ŻYT₁), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ₁), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 50 g (MLE₁), Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ₁), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
		Posiłek nocny: Banan 120 g ,

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

sobota 2025-07-26 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Ryż pełnoziarnisty na mleku/p 400 ml (MLE₁), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (GLU PSZ₁), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ₁), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka Familijna wieprzowa, z dodatkiem wody i białka wp z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE₁), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i olejem* 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, SEL₁), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ₁), Gulasz wieprzowy- dieta 180 g (GLU PSZ₁), Surówka wielowarzywna z olejem b/c 100 g (SEL₁), Kalafior gotowany* 100 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (GLU PSZ₁), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 50 g (MLE₁), Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ₁), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml ,	Podwieczorek: Chleb Graham 25 g (GLU PSZ₁), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 0.50 szt, Twarożek 30 g (MLE₁), Pomidor 15 g ,	Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2320.33 kcal; Białko ogółem: 114.38 g; Tłuszcz: 59.25 g; Kw. tł. nasy.: 12.55 g; Węglowodany ogółem: 351.61 g; W tym cukry: 68.03 g; Błonnik pok.: 43.05 g; Sól: 8.04 g; WW: 30.92 Por; : 19.72 %; : 60.61 %; Ener. z T: 22.98 %; Ener. z Bł.: 3.71 %; K: 4384.4 mg;

sobota 2025-07-26 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Ryż na mleku/p 400 ml (MLE₁), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT₁), Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT₁), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka Familijna wieprzowa, z dodatkiem wody i białka wp z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE₁), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i olejem* 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (MLE, SEL₁), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ₁), Gulasz wieprzowy- dieta 180 g (GLU PSZ₁), Buraczki gotowane () 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ₁), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 50 g (MLE₁), Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ₁), 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 2025-07-26 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Ryż na mleku/p 400 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ₁</u>, <u>GLU ŻYT₁</u>), Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLUPSZ₁</u>, <u>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>SOJ₁</u>, <u>MLE₁</u>), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i olejem* 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>MLE₁</u>, <u>SEL₁</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ₁</u>), Gulasz wieprzowy-diet 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 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 2025-07-26

Jadłospis dla diety: PUŁ- 12 Papkowata

Miks śniadaniowy przecierana (PUŁ) 500 ml (<u>GLU</u> <u>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,</u> <u>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: 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 2025-07-26

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, GLU ŻYT₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ₁</u>), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i olejem* 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)*() 400 ml (<u>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 , 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 sałat 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 2025-07-26

Jadłospis dla diety: PUŁ- Specjalna

Ryż na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL₊</u>), Bułka pszenna 50g 2. x 1 szt (<u>GLUPSZ₊</u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE₊</u>), Twarożek na słodko 100 g (<u>MLE₊</u>), Miód (25g) 1 szt, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	Grycikowa (bez soli)* 400 ml (<u>GLUPSZ₊</u> , <u>SEL₊</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLUJECZ₊</u>), Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (<u>GLUPSZ₊</u> , <u>SOJ₊</u> , <u>SEL₊</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. x 1 szt (<u>GLUPSZ₊</u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE₊</u>), Sałatka z ryżu i kalafiora - dieta 120 g (<u>MLE₊</u> , <u>SEL₊</u>), Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wędzarskich z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ₊</u>), Sałata 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 2025-07-27 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
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 (GLU PSZ₊), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (MLE₊), Papryka świeża 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL₊), 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT₊), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ₊), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ₊), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g ,
		Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt ,

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

niedziela 2025-07-27 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE₊), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (GLU PSZ₊), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (MLE₊), Papryka świeża 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Rosół z makaronem pełnoziarnistym * 400 ml (GLU PSZ, SEL₊), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 120 g , Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem b/c 100 g , Brokuł gotowany* 100 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (GLU PSZ₊), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ₊), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g ,
II Śniadanie: Surówka z marchwi i jabłka b/c () 150 g (MLE₊),	Podwieczorek: Koktajl z jagód * b/c 200 g (MLE₊),	Posiłek nocny: Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE₊),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2184.25 kcal; Białko ogółem: 122.01 g; Tłuszcz: 65.49 g; Kw. tł. nasy.: 19.4 g; Węglowodany ogółem: 297.32 g; W tym cukry: 68.44 g; Błonnik pok.: 40.24 g; Sól: 7.88 g; WW: 25.82 Por; : 22.34 %; : 54.45 %; Ener. z T: 26.98 %; Ener. z Bł.: 3.68 %; K: 5833.58 mg;

niedziela 2025-07-27 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE₊), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ₊), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (MLE₊), Sałata 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 , Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ₊), 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 2025-07-27 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE₊), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ₊), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (MLE₊), Sałata 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 , Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ₊), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g ,
		Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt ,

Jadłospisy dla oddziałów

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 2025-07-27 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;

niedziela 2025-07-27 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>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (<u>SOJ.</u>), Sałatka 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 , Polędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g ,
		Posiłek 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 2025-07-27 Jadłospis dla diety: PUŁ- Specjalna		
Kasza manna na wywarze jarzynowym* 300 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>), Bułka pszenna 50g 2. x 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>), Twarożek z szynką drobiowo wieprz 100 g (<u>SOJ. MLE.</u>), Marchew gotowana z olejem (bez soli)* 70 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	Bulion warzywny z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>), Schab pieczony w rękawie 80 g , Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>), Makaron 150 g (<u>GLU PSZ.</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem (bez soli)* 100 g (<u>SEL.</u>), Kisiel o smaku cytrynowym b/c 250 ml , Kompot owocowy* 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 homo. naturalny 100 g (<u>MLE.</u>), Rukola 10 g , Miód (25g) 1 szt , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,
		Posiłek 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;