

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2025-08-11 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU OW</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (<u>SOJ</u>), Ogórek świeży 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Kapuśniak z kapusty białej () 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), Ryż brązowy z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g , Sos jogurtowy naturalny 100 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</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu i rzodkiewki 80 g (<u>MLE</u>), Sałatka z pomidorów i koperku 90 g , Rukola 10 g ,
		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1889.01 kcal; Białko ogółem: 71.11 g; Tłuszcz: 41.91 g; Kw. tł. nasy.: 10.53 g; Węglowodany ogółem: 319.47 g; W tym cukry: 76.61 g; Błonnik pok.: 30.51 g; Sól: 8.43 g; WW: 28.89 Por; : 15.06 %; : 67.65 %; Ener. z T: 19.97 %; Ener. z Bł.: 3.23 %; K: 3584.25 mg;

poniedziałek 2025-08-11 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU OW</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (<u>SOJ</u>), Ogórek świeży 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Wielowarzywna z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ryż brązowy z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g , Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE</u>), Brzoskwinia 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 , Pasta z twarogu i rzodkiewki 80 g (<u>MLE</u>), Sałatka z pomidorów i koperku 90 g , Rukola 10 g ,
II Śniadanie: Chleb Graham 25 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 0.50 szt (<u>JAJ</u>), Sałata zielona 10 g ,	Podwieczorek: Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g ,	Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1926.53 kcal; Białko ogółem: 79.06 g; Tłuszcz: 46.01 g; Kw. tł. nasy.: 11.05 g; Węglowodany ogółem: 315.35 g; W tym cukry: 61.44 g; Błonnik pok.: 37.77 g; Sól: 8.2 g; WW: 27.78 Por; : 16.41 %; : 65.48 %; Ener. z T: 21.49 %; Ener. z Bł.: 3.92 %; K: 3934.8 mg;

poniedziałek 2025-08-11 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU OW</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (<u>SOJ</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Wielowarzywna z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g , Sos jogurtowy naturalny 100 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 , Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE</u>), Sałatka z pomidorów i koperku 90 g , Rukola 10 g ,
		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1874.37 kcal; Białko ogółem: 74.07 g; Tłuszcz: 33.29 g; Kw. tł. nasy.: 8.68 g; Węglowodany ogółem: 330.51 g; W tym cukry: 74.99 g; Błonnik pok.: 18.28 g; Sól: 7.09 g; WW: 31.3 Por; : 15.81 %; : 70.53 %; Ener. z T: 15.99 %; Ener. z Bł.: 1.95 %; K: 3398.53 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-08-11 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU OW.</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (<u>SOJ.</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Wielowarzywna z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ.</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL.</u>), Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g , Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE.</u>), Banan 1szt. 1 szt , 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 , Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>), Sałatka z pomidorów i koperku 80 g , Sałata zielona 20 g ,
		Posilek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1984.37 kcal; Białko ogółem: 74.42 g; Tłuszcz: 33.3 g; Kw. tł. nasy.: 8.9 g; Węglowodany ogółem: 358.86 g; W tym cukry: 96.96 g; Błonnik pok.: 20.89 g; Sól: 7.09 g; WW: 33.94 Por; : 15 %; : 72.34 %; Ener. z T: 15.1 %; Ener. z Bł.: 2.11 %; K: 3792.44 mg;

poniedziałek 2025-08-11 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 ,
		Posilek nocny: Miks obiad przecierana*()(PUŁ) 500 ml (<u>JAJ.</u> , <u>MLE.</u> , <u>SEL.</u>), Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2133.6 kcal; Białko ogółem: 106.15 g; Tłuszcz: 77.95 g; Kw. tł. nasy.: 34.95 g; Węglowodany ogółem: 266.85 g; W tym cukry: 55.37 g; Błonnik pok.: 29.37 g; Sól: 3.77 g; WW: 23.53 Por; : 19.9 %; : 50.03 %; Ener. z T: 32.88 %; Ener. z Bł.: 2.75 %; K: 5561.67 mg;

poniedziałek 2025-08-11 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL.</u> , <u>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 , Schab gotowany 50 g , Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Wielowarzywna z ziemniakami *(bez mleka) () 400 ml (<u>GLU PSZ.</u> , <u>SEL.</u>), Ryż na sypko 200 g , Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>JAJ.</u>), Sos majerankowy * 100 ml (<u>GLU PSZ.</u> , <u>SEL.</u>), Marchew gotowana z olejem* 150 g , Arbuz 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 , Szyńka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (<u>SOJ.</u> , <u>SEL.</u>), Sałatka z pomidorów i koperku 80 g , Sałata zielona 20 g ,
		Posilek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2005.16 kcal; Białko ogółem: 84.79 g; Tłuszcz: 44.96 g; Kw. tł. nasy.: 8.69 g; Węglowodany ogółem: 328.52 g; W tym cukry: 55.75 g; Błonnik pok.: 23.83 g; Sól: 7.58 g; WW: 30.59 Por; : 16.91 %; : 65.53 %; Ener. z T: 20.18 %; Ener. z Bł.: 2.38 %; K: 3504.07 mg;

poniedziałek 2025-08-11 Jadłospis dla diety: PUŁ- Specjalna		
Kasza manna na wywarze jarzynowym* 400 ml (<u>GLU PSZ.</u> , <u>SEL.</u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>), Bułka pszenna 50g 2. x 1 szt (<u>GLUPSZ.</u>), Szyńka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 40 g (<u>SOJ.</u>), Tofu 40 g (<u>SOJ.</u>), Marchew gotowana z olejem (bez soli)* 80 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	Ryżowa* 400 ml (<u>MLE.</u> , <u>SEL.</u>), Kisiel o smaku truskawkowym b/c 250 ml , Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g , Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE.</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>), Twarożek 100 g (<u>MLE.</u>), Kalafior gotowany (bez soli)* 80 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,
		Posilek nocny: Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 150 g , Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1833.1 kcal; Białko ogółem: 60.59 g; Tłuszcz: 42.56 g; Kw. tł. nasy.: 16.92 g; Węglowodany ogółem: 305.4 g; W tym cukry: 57.1 g; Błonnik pok.: 22 g; Sól: 1.98 g; WW: 28.37 Por; : 13.22 %; : 66.64 %; Ener. z T: 20.89 %; Ener. z Bł.: 2.4 %; K: 1696.35 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2025-08-12 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Makaron na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>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 , Szyunka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (<u>SOJ</u> , <u>SEL</u>), Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), kasza pęczak/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ</u>), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u>), Sos chrzanowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SOJ</u>), Surówka z kalarepki, jabłka i marchewki z olejem () 100 g , Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> , <u>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 , Paprykarz szczeciński 80 g (<u>RYB</u> , <u>SOJ</u>), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
		Posiłek nocny: Brzoskwinia 1 szt 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2322.91 kcal; Białko ogółem: 102.47 g; Tłuszcz: 63.62 g; Kw. tł. nasy.: 12.23 g; Węglowodany ogółem: 342.15 g; W tym cukry: 53.05 g; Błonnik pok.: 40.71 g; Sól: 6.17 g; WW: 30.23 Por; : 17.64 %; : 58.92 %; Ener. z T: 24.65 %; Ener. z Bł.: 3.51 %; K: 4432.83 mg;

wtorek 2025-08-12 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Makaron pełnoziarnisty na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyunka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (<u>SOJ</u> , <u>SEL</u>), Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), kasza pęczak/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ</u>), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u>), Sos chrzanowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SOJ</u>), Surówka z kalarepki, jabłka i marchewki z olejem () 100 g , Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u> , <u>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 , Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g , Paprykarz szczeciński 80 g (<u>RYB</u> , <u>SOJ</u>),
II Śniadanie: Koktajl wieloowocowy* b/c 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Brzoskwinia 1 szt 1 szt ,	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: 2669.51 kcal; Białko ogółem: 122.85 g; Tłuszcz: 81.42 g; Kw. tł. nasy.: 20.72 g; Węglowodany ogółem: 373.96 g; W tym cukry: 61.23 g; Błonnik pok.: 53.12 g; Sól: 8.51 g; WW: 32.23 Por; : 18.41 %; : 56.03 %; Ener. z T: 27.45 %; Ener. z Bł.: 3.98 %; K: 5166.43 mg;

wtorek 2025-08-12 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Makaron na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyunka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (<u>SOJ</u> , <u>SEL</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Solferino * () 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ</u>), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u>), Sos ziołowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Marchew oprószana z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u> , <u>GLU JĘCZ</u>), 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 , Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g ,
		Posiłek nocny: Brzoskwinia 1 szt 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2014.84 kcal; Białko ogółem: 87.38 g; Tłuszcz: 41.01 g; Kw. tł. nasy.: 11 g; Węglowodany ogółem: 334.94 g; W tym cukry: 56.4 g; Błonnik pok.: 24.25 g; Sól: 6.59 g; WW: 31.22 Por; : 17.35 %; : 66.5 %; Ener. z T: 18.32 %; Ener. z Bł.: 2.41 %; K: 3793.37 mg;

wtorek 2025-08-12 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
Makaron na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyunka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (<u>SOJ</u> , <u>SEL</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Solferino * () 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ</u>), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u>), Sos ziołowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Marchew oprószana z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g ,

Jadłospisy dla oddziałów

		Posiłek nocny: Brzoskwinia 1 szt 1 szt ,
--	--	---

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1923.94 kcal; Białko ogółem: 82.24 g; Tłuszcz: 38.01 g; Kw. tł. nasy.: 9.21 g; Węglowodany ogółem: 324.43 g; W tym cukry: 49.05 g; Błonnik pok.: 24.25 g; Sól: 6.42 g; WW: 30.15 Por; : 17.1 %; : 67.45 %; Ener. z T: 17.78 %; Ener. z Bł.: 2.52 %; K: 3582 mg;

wtorek 2025-08-12 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: 2132.6 kcal; Białko ogółem: 106.15 g; Tłuszcz: 78.35 g; Kw. tł. nasy.: 34.81 g; Węglowodany ogółem: 266.8 g; W tym cukry: 69.92 g; Błonnik pok.: 32.17 g; Sól: 3.72 g; WW: 23.23 Por; : 19.91 %; : 50.04 %; Ener. z T: 33.07 %; Ener. z Bł.: 3.02 %; K: 5762.67 mg;

wtorek 2025-08-12 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
Makaron na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>GLU PSZ. JAJ. 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 , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 50 g , Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Solferino (bez mleka)*() 400 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>), Sos ziołowy 100 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>), Marchew oprószana z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ.</u>), 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 Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g ,
		Posiłek nocny: Brzoskwinia 1 szt 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1877.39 kcal; Białko ogółem: 78.19 g; Tłuszcz: 39.59 g; Kw. tł. nasy.: 9.72 g; Węglowodany ogółem: 315.09 g; W tym cukry: 33.32 g; Błonnik pok.: 27.68 g; Sól: 6.78 g; WW: 28.87 Por; : 16.66 %; : 67.13 %; Ener. z T: 18.98 %; Ener. z Bł.: 2.95 %; K: 3201.74 mg;

wtorek 2025-08-12 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>), Twarożek na słodko 80 g (<u>MLE.</u>), Dżem 25 g 2 szt ,	Koperkowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE. SEL.</u>), Kisiel o smaku cytrynowym b/c 250 ml , Kasza jęczmienna/sypko (bez soli) 150 g (<u>GLU JECZ.</u>), Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>), Sos ziołowy* 100 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>), Marchew oprószana z olejem (bez soli)* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	Bułka pszenna 50g 2. x 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>), Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>), Miód (25g) 1 szt , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Jabłko 200 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1948.93 kcal; Białko ogółem: 64.96 g; Tłuszcz: 47.48 g; Kw. tł. nasy.: 21.28 g; Węglowodany ogółem: 320.64 g; W tym cukry: 73.67 g; Błonnik pok.: 14.68 g; Sól: 1.47 g; WW: 30.75 Por; : 13.33 %; : 65.81 %; Ener. z T: 21.93 %; Ener. z Bł.: 1.51 %; K: 1405.04 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posilek nocny
środa 2025-08-13 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Ryż na mleku/p 400 ml (<u>MLE_I</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT_I</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ_I</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt., Szyńka w siatce- wieprzowa, parzona, wędzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ_I</u>), Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (<u>SEL_I</u>),	Grysikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL_I</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Eskalopka z kurczaka 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE_I</u>), Sałata zielona z kefirem 60 g (<u>MLE_I</u>), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki z olejem* 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT_I</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ_I</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt., Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 60g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE_I</u>), Sałata zielona 20 g , Pomidor 80 g ,
		Posilek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2017.65 kcal; Białko ogółem: 86.88 g; Tłuszcz: 57.21 g; Kw. tł. nasy.: 10.85 g; Węglowodany ogółem: 299.77 g; W tym cukry: 50.04 g; Błonnik pok.: 25.35 g; Sól: 8.2 g; WW: 27.53 Por; : 17.22 %; : 59.43 %; Ener. z T: 25.52 %; Ener. z Bł.: 2.51 %; K: 4098.39 mg;

środa 2025-08-13 Jałłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Ryż pełnoziarnisty na mleku/p 400 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szyńka w siatce- wieprzowa, parzona, wędzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ₁</u> , <u>SOJ₁</u>), Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (<u>SEL₁</u>),	Grysiłowa * 400 ml (<u>GLU PSZ₁</u> , <u>SEL₁</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g , Sos bazyliowy* 100 ml (<u>GLU PSZ₁</u> , <u>SEL₁</u>), Fasolka szparagowa z wody* 100 g , Sałata zielona z kefirem 60 g (<u>MLE₁</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 , Szyńka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (<u>SOJ₁</u>), Sałata zielona 20 g , Pomidor 80 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE₁</u>),	Podwieczorek: Warzywa pieczone 100 g , Dip ziołowy 10 g (<u>MLE₁</u>),	Posiłek nocny: Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2018.52 kcal; Białko ogółem: 103.65 g; Tłuszcz: 54.16 g; Kw. tł. nasy.: 12.86 g; Węglowodany ogółem: 294.73 g; W tym cukry: 49.82 g; Błonnik pok.: 32.45 g; Sól: 8.65 g; WW: 26.34 Por; : 20.54 %; : 58.4 %; Ener. z T: 24.15 %; Ener. z Bł.: 3.21 %; K: 5165.44 mg;

środa 2025-08-13 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Ryż na mleku/p 400 ml (<u>MLE₁</u>), 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 w siatce- wieprzowa, parzona, wędzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ₁</u>, <u>SOJ₁</u>), Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (<u>SEL₁</u>),	Grycikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ₁</u>, <u>SEL₁</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g , Sos bazylkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ₁</u>, <u>SEL₁</u>), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki 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 PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (<u>SOJ₁</u>), Sałata zielona 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,
		Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1936.48 kcal; Białko ogółem: 88.11 g; Tłuszcz: 43.3 g; Kw. tł. nasy.: 8.67 g; Węglowodany ogółem: 307.55 g; W tym cukry: 51.97 g; Błonnik pok.: 20.26 g; Sól: 7.87 g; WW: 28.77 Por; : 18.2 %; : 63.53 %; Ener. z T: 20.12 %; Ener. z Bł.: 2.09 %; K: 4146.3 mg;

środa 2025-08-13 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
Ryż na mleku/p 400 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka w siatce- wieprzowa, parzona, wędzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ₁</u>, <u>SOJ₁</u>), Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (<u>SEL₁</u>),	Grycikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ₁</u>, <u>SEL₁</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g , Sos bazyliowy* 100 ml (<u>GLU PSZ₁</u>, <u>SEL₁</u>), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki 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 PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (<u>SOJ₁</u>), Sałata zielona 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,
		Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt ,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1936.48 kcal; Białko ogółem: 88.11 g; Tłuszcz: 43.3 g; Kw. tł. nasy.: 8.67 g; Węglowodany ogółem: 307.55 g; W tym cukry: 51.97 g; Błonnik pok.: 20.26 g; Sól: 7.87 g; WW: 28.77 Por; : 18.2 %; : 63.53 %; Ener. z T: 20.12 %; Ener. z Bł.: 2.09 %; K: 4146.3 mg;

środa 2025-08-13 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>), Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2122.6 kcal; Białko ogółem: 106.75 g; Tłuszcz: 78.55 g; Kw. tł. nasy.: 35.05 g; Węglowodany ogółem: 261.65 g; W tym cukry: 67.37 g; Błonnik pok.: 29.17 g; Sól: 3.78 g; WW: 23.03 Por; : 20.12 %; : 49.31 %; Ener. z T: 33.31 %; Ener. z Bł.: 2.75 %; K: 5561.67 mg;

środa 2025-08-13 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
Ryż na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL.</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 50 g , Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>),	Grycikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g , Sos bazyliowy* 100 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki 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 , Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (<u>SOJ. SEL.</u>), Sałata zielona 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,
		Posiłek nocny: Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1867.32 kcal; Białko ogółem: 79.63 g; Tłuszcz: 45.13 g; Kw. tł. nasy.: 9.11 g; Węglowodany ogółem: 293.94 g; W tym cukry: 36.77 g; Błonnik pok.: 21.19 g; Sól: 6 g; WW: 27.3 Por; : 17.06 %; : 62.97 %; Ener. z T: 21.75 %; Ener. z Bł.: 2.27 %; K: 3829.81 mg;

środa 2025-08-13 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>GLU PSZ.</u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>), Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (<u>MLE.</u>),	Grycikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>), Kisiel o smaku cytrynowym b/c 250 ml , Ryż na sypko 200 g , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 70 g , Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki z olejem* 100 g , Sos bazyliowy (bez soli)* 100 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>), Miód (25g) 1 szt , Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (<u>SOJ.</u>), Sałata zielona 20 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,
		Posiłek nocny: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>), Biskopki b/ml 30 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1907.31 kcal; Białko ogółem: 72.08 g; Tłuszcz: 43.67 g; Kw. tł. nasy.: 15.91 g; Węglowodany ogółem: 306.47 g; W tym cukry: 32.03 g; Błonnik pok.: 8.47 g; Sól: 3.25 g; WW: 29.84 Por; : 15.12 %; : 64.27 %; Ener. z T: 20.6 %; Ener. z Bł.: .89 %; K: 1305.47 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2025-08-14 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>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 , Szyńka dębowa łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem wody i białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ₊</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL₊</u> , <u>może zawierać: GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>GOR₊</u>), Ogórek świeży 80 g , Salata zielona 20 g ,	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL₊</u>), Łazanki z kapustą i mięs wp z łopatki 350 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR₊</u>), Jabłko 1 szt 1 szt , 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 , Szyńka wiśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (<u>SOJ₊</u>), Serek a'la homogenizowany z ziołami 30 g (<u>MLE₊</u>), Roszponka 20 g , Pomidor 80 g ,
		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2017.5 kcal; Białko ogółem: 83.81 g; Tłuszcz: 57.92 g; Kw. tł. nasy.: 14.48 g; Węglowodany ogółem: 302.94 g; W tym cukry: 73.9 g; Błonnik pok.: 27.52 g; Sól: 7.23 g; WW: 27.52 Por; : 16.62 %; : 60.06 %; Ener. z T: 25.84 %; Ener. z Bł.: 2.73 %; K: 3545.16 mg;

czwartek 2025-08-14 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU JĘCZ₊</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ₊</u>), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ₊</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka dębowa łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem wody i białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL₊</u> , <u>może zawierać: GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>GOR₊</u>), Ogórek świeży 80 g , Salata zielona 20 g ,	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL₊</u>), Makaron pełnoziarnisty z sosem mięsno-warzywnym, z miesa wieprzowego () 350 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL₊</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 , Szyńka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (<u>SOJ₊</u>), Serek a'la homogenizowany z ziołami 30 g (<u>MLE₊</u>), Roszponka 20 g , Pomidor 80 g ,
II Śniadanie: Owsianka z jabłkiem pieczonym i cynamonem 200 g (<u>MLE</u> , <u>GLU OW₊</u>),	Podwieczorek: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE₊</u>),	Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2247.72 kcal; Białko ogółem: 104 g; Tłuszcz: 59.45 g; Kw. tł. nasy.: 13.08 g; Węglowodany ogółem: 340.58 g; W tym cukry: 65 g; Błonnik pok.: 42.66 g; Sól: 8.57 g; WW: 29.86 Por; : 18.51 %; : 60.61 %; Ener. z T: 23.81 %; Ener. z Bł.: 3.8 %; K: 4478.12 mg;

czwartek 2025-08-14 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE₊</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT₊</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ₊</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka dębowa łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem wody i białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL₊</u> , <u>może zawierać: GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>GOR₊</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (<u>SEL₊</u>), Salata zielona 20 g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL₊</u>), Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z miesa wieprzowego () 350 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL₊</u>), Brokuł gotowany* 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 , Szyńka wiśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (<u>SOJ₊</u>), Serek a'la homogenizowany z ziołami 30 g (<u>MLE₊</u>), Roszponka 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,
		Posiłek nocny: Jabłko pieczone 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2038.2 kcal; Białko ogółem: 86.01 g; Tłuszcz: 50.65 g; Kw. tł. nasy.: 11.11 g; Węglowodany ogółem: 321.03 g; W tym cukry: 59.97 g; Błonnik pok.: 26.15 g; Sól: 7.27 g; WW: 29.42 Por; : 16.88 %; : 63 %; Ener. z T: 22.36 %; Ener. z Bł.: 2.57 %; K: 3840.04 mg;

czwartek 2025-08-14 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT₁</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLUPSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka dębowa łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem wody i białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ₁, MLE₁, SEL₁</u> , <u>może zawierać: GLUPSZ, JAJ, GOR₁</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (<u>SEL₁</u>), Sałata zielona 20 g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLUPSZ, MLE₁, SEL₁</u>), Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego () 350 g (<u>GLUPSZ, SEL₁</u>), Brokuł gotowany* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT₁</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLUPSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka wiśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (<u>SOJ₁</u>), Serek a'la homogenizowany z ziołami 30 g (<u>MLE₁</u>), Roszponka 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,
		Posiłek nocny: Banan 1szt. 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2157.2 kcal; Białko ogółem: 87.41 g; Tłuszcz: 50.65 g; Kw. tł. nasy.: 11.29 g; Węglowodany ogółem: 349.88 g; W tym cukry: 83.82 g; Błonnik pok.: 26.55 g; Sól: 7.27 g; WW: 32.32 Por; : 16.21 %; : 64.88 %; Ener. z T: 21.13 %; Ener. z Bł.: 2.46 %; K: 4429.04 mg;

czwartek 2025-08-14 Jadłospis dla diety: PUŁ- 12 Papkowata		
Miks śniadaniowy przecierana (PUŁ) 500 ml (<u>GLUPSZ, JAJ, MLE₁</u>), Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (<u>MLE₁</u>),	Miks obiad przecierana*()(PUŁ) 500 ml (<u>JAJ, MLE₁, SEL₁</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Miks obiad przecierana*()(PUŁ) 500 ml (<u>JAJ, MLE₁, SEL₁</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,
		Posiłek nocny: Miks obiad przecierana*()(PUŁ) 500 ml (<u>JAJ, MLE₁, SEL₁</u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2132.6 kcal; Białko ogółem: 106.15 g; Tłuszcz: 78.35 g; Kw. tł. nasy.: 34.81 g; Węglowodany ogółem: 266.8 g; W tym cukry: 69.92 g; Błonnik pok.: 32.17 g; Sól: 3.72 g; WW: 23.23 Por; : 19.91 %; : 50.04 %; Ener. z T: 33.07 %; Ener. z Bł.: 3.02 %; K: 5762.67 mg;

czwartek 2025-08-14 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL₁</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (<u>SOJ₁</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (<u>SEL₁</u>), Sałata zielona 20 g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL₁</u>), Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego () 350 g (<u>GLUPSZ, SEL₁</u>), Brokuł gotowany* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (<u>SOJ₁</u>), Roszponka 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,
		Posiłek nocny: Banan 1szt. 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1958.85 kcal; Białko ogółem: 69.1 g; Tłuszcz: 41.65 g; Kw. tł. nasy.: 8.37 g; Węglowodany ogółem: 341.67 g; W tym cukry: 66.35 g; Błonnik pok.: 30.8 g; Sól: 7.94 g; WW: 31.08 Por; : 14.11 %; : 69.77 %; Ener. z T: 19.14 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 3733.46 mg;

czwartek 2025-08-14 Jadłospis dla diety: PUŁ- Specjalna		
Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL₁</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Bułka pszenna 50g 2. x 1 szt (<u>GLUPSZ₁</u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE₁</u>), Szynka dębowa łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem wody i białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ₁, MLE₁, SEL₁</u> , <u>może zawierać: GLUPSZ, JAJ, GOR₁</u>), Kalafior gotowany (bez soli)* 70 g , Sałata zielona 20 g ,	Koperkowa z makaronem * 400 ml (<u>GLUPSZ, MLE₁, SEL₁</u>), Makaron (pełnoziarnisty) z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego () 250 g (<u>GLUPSZ, SEL₁</u>), Sałata zielona z kefirem 100 g (<u>MLE₁</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml , Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Bułka pszenna 50g 2. x 1 szt (<u>GLUPSZ₁</u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE₁</u>), Serek a'la homogenizowany z ziołami 100 g (<u>MLE₁</u>), Marchew gotowana z olejem (bez soli) 70 g ,
		Posiłek nocny: Miód (25g) 1 szt , Wafle ryżowe 30 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1861.59 kcal; Białko ogółem: 69.06 g; Tłuszcz: 49.32 g; Kw. tł. nasy.: 19.61 g; Węglowodany ogółem: 285.61 g; W tym cukry: 36.23 g; Błonnik pok.: 17.07 g; Sól: 2.91 g; WW: 26.91 Por; : 14.84 %; : 61.37 %; Ener. z T: 23.84 %; Ener. z Bł.: 1.83 %; K: 1420.73 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2025-08-15 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE,</u>), Dżem 25 g 1 szt , Arbuz 100 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>), Surówka z kapusty młodej z olejem 100 g , Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kompot owocowy* 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>), Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 30 g (<u>SOJ,</u>), Pomidor 100 g , Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>),
		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2192.18 kcal; Białko ogółem: 101.9 g; Tłuszcz: 56.7 g; Kw. tł. nasy.: 9.75 g; Węglowodany ogółem: 331.78 g; W tym cukry: 73.04 g; Błonnik pok.: 25.7 g; Sól: 8.96 g; WW: 30.65 Por; : 18.59 %; : 60.54 %; Ener. z T: 23.28 %; Ener. z Bł.: 2.35 %; K: 4308.41 mg;

piątek 2025-08-15 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Makaron pełnoziarnisty na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE,</u>), Sałata zielona 20 g , Arbuz 100 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	Kalafiorowa z ryżem brązowym * 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Pulpet rybno-warzywny* 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,</u>), Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>), Surówka z kapusty młodej z olejem 100 g , Warzywa po grecku * (bez cukru) 100 g (<u>GLU PSZ, 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 , Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 30 g (<u>SOJ,</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>), Pomidor 100 g ,
II Śniadanie: Koktajl wieloowocowy* b/c 200 ml (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: Chleb Graham 25 g (<u>GLU PSZ,</u>), Twarożek z natką pietruszki 30 g (<u>MLE,</u>), Sałata zielona 10 g ,	Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2135.47 kcal; Białko ogółem: 109.05 g; Tłuszcz: 50.37 g; Kw. tł. nasy.: 11.36 g; Węglowodany ogółem: 327.68 g; W tym cukry: 69.47 g; Błonnik pok.: 37.19 g; Sól: 9.18 g; WW: 29.05 Por; : 20.43 %; : 61.38 %; Ener. z T: 21.23 %; Ener. z Bł.: 3.48 %; K: 5057.94 mg;

piątek 2025-08-15 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Zacierka 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 , Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE,</u>), Dżem 25 g 1 szt , Arbuz 100 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Pulpet rybno-warzywny* 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,</u>), Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>), Warzywa po grecku* 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>), Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 30 g (<u>SOJ,</u>), Pomidor b/skórki 100 g ,
		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2041.91 kcal; Białko ogółem: 90.48 g; Tłuszcz: 40.04 g; Kw. tł. nasy.: 8.32 g; Węglowodany ogółem: 340.85 g; W tym cukry: 74.48 g; Błonnik pok.: 19.97 g; Sól: 7.99 g; WW: 32.08 Por; : 17.72 %; : 66.77 %; Ener. z T: 17.65 %; Ener. z Bł.: 1.96 %; K: 4066.56 mg;

piątek 2025-08-15 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
Zacierka 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 , Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE,</u>), Dżem 25 g 1 szt , Jabłko pieczone 1szt. 1 szt , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Pulpet rybno-warzywny* 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,</u>), Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>), Warzywa po grecku* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (<u>SOJ,</u>), Pomidor b/skórki 100 g ,

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1935.56 kcal; Białko ogółem: 81.35 g; Tłuszcz: 36.08 g; Kw. tł. nasy.: 6.99 g; Węglowodany ogółem: 333.2 g; W tym cukry: 67.41 g; Błonnik pok.: 22.37 g; Sól: 8.16 g; WW: 31.11 Por; : 16.81 %; : 68.86 %; Ener. z T: 16.78 %; Ener. z Bł.: 2.31 %; K: 3782.81 mg;

piątek 2025-08-15 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 wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2107.6 kcal; Białko ogółem: 108.05 g; Tłuszcz: 79 g; Kw. tł. nasy.: 35 g; Węglowodany ogółem: 256.15 g; W tym cukry: 55.37 g; Błonnik pok.: 29.17 g; Sól: 6.21 g; WW: 22.48 Por; : 20.51 %; : 48.61 %; Ener. z T: 33.73 %; Ener. z Bł.: 2.77 %; K: 5561.67 mg;

piątek 2025-08-15 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
Zacierka 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 , Polędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>), Dżem 25 g 1 szt , Arbuz 100 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Kalafiorowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Pulpet rybno-warzywny* 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL.</u>), Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>), Warzywa po grecku* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>), Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 30 g (<u>SOJ.</u>), Pomidor b/skórki 100 g ,
		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1830.35 kcal; Białko ogółem: 72.75 g; Tłuszcz: 38.15 g; Kw. tł. nasy.: 8.24 g; Węglowodany ogółem: 309.65 g; W tym cukry: 51.7 g; Błonnik pok.: 20.9 g; Sól: 8.72 g; WW: 28.86 Por; : 15.9 %; : 67.67 %; Ener. z T: 18.76 %; Ener. z Bł.: 2.28 %; K: 3272.65 mg;

piątek 2025-08-15 Jadłospis dla diety: PUŁ- Specjalna		
Makaron na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, 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 homo. naturalny 100 g (<u>MLE.</u>), Miód (25g) 1 szt ,	Kalafiorowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL.</u>), Ryż na sypko 200 g , Pulpet rybno-warzywny* 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL.</u>), Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml , Kisiel o smaku cytrynowym 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>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem (bez soli)* 80 g (<u>SEL.</u>),
		Posiłek nocny: Jabłka prażone b/c 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1889.35 kcal; Białko ogółem: 61.84 g; Tłuszcz: 43.08 g; Kw. tł. nasy.: 15.29 g; Węglowodany ogółem: 319.18 g; W tym cukry: 36.85 g; Błonnik pok.: 17.87 g; Sól: 1.79 g; WW: 30.03 Por; : 13.09 %; : 67.57 %; Ener. z T: 20.52 %; Ener. z Bł.: 1.89 %; K: 989.76 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2025-08-16 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE₊), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (GLU PSZ₊), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ₊), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE₊), Sałatka z pomidorów z olejem i natką pietr 100 g ,	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (MLE, SEL₊), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ₊), Potrawka drobiowa () 200 g (GLU PSZ, SEL₊), Buraczki gotowane () 100 g , Sałatka z dyni pieczonej z natką pietruszki i olejem* 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ₊), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ₊), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ₊), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka wieśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ₊), Sałata zielona 20 g , Ogórek świeży 80 g ,
		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE₊),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2050.36 kcal; Białko ogółem: 100.07 g; Tłuszcz: 45.2 g; Kw. tł. nasy.: 7.9 g; Węglowodany ogółem: 324.72 g; W tym cukry: 58.02 g; Błonnik pok.: 32.29 g; Sól: 7.03 g; WW: 29.21 Por; : 19.52 %; : 63.35 %; Ener. z T: 19.84 %; Ener. z Bł.: 3.15 %; K: 4477.41 mg;

sobota 2025-08-16 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 50 g (GLU PSZ₊), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ₊), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE₊), Sałatka z pomidorów z olejem i natką pietr 100 g ,	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (MLE, SEL₊), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ₊), Potrawka drobiowa () 200 g (GLU PSZ, SEL₊), Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g , Sałatka z dyni pieczonej z natką pietruszki i olejem* 100 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ₊), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ₊), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ₊), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka wieśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ₊), Sałata zielona 20 g , Ogórek świeży 80 g ,
II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 szt ,	Podwieczorek: Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE₊),	Posiłek nocny: Chleb Graham 30 g (GLU PSZ₊), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g , Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2239.42 kcal; Białko ogółem: 113.7 g; Tłuszcz: 56.81 g; Kw. tł. nasy.: 11.91 g; Węglowodany ogółem: 340.55 g; W tym cukry: 72.94 g; Błonnik pok.: 45.78 g; Sól: 9.59 g; WW: 29.51 Por; : 20.31 %; : 60.83 %; Ener. z T: 22.83 %; Ener. z Bł.: 4.09 %; K: 5199.77 mg;

sobota 2025-08-16 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
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₊), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ₊), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE₊), Sałatka z pomidorów z olejem i natką pietr b/skórki 100 g ,	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (MLE, SEL₊), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ₊), Potrawka drobiowa () 200 g (GLU PSZ, SEL₊), Buraczki gotowane () 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ₊), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT₊), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ₊), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka wieśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ₊), Sałata zielona 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,
		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE₊),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2042.51 kcal; Białko ogółem: 97.08 g; Tłuszcz: 40.9 g; Kw. tł. nasy.: 7.55 g; Węglowodany ogółem: 335.47 g; W tym cukry: 59.2 g; Błonnik pok.: 29.51 g; Sól: 7.02 g; WW: 30.61 Por; : 19.01 %; : 65.7 %; Ener. z T: 18.02 %; Ener. z Bł.: 2.89 %; K: 4290.88 mg;

sobota 2025-08-16 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 , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT₊), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ₊), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE₊), Sałatka z pomidorów z olejem i natką pietr b/skórki 100 g ,	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (MLE, SEL₊), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ₊), Potrawka drobiowa () 200 g (GLU PSZ, SEL₊), Buraczki gotowane () 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT₊), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ₊), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka wieśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ₊), Sałata zielona 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1984.31 kcal; Białko ogółem: 92.69 g; Tłuszcz: 40.75 g; Kw. tł. nasy.: 7.45 g; Węglowodany ogółem: 325.59 g; W tym cukry: 53.08 g; Błonnik pok.: 29.51 g; Sól: 6.88 g; WW: 29.62 Por; : 18.69 %; : 65.63 %; Ener. z T: 18.48 %; Ener. z Bł.: 2.97 %; K: 4066.13 mg;

sobota 2025-08-16		Jadłospis dla diety: PUŁ- 12 Papkowata	
Miks śniadaniowy przecierana (PUŁ) 500 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (<u>MLE</u>),	Miks obiad przecierana*()(PUŁ) 500 ml (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Miks obiad przecierana*()(PUŁ) 500 ml (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	
		Posiłek nocny: Miks obiad przecierana*()(PUŁ) 500 ml (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2111.6 kcal; Białko ogółem: 106.15 g; Tłuszcz: 77.75 g; Kw. tł. nasy.: 34.75 g; Węglowodany ogółem: 260.65 g; W tym cukry: 55.37 g; Błonnik pok.: 30.97 g; Sól: 3.71 g; WW: 22.73 Por; : 20.11 %; : 49.37 %; Ener. z T: 33.14 %; Ener. z Bł.: 2.93 %; K: 5561.67 mg;

sobota 2025-08-16			Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>SEL</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>GLU</u> <u>ŻYT</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 50 g , Sałatka z pomidorów z olejem i natką pietr b/skórki 100 g ,		Selerowa z ziemniakami (bez mleka)*() 400 ml (<u>SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU</u> <u>JĘCZ</u>), Potrawka drobiowa () 200 g (<u>GLUPSZ</u>, <u>SEL</u>), Buraczki gotowane () 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>GLU</u> <u>ŻYT</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,	
				Posiłek nocny: Chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1831.45 kcal; Białko ogółem: 79.22 g; Tłuszcz: 40.42 g; Kw. tł. nasy.: 8.13 g; Węglowodany ogółem: 305.05 g; W tym cukry: 36.66 g; Błonnik pok.: 35.26 g; Sól: 7.57 g; WW: 26.99 Por; : 17.3 %; : 66.62 %; Ener. z T: 19.86 %; Ener. z Bł.: 3.85 %; K: 3776.74 mg;

sobota 2025-08-16		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 100 g (<u>MLE</u>), Dżem 25 g 2 szt ,	Ryżowa* 400 ml (<u>MLE, SEL</u>), Kisiel z truskawkami b/c* 250 ml , Kasza jęczmienna/sypko 150 g (<u>GLU JĘCZ</u>), Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL</u>), Marchew gotowana z olejem (bez soli) 100 g , 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>), Szynka wiśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona 20 g ,	
		Posiłek nocny: Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml , Biskvity b/ml 40 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1821.05 kcal; Białko ogółem: 56.53 g; Tłuszcz: 41.81 g; Kw. tł. nasy.: 15.55 g; Węglowodany ogółem: 310.2 g; W tym cukry: 53.82 g; Błonnik pok.: 15.06 g; Sól: 3.31 g; WW: 29.7 Por; : 12.42 %; : 68.14 %; Ener. z T: 20.66 %; Ener. z Bł.: 1.65 %; K: 1245.5 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2025-08-17 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Kasza manna na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE₁), 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, Ser żółty 50 g (MLE₁), Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL₁), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Kotlet schabowy 100 g (GLU PSZ, JAJ₁), Mizeria 100 g (MLE₁), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 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 , Kiełbasa Krakowska wieprzowa parzona grubo rozdrobniona wędzona w osłonce niejadalnej 30 g (GOR₁), Serek homo. naturalny 50 g (MLE₁), Pomidor 90 g , Rukola 10 g ,
		Posiłek nocny: Jabłko 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2135.79 kcal; Białko ogółem: 98.68 g; Tłuszcz: 62.65 g; Kw. tł. nasy.: 19.77 g; Węglowodany ogółem: 306.52 g; W tym cukry: 52.65 g; Błonnik pok.: 25.39 g; Sól: 6.98 g; WW: 28.14 Por; : 18.48 %; : 57.41 %; Ener. z T: 26.4 %; Ener. z Bł.: 2.38 %; K: 4097.84 mg;

niedziela 2025-08-17 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kasza manna na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE₁), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (GLU PSZ₁), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Ser żółty 50 g (MLE₁), Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Pomidorowa z makaronem pełnoziarnisty * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL₁), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Schab pieczony w rękawie 100 g , Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL₁), Mizeria 100 g (MLE₁), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 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 , Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ₁), Serek homo. naturalny 50 g (MLE₁), Pomidor 90 g , Rukola 10 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny z musem truskawkowym 150 g (MLE₁),	Podwieczorek: Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (SEL₁),	Posiłek nocny: Jabłko 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2150.29 kcal; Białko ogółem: 117.27 g; Tłuszcz: 56.37 g; Kw. tł. nasy.: 20.81 g; Węglowodany ogółem: 308.75 g; W tym cukry: 59.85 g; Błonnik pok.: 32.6 g; Sól: 6.96 g; WW: 27.67 Por; : 21.81 %; : 57.43 %; Ener. z T: 23.59 %; Ener. z Bł.: 3.03 %; K: 5382.1 mg;

niedziela 2025-08-17 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Kasza manna na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE₁), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ₁), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek z koperkiem 80 g (MLE₁), Warzywa pieczone (buraki, pietruszka, cukinia) 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL₁), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Schab pieczony w rękawie 100 g , Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL₁), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ₁), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ₁), Serek homo. naturalny 50 g (MLE₁), Pomidor b/skórki 90 g , Rukola 10 g ,
		Posiłek nocny: Banan 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2080.9 kcal; Białko ogółem: 110.01 g; Tłuszcz: 42.59 g; Kw. tł. nasy.: 10.41 g; Węglowodany ogółem: 322.54 g; W tym cukry: 70.46 g; Błonnik pok.: 18.4 g; Sól: 5.05 g; WW: 30.57 Por; : 21.15 %; : 62 %; Ener. z T: 18.42 %; Ener. z Bł.: 1.77 %; K: 4560.43 mg;

niedziela 2025-08-17 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
Kasza manna na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE₁), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ₁), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek z koperkiem 80 g (MLE₁), Warzywa pieczone (buraki, pietruszka, cukinia) 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL₁), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Schab pieczony w rękawie 100 g , Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL₁), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ₁), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ₁), Serek homo. naturalny 50 g (MLE₁), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Banan 150 g ,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2081.64 kcal; Białko ogółem: 110.15 g; Tłuszcz: 42.6 g; Kw. tł. nasy.: 10.42 g; Węglowodany ogółem: 322.61 g; W tym cukry: 70.34 g; Błonnik pok.: 18.52 g; Sól: 5.05 g; WW: 30.57 Por; : 21.17 %; : 61.99 %; Ener. z T: 18.42 %; Ener. z Bł.: 1.78 %; K: 4553.8 mg;

niedziela 2025-08-17 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 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2158.54 kcal; Białko ogółem: 106.15 g; Tłuszcz: 78.35 g; Kw. tł. nasy.: 34.81 g; Węglowodany ogółem: 273.28 g; W tym cukry: 76.4 g; Błonnik pok.: 32.17 g; Sól: 3.72 g; WW: 23.88 Por; : 19.67 %; : 50.64 %; Ener. z T: 32.67 %; Ener. z Bł.: 2.98 %; K: 5762.8 mg;

niedziela 2025-08-17 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>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Schab gotowany 50 g , Warzywa pieczone (buraki, pietruszka, cukinia) 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Schab pieczony w rękawie 100 g , Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Kisiel o smaku wiśniowym b/c 150 ml ,		Posiłek nocny: Banan 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1997.45 kcal; Białko ogółem: 97.38 g; Tłuszcz: 39.99 g; Kw. tł. nasy.: 9.25 g; Węglowodany ogółem: 320.18 g; W tym cukry: 63.91 g; Błonnik pok.: 19.4 g; Sól: 5.21 g; WW: 30.22 Por; : 19.5 %; : 64.12 %; Ener. z T: 18.02 %; Ener. z Bł.: 1.94 %; K: 4179.46 mg;

niedziela 2025-08-17 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>GLUPSZ</u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>), Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (<u>MLE</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 70 g (<u>SEL</u>),	Koperkowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL</u>), Kisiel o smaku cytrynowym b/c 250 ml , Makaron (bez soli) 150 g (<u>GLU PSZ</u>), Schab pieczony w rękawie 80 g , Sos własny (bez soli) 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Marchew gotowana z olejem (bez soli)* 100 g , 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 homo. naturalny 80 g (<u>MLE</u>), Miód (25g) 1 szt , Brokuł gotowany (bez soli)* 70 g ,
		Posiłek nocny: Jabłko pieczone 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1850.1 kcal; Białko ogółem: 83.69 g; Tłuszcz: 42.08 g; Kw. tł. nasy.: 16.77 g; Węglowodany ogółem: 289.44 g; W tym cukry: 52.86 g; Błonnik pok.: 16.56 g; Sól: 1.57 g; WW: 27.28 Por; : 18.09 %; : 62.58 %; Ener. z T: 20.47 %; Ener. z Bł.: 1.79 %; K: 1817.49 mg;