

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2025-02-10		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>GLU ŻYT₁</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 50 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE₁</u>), Ogórek kiszony 100 g ,	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL₁</u>), Naleśniki z serem 200 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE₁</u>), Polewka truskawkowa 150 g (<u>MLE₁</u>), Banan 120 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>GLU ŻYT₁</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Ser żółty 50 g (<u>MLE₁</u>), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,
		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLUPSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE₁</u>),

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

poniedziałek 2025-02-10		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU JECZ₁</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Blok drobiowy- wędlna dro. parzona z dodatkiem mięsa wp 50 g (<u>SOJ</u> , <u>MLE₁</u>), Ogórek kiszony 100 g ,	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL₁</u>), Ryż na sypko (brązowy) 200 g , Sos jogurtowo truskawkowy*b/c 150 g (<u>MLE₁</u>), Banan 120 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Ser żółty 50 g (<u>MLE₁</u>), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,
II Śniadanie: Budyń o smaku waniliowym/p b/c 200 ml (<u>MLE₁</u>),	Podwieczorek: Chleb Graham 25 g (<u>GLUPSZ</u>), Hummus 30 g (<u>SEZ₁</u>), Pomidor 15 g ,	Posiłek nocny: Chleb Graham 30 g (<u>GLUPSZ</u>), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 25 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2217.11 kcal; Białko ogółem: 90.16 g; Tłuszcz: 55.98 g; Kw. tł. nasy.: 18.97 g; Węglowodany ogółem: 353.25 g; W tym cukry: 80.31 g; Błonnik pok.: 35.72 g; Sól: 9.85 g; WW: 31.81 Por; : 16.27 %; : 63.73 %; Ener. z T: 22.73 %; Ener. z Bt.: 3.22 %; K: 4213.67 mg;

poniedziałek 2025-02-10		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE₁</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 , Blok drobiowy- wędlna dro. parzona z dodatkiem mięsa wp 50 g (<u>SOJ</u> , <u>MLE₁</u>), Warzywa pieczone 100 g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL₁</u>), Ryż na sypko 200 g , Sos jogurtowo-truskawkowy* 150 g (<u>MLE₁</u>), Banan 120 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 , Serek homo. naturalny 120 g (<u>MLE₁</u>), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,
		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLUPSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2133.74 kcal; Białko ogółem: 80.71 g; Tłuszcz: 42.14 g; Kw. tł. nasy.: 6.97 g; Węglowodany ogółem: 367.27 g; W tym cukry: 72.43 g; Błonnik pok.: 18.69 g; Sól: 4.75 g; WW: 34.93 Por; : 15.13 %; : 68.85 %; Ener. z T: 17.78 %; Ener. z Bt.: 1.75 %; K: 3579.53 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-02-10 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (MLE₁), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ₁), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatkiem mięsa wp 50 g (SOJ₁ , MLE₁), Warzywa pieczone 100 g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (GLUPSZ₁ , MLE₁ , SEL₁), Ryż na sypko 200 g , Sos jogurtowo-truskawkowy* 150 g (MLE₁), Banan 120 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ₁), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 120 g (MLE₁), Pomidor b/skórki 90 g , Roszponka 10 g ,
		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (GLUPSZ₁ , JAJ₁ , MLE₁),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2133.01 kcal; Białko ogółem: 80.68 g; Tłuszcz: 42.14 g; Kw. tł. nasy.: 6.97 g; Węglowodany ogółem: 367.11 g; W tym cukry: 72.31 g; Błonnik pok.: 18.65 g; Sól: 4.74 g; WW: 34.92 Por; : 15.13 %; : 68.84 %; Ener. z T: 17.78 %; Ener. z Bł.: 1.75 %; K: 3568.66 mg;

poniedziałek 2025-02-10 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL₁), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ₁), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (SOJ₁), Warzywa pieczone 100 g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml (GLUPSZ₁ , SEL₁), Ryż na sypko 200 g , Klopsik drobiowy z udźca 80 g (GLUPSZ₁ , JAJ₁), Sos ziołowy* 80 ml (GLUPSZ₁ , SEL₁), Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 150 g , Banan 120 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ₁), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (SOJ₁), Pomidor b/skórki 90 g , Roszponka 10 g ,
		Posiłek nocny: Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLUPSZ₁), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 25 g (SOJ₁), Sałata zielona 10 g ,

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

poniedziałek 2025-02-10 Jadłospis dla diety: PUŁ- WE Wegetariańska		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (MLE₁), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ₁ , GLU ŻYT₁), Chleb Graham 50 g (GLUPSZ₁), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Ser żółty 50 g (MLE₁), Ogórek kiszony 100 g ,	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 400 ml (GLUPSZ₁ , MLE₁ , SEL₁), Ryż na sypko (brązowy) 200 g , Sos jogurtowo-truskawkowy* 150 g (MLE₁), Kompot owocowy* z/c 250 ml , Banan 120 g ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ₁ , GLU ŻYT₁), Chleb Graham 50 g (GLUPSZ₁), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE₁), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,
		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (GLUPSZ₁ , JAJ₁ , MLE₁),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2070.62 kcal; Białko ogółem: 82.25 g; Tłuszcz: 46.12 g; Kw. tł. nasy.: 17.9 g; Węglowodany ogółem: 342.35 g; W tym cukry: 72.06 g; Błonnik pok.: 28.65 g; Sól: 7.44 g; WW: 31.37 Por; : 15.89 %; : 66.13 %; Ener. z T: 20.05 %; Ener. z Bł.: 2.77 %; K: 3489.5 mg;

poniedziałek 2025-02-10 Jadłospis dla diety: PUŁ- Specjalna		
Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL₁), Bułka pszenna 50g 2 szt (GLUPSZ₁), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE₁), Twarożek 100 g (MLE₁), Roszponka 10 g ,	Koperkowa z makaronem (bez soli)* 400 ml (GLUPSZ₁ , MLE₁ , SEL₁), Kotlet z jaj-pieczony 80 g (GLUPSZ₁ , JAJ₁), Ryż na sypko 200 g , Kalafior gotowany* 100 g , Kisiel o smaku truskawkowym b/c 250 ml , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Bułka pszenna 50g 2 szt (GLUPSZ₁), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE₁), Pasta z twarogu z natką pietruszki 100 g (MLE₁), Sałata zielona 20 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,
		Posiłek nocny: Jabłko pieczone 150 g ,

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2025-02-11		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (MLE, GLU JĘCZ.), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g , Sałatka witaminowa 80 g (SEL.), Sałata lodowa 20 g ,	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Kotlet drobiowy panierowany 80 g (GLU PSZ, JAJ.), Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (SEL.), Marchew oprószana z olejem* 100 g (GLU PSZ.), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (SOJ.), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2040.51 kcal; Białko ogółem: 87.8 g; Tłuszcz: 58.52 g; Kw. tł. nasy.: 11.8 g; Węglowodany ogółem: 305.79 g; W tym cukry: 43.65 g; Błonnik pok.: 29.87 g; Sól: 8.67 g; WW: 27.66 Por; : 17.21 %; : 59.94 %; Ener. z T: 25.81 %; Ener. z Bł.: 2.93 %; K: 3848.35 mg;

wtorek 2025-02-11		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (MLE, GLU JĘCZ.), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g , Sałatka witaminowa 80 g (SEL.), Sałata lodowa 20 g ,	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Filet z kurczaka gotowany 80 g , Sos pietruszkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 150 g (SEL.), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (SOJ.), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny z musem jabłkowym b/c 150 g (MLE.),	Podwieczorek: Chleb Graham 25 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Ser żółty 30 g (MLE.), Sałata zielona 10 g ,	Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2108.36 kcal; Białko ogółem: 111.85 g; Tłuszcz: 63.52 g; Kw. tł. nasy.: 19.02 g; Węglowodany ogółem: 291.02 g; W tym cukry: 45.93 g; Błonnik pok.: 33.64 g; Sól: 11.97 g; WW: 25.76 Por; : 21.22 %; : 55.21 %; Ener. z T: 27.11 %; Ener. z Bł.: 3.19 %; K: 4487.13 mg;

wtorek 2025-02-11		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (MLE, GLU JĘCZ.), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g , Sałatka witaminowa 80 g (SEL.), Sałata lodowa 20 g ,	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Filet z kurczaka gotowany 80 g , Sos pietruszkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Marchew oprószana z olejem* 150 g (GLU PSZ.), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (SOJ.), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1939.4 kcal; Białko ogółem: 93.06 g; Tłuszcz: 45.31 g; Kw. tł. nasy.: 10.73 g; Węglowodany ogółem: 302.76 g; W tym cukry: 42.24 g; Błonnik pok.: 23.52 g; Sól: 8.05 g; WW: 28.01 Por; : 19.19 %; : 62.44 %; Ener. z T: 21.02 %; Ener. z Bł.: 2.43 %; K: 3719.66 mg;

wtorek 2025-02-11		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (MLE, GLU JĘCZ.), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g , Sałatka witaminowa 80 g (SEL.), Sałata lodowa 20 g ,	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Filet z kurczaka gotowany 80 g , Sos pietruszkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Marchew oprószana z olejem* 150 g (GLU PSZ.), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (SOJ.), Twaróg półtłusty 50 g (MLE.), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,

Jadłospisy dla oddziałów

		Posiłek nocny: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt ,
--	--	---

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2062.9 kcal; Białko ogółem: 99.01 g; Tłuszcz: 43.36 g; Kw. tł. nasy.: 10.78 g; Węglowodany ogółem: 332.46 g; W tym cukry: 43.54 g; Błonnik pok.: 25.17 g; Sól: 8.69 g; WW: 30.86 Por; : 19.2 %; : 64.46 %; Ener. z T: 18.91 %; Ener. z Bł.: 2.44 %; K: 3776.16 mg;

wtorek 2025-02-11	Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna	
--------------------------	--	--

Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL, GLU JĘCZ.), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g , Sałatka witaminowa 80 g (SEL.), Sałata lodowa 20 g ,	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL.), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Filet z kurczaka gotowany 80 g , Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml (GLU PSZ.), Marchew oprószana z olejem* 150 g (GLU PSZ.), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ.), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
---	--	---

Posiłek nocny: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1780.6 kcal; Białko ogółem: 79.68 g; Tłuszcz: 42.57 g; Kw. tł. nasy.: 10.05 g; Węglowodany ogółem: 283.12 g; W tym cukry: 24.32 g; Błonnik pok.: 25.66 g; Sól: 7.77 g; WW: 25.79 Por; : 17.9 %; : 63.6 %; Ener. z T: 21.52 %; Ener. z Bł.: 2.88 %; K: 3181.13 mg;

wtorek 2025-02-11	Jadłospis dla diety: PUŁ- WE Wegetariańska	
--------------------------	---	--

Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (MLE, GLU JĘCZ.), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (MLE.), Sałatka witaminowa 80 g (SEL.), Sałata lodowa 20 g ,	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Pierogi ze szpinakiem * 300 g (GLU PSZ, MLE.), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.), Twaróg półtłusty 50 g (MLE.), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
---	---	--

Posiłek nocny: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1975.8 kcal; Białko ogółem: 86.86 g; Tłuszcz: 40.24 g; Kw. tł. nasy.: 8.89 g; Węglowodany ogółem: 320.3 g; W tym cukry: 35.78 g; Błonnik pok.: 25.69 g; Sól: 6.1 g; WW: 29.41 Por; : 17.58 %; : 64.84 %; Ener. z T: 18.33 %; Ener. z Bł.: 2.6 %; K: 1686.46 mg;

wtorek 2025-02-11	Jadłospis dla diety: PUŁ- Specjalna	
--------------------------	--	--

Ryż na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL.), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.), Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.), Ryż na sypko 200 g , Filet z kurczaka gotowany 80 g , Marchew gotowana* 100 g , Kisiel o smaku cytrynowym b/c 250 ml , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml ,	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.), Twaróg półtłusty 100 g (MLE.), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,
---	--	--

Posiłek nocny: Bułka pszenna 50g 2 szt (**GLU PSZ.**), Masło extra 82% 5g (**MLE.**), Szynek z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej 30 g (**SOJ, SEL.**), Rukola 10 g ,

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2025-02-12 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW,), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Serek homo. naturalny 80 g (MLE,), Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (SOJ,), Pomidor 90 g, Rukola 10 g,	Kapuśniak z kapusty kiszzonej (*) 400 ml (GLU PSZ, SEL, GOR,), Kasza gryczana 200 g, Pieczeń rzymska drobiowa z indyka 100 g (GLU PSZ, JAJ,), Sos jarzynowy * 100 ml (GLU PSZ, SEL,), Surówka z marchwi i migdałów () b/c 150 g (MLE, ORZ,), Jabłko 1 szt 1 szt, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Pasta z twarogu i makreli wędzonej** 80 g (RYB, MLE,), Sałata zielona 20 g,
		Posiłek nocny: Przecier owocowy-jabłko 100g 1 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2285.15 kcal; Białko ogółem: 113.33 g; Tłuszcz: 57.27 g; Kw. tł. nasy.: 12.79 g; Węglowodany ogółem: 344.68 g; W tym cukry: 76.96 g; Błonnik pok.: 35.5 g; Sól: 7.44 g; WW: 30.89 Por; : 19.84 %; : 60.33 %; Ener. z T: 22.56 %; Ener. z Bł.: 3.11 %; K: 4263.11 mg;

środa 2025-02-12 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW,), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Serek homo. naturalny 80 g (MLE,), Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (SOJ,), Pomidor 90 g, Rukola 10 g,	Ziemniaczana * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Kasza gryczana 200 g, Pieczeń rzymska drobiowa z indyka 100 g (GLU PSZ, JAJ,), Sos jarzynowy * 100 ml (GLU PSZ, SEL,), Surówka z marchwi i migdałów b/c () 150 g (MLE, ORZ,), Jabłko 1 szt 1 szt, Kompot owocowy* b/c 250 ml,	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,), Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Pasta z twarogu i makreli wędzonej** 80 g (RYB, MLE,), Sałata zielona 20 g,
II Śniadanie: Sałatka jarzynowa - dieta (*) 100 g (MLE, SEL,),	Podwieczorek: Koktajl z czarnej porzeczki* b/c 150 ml (MLE,),	Posiłek nocny: Kanapka z twarożkiem i pomidorem (chleb razowy 60g, masło 5g, twarożek 25g, pomidor 15g) 1 szt (GLU PSZ, MLE,),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2505.71 kcal; Białko ogółem: 133.22 g; Tłuszcz: 58.78 g; Kw. tł. nasy.: 16.26 g; Węglowodany ogółem: 382.42 g; W tym cukry: 69.06 g; Błonnik pok.: 45.43 g; Sól: 7.46 g; WW: 33.71 Por; : 21.27 %; : 61.05 %; Ener. z T: 21.11 %; Ener. z Bł.: 3.63 %; K: 5604.12 mg;

środa 2025-02-12 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW,), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Serek homo. naturalny 80 g (MLE,), Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (SOJ,), Pomidor 90 g, Rukola 10 g,	Ziemniaczana * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ,), Pieczeń rzymska drobiowa z indyka 100 g (GLU PSZ, JAJ,), Sos jarzynowy * 100 ml (GLU PSZ, SEL,), Cukinia gotowana z pomidorami* 150 g, Jabłko 1 szt 1 szt, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Pasta z twarogu i ryby got. (mintaj) z koperkiem 80 g (RYB, MLE,), Sałata zielona 20 g,
		Posiłek nocny: Przecier owocowy-jabłko 100g 1 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2217.66 kcal; Białko ogółem: 109.59 g; Tłuszcz: 41.3 g; Kw. tł. nasy.: 9 g; Węglowodany ogółem: 362.88 g; W tym cukry: 76.69 g; Błonnik pok.: 23.25 g; Sól: 5.85 g; WW: 34 Por; : 19.77 %; : 65.45 %; Ener. z T: 16.76 %; Ener. z Bł.: 2.1 %; K: 4087.53 mg;

środa 2025-02-12 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW,), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Serek homo. naturalny 80 g (MLE,), Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (SOJ,), Pomidor b/skórki 90 g, Sałata zielona 10 g,	Ziemniaczana * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ,), Pieczeń rzymska drobiowa z indyka 100 g (GLU PSZ, JAJ,), Sos jarzynowy * 100 ml (GLU PSZ, SEL,), Cukinia gotowana z pomidorami* 150 g, Banan 120 g, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Pasta z twarogu i ryby got. (mintaj) z koperkiem 80 g (RYB, MLE,), Sałata zielona 20 g,
		Posiłek nocny: Przecier owocowy-jabłko 100g 1 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2200.69 kcal; Białko ogółem: 105.82 g; Tłuszcz: 40.91 g; Kw. tł. nasy.: 8.98 g; Węglowodany ogółem: 362.99 g; W tym cukry: 78.98 g; Błonnik pok.: 22.3 g; Sól: 5.69 g; WW: 34.14 Por; : 19.23 %; : 65.98 %; Ener. z T: 16.73 %; Ener. z Bł.: 2.03 %; K: 4129.6 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-02-12		Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna
Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL , GLU OW), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ), Pomidor b/skórki 90 g , Sałata zielona 10 g ,	Ziemniaczana *(bez mleka) () 400 ml (GLU PSZ, SEL), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JEJCZ), Pieczeń rzymska drobiowa z indyka 100 g (GLU PSZ, JAJ), Sos jarzynowy * 100 ml (GLU PSZ, SEL), Cukinia gotowana z pomidorami* 150 g , Jabłko 1 szt 1 szt , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ), Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1922.2 kcal; Białko ogółem: 77.97 g; Tłuszcz: 36.4 g; Kw. tł. nasy.: 7.62 g; Węglowodany ogółem: 331.49 g; W tym cukry: 51.72 g; Błonnik pok.: 24.17 g; Sól: 6.81 g; WW: 30.77 Por; : 16.23 %; : 68.98 %; Ener. z T: 17.04 %; Ener. z Bł.: 2.51 %; K: 3157.92 mg;

środa 2025-02-12		Jadłospis dla diety: PUŁ- WE Wegetariańska
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 80 g (MLE), Pomidor 90 g , Rukola 10 g ,	Kapuśniak z kapusty kiszzonej (*) 400 ml (GLU PSZ, SEL, GOR), Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie* 400 g (SEL, GLU JEJCZ), Sos jarzynowy * 100 ml (GLU PSZ, SEL), Surówka z marchwi i migdałów () b/c 150 g (MLE, ORZ), Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE), Jabłko 1 szt 1 szt , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu i ryby got. (mintaj) z koperkiem 80 g (RYB, MLE), Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Przecier owocowy-jabłko 100g 1 g ,

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

środa 2025-02-12		Jadłospis dla diety: PUŁ- Specjalna
Makaron na wywarze jarzynowym 400 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL), Bułka pszenna 50g 2 szt (GLU PSZ), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE), Serek homo. naturalny 100 g (MLE), Kalafior gotowany (bez soli)* 100 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	Ryżowa* 400 ml (MLE, SEL), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JEJCZ), Pieczeń rzymska drobiowa z indyka 100 g (GLU PSZ, JAJ), Bukiet jarzyn gotowany z olejem (bez soli)* 100 g (SEL), Kisiel o smaku truskawkowym b/c 250 ml , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml ,	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE), Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ), Roszponka 10 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,
		Posiłek nocny: Jabłka prażone b/c 200 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1997.25 kcal; Białko ogółem: 77.16 g; Tłuszcz: 42.3 g; Kw. tł. nasy.: 16.35 g; Węglowodany ogółem: 336.61 g; W tym cukry: 49.08 g; Błonnik pok.: 23.32 g; Sól: 2.7 g; WW: 31.22 Por; : 15.45 %; : 67.42 %; Ener. z T: 19.06 %; Ener. z Bł.: 2.34 %; K: 1596.04 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2025-02-13		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Kasza manna na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE,), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z fasoli 80 g , Sałatka z ogórka kons, i papryki konserwowej 100 g (GOR,),	Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese z łop wp* 350 g (GLU PSZ, MLE, SEL,), Surówka z selera i jabłka () 150 g (MLE, SEL,), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek 80 g (MLE,), Szyunka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 30 g (SOJ, SEL,), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2l 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2375.06 kcal; Białko ogółem: 109.1 g; Tłuszcz: 58.87 g; Kw. tł. nasy.: 15.82 g; Węglowodany ogółem: 367.3 g; W tym cukry: 77.35 g; Błonnik pok.: 42.16 g; Sól: 6.82 g; WW: 32.63 Por; : 18.37 %; : 61.86 %; Ener. z T: 22.31 %; Ener. z Bł.: 3.55 %; K: 4916.72 mg;

czwartek 2025-02-13		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (MLE, GLU JĘCZ,), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z fasoli 80 g , Sałatka z ogórka kons, i papryki konserwowej 100 g (GOR,),	Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese z łop wp* 350 g (GLU PSZ, MLE, SEL,), Surówka z selera i jabłka () 150 g (MLE, SEL,), 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,), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek 80 g (MLE,), Szyunka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 30 g (SOJ, SEL,), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE,),	Podwieczorek: Jabłko 150 g , Orzechy włoskie łuskane 20 g (ORZ,),	Posiłek nocny: Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2l 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2655.42 kcal; Białko ogółem: 120.22 g; Tłuszcz: 75.16 g; Kw. tł. nasy.: 17.45 g; Węglowodany ogółem: 394.63 g; W tym cukry: 87.83 g; Błonnik pok.: 50.94 g; Sól: 7.57 g; WW: 34.52 Por; : 18.11 %; : 59.45 %; Ener. z T: 25.47 %; Ener. z Bł.: 3.84 %; K: 5554.79 mg;

czwartek 2025-02-13		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Kasza manna 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 , Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatk mięsa wp 50 g (SOJ, MLE,), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,	Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Makaron z sosem bolognese z łop wp-dieta* 350 g (GLU PSZ, SEL,), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek 80 g (MLE,), Szyunka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 30 g (SOJ, SEL,), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2l 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2123.54 kcal; Białko ogółem: 99.1 g; Tłuszcz: 46.37 g; Kw. tł. nasy.: 11.19 g; Węglowodany ogółem: 333.2 g; W tym cukry: 64.83 g; Błonnik pok.: 15.94 g; Sól: 5.17 g; WW: 31.85 Por; : 18.67 %; : 62.76 %; Ener. z T: 19.65 %; Ener. z Bł.: 1.5 %; K: 3602.18 mg;

czwartek 2025-02-13		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
Kasza manna 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 , Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatk mięsa wp 50 g (SOJ, MLE,), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,	Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Makaron z sosem bolognese z łop wp-dieta* 350 g (GLU PSZ, SEL,), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek 80 g (MLE,), Szyunka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 30 g (SOJ, SEL,), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g ,

Jadłospisy dla oddziałów

		Posiłek nocny: Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2l 1 szt ,
--	--	---

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2065.34 kcal; Białko ogółem: 94.71 g; Tłuszcz: 46.22 g; Kw. tł. nasy.: 11.09 g; Węglowodany ogółem: 323.32 g; W tym cukry: 58.71 g; Błonnik pok.: 15.94 g; Sól: 5.03 g; WW: 30.86 Por; : 18.34 %; : 62.62 %; Ener. z T: 20.14 %; Ener. z Bł.: 1.54 %; K: 3377.43 mg;

czwartek 2025-02-13	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 , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</u>), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) () 400 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>), Makaron z sosem bolognese z łop wp-dieta* 350 g (<u>GLUPSZ. 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 , Szyunka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ. SEL.</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2l 1 szt ,

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

czwartek 2025-02-13	Jadłospis dla diety: PUŁ- WE Wegetariańska	
Kasza manna na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLUPSZ.</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z fasoli 80 g , Sałatka z ogórka kons, i papryki konserwowej 100 g (<u>GOR.</u>),	Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>), Makaron z warzywami* 350 g (<u>GLU PSZ. MLE.</u>), Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2l 1 szt ,

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

czwartek 2025-02-13	Jadłospis dla diety: PUŁ- Specjalna	
Kasza manna na wywarze jarzynowym* 400 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>), Bułka pszenna 50g 2 szt (<u>GLU PSZ.</u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>), Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatkiem mięsa wp 50 g (<u>SOJ. MLE.</u>), Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE.</u>), Roszponka 10 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	Jarzynowa z makaronem # dieta 400 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>), Makaron z sosem bolognese z łop wp-dieta* 300 g (<u>GLU PSZ. SEL.</u>), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g , Kisiel o smaku wiśniowym b/c 250 ml , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ.</u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>), Twarożek 100 g (<u>MLE.</u>), Dżem 25g 1 szt , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,
		Posiłek nocny: Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 5g (<u>MLE.</u>), Pasta warzywna* 50 g (<u>SEL.</u>),

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2025-02-14		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Zacierka na mleku 400 ml (GLUPSZ, MLE,), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,), Chleb Graham 50 g (GLUPSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (MLE,), Powidła śliwkowe 25 g , Jabłko 150 g ,	Krupnik jęczmienny* 400 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ,), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba smażona (Morszczuk) 90 g (GLUPSZ, JAJ, RYB,), Warzywa po grecku* 100 g (GLUPSZ, SEL,), Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,), Chleb Graham 50 g (GLUPSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,), Pasta warzywna* 80 g (SEL,), Ogórek kiszony 80 g , Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2222.43 kcal; Białko ogółem: 94.41 g; Tłuszcz: 64.83 g; Kw. tł. nasy.: 13.13 g; Węglowodany ogółem: 329.93 g; W tym cukry: 70.87 g; Błonnik pok.: 33.83 g; Sól: 8.82 g; WW: 29.6 Por; : 16.99 %; : 59.38 %; Ener. z T: 26.25 %; Ener. z Bł.: 3.04 %; K: 4557.97 mg;

piątek 2025-02-14		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Makaron pełnoziarnisty na mleku/p 400 ml (GLUPSZ, MLE,), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (GLUPSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (MLE,), Papryka konserwowa 50 g , Jabłko 150 g ,	Krupnik jęczmienny* 400 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ,), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba pieczona (Morszczuk) 80 g (RYB,), Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 100 g , Warzywa po grecku * (bez cukru) 100 g (GLUPSZ, SEL,), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (GLUPSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,), Pasta warzywna* 80 g (SEL,), Ogórek kiszony 80 g , Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 200 ml ,	Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE,),	Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2043.07 kcal; Białko ogółem: 99.11 g; Tłuszcz: 52.71 g; Kw. tł. nasy.: 10.05 g; Węglowodany ogółem: 310.88 g; W tym cukry: 69.39 g; Błonnik pok.: 38.87 g; Sól: 8.87 g; WW: 27.17 Por; : 19.4 %; : 60.87 %; Ener. z T: 23.22 %; Ener. z Bł.: 3.8 %; K: 5136.45 mg;

piątek 2025-02-14		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Zacierka na mleku 400 ml (GLUPSZ, MLE,), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (MLE,), Dżem 25 g 1 szt , Jabłko pieczone 150 g ,	Krupnik jęczmienny* 400 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ,), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba pieczona (Morszczuk) 80 g (RYB,), Warzywa po grecku* 150 g (GLUPSZ, SEL,), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,), Pasta warzywna* 80 g (SEL,), Sałatka z pomidorów z jogurtem natur i natką pietr 100 g (MLE,),
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2088.18 kcal; Białko ogółem: 94.26 g; Tłuszcz: 50.86 g; Kw. tł. nasy.: 11.99 g; Węglowodany ogółem: 326.42 g; W tym cukry: 75.22 g; Błonnik pok.: 26.69 g; Sól: 5.94 g; WW: 30.06 Por; : 18.06 %; : 62.53 %; Ener. z T: 21.92 %; Ener. z Bł.: 2.56 %; K: 4554.04 mg;

piątek 2025-02-14		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
Zacierka na mleku 400 ml (GLUPSZ, MLE,), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (MLE,), Dżem 25 g 1 szt , Jabłko pieczone 150 g ,	Krupnik jęczmienny* 400 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ,), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba pieczona (Morszczuk) 80 g (RYB,), Warzywa po grecku* 150 g (GLUPSZ, SEL,), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Blok drobiowy- wędlna dro. parzona z dodatkiem mięsa wp 50 g (SOJ, MLE,), Pasta warzywna* 80 g (SEL,), Sałatka z pomidorów z jogurtem natur i natką pietr b/skórki 100 g (MLE,),
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2072.24 kcal; Białko ogółem: 94.35 g; Tłuszcz: 48.45 g; Kw. tł. nasy.: 11.27 g; Węglowodany ogółem: 327.52 g; W tym cukry: 74.92 g; Błonnik pok.: 26.69 g; Sól: 6.75 g; WW: 30.22 Por; : 18.21 %; : 63.22 %; Ener. z T: 21.04 %; Ener. z Bł.: 2.58 %; K: 4554.04 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-02-14	Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna	
Zacierka 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 , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ</u>), Dżem 25 g 1 szt , Jabłko pieczone 150 g ,	Krupnik jęczmienny (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL, GLU JEĆZ</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba pieczona (Morszczuk) 80 g (<u>RYB</u>), Warzywa po grecku* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Pasta warzywna* 80 g (<u>SEL</u>), Sałatka z pomidorów z olejem i natką pietr 100 g ,
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1960 kcal; Białko ogółem: 76.05 g; Tłuszcz: 54.92 g; Kw. tł. nasy.: 10.69 g; Węglowodany ogółem: 304.38 g; W tym cukry: 58.95 g; Błonnik pok.: 27.62 g; Sól: 6.76 g; WW: 27.74 Por; : 15.52 %; : 62.12 %; Ener. z T: 25.22 %; Ener. z Bł.: 2.82 %; K: 4126.2 mg;

piątek 2025-02-14	Jadłospis dla diety: PUŁ- WE Wegetariańska	
Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE</u>), Powidła śliwkowe 25 g , Jabłko 150 g ,	Krupnik jęczmienny * 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JEĆZ</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Kotlety sojowe 100 g (<u>SOJ</u>), Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g , Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</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 , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Pasta warzywna* 80 g (<u>SEL</u>), Ogórek kiszony 80 g , Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2027.69 kcal; Białko ogółem: 86.06 g; Tłuszcz: 47.54 g; Kw. tł. nasy.: 11.15 g; Węglowodany ogółem: 325.32 g; W tym cukry: 70.83 g; Błonnik pok.: 40.21 g; Sól: 8.34 g; WW: 28.5 Por; : 16.98 %; : 64.18 %; Ener. z T: 21.1 %; Ener. z Bł.: 3.97 %; K: 4108.39 mg;

piątek 2025-02-14	Jadłospis dla diety: PUŁ- Specjalna	
Zacierka na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Bułka pszenna 50g 2 szt (<u>GLU PSZ</u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>), Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (<u>MLE</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem (bez soli)* 70 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	Krupnik jęczmienny (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL, GLU JEĆZ</u>), Ryba pieczona (Morszczuk) 80 g (<u>RYB</u>), Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>), Kalafior gotowany* 100 g , Kisiel o smaku wiśniowym b/c 250 ml , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Bułka pszenna 50g 2 szt (<u>GLU PSZ</u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>), Twarożek 100 g (<u>MLE</u>), Miód (25g) 1 szt , Jabłka prażone b/c 200 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 40 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1907.14 kcal; Białko ogółem: 86.58 g; Tłuszcz: 43.07 g; Kw. tł. nasy.: 16.97 g; Węglowodany ogółem: 298.28 g; W tym cukry: 37.69 g; Błonnik pok.: 18.23 g; Sól: 1.53 g; WW: 27.91 Por; : 18.16 %; : 62.56 %; Ener. z T: 20.32 %; Ener. z Bł.: 1.91 %; K: 1299.78 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2025-02-15		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW.), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (GLUPSZ.), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLUPSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Parówki cieszynki- węd. wp. homog. wędz. parz 80 g (SOJ, SEL.), Ketchup saszetka 20g 1 szt , Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g ,	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.), Ryż na sypko (brązowy) 200 g , Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g (SEL.), Surówka z marchwi i jabłka b/c () 150 g (MLE.), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (GLUPSZ.), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową 150 g (GLUPSZ, SOJ, GOR.), Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Kanapka z serem naturalnym i pomidorem (chleb graham 60g, masło 5g, serek śniadaniowy 25g, pomidor 15g) 1 szt (GLUPSZ, MLE.),

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

sobota 2025-02-15		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW.), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (GLUPSZ.), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLUPSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka luksusowa-wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 50 g (GLUPSZ, SOJ.), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g ,	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.), Ryż na sypko (brązowy) 200 g , Potrawka drobiowa z warzywami * 180 g (GLUPSZ, SEL.), Surówka z marchwi i jabłka b/c () 150 g (MLE.), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (GLUPSZ.), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową 150 g (GLUPSZ, SOJ, GOR.), Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Kanapka z jajkiem i sałatą (chleb razowy 40g, masło 5g, jajko 25g, sałata 5g) 1 szt (GLUPSZ, JAJ, MLE.),	Podwieczorek: Serek homo. naturalny 150 g (MLE.), Mus z truskawek* b/c 50 g ,	Posiłek nocny: Kanapka z serem naturalnym i pomidorem (chleb graham 60g, masło 5g, serek śniadaniowy 25g, pomidor 15g) 1 szt (GLUPSZ, MLE.),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2572.87 kcal; Białko ogółem: 115.08 g; Tłuszcz: 76.13 g; Kw. tł. nasy.: 17.2 g; Węglowodany ogółem: 375.45 g; W tym cukry: 42.27 g; Błonnik pok.: 44.87 g; Sól: 8.08 g; WW: 33.07 Por; : 17.89 %; : 58.37 %; Ener. z T: 26.63 %; Ener. z Bł.: 3.49 %; K: 4012.58 mg;

sobota 2025-02-15		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW.), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLUPSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka luksusowa-wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 50 g (GLUPSZ, SOJ.), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g ,	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.), Ryż na sypko 200 g , Potrawka drobiowa z warzywami * 180 g (GLUPSZ, SEL.), Buraczki oprószane () 150 g (GLUPSZ.), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową-dieta* 150 g (GLUPSZ, SOJ, SEL.), Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Kanapka z serem naturalnym i pomidorem (bułka pszenna 45g, masło 5g, serek śniadaniowy 25g, pomidor 15g) 1 szt (GLUPSZ, MLE.),

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

sobota 2025-02-15		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		

Jadłospisy dla oddziałów

<p>Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW.), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szynka luksusowa-wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.),</p>	<p>Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Ryż na sypko 200 g, Potrawka drobiowa z warzywami* 180 g (GLUPSZ, SEL.), Buraczki oprószone () 150 g (GLU PSZ.), Kompot owocowy* z/c 250 ml,</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową-dieta* 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.), Sałata zielona 20 g,</p>
		<p>Posiłek nocny: Kanapka z serkiem naturalnym i pomidorem b/skórki (bułka pszenna 45g, masło 5g, serek śniadaniowy 25g, pomidor 15g) 1 szt (GLU PSZ, MLE.),</p>

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2124.97 kcal; Białko ogółem: 84.54 g; Tłuszcz: 44.47 g; Kw. tł. nasy.: 10.89 g; Węglowodany ogółem: 357.67 g; W tym cukry: 46.96 g; Błonnik pok.: 22.15 g; Sól: 6.16 g; WW: 33.56 Por; : 15.91 %; : 67.33 %; Ener. z T: 18.83 %; Ener. z Bł.: 2.08 %; K: 3350.99 mg;

sobota 2025-02-15 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
<p>Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL, GLU OW.), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szynka luksusowa-wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 50 g (GLUPSZ, SOJ.),</p>	<p>Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml (GLU PSZ, SEL.), Ryż na sypko 200 g, Potrawka drobiowa z warzywami* 180 g (GLUPSZ, SEL.), Buraczki oprószone () 150 g (GLU PSZ.), Kompot owocowy* z/c 250 ml,</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową-dieta* 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.), Sałata zielona 20 g,</p>
		<p>Posiłek nocny: Kanapka z szynką i pomidorem (bułka pszenna 45g, tłuszcz 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (GLUPSZ, SOJ.),</p>

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2002.51 kcal; Białko ogółem: 73.94 g; Tłuszcz: 41.64 g; Kw. tł. nasy.: 8.01 g; Węglowodany ogółem: 344.73 g; W tym cukry: 29.37 g; Błonnik pok.: 24.73 g; Sól: 7.12 g; WW: 31.97 Por; : 14.77 %; : 68.86 %; Ener. z T: 18.71 %; Ener. z Bł.: 2.47 %; K: 2780.58 mg;

sobota 2025-02-15 Jadłospis dla diety: PUŁ- WE Wegetariańska		
<p>Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW.), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb Graham 50 g (GLUPSZ.), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Parówki sojowe 80 g (GLU PSZ, może zawierać: SOJ, GOR, SEZ, S02.), Ketchup saszetka 20g 1 szt, Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g,</p>	<p>Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Kotlety ryżowe 300 g (GLUPSZ, JAJ, MLE.), Surówka z marchwi i jabłka b/c () 150 g (MLE.), Kompot owocowy* z/c 250 ml,</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Ser żółty 50 g (MLE.), Sałata zielona 20 g,</p>
		<p>Posiłek nocny: Kanapka z serkiem naturalnym i pomidorem (chleb graham 60g, masło 5g, serek śniadaniowy 25g, pomidor 15g) 1 szt (GLU PSZ, MLE.),</p>

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

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-02-15	Jadłospis dla diety: PUŁ- Specjalna	
Makaron na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>GLU PSZ.</u> , <u>JAJ. SEL.</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<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>), Dżem 25 g 1 szt , Roszponka 10 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	Koperkowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL.</u>), Potrawka drobiowa z warzywami * 150 g (<u>GLU PSZ. SEL.</u>), Ryż na sypko (bez soli) 200 g , Marchew gotowana z olejem (bez soli)* 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml , Kisiel z truskawkami b/c* 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>), Twarożek 100 g (<u>MLE.</u>),
		Posiłek nocny: Sałatka z ryżu, kalafiora i jajka 100 g (<u>JAJ. MLE. GOR.</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>),

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2025-02-16		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Kasza 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 , Szyunkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g , Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,	Pomidorowa z zacierką* 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Kotlet schabowy 100 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u>), Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (<u>SEL</u>), Fasolka szparagowa z wody* 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kakao/p z/c 250 ml (<u>MLE</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE</u>), Szyunka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u>), Banan 120 g ,
		Posiłek nocny: Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2156.97 kcal; Białko ogółem: 103.55 g; Tłuszcz: 52.52 g; Kw. tł. nasy.: 11.11 g; Węglowodany ogółem: 330.07 g; W tym cukry: 76.03 g; Błonnik pok.: 28.38 g; Sól: 8.2 g; WW: 30.31 Por; : 19.2 %; : 61.21 %; Ener. z T: 21.91 %; Ener. z Bł.: 2.63 %; K: 4831.11 mg;

niedziela 2025-02-16		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kasza 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 , Szyunkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g , Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,	Pomidorowa z zacierką* 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Schab pieczony w rękawie 100 g , Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (<u>SEL</u>), Fasolka szparagowa z wody* 100 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Kakao/p b/c 250 ml (<u>MLE</u>), Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE</u>), Szyunka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u>), Banan 120 g ,
II Śniadanie: Maślanka 150 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Chleb Graham 25 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 0.50 szt , Szyunka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 25 g (<u>SOJ</u>), Pomidor 15 g ,	Posiłek nocny: Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>), Hummus 50 g (<u>SEZ</u>), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2283.75 kcal; Białko ogółem: 127.26 g; Tłuszcz: 54.85 g; Kw. tł. nasy.: 11.49 g; Węglowodany ogółem: 335.25 g; W tym cukry: 71.59 g; Błonnik pok.: 33.12 g; Sól: 9.98 g; WW: 30.45 Por; : 22.29 %; : 58.72 %; Ener. z T: 21.62 %; Ener. z Bł.: 2.9 %; K: 5457.24 mg;

niedziela 2025-02-16		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Kasza 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 , Szyunkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g , Cukinia pieczona z olejem * 100 g ,	Pomidorowa z zacierką* 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Schab pieczony w rękawie 100 g , Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (<u>SEL</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kakao/p z/c 250 ml (<u>MLE</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE</u>), Szyunka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u>), Banan 120 g ,
		Posiłek nocny: Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2164.55 kcal; Białko ogółem: 115.35 g; Tłuszcz: 48.3 g; Kw. tł. nasy.: 11.25 g; Węglowodany ogółem: 327.86 g; W tym cukry: 81.87 g; Błonnik pok.: 21.82 g; Sól: 7.21 g; WW: 30.59 Por; : 21.32 %; : 60.59 %; Ener. z T: 20.08 %; Ener. z Bł.: 2.02 %; K: 5094.06 mg;

niedziela 2025-02-16		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		

Jadłospisy dla oddziałów

<p>Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (MLE, GLU JĘCZ.), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g , Cukinia pieczona z olejem * 100 g ,</p>	<p>Pomidorowa z zacierką * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Pulpet wieprzowy 100 g (GLUPSZ, JAJ.), Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (SEL.), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (MLE.), Szynekowa Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.), Banan 120 g ,</p>
		<p>Posiłek nocny: Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.),</p>

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2194.21 kcal; Białko ogółem: 102.24 g; Tłuszcz: 55.91 g; Kw. tł. nasy.: 12.46 g; Węglowodany ogółem: 331.5 g; W tym cukry: 77.4 g; Błonnik pok.: 22.01 g; Sól: 7.15 g; WW: 30.93 Por; : 18.64 %; : 60.43 %; Ener. z T: 22.93 %; Ener. z Bł.: 2.01 %; K: 4660.68 mg;

niedziela 2025-02-16 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
<p>Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL, GLU JĘCZ.), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g , Cukinia pieczona z olejem * 100 g ,</p>	<p>Pomidorowa z zacierką (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Schab pieczony w rękawie 100 g , Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (SEL.), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynekowa Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ.), Banan 120 g ,</p>
<p>II Śniadanie: Kisiel o smaku wiśniowym b/c 150 ml ,</p>		<p>Posiłek nocny: Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt ,</p>

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

niedziela 2025-02-16 Jadłospis dla diety: PUŁ- WE Wegetariańska		
<p>Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (MLE, GLU JĘCZ.), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Hummus 80 g (SEZ.), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,</p>	<p>Pomidorowa z zacierką * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Pierogi z twarogiem 250 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.), Banan 120 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,</p>	<p>Kakao/p z/c 250 ml (MLE.), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo o smaku wanilinowym 80 g (MLE.), Banan 120 g ,</p>
		<p>Posiłek nocny: Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.),</p>

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2416.21 kcal; Białko ogółem: 95.84 g; Tłuszcz: 63.35 g; Kw. tł. nasy.: 16.49 g; Węglowodany ogółem: 372.73 g; W tym cukry: 115.5 g; Błonnik pok.: 21.28 g; Sól: 5.56 g; WW: 35.3 Por; : 15.87 %; : 61.71 %; Ener. z T: 23.6 %; Ener. z Bł.: 1.76 %; K: 3312.72 mg;

niedziela 2025-02-16 Jadłospis dla diety: PUŁ- Specjalna		
<p>Ryż na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL.), Bułka pszenna 50g 2 szt (GLU PSZ.), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.), Szynekowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g , Dżem 25 g 1 szt , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,</p>	<p>Grysikowa (bez soli)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.), Makaron 200 g (GLU PSZ.), Schab pieczony w rękawie 100 g , Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.), Bukiet jarzyn gotowany z olejem (bez soli)* 100 g (SEL.), Kisiel o smaku cytrynowym b/c 250 ml , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,</p>	<p>Bułka pszenna 50g 2 szt (GLU PSZ.), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.), Twarożek ze słonecznikiem 100 g (MLE.), Sałata zielona z sosem vinegrett 100 g (GOR.), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Jabłka prażone b/c 200 g ,</p>

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