

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2025-03-10		
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 , Pasztet Ciechanowski-Pasztet 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 2025-03-10		
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- wędlina 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 100 g (<u>MLE₁</u>), Twaróg półtusty 100 g (<u>MLE₁</u>), Jabłko 1 szt 1 szt , 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>GLUPSZ₁</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: 2279.76 kcal; Białko ogółem: 106.29 g; Tłuszcz: 59.96 g; Kw. tł. nasy.: 21.27 g; Węglowodany ogółem: 343.59 g; W tym cukry: 72.68 g; Błonnik pok.: 36.41 g; Sól: 9.84 g; WW: 30.77 Por; : 18.65 %; : 60.29 %; Ener. z T: 23.67 %; Ener. z Bt.: 3.19 %; K: 3963.72 mg;

poniedziałek 2025-03-10		
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- wędlina 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* 100 g (<u>MLE₁</u>), Twaróg półtusty 100 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: 2233.8 kcal; Białko ogółem: 97.43 g; Tłuszcz: 45.88 g; Kw. tł. nasy.: 9.34 g; Węglowodany ogółem: 366.66 g; W tym cukry: 72.29 g; Błonnik pok.: 18.42 g; Sól: 4.73 g; WW: 34.93 Por; : 17.45 %; : 65.66 %; Ener. z T: 18.49 %; Ener. z Bt.: 1.65 %; K: 3602.56 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2025-03-11		
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 , Szynkowa 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 (GLUPSZ, 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 2025-03-11		
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 , Szynkowa 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 2025-03-11		
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 (GLUPSZ, GLU ŻYT.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynkowa 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;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2025-03-12		
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 2025-03-12		
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 2025-03-12		
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 pieczone 1szt. 1 szt, Kompot owocowy* z/c 250	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;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2025-03-13		
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 2025-03-13		
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 2025-03-13		
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;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2025-03-14		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Zacierka na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE,), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , 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 (GLU PSZ, JAJ, RYB,), Warzywa po grecku* 100 g (GLU PSZ, 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 (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,), Pasta warzywna* 80 g (SEL,), Ogórek kiszony 80 g , Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2174.09 kcal; Białko ogółem: 95.07 g; Tłuszcz: 58.57 g; Kw. tł. nasy.: 9.43 g; Węglowodany ogółem: 332.26 g; W tym cukry: 71.53 g; Błonnik pok.: 33.83 g; Sól: 8.85 g; WW: 29.8 Por; : 17.49 %; : 61.13 %; Ener. z T: 24.25 %; Ener. z Bł.: 3.11 %; K: 4712.64 mg;

piątek 2025-03-14		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Makaron pełnoziarnisty na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE,), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , 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 (GLU PSZ, 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,), 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 2025-03-14		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Zacierka na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE,), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , 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 (GLU PSZ, SEL,), 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,), 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: 2039.85 kcal; Białko ogółem: 94.93 g; Tłuszcz: 44.6 g; Kw. tł. nasy.: 8.29 g; Węglowodany ogółem: 328.75 g; W tym cukry: 75.89 g; Błonnik pok.: 26.69 g; Sól: 5.97 g; WW: 30.26 Por; : 18.61 %; : 64.47 %; Ener. z T: 19.68 %; Ener. z Bł.: 2.62 %; K: 4708.7 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2025-03-15		
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 serkiem 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 2025-03-15		
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 serkiem 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 2025-03-15		
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 oprószone () 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 serkiem 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;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2025-03-16		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> <u>JECZ</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU</u> <u>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</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Kotlet schabowy 100 g (<u>GLU</u> <u>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</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU</u> <u>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 2025-03-16		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> <u>JECZ</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLU</u> <u>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</u> <u>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</u> <u>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</u> <u>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>), Jabłko 150 g ,
II Śniadanie: Maślanka 150 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Chleb Graham 25 g (<u>GLU</u> <u>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</u> <u>PSZ</u>), Hummus 50 g (<u>SEZ</u>), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2242.35 kcal; Białko ogółem: 126.66 g; Tłuszcz: 55.09 g; Kw. tł. nasy.: 11.42 g; Węglowodany ogółem: 325.2 g; W tym cukry: 63.1 g; Błonnik pok.: 34.08 g; Sól: 9.99 g; WW: 29.31 Por; : 22.59 %; : 58.01 %; Ener. z T: 22.11 %; Ener. z Bł.: 3.04 %; K: 5184.24 mg;

niedziela 2025-03-16		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> <u>JECZ</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU</u> <u>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</u> <u>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</u> <u>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</u> <u>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;