

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2025-01-20      Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci</b>		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u> ), Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Fasolowa z ziemniakami (*) 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ), Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Sos jogurtowy z twarogiem z/c 150 g ( <u>MLE,</u> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml , Mandarynka 2 szt ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> ), Pomidor 80 g , Roszponka 20 g , Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u> ),
<b>II Śniadanie:</b> Koktajl truskawkowy* b/c 200 ml ( <u>MLE,</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2097.79 kcal; Białko ogółem: 102.05 g; Tłuszcz: 40.19 g; Kw. tł. nasy.: 12.51 g; Węglowodany ogółem: 348.47 g; W tym cukry: 76.73 g; Błonnik pok.: 32.01 g; Sól: 9.36 g; WW: 31.63 Por; : 19.46 %; : 66.44 %; Ener. z T: 17.24 %; Ener. z Bł.: 3.05 %; K: 3941.01 mg;

<b>poniedziałek 2025-01-20      Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci</b>		
Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 50 g , Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ), Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Pulpet jarski ( ) 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u> ), Sos majerankowy * 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ), Szpinak gotowany z olejem* 80 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml , Banan 150 g ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> ), Pomidor b/skórki 80 g , Roszponka 20 g , Dżem 30 g ,
<b>II Śniadanie:</b> Chrupki kukurydziane 20 g ,		<b>Posiłek nocny:</b> Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2103.6 kcal; Białko ogółem: 71.1 g; Tłuszcz: 46.01 g; Kw. tł. nasy.: 8.4 g; Węglowodany ogółem: 364.38 g; W tym cukry: 66.25 g; Błonnik pok.: 28.91 g; Sól: 6.66 g; WW: 33.57 Por; : 13.52 %; : 69.29 %; Ener. z T: 19.68 %; Ener. z Bł.: 2.75 %; K: 3578.52 mg;

<b>poniedziałek 2025-01-20      Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci</b>		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u> ), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Dyniowa z ziemniakami (*) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Sos jogurtowy z twarogiem z/c 150 g ( <u>MLE,</u> ), Mus z jabłek ( ) z/c 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> ), Pomidor b/skórki 80 g , Roszponka 20 g , Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u> ),
<b>II Śniadanie:</b> Koktajl truskawkowy* b/c 200 ml ( <u>MLE,</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2082.49 kcal; Białko ogółem: 97.27 g; Tłuszcz: 41.07 g; Kw. tł. nasy.: 13.07 g; Węglowodany ogółem: 340.94 g; W tym cukry: 66.76 g; Błonnik pok.: 20.6 g; Sól: 8.46 g; WW: 32.03 Por; : 18.68 %; : 65.49 %; Ener. z T: 17.75 %; Ener. z Bł.: 1.98 %; K: 3304.32 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczerek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>wtorek 2025-01-21</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci</b>		
Zacierka na mleku/p 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ), Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ,</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek z koperkiem 50 g ( <b>MLE,</b> ), Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g ( <b>SOJ,</b> ), Rukola 10 g , Pomidor 90 g ,	Ogórkowa z ziemniakami * () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ), Ryż na sypko 200 g , Szyunka wieprzowa gotowana 100 g , Sos meksykański 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ), Surówka z marchwi i jabłka () 100 g ( <b>MLE,</b> ), Buraczki gotowane () 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> ), Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ), Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ,</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyunka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g ( <b>SOJ, SEL,</b> ), Ogórek kiszony 90 g ,
II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 szt ,		<b>Posiłek nocny:</b> Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ,</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyunka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 25 g ( <b>SOJ,</b> ), Sałata zielona 10 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2130.12 kcal; Białko ogółem: 107.5 g; Tłuszcz: 41.44 g; Kw. tł. nasy.: 11.55 g; Węglowodany ogółem: 343.43 g; W tym cukry: 72.52 g; Błonnik pok.: 27.25 g; Sól: 8.59 g; WW: 31.64 Por; : 20.19 %; : 64.49 %; Ener. z T: 17.51 %; Ener. z Bł.: 2.56 %; K: 4236 mg;

<b>wtorek 2025-01-21</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci</b>		
Zacierka na wywarze jarzynowym 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <b>SOJ,</b> ), Sałata zielona 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ), Ryż na sypko 200 g , Szyunka wieprzowa gotowana 100 g , Sos własny () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ), Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyunka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g ( <b>SOJ, SEL,</b> ), Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 100 g ( <b>SEL,</b> ),
II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 szt ,		<b>Posiłek nocny:</b> Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyunka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 25 g ( <b>SOJ,</b> ), Sałata zielona 10 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2014.51 kcal; Białko ogółem: 80.77 g; Tłuszcz: 46.16 g; Kw. tł. nasy.: 10.31 g; Węglowodany ogółem: 332.83 g; W tym cukry: 45.2 g; Błonnik pok.: 30.18 g; Sól: 8.54 g; WW: 30.28 Por; : 16.04 %; : 66.09 %; Ener. z T: 20.62 %; Ener. z Bł.: 3 %; K: 3073.01 mg;

<b>wtorek 2025-01-21</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci</b>		
Zacierka na mleku/p 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ), Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ,</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek z koperkiem 50 g ( <b>MLE,</b> ), Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g ( <b>SOJ,</b> ), Sałata zielona 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,	Brokułowa z ziemniakami (*) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ), Ryż na sypko 200 g , Szyunka wieprzowa gotowana 100 g , Sos własny () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ), Marchew gotowana z olejem* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ), Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ,</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyunka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g ( <b>SOJ, SEL,</b> ), Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 100 g ( <b>SEL,</b> ),

## Jadłospisy dla oddziałów

<b>II Śniadanie:</b> Jabłko pieczone 1szt. 1 szt ,		<b>Posiłek nocny:</b> Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 25 g ( <b>SOJ.</b> ), Sałata zielona 10 g ,
--	--	---

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2201.08 kcal; Białko ogółem: 102.1 g; Tłuszcz: 49.6 g; Kw. tł. nasy.: 11.56 g; Węglowodany ogółem: 347.22 g; W tym cukry: 65.61 g; Błonnik pok.: 24.55 g; Sól: 7 g; WW: 32.39 Por; : 18.56 %; : 63.1 %; Ener. z T: 20.28 %; Ener. z Bł.: 2.23 %; K: 3827.81 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczerek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>środa 2025-01-22</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci</b>		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g ( <u>SOJ</u> ), Sałata zielona z jogurtem 20 g ( <u>MLE</u> ), Pomidor 80 g ,	Pieczarkowa z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 200 g , Pulpet drobiowy 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ), Sos pietruszkowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ), Fasolka szparagowa z wody* 150 g , Kompot owocowy* 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> ), Filet zapiekany drobiowy 30 g ( <u>MLE</u> ), Pomidor ze szczypiorkiem i olejem 80 g , Sałata zielona 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1989.4 kcal; Białko ogółem: 93.53 g; Tłuszcz: 50.46 g; Kw. tł. nasy.: 10.39 g; Węglowodany ogółem: 303.21 g; W tym cukry: 39.89 g; Błonnik pok.: 24.57 g; Sól: 7.12 g; WW: 28.09 Por; : 18.81 %; : 60.96 %; Ener. z T: 22.83 %; Ener. z Bł.: 2.47 %; K: 4042.15 mg;

<b>środa 2025-01-22</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci</b>		
Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 400 ml ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Schab gotowany 50 g , Sałata zielona 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,	Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 200 g , Pulpet drobiowy 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ), Sos pietruszkowy (bez mleka)* 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> ), Marchew gotowana z olejem* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ), Szyńka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej 30 g ( <u>SOJ, SEL</u> ), Pomidor b/s z olejem 80 g , Sałata zielona 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200 ml ,		<b>Posiłek nocny:</b> Chrupki kukurydziane 20 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1960.33 kcal; Białko ogółem: 84.32 g; Tłuszcz: 49.29 g; Kw. tł. nasy.: 10.46 g; Węglowodany ogółem: 307.04 g; W tym cukry: 38.37 g; Błonnik pok.: 23.61 g; Sól: 5.18 g; WW: 28.45 Por; : 17.21 %; : 62.65 %; Ener. z T: 22.63 %; Ener. z Bł.: 2.41 %; K: 3638.39 mg;

<b>środa 2025-01-22</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci</b>		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g ( <u>SOJ</u> ), Sałata zielona z jogurtem 20 g ( <u>MLE</u> ), Pomidor b/skórki 80 g ,	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 200 g , Pulpet drobiowy 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ), Sos pietruszkowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ), Marchew gotowana z olejem* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ), Filet zapiekany drobiowy 30 g ( <u>MLE</u> ), Pomidor b/s z olejem 80 g , Sałata zielona 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2079.27 kcal; Białko ogółem: 93.15 g; Tłuszcz: 53.87 g; Kw. tł. nasy.: 10.5 g; Węglowodany ogółem: 316.08 g; W tym cukry: 46.34 g; Błonnik pok.: 20.21 g; Sól: 6.65 g; WW: 29.74 Por; : 17.92 %; : 60.81 %; Ener. z T: 23.32 %; Ener. z Bł.: 1.94 %; K: 3994.12 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>czwartek 2025-01-23      Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci</b>		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ), Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka z piersią indyczą-wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 30 g ( <u>SOJ, SEL.</u> ), Sałatka jarzynowa z olejem () 150 g ( <u>SEL.</u> ), Sałata zielona 20 g ,	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u> ), Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 350 g ( <u>SEL, GLU JĘCZ.</u> ), Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ), Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 150 g ( <u>SEL.</u> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ), Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek a`la homogenizowany z ziołami 80 g ( <u>MLE.</u> ), Sałatka z pomidora i sałaty lodowej 100 g ,
<b>II Śniadanie:</b> Smoothie szpinak, jabłko, banan 150 g ,		<b>Posiłek nocny:</b> Jabłko 1 szt 1 szt ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2194.24 kcal; Białko ogółem: 87.02 g; Tłuszcz: 60.39 g; Kw. tł. nasy.: 12.51 g; Węglowodany ogółem: 344.11 g; W tym cukry: 71.56 g; Błonnik pok.: 39.03 g; Sól: 4.96 g; WW: 30.55 Por; : 15.86 %; : 62.73 %; Ener. z T: 24.77 %; Ener. z Bł.: 3.56 %; K: 5048.1 mg;

<b>czwartek 2025-01-23      Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci</b>		
Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 400 ml ( <u>SEL, GLU OW.</u> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka z piersią indyczą-wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 30 g ( <u>SOJ, SEL.</u> ), Sałatka jarzynowa z olejem () 150 g ( <u>SEL.</u> ), Sałata zielona 20 g ,	Ziemniaczana *(bez mleka) () 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ), Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 350 g ( <u>SEL, GLU JĘCZ.</u> ), Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ), Cukinia pieczona z olejem * 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <u>SOJ.</u> ), Sałatka z pomidora i sałaty lodowej b/skórki 100 g ,
<b>II Śniadanie:</b> Smoothie szpinak, jabłko, banan 150 g ,		<b>Posiłek nocny:</b> Jabłko 1 szt 1 szt ,

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

<b>czwartek 2025-01-23      Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci</b>		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka z piersią indyczą-wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 30 g ( <u>SOJ, SEL.</u> ), Sałatka jarzynowa z olejem () 150 g ( <u>SEL.</u> ), Sałata zielona 20 g ,	Ziemniaczana * () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ), Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 350 g ( <u>SEL, GLU JĘCZ.</u> ), Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ), Cukinia pieczona z olejem * 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek a`la homogenizowany z ziołami 80 g ( <u>MLE.</u> ), Sałatka z pomidora i sałaty lodowej b/skórki 100 g ,
<b>II Śniadanie:</b> Smoothie szpinak, jabłko, banan 150 g ,		<b>Posiłek nocny:</b> Jabłko 1 szt 1 szt ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2237.69 kcal; Białko ogółem: 83.98 g; Tłuszcz: 62.84 g; Kw. tł. nasy.: 11.89 g; Węglowodany ogółem: 349.7 g; W tym cukry: 68.75 g; Błonnik pok.: 33.52 g; Sól: 4.94 g; WW: 31.59 Por; : 15.01 %; : 62.51 %; Ener. z T: 25.28 %; Ener. z Bł.: 3 %; K: 4913.18 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczerek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>piątek 2025-01-24</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci</b>		
Kasza manna na mleku/p 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ), Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Twaróg półtłusty 60 g ( <b>MLE,</b> ), Miód (25g) 1 szt, Jabłko 150 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Szpinakowa z zacierką()300ml 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Kotlet z ryby (Morszczuk) 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB,</b> ), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g, Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <b>SEL,</b> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ), Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ,</b> ), Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g ( <b>SOJ,</b> ), Ćwikła z chrzanem () 100 g ( <b>MLE, SOJ,</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> ),
<b>II Śniadanie:</b> Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Sok pomidorowy 250 ml,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2243.17 kcal; Białko ogółem: 99.29 g; Tłuszcz: 54.61 g; Kw. tł. nasy.: 10.4 g; Węglowodany ogółem: 354.71 g; W tym cukry: 77.87 g; Błonnik pok.: 33.89 g; Sól: 8.02 g; WW: 32.08 Por; : 17.71 %; : 63.25 %; Ener. z T: 21.91 %; Ener. z Bł.: 3.02 %; K: 5270.29 mg;

<b>piątek 2025-01-24</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci</b>		
Kasza manna na wywarze jarzynowym* 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ), Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Filet z kurczaka gotowany 50 g, Miód (25g) 1 szt, Jabłko pieczone 1szt. 1 szt, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Szpinakowa z zacierką *(bez mleka) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB,</b> ), Sos cytrynowy (bez mleka) 100 ml ( <b>GLU PSZ,</b> ), Bukiet jarzyn oprószony z olejem* 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g ( <b>SOJ,</b> ), Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ,</b> ), Ćwikła z jabłkiem () 100 g,
<b>II Śniadanie:</b> Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 150 ml,		<b>Posiłek nocny:</b> Sok pomidorowy 250 ml,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2146.23 kcal; Białko ogółem: 93.46 g; Tłuszcz: 48.38 g; Kw. tł. nasy.: 8.98 g; Węglowodany ogółem: 346.9 g; W tym cukry: 59.13 g; Błonnik pok.: 26.67 g; Sól: 6.92 g; WW: 32.01 Por; : 17.42 %; : 64.65 %; Ener. z T: 20.29 %; Ener. z Bł.: 2.48 %; K: 4320.41 mg;

<b>piątek 2025-01-24</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci</b>		
Kasza manna na mleku/p 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ), Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Twaróg półtłusty 60 g ( <b>MLE,</b> ), Miód (25g) 1 szt, Jabłko pieczone 1szt. 1 szt, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Szpinakowa z zacierką()300ml 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB,</b> ), Sos cytrynowy 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ), Bukiet jarzyn oprószony z olejem* 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ,</b> ), Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g ( <b>SOJ,</b> ), Ćwikła z jabłkiem () 100 g,
<b>II Śniadanie:</b> Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Sok pomidorowy 250 ml,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2291.66 kcal; Białko ogółem: 106.32 g; Tłuszcz: 54.39 g; Kw. tł. nasy.: 10.48 g; Węglowodany ogółem: 357.3 g; W tym cukry: 68.08 g; Błonnik pok.: 25.66 g; Sól: 7.3 g; WW: 33.18 Por; : 18.56 %; : 62.37 %; Ener. z T: 21.36 %; Ener. z Bł.: 2.24 %; K: 4895.55 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>sobota 2025-01-25</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci</b>		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml ( <b><u>MLE</u></b> , <b><u>GLU JĘCZ</u></b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g ( <b><u>GLU PSZ</u></b> ), Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b><u>GLU PSZ</u></b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Parówki drobiowo-wieprz (homogenizowane,wędz,parz w ostonce niejadalnej) 80 g ( <b><u>SOJ</u></b> ), Mix sałat 20 g , Ogórek kiszony 80 g ,	Koperkowa z ryżem * 400 ml ( <b><u>MLE</u></b> , <b><u>SEL</u></b> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Bigos 300 g ( <b><u>GLU PSZ</u></b> , <b><u>SEL</u></b> , <b><u>GOR</u></b> ), Jabłko 1 szt 1 szt , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b><u>MLE</u></b> , <b><u>GLU ŻYT</u></b> , <b><u>GLU JĘCZ</u></b> ), Chleb Graham 50 g ( <b><u>GLU PSZ</u></b> ), Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b><u>GLU PSZ</u></b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z soczewicy czerwonej 80 g , Sałata zielona 20 g , Pomidor 80 g ,
<b>II Śniadanie:</b> Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <b><u>MLE</u></b> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Przecier owocowy jabłko-morela 120g 1 szt ( <b><u>może zawierać: MLE</u></b> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2334.54 kcal; Białko ogółem: 94.01 g; Tłuszcz: 76.15 g; Kw. tł. nasy.: 19.55 g; Węglowodany ogółem: 330.95 g; W tym cukry: 70 g; Błonnik pok.: 30.63 g; Sól: 9.85 g; WW: 30.15 Por; : 16.11 %; : 56.7 %; Ener. z T: 29.36 %; Ener. z Bł.: 2.62 %; K: 4449.33 mg;

<b>sobota 2025-01-25</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci</b>		
Płatki jęczminne na wywarze jarzynowym 400 ml ( <b><u>SEL</u></b> , <b><u>GLU JĘCZ</u></b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b><u>GLU PSZ</u></b> , <b><u>GLU ŻYT</u></b> ), Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b><u>GLU PSZ</u></b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 50 g , Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g ,	Koperkowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml ( <b><u>SEL</u></b> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Gulasz wieprzowy z warzywami* 200 g ( <b><u>GLU PSZ</u></b> , <b><u>SEL</u></b> ), Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b><u>GLU PSZ</u></b> , <b><u>GLU ŻYT</u></b> ), Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b><u>GLU PSZ</u></b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 50 g , Sałata zielona 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,
<b>II Śniadanie:</b> Sok wielowarzywny pasteryzowany 150 ml ,		<b>Posiłek nocny:</b> Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1858.82 kcal; Białko ogółem: 81.74 g; Tłuszcz: 49.59 g; Kw. tł. nasy.: 11.73 g; Węglowodany ogółem: 282.94 g; W tym cukry: 38.53 g; Błonnik pok.: 25.73 g; Sól: 6.08 g; WW: 25.76 Por; : 17.59 %; : 60.89 %; Ener. z T: 24.01 %; Ener. z Bł.: 2.77 %; K: 3828.97 mg;

<b>sobota 2025-01-25</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci</b>		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml ( <b><u>MLE</u></b> , <b><u>GLU JĘCZ</u></b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b><u>GLU PSZ</u></b> , <b><u>GLU ŻYT</u></b> ), Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b><u>GLU PSZ</u></b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g ( <b><u>SOJ</u></b> ), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g ,	Koperkowa z ryżem * 400 ml ( <b><u>MLE</u></b> , <b><u>SEL</u></b> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Gulasz wieprzowy z warzywami* 200 g ( <b><u>GLU PSZ</u></b> , <b><u>SEL</u></b> ), Marchew gotowana z olejem* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b><u>GLU PSZ</u></b> , <b><u>GLU ŻYT</u></b> ), Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b><u>GLU PSZ</u></b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g ( <b><u>SOJ</u></b> ), Sałata zielona 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,
<b>II Śniadanie:</b> Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <b><u>MLE</u></b> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Przecier owocowy jabłko-morela 120g 1 szt ( <b><u>może zawierać: MLE</u></b> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1969.07 kcal; Białko ogółem: 94.63 g; Tłuszcz: 49.96 g; Kw. tł. nasy.: 10.12 g; Węglowodany ogółem: 294.97 g; W tym cukry: 52.92 g; Błonnik pok.: 23.81 g; Sól: 7.55 g; WW: 27.33 Por; : 19.22 %; : 59.92 %; Ener. z T: 22.84 %; Ener. z Bł.: 2.42 %; K: 3818.74 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>niedziela 2025-01-26</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci</b>		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 80 g ( <u>MLE</u> ), Jabłka prażone b/c 150 g ,	Rosół z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g , Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g , Brokuł gotowany* 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 30 g ( <u>SOJ</u> ), Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE</u> ), Pomidor 90 g , Rukola 10 g ,
<b>II Śniadanie:</b> Jogurt naturalny z płatkami owsianymi 150 g ( <u>MLE, GLU OW</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Rogal maślany 50g. 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2383.11 kcal; Białko ogółem: 122.59 g; Tłuszcz: 62.94 g; Kw. tł. nasy.: 17.24 g; Węglowodany ogółem: 345.52 g; W tym cukry: 42.06 g; Błonnik pok.: 28.99 g; Sól: 6.83 g; WW: 31.59 Por; : 20.58 %; : 57.99 %; Ener. z T: 23.77 %; Ener. z Bł.: 2.43 %; K: 4458.96 mg;

<b>niedziela 2025-01-26</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci</b>		
Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 400 ml ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g ( <u>SOJ, SEL</u> ), Banan 1szt. 1 szt ,	Rosół z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g , Brokuł gotowany* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g ( <u>SOJ</u> ), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> Jabłko pieczone 1szt. 1 szt ,		<b>Posiłek nocny:</b> Sok pomidorowy 250 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2106.53 kcal; Białko ogółem: 98.9 g; Tłuszcz: 51.8 g; Kw. tł. nasy.: 13.62 g; Węglowodany ogółem: 324.52 g; W tym cukry: 77.95 g; Błonnik pok.: 26.74 g; Sól: 8.35 g; WW: 29.89 Por; : 18.78 %; : 61.62 %; Ener. z T: 22.13 %; Ener. z Bł.: 2.54 %; K: 5063.01 mg;

<b>niedziela 2025-01-26</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci</b>		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 80 g ( <u>MLE</u> ), Banan 1szt. 1 szt ,	Rosół z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g , Brokuł gotowany* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 30 g ( <u>SOJ</u> ), Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE</u> ), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> Jogurt naturalny z płatkami owsianymi 150 g ( <u>MLE, GLU OW</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Rogal maślany 50g. 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2503.83 kcal; Białko ogółem: 126.78 g; Tłuszcz: 59.76 g; Kw. tł. nasy.: 16.33 g; Węglowodany ogółem: 375.71 g; W tym cukry: 81.23 g; Błonnik pok.: 21.44 g; Sól: 5.95 g; WW: 35.43 Por; : 20.25 %; : 60.02 %; Ener. z T: 21.48 %; Ener. z Bł.: 1.71 %; K: 5206.88 mg;