

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2025-10-06 Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
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>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (<u>SOJ</u>), Pomidor 80 g, Salata zielona 20 g,	Kapuśniak z kapusty kiszzonej (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR</u>), Pierogi leniwe z cukrem i cynamonem () 200 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE</u>), Śliwka 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, Pasta z twarogu i papryki 80 g (<u>MLE</u>), Salatka z pomidorów i koperku 90 g, Rukola 10 g,
II Śniadanie: Chleb Graham 25 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Salata zielona 10 g,		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2064.71 kcal; Białko ogółem: 87.77 g; Tłuszcz: 56.66 g; Kw. tł. nasy.: 15.11 g; Węglowodany ogółem: 314.93 g; W tym cukry: 72.04 g; Błonnik pok.: 26.21 g; Sól: 9.34 g; WW: 28.97 Por; : 17 %; : 61.01 %; Ener. z T: 24.7 %; Ener. z Bł.: 2.54 %; K: 3986.98 mg;

poniedziałek 2025-10-06 Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU OW</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (<u>SOJ</u>), Pomidor b/skórki 80 g, Salata zielona 20 g,	Wielowarzywna z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE</u>), Pierogi leniwe z cukrem i cynamonem () 200 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Banan 1szt. 1 szt, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE</u>), Salatka z pomidorów i koperku 80 g, Salata zielona 20 g,
II Śniadanie: Bułka pszenna długa krojona 25 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Jajko gotowane kl M 0.50 szt (<u>JAJ</u>), Salata zielona 10 g,		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2165.83 kcal; Białko ogółem: 89.84 g; Tłuszcz: 46.53 g; Kw. tł. nasy.: 12.92 g; Węglowodany ogółem: 358.41 g; W tym cukry: 98.65 g; Błonnik pok.: 19.76 g; Sól: 7.55 g; WW: 34.02 Por; : 16.59 %; : 66.19 %; Ener. z T: 19.33 %; Ener. z Bł.: 1.82 %; K: 4320.38 mg;

poniedziałek 2025-10-06 Jadłospis dla diety: PUŁ- P3 Łatwo strawna częściowo rozdrobniona 1-3 lat		
Płatki owsiane na mleku/p 200 ml (<u>MLE, GLU OW</u>), Herbata czarna granulowana z/c 200 ml, Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 40 g (<u>SOJ</u>), Pomidor b/skórki 40 g, Salata zielona 10 g,	Wielowarzywna z ziemniakami * () 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 200 g, Sos jogurtowy naturalny 50 g (<u>MLE</u>), Banan 1szt. 1 szt, Kompot owocowy* z/c 200 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 200 ml, Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Pasta z twarogu z koperkiem 40 g (<u>MLE</u>), Salatka z pomidorów i koperku 40 g, Salata zielona 10 g,
II Śniadanie: Bułka pszenna długa krojona 25 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Jajko gotowane kl M 0.50 szt (<u>JAJ</u>), Salata zielona 5 g,		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 150 ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1392.6 kcal; Białko ogółem: 46.48 g; Tłuszcz: 32.6 g; Kw. tł. nasy.: 8.24 g; Węglowodany ogółem: 236.12 g; W tym cukry: 73.84 g; Błonnik pok.: 13.57 g; Sól: 4.53 g; WW: 22.35 Por; : 13.35 %; : 67.82 %; Ener. z T: 21.07 %; Ener. z Bł.: 1.95 %; K: 2407.14 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2025-10-07		
Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
Makaron na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szyunka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (<u>SOJ, SEL₁, może zawierać: MLE, GOR₁</u>), Pomidor 80 g, Salata zielona 20 g	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), kasza pęczak/sypko 200 g (<u>GLU JECZ₁</u>), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ₁</u>), Sos ziołowy 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 100 g (<u>MLE₁</u>), Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ₁</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL₁</u>), Ogórek kiszony 80 g, Mix salat 20 g,
II Śniadanie: Koktajl wieloowocowy* b/c 200 ml (<u>MLE₁</u>),		Posiłek nocny: Gruszka 1szt. 150 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2327.55 kcal; Białko ogółem: 111.58 g; Tłuszcz: 51.62 g; Kw. tł. nasy.: 13.6 g; Węglowodany ogółem: 363.17 g; W tym cukry: 70.28 g; Błonnik pok.: 45.47 g; Sól: 6.94 g; WW: 31.76 Por.: 19.18 %; 62.41 %; Ener. z T: 19.96 %; Ener. z Bł: 3.91 %; K: 4480.78 mg;

wtorek 2025-10-07		Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci	
Makaron na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt., Szyńska z pierśią indyczą- wędliną drobiową grubo rozdrobnioną, parzoną.w osłonce niejadalanej 50 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Salata zielona 20 g ,		Solferino * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ,</u>), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>), Sos ziołowy 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Marchew oprószana z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	
II Śniadanie: Koktajl wielowocowy* 200 ml (<u>MLE,</u>),		Posilek nocny: Jablko 1 szt 1 szt,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2234.57 kcal; Białko ogółem: 98.45 g; Tłuszcz: 47.92 g; Kw. tł. nasy.: 12.66 g; Węglowodany ogółem: 365.38 g; W tym cukry: 83.41 g; Błonnik pok.: 29.08 g; Sól: 5.97 g; WW: 33.73 Por.: 17.62 %; 65.41 %; Ener. z T: 19.3 %; Ener. z Bł.: 2.6 %; K: 4293 mg;

wtorek 2025-10-07			Jadłospis dla diety: PUŁ- P3 Łatwo strawna częściowo rozdrobniona 1-3 lat		
Makaron na mleku/p 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 200 ml , Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyunka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 40 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,</u>), Pomidor b/skórki 40 g , Sałata zielona 10 g ,		Solferino * () 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Kasza jęczmienna/sypko 100 g (<u>GLU JĘCZ,</u>), Pieczeń rzymska wieprzowa 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>), Sos zielowy 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Marchew oprószana z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Kompot owocowy* z/c 200 ml ,		Herbata czarna granulowana z/c 200 ml , Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 60 g (<u>RYB, SEL,</u>), Pomidor b/skórki 40 g , Mix sałat 10 g ,	
II Śniadanie: Koktajl wieloowocowy* 150 ml (<u>MLE,</u>),				Posiłek nocny: Jabłko pieczone 1szt. 1 szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1331.66 kcal; Białko ogółem: 59.43 g; Tłuszcz: 33.2 g; Kw. tł. nasy.: 8.02 g; Węglowodany ogółem: 207.92 g; W tym cukry: 54.52 g; Błonnik pok.: 18.13 g; Sól: 3.68 g; WW: 19.03 Por.; : 17.85 %; : 62.45 %; Ener. z T: 22.44 %; Ener. z Bł.: 2.72 %; K: 2475.88 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2025-10-08 Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
Ryż na mleku/p 400 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₁</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka w siatce- wieprzowa, parzona, wędzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ₁</u>), Sałatka jarzynowa (*) 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR₁</u>),	Grycikowa * 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL₁</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Eskalopka z kurczaka 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE₁</u>), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki z olejem* 100 g , Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₁</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE₁</u>), Sałata zielona 20 g , Pomidor 80 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE₁</u>),		Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2147.81 kcal; Białko ogółem: 92.93 g; Tłuszcz: 66.74 g; Kw. tł. nasy.: 13.35 g; Węglowodany ogółem: 304.17 g; W tym cukry: 56.25 g; Błonnik pok.: 24.75 g; Sól: 9.9 g; WW: 27.93 Por; : 17.31 %; : 56.65 %; Ener. z T: 27.97 %; Ener. z Bł.: 2.3 %; K: 4260.56 mg;

środa 2025-10-08 Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci		
Ryż na mleku/p 400 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka w siatce- wieprzowa, parzona, wędzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ₁</u>), Sałatka jarzynowa - dieta (*) 100 g (<u>MLE, SEL₁</u>),	Grycikowa * 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL₁</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g , Sos bazyliowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki z olejem* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (<u>SOJ₁</u>), Sałata zielona 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE₁</u>),		Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1974.68 kcal; Białko ogółem: 94.71 g; Tłuszcz: 41.56 g; Kw. tł. nasy.: 10.28 g; Węglowodany ogółem: 313.77 g; W tym cukry: 58.05 g; Błonnik pok.: 19.4 g; Sól: 8.09 g; WW: 29.43 Por; : 19.19 %; : 63.56 %; Ener. z T: 18.94 %; Ener. z Bł.: 1.96 %; K: 4373 mg;

środa 2025-10-08 Jadłospis dla diety: PUŁ- P3 Łatwo strawna częściowo rozdrobniona 1-3 lat		
Ryż na mleku/p 200 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata czarna granulowana z/c 200 ml , Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka w siatce- wieprzowa, parzona, wędzona z poł. kaw. mięsa 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ₁</u>), Sałatka jarzynowa - dieta (*) 100 g (<u>MLE, SEL₁</u>),	Grycikowa * 200 ml (<u>GLUPSZ, SEL₁</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka mielone 60 g , Sos bazyliowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki z olejem* 100 g , Kompot owocowy* z/c 200 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 200 ml , Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 40 g (<u>SOJ₁</u>), Sałata zielona 10 g , Pomidor b/skórki 40 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE₁</u>),		Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1231.26 kcal; Białko ogółem: 59.67 g; Tłuszcz: 31.62 g; Kw. tł. nasy.: 8.14 g; Węglowodany ogółem: 181.64 g; W tym cukry: 42.56 g; Błonnik pok.: 11.85 g; Sól: 5.33 g; WW: 16.94 Por; : 19.38 %; : 59.01 %; Ener. z T: 23.11 %; Ener. z Bł.: 1.92 %; K: 2675.58 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2025-10-09 Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka dębowa łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem wody i białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR</u>), Papryka świeża 80 g , Salata zielona 20 g ,	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego () 300 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Brokuł gotowany* 150 g , 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 , Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (<u>SOJ</u>), Serek a'la homogenizowany z ziołami 30 g (<u>MLE</u>), Roszponka 20 g , Pomidor 80 g ,
II Śniadanie: Owsianka z jabłkiem pieczonym i cynamonem 200 g (<u>MLE, GLU OW</u>),		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2053.61 kcal; Białko ogółem: 92.72 g; Tłuszcz: 48.59 g; Kw. tł. nasy.: 11.87 g; Węglowodany ogółem: 325.61 g; W tym cukry: 65.98 g; Błonnik pok.: 31.11 g; Sól: 6.72 g; WW: 29.46 Por; : 18.06 %; : 63.42 %; Ener. z T: 21.3 %; Ener. z Bł.: 3.03 %; K: 4065.06 mg;

czwartek 2025-10-09 Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci		
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>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka dębowa łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem wody i białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (<u>SEL</u>), Salata zielona 20 g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego () 350 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Brokuł gotowany* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (<u>SOJ</u>), Serek a'la homogenizowany z ziołami 30 g (<u>MLE</u>), Roszponka 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,
II Śniadanie: Owsianka z jabłkiem pieczonym i cynamonem 200 g (<u>MLE, GLU OW</u>),		Posiłek nocny: Banan 1szt. 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2331.6 kcal; Białko ogółem: 93.76 g; Tłuszcz: 54.41 g; Kw. tł. nasy.: 12.7 g; Węglowodany ogółem: 380.15 g; W tym cukry: 87.52 g; Błonnik pok.: 29.62 g; Sól: 7.35 g; WW: 35.03 Por; : 16.08 %; : 65.22 %; Ener. z T: 21 %; Ener. z Bł.: 2.54 %; K: 4641.44 mg;

czwartek 2025-10-09 Jadłospis dla diety: PUŁ- P3 Łatwo strawna częściowo rozdrobniona 1-3 lat		
kasza kukurydziana na ml/p 200 ml (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 200 ml , Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka dębowa łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem wody i białka wieprzowego 40 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 40 g (<u>SEL</u>), Salata zielona 10 g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Brokuł gotowany* 100 g , Kompot owocowy* z/c 200 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 200 ml , Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 20 g (<u>SOJ</u>), Serek a'la homogenizowany z ziołami 20 g (<u>MLE</u>), Roszponka 10 g , Pomidor b/skórki 40 g ,
II Śniadanie: Owsianka z jabłkiem pieczonym i cynamonem 150 g (<u>MLE, GLU OW</u>),		Posiłek nocny: Banan 1szt. 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1490.12 kcal; Białko ogółem: 57.79 g; Tłuszcz: 38.57 g; Kw. tł. nasy.: 9.37 g; Węglowodany ogółem: 237.38 g; W tym cukry: 68.05 g; Błonnik pok.: 18.57 g; Sól: 4.24 g; WW: 21.88 Por; : 15.51 %; : 63.72 %; Ener. z T: 23.3 %; Ener. z Bł.: 2.49 %; K: 3017.64 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2025-10-10 Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE,</u>), Dżem 25 g 1 szt, Śliwka 100 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Pulpet rybno-warzywny* 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,</u>), Surówka żydowska z olejem b/c () 100 g , Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z jaj z koperkiem -dieta 50 g (<u>JAJ, MLE,</u>), Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 30 g (<u>SOJ,</u>), Pomidor 100 g , Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>),
II Śniadanie: Koktajl wieloowocowy* b/c 200 ml (<u>MLE,</u>),		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2066.82 kcal; Białko ogółem: 93.11 g; Tłuszcz: 46.2 g; Kw. tł. nasy.: 10.52 g; Węglowodany ogółem: 334 g; W tym cukry: 75.16 g; Błonnik pok.: 28.62 g; Sól: 9.71 g; WW: 30.5 Por; : 18.02 %; : 64.64 %; Ener. z T: 20.12 %; Ener. z Bł.: 2.77 %; K: 4517.86 mg;

piątek 2025-10-10 Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci		
Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE,</u>), Dżem 25 g 1 szt , Jabłko pieczone 1szt. 1 szt , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Pulpet rybno-warzywny* 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,</u>), Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>), Warzywa po grecku* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z jaj z koperkiem -dieta 50 g (<u>JAJ, MLE,</u>), Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 30 g (<u>SOJ,</u>), Pomidor b/skórki 100 g ,
II Śniadanie: Koktajl wieloowocowy* b/c 200 ml (<u>MLE,</u>),		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2105.01 kcal; Białko ogółem: 92.14 g; Tłuszcz: 43.64 g; Kw. tł. nasy.: 10.19 g; Węglowodany ogółem: 348.63 g; W tym cukry: 78.49 g; Błonnik pok.: 24.67 g; Sól: 8.15 g; WW: 32.36 Por; : 17.51 %; : 66.25 %; Ener. z T: 18.66 %; Ener. z Bł.: 2.34 %; K: 4260.76 mg;

piątek 2025-10-10 Jadłospis dla diety: PUŁ- P3 Łatwo strawna częściowo rozdrobniona 1-3 lat		
Zacierka na mleku/p 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 20 g (<u>MLE,</u>), Dżem 25 g 1 szt , Jabłko pieczone 1szt. 1 szt , Herbata czarna granulowana z/c 200 ml , Koktajl wieloowocowy* b/c 150 ml (<u>MLE,</u>),	Kalafiorowa z ryżem * 200 ml (<u>MLE, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g , Pulpet rybno-warzywny* 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,</u>), Sos szpinakowy* 50 ml (<u>GLU PSZ,</u>), Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kompot owocowy* z/c 200 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 200 ml , Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z jaj z koperkiem -dieta 50 g (<u>JAJ, MLE,</u>), Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 20 g (<u>SOJ,</u>), Pomidor b/skórki 50 g ,
II Śniadanie: Koktajl wieloowocowy* b/c 150 ml (<u>MLE,</u>),		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 150 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1364.86 kcal; Białko ogółem: 58.4 g; Tłuszcz: 35.2 g; Kw. tł. nasy.: 9.27 g; Węglowodany ogółem: 212.52 g; W tym cukry: 65.62 g; Błonnik pok.: 17.32 g; Sól: 4.91 g; WW: 19.47 Por; : 17.12 %; : 62.28 %; Ener. z T: 23.21 %; Ener. z Bł.: 2.54 %; K: 2778.12 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2025-10-11 Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE,</u>), Sałatka z pomidorów z olejem i natką pietr 100 g ,	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ,</u>), Potrawka drobiowa () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Buraczki gotowane () 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml , Sałatka z dyni pieczonej z natką pietruszki i olejem* 100 g ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz - dieta 150 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>), Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 szt ,		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2206.94 kcal; Białko ogółem: 99.15 g; Tłuszcz: 45.6 g; Kw. tł. nasy.: 8 g; Węglowodany ogółem: 366.01 g; W tym cukry: 73.85 g; Błonnik pok.: 37.23 g; Sól: 5.98 g; WW: 32.84 Por; : 17.97 %; : 66.34 %; Ener. z T: 18.6 %; Ener. z Bł.: 3.37 %; K: 4818.96 mg;

sobota 2025-10-11 Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci		
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>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE,</u>), Sałatka z pomidorów z olejem i natką pietr b/skórki 100 g ,	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ,</u>), Potrawka drobiowa () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Buraczki gotowane () 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>), 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 , Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz - dieta 150 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>), Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Jabłko pieczone 1szt. 1 szt ,		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2199.24 kcal; Białko ogółem: 96.2 g; Tłuszcz: 41.25 g; Kw. tł. nasy.: 7.65 g; Węglowodany ogółem: 376.65 g; W tym cukry: 74.42 g; Błonnik pok.: 34.02 g; Sól: 5.99 g; WW: 34.22 Por; : 17.5 %; : 68.51 %; Ener. z T: 16.88 %; Ener. z Bł.: 3.09 %; K: 4540.01 mg;

sobota 2025-10-11 Jadłospis dla diety: PUŁ- P3 Łatwo strawna częściowo rozdrobniona 1-3 lat		
Płatki pszenne na mleku/p 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 200 ml , Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE,</u>), Sałatka z pomidorów z olejem i natką pietr b/skórki 50 g ,	Selerowa z ziemniakami * () 200 ml (<u>MLE, SEL,</u>), Kasza jęczmienna/sypko 100 g (<u>GLU JĘCZ,</u>), Potrawka drobiowa () 80 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Buraczki gotowane () 100 g , Kompot owocowy* z/c 200 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 200 ml , Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz - dieta 100 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>), Sałata zielona 10 g ,
II Śniadanie: Jabłko pieczone 1szt. 1 szt ,		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1326.55 kcal; Białko ogółem: 54.83 g; Tłuszcz: 28.34 g; Kw. tł. nasy.: 5.25 g; Węglowodany ogółem: 222.82 g; W tym cukry: 47.27 g; Błonnik pok.: 19.72 g; Sól: 3.47 g; WW: 20.27 Por; : 16.53 %; : 67.19 %; Ener. z T: 19.23 %; Ener. z Bł.: 2.97 %; K: 2474.27 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2025-10-12 Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
Kasza manna 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>GLUPSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>), Papryka świeża 80 g , Salata zielona 20 g ,	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Kotlet schabowy 100 g (<u>GLUPSZ, JAJ,</u>), Kapusta zasmażana () 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Kielbasa Krakowska wieprzowa parzona grubo rozdrobniona wędzona w osłonce niejadalnej 30 g (<u>GOR,</u>), Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE,</u>), Pomidor 90 g , Rukola 10 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny z musem truskawkowym 150 g (<u>MLE,</u>),		Posiłek nocny: Jablko 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2206.38 kcal; Białko ogółem: 106.79 g; Tłuszcz: 56.27 g; Kw. tł. nasy.: 13.07 g; Węglowodany ogółem: 330.82 g; W tym cukry: 69.31 g; Błonnik pok.: 29.64 g; Sól: 6.3 g; WW: 30.26 Por; : 19.36 %; : 59.98 %; Ener. z T: 22.95 %; Ener. z Bł.: 2.69 %; K: 4661.45 mg;

niedziela 2025-10-12 Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci		
Kasza manna 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 , Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>), Warzywa pieczone (buraki, pietruszka, cukinia) 80 g , Salata zielona 20 g ,	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Schab pieczony w rękawie 100 g , Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ,</u>), Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE,</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Salata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny z musem truskawkowym 150 g (<u>MLE,</u>),		Posiłek nocny: Banan 120 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2159.04 kcal; Białko ogółem: 116.5 g; Tłuszcz: 45.71 g; Kw. tł. nasy.: 12.18 g; Węglowodany ogółem: 328.66 g; W tym cukry: 73.78 g; Błonnik pok.: 18.91 g; Sól: 5.29 g; WW: 31.11 Por; : 21.58 %; : 60.89 %; Ener. z T: 19.06 %; Ener. z Bł.: 1.75 %; K: 4801.8 mg;

niedziela 2025-10-12 Jadłospis dla diety: PUŁ- P3 Łatwo strawna częściowo rozdrobniona 1-3 lat		
Kasza manna na mleku/p 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 200 ml , Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek z koperkiem 40 g (<u>MLE,</u>), Warzywa pieczone (buraki, pietruszka, cukinia) 40 g , Salata zielona 10 g ,	Pomidorowa z makaronem * 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g , Klopsik wieprzowy 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>), Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g , Kompot owocowy* z/c 200 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 200 ml , Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 20 g (<u>SOJ,</u>), Serek homo. naturalny 20 g (<u>MLE,</u>), Pomidor b/skórki 40 g , Salata zielona 10 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny z musem truskawkowym 150 g (<u>MLE,</u>),		Posiłek nocny: Banan 120 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1350.04 kcal; Białko ogółem: 60.79 g; Tłuszcz: 37.42 g; Kw. tł. nasy.: 9.68 g; Węglowodany ogółem: 197.12 g; W tym cukry: 55.11 g; Błonnik pok.: 11.39 g; Sól: 3.01 g; WW: 18.65 Por; : 18.01 %; : 58.4 %; Ener. z T: 24.95 %; Ener. z Bł.: 1.69 %; K: 2784.07 mg;