

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2025-11-10 Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</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 Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,	Brokułowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Kotlet z jaj-pieczony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Jabłko 1 szt 1 szt , Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Twarożek z koperkiem 50 g (<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 , Sałata zielona 20 g , Pomidor 80 g , Pasztet rybno- warzywny (Morszczuk) 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>),
II Śniadanie: Smoothie (jabłko, szpinak) 200 g ,		Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2079.43 kcal; Białko ogółem: 84.48 g; Tłuszcz: 51.57 g; Kw. tł. nasy.: 13.42 g; Węglowodany ogółem: 336.38 g; W tym cukry: 65.98 g; Błonnik pok.: 36.53 g; Sól: 7.78 g; WW: 30.03 Por; : 16.25 %; : 64.71 %; Ener. z T: 22.32 %; Ener. z Bł.: 3.51 %; K: 4244.27 mg;

poniedziałek 2025-11-10 Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (<u>MLE, 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 , Polędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>), Pomidor b/skórki 90 g , Roszponka 10 g ,	Brokułowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Kotlet z jaj-pieczony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Twarożek z koperkiem 50 g (<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 , Sałata zielona 20 g , Pasztet rybno- warzywny (Morszczuk) 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>), Pomidor 80 g ,
II Śniadanie: Smoothie (jabłko, szpinak) 200 g ,		Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2146.7 kcal; Białko ogółem: 87.35 g; Tłuszcz: 51.67 g; Kw. tł. nasy.: 13.36 g; Węglowodany ogółem: 347.81 g; W tym cukry: 67.97 g; Błonnik pok.: 31.1 g; Sól: 6.86 g; WW: 31.72 Por; : 16.28 %; : 64.81 %; Ener. z T: 21.66 %; Ener. z Bł.: 2.9 %; K: 4242.39 mg;

poniedziałek 2025-11-10 Jadłospis dla diety: PUŁ- P3 Łatwo strawna częściowo rozdrobniona 1-3 lat		
Płatki jęczmienna na mleku /p 200 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</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 , Polędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (<u>SOJ.</u>), Pomidor b/skórki 40 g , Roszponka 10 g ,	Brokułowa z ryżem * 200 ml (<u>MLE, SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g , Kotlet z jaj-pieczony 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt , Marchew gotowana z olejem () 100 g , Kompot owocowy* z/c 200 ml ,	Twarożek z koperkiem 20 g (<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 , Sałata zielona 10 g , Pasztet rybno- warzywny (Morszczuk) 20 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>), Pomidor b/skórki 40 g ,
II Śniadanie: Smoothie (jabłko, szpinak) 150 g ,		Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1329.12 kcal; Białko ogółem: 50 g; Tłuszcz: 37.73 g; Kw. tł. nasy.: 8.54 g; Węglowodany ogółem: 206.69 g; W tym cukry: 54.24 g; Błonnik pok.: 20.12 g; Sól: 4.23 g; WW: 18.64 Por; : 15.05 %; : 62.2 %; Ener. z T: 25.55 %; Ener. z Bł.: 3.03 %; K: 2461.45 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2025-11-11 Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₁</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Sałata zielona 20 g , Ogórek kiszony 80 g , Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE₁</u>),	Pieczarkowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, S02₁</u>), Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Szyunka wieprzowa pieczona 80 g , Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ₁</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml , Dynia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ₁</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 , Szyunka wiśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR₁</u>), Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE₁</u>), Pomidor 100 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE₁</u>),		Posiłek nocny: Jabłko 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2050.86 kcal; Białko ogółem: 104.73 g; Tłuszcz: 47.49 g; Kw. tł. nasy.: 12.32 g; Węglowodany ogółem: 306.4 g; W tym cukry: 59.5 g; Błonnik pok.: 29.62 g; Sól: 8.05 g; WW: 27.65 Por; : 20.43 %; : 59.76 %; Ener. z T: 20.84 %; Ener. z Bł.: 2.89 %; K: 3961.93 mg;

wtorek 2025-11-11 Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci		
kasza kukurydziana na ml/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>), Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyunka z indykem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (<u>SOJ₁</u>), Sałata zielona 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,	Solferino * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL₁</u>), Makaron 200 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Szyunka wieprzowa gotowana 100 g , Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ₁</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml , Dynia duszona z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ₁</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 , Szyunka wiśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR₁</u>), Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE₁</u>), Pomidor b/skórki 100 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE₁</u>),		Posiłek nocny: Jabłko pieczone 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2102.25 kcal; Białko ogółem: 107.74 g; Tłuszcz: 41.82 g; Kw. tł. nasy.: 11.25 g; Węglowodany ogółem: 331.21 g; W tym cukry: 63.6 g; Błonnik pok.: 22.08 g; Sól: 6.55 g; WW: 30.93 Por; : 20.5 %; : 63.02 %; Ener. z T: 17.9 %; Ener. z Bł.: 2.1 %; K: 4180.74 mg;

wtorek 2025-11-11 Jadłospis dla diety: PUŁ- P3 Łatwo strawna częściowo rozdrobniona 1-3 lat		
kasza kukurydziana na ml/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 , Szyunka z indykem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 40 g (<u>SOJ₁</u>), Sałata zielona 10 g , Pomidor b/skórki 40 g ,	Solferino * () 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL₁</u>), Makaron 100 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Pulpet wieprzowy 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ₁</u>), Sos szpinakowy* 50 ml (<u>GLU PSZ₁</u>), Dynia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ₁</u>), 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 , Szyunka wiśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 20 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR₁</u>), Twaróg półtłusty 20 g (<u>MLE₁</u>), Pomidor b/skórki 50 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE₁</u>),		Posiłek nocny: Jabłko pieczone 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1277.12 kcal; Białko ogółem: 57.98 g; Tłuszcz: 34.38 g; Kw. tł. nasy.: 8.68 g; Węglowodany ogółem: 188.76 g; W tym cukry: 44.86 g; Błonnik pok.: 13.13 g; Sól: 3.76 g; WW: 17.53 Por; : 18.16 %; : 59.12 %; Ener. z T: 24.23 %; Ener. z Bł.: 2.06 %; K: 2390.77 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2025-11-12 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 , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (<u>MLE.</u>), Szyńka luksusowa-wp. z kawałków mięsa, wędzona, parzona z dodatkiem białka mleka 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.</u>), Śliwka 100 g , Sałata zielona 20 g ,	Zupa z soczewicy i ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Surówka z marchwi i rzepy ze śmietaną () 100 g (<u>MLE.</u>), Buraczki oprószane () b/c 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 50 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</u>), Pomidor 90 g , Rukola 10 g ,
II Śniadanie: Budyń o smaku śmietankowym z chipsami kokosowymi b/c 200 ml (<u>MLE, S02.</u>),		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2207.52 kcal; Białko ogółem: 98.92 g; Tłuszcz: 47.19 g; Kw. tł. nasy.: 13.56 g; Węglowodany ogółem: 365.62 g; W tym cukry: 72.49 g; Błonnik pok.: 35.46 g; Sól: 9.91 g; WW: 33.08 Por; : 17.92 %; : 66.25 %; Ener. z T: 19.24 %; Ener. z Bt.: 3.21 %; K: 5472.88 mg;

środa 2025-11-12 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 , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (<u>MLE.</u>), Szyńka luksusowa-wp. z kawałków mięsa, wędzona, parzona z dodatkiem białka mleka 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.</u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt , Sałata zielona 20 g ,	Grycikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Buraczki oprószane () 150 g (<u>GLU PSZ.</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 , Szyńka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 50 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Budyń o smaku śmietankowym z chipsami kokosowymi b/c 200 ml (<u>MLE, S02.</u>),		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2064.83 kcal; Białko ogółem: 91.1 g; Tłuszcz: 39.95 g; Kw. tł. nasy.: 12.16 g; Węglowodany ogółem: 347.89 g; W tym cukry: 77.88 g; Błonnik pok.: 23.01 g; Sól: 8.84 g; WW: 32.48 Por; : 17.65 %; : 67.39 %; Ener. z T: 17.41 %; Ener. z Bt.: 2.23 %; K: 4254.13 mg;

środa 2025-11-12 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 , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 20 g (<u>MLE.</u>), Szyńka luksusowa-wp. z kawałków mięsa, wędzona, parzona z dodatkiem białka mleka 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.</u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt , Sałata zielona 10 g ,	Grycikowa * 200 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Sos jarzynowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Buraczki oprószane () 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 , Szyńka z piersią 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 ,
II Śniadanie: Budyń o smaku śmietankowym z chipsami kokosowymi b/c 150 ml (<u>MLE, S02.</u>),		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 150 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1259.22 kcal; Białko ogółem: 54.33 g; Tłuszcz: 29.97 g; Kw. tł. nasy.: 9.18 g; Węglowodany ogółem: 200.63 g; W tym cukry: 55.1 g; Błonnik pok.: 14.18 g; Sól: 5.37 g; WW: 18.63 Por; : 17.26 %; : 63.73 %; Ener. z T: 21.42 %; Ener. z Bt.: 2.25 %; K: 2486.05 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2025-11-13 Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (<u>MLE,</u>), Ogórek kiszony 90 g , Roszponka 10 g ,	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u>), Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (<u>SEL,</u>), Surówka z marchwi i selera b/c (). 150 g (<u>MLE, SEL,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml , Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ,</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 , Tyrolska kiełbasa wieprzowa drobno rozdrobniona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>), Sałatka jarzynowa (*) 150 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>), Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Sałata zielona 5 g , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u>), Bułka pszenna długa krojona 45 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 0.50 szt ,		Posiłek nocny: Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2389.03 kcal; Białko ogółem: 94.01 g; Tłuszcz: 66.41 g; Kw. tł. nasy.: 16.19 g; Węglowodany ogółem: 361.3 g; W tym cukry: 50.12 g; Błonnik pok.: 33.32 g; Sól: 8.89 g; WW: 32.86 Por; : 15.74 %; : 60.49 %; Ener. z T: 25.02 %; Ener. z Bł.: 2.79 %; K: 4212.24 mg;

czwartek 2025-11-13 Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci		
Zacierka 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 kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (<u>MLE,</u>), Pomidor b/skórki 90 g , Roszponka 10 g ,	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (<u>SEL,</u>), Seler z pietruszką gotowany z olejem () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml , Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ,</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 , Tyrolska kiełbasa wieprzowa drobno rozdrobniona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>), Sałatka jarzynowa - dieta (*) 150 g (<u>MLE, SEL,</u>), Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna długa krojona 45 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 0.50 szt , Sałata zielona 5 g , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u>),		Posiłek nocny: Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2404.56 kcal; Białko ogółem: 96.27 g; Tłuszcz: 56.87 g; Kw. tł. nasy.: 13.52 g; Węglowodany ogółem: 383.6 g; W tym cukry: 51.75 g; Błonnik pok.: 30.47 g; Sól: 6.68 g; WW: 35.38 Por; : 16.02 %; : 63.81 %; Ener. z T: 21.29 %; Ener. z Bł.: 2.53 %; K: 4487.5 mg;

czwartek 2025-11-13 Jadłospis dla diety: PUŁ- P3 Łatwo strawna częściowo rozdrobniona 1-3 lat		
Zacierka 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 , Pasta z twarogu z natką pietruszki 40 g (<u>MLE,</u>), Pomidor b/skórki 40 g , Roszponka 10 g ,	Ziemniaczana * () 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Seler z pietruszką gotowany z olejem () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (<u>SEL,</u>), Kompot owocowy* z/c 200 ml , Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ,</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 , Tyrolska kiełbasa wieprzowa drobno rozdrobniona 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>), Sałatka jarzynowa - dieta (*) 150 g (<u>MLE, SEL,</u>), Sałata zielona 10 g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna długa krojona 20 g (<u>GLU PSZ,</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 10 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u>), Sałata zielona 5 g ,		Posiłek nocny: Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1701.6 kcal; Białko ogółem: 65.69 g; Tłuszcz: 48.74 g; Kw. tł. nasy.: 12.54 g; Węglowodany ogółem: 254.6 g; W tym cukry: 36.8 g; Błonnik pok.: 24.07 g; Sól: 3.75 g; WW: 23.06 Por; : 15.44 %; : 59.85 %; Ener. z T: 25.78 %; Ener. z Bł.: 2.83 %; K: 3351.84 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2025-11-14 Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
Kasza manna na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ,</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Ser żółty 50 g (<u>MLE,</u>), Dżem 25 g 1 szt , Śliwka szt 2 szt ,	Dyniowa z makaronem* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (<u>RYB,</u>), Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () b/c 100 g , Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g ,
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>),		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2254.43 kcal; Białko ogółem: 113.8 g; Tłuszcz: 64.89 g; Kw. tł. nasy.: 19.62 g; Węglowodany ogółem: 319.08 g; W tym cukry: 64.79 g; Błonnik pok.: 26.57 g; Sól: 9.5 g; WW: 29.25 Por; : 20.19 %; : 56.61 %; Ener. z T: 25.9 %; Ener. z Bł.: 2.36 %; K: 4700.77 mg;

piątek 2025-11-14 Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci		
Kasza manna na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ,</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE,</u>), Dżem 25 g 1 szt , Jabłka prażone b/c 150 g ,	Dyniowa z makaronem* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba gotowana (Morszczuk) 80 g (<u>RYB,</u>), Szpinak gotowany z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ,</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 natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g ,
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>),		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2154.78 kcal; Białko ogółem: 108.29 g; Tłuszcz: 46.85 g; Kw. tł. nasy.: 11.33 g; Węglowodany ogółem: 336.32 g; W tym cukry: 53.32 g; Błonnik pok.: 21.11 g; Sól: 7.5 g; WW: 31.56 Por; : 20.1 %; : 62.43 %; Ener. z T: 19.57 %; Ener. z Bł.: 1.96 %; K: 4215.41 mg;

piątek 2025-11-14 Jadłospis dla diety: PUŁ- P3 Łatwo strawna częściowo rozdrobniona 1-3 lat		
Kasza manna na mleku/p 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Kawa zbożowa z mlekiem/p 200 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ,</u>), Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twaróg półtłusty 20 g (<u>MLE,</u>), Dżem 25 g 1 szt , Jabłka prażone b/c 150 g ,	Dyniowa z makaronem* 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g , Pulpet rybny (Morszczuk) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>), Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Kompot owocowy* z/c 200 ml ,	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 200 ml , Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>), Sałatka z pomidorów i koperku 50 g ,
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>),		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 150 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1423.7 kcal; Białko ogółem: 68.2 g; Tłuszcz: 39.29 g; Kw. tł. nasy.: 9.12 g; Węglowodany ogółem: 206.72 g; W tym cukry: 35.86 g; Błonnik pok.: 13.53 g; Sól: 4.63 g; WW: 19.33 Por; : 19.16 %; : 58.08 %; Ener. z T: 24.84 %; Ener. z Bł.: 1.9 %; K: 2444.59 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2025-11-15 Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
Ryż na mleku/p 400 ml (MLE), 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 , Szynka Familijna wieprzowa, z dodatkiem wody i białka wp z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i olejem* 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, SEL), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JE CZ), Gulasz wieprzowy- dieta 180 g (GLU PSZ), Surówka wielowarzywna z olejem b/c 100 g (SEL), Kalafior gotowany* 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 , Serek homo. naturalny 50 g (MLE), Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml ,		Posiłek nocny: Banan 120 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2353.35 kcal; Białko ogółem: 106.19 g; Tłuszcz: 54.37 g; Kw. tł. nasy.: 11.02 g; Węglowodany ogółem: 376.06 g; W tym cukry: 92.57 g; Błonnik pok.: 34.86 g; Sól: 8 g; WW: 34.22 Por; : 18.05 %; : 63.92 %; Ener. z T: 20.79 %; Ener. z Bł.: 2.96 %; K: 4251.99 mg;

sobota 2025-11-15 Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci		
Ryż na mleku/p 400 ml (MLE), 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 , Szynka Familijna wieprzowa, z dodatkiem wody i białka wp z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i olejem* 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (MLE, SEL), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JE CZ), Gulasz wieprzowy- dieta 180 g (GLU PSZ), Buraczki gotowane () 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 , Serek homo. naturalny 50 g (MLE), Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g ,
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml ,		Posiłek nocny: Banan 120 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2274.98 kcal; Białko ogółem: 98.11 g; Tłuszcz: 46.82 g; Kw. tł. nasy.: 10.48 g; Węglowodany ogółem: 378.23 g; W tym cukry: 103.43 g; Błonnik pok.: 28.51 g; Sól: 7.23 g; WW: 35.06 Por; : 17.25 %; : 66.5 %; Ener. z T: 18.52 %; Ener. z Bł.: 2.51 %; K: 4425.44 mg;

sobota 2025-11-15 Jadłospis dla diety: PUŁ- P3 Łatwo strawna częściowo rozdrobniona 1-3 lat		
Ryż na mleku/p 200 ml (MLE), Herbata czarna granulowana z/c 200 ml , Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka Familijna wieprzowa, z dodatkiem wody i białka wp z połączonych kawałków mięsa 40 g (SOJ, MLE), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i olejem* 50 g , Sałata zielona 10 g ,	Selerowa z ziemniakami * () 200 ml (MLE, SEL), Kasza jęczmienna/sypko 100 g (GLU JE CZ), Gulasz wieprzowy- dieta 80 g (GLU PSZ), Buraczki gotowane () 100 g , Kompot owocowy* z/c 200 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 200 ml , Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 20 g (MLE), Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 20 g (SOJ), Pomidor b/skórki 40 g , Mix sałat 10 g ,
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml ,		Posiłek nocny: Banan 120 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1309.39 kcal; Białko ogółem: 51.38 g; Tłuszcz: 29.11 g; Kw. tł. nasy.: 6.5 g; Węglowodany ogółem: 218.26 g; W tym cukry: 76.2 g; Błonnik pok.: 15.97 g; Sól: 4.06 g; WW: 20.26 Por; : 15.7 %; : 66.67 %; Ener. z T: 20.01 %; Ener. z Bł.: 2.44 %; K: 2626.53 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2025-11-16 Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE₊), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT₊), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ₊), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (MLE₊), Papryka świeża 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL₊), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 120 g , Surówka Colesław b/c () 100 g (JAJ, MLE, GOR₊), Brokuł gotowany* 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 , Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ₊), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g ,
II Śniadanie: Surówka z marchwi i jabłka b/c () 150 g (MLE₊),		Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2093.46 kcal; Białko ogółem: 107.41 g; Tłuszcz: 58.37 g; Kw. tł. nasy.: 15.95 g; Węglowodany ogółem: 304.51 g; W tym cukry: 66.81 g; Błonnik pok.: 35.26 g; Sól: 7.99 g; WW: 27.01 Por; : 20.52 %; : 58.18 %; Ener. z T: 25.1 %; Ener. z Bł.: 3.37 %; K: 4925.74 mg;

niedziela 2025-11-16 Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci		
Płatki pszenne 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 , Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (MLE₊), Sałata zielona 20 g , Jabłko pieczone 150 g ,	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL₊), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 120 g , Brokuł gotowany* 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 , Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ₊), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g ,
II Śniadanie: Surówka z marchwi i jabłka b/c () 150 g (MLE₊),		Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2146.67 kcal; Białko ogółem: 109.02 g; Tłuszcz: 54.94 g; Kw. tł. nasy.: 15.52 g; Węglowodany ogółem: 320.95 g; W tym cukry: 74.66 g; Błonnik pok.: 29.03 g; Sól: 6.98 g; WW: 29.18 Por; : 20.31 %; : 59.8 %; Ener. z T: 23.04 %; Ener. z Bł.: 2.7 %; K: 4770.75 mg;

niedziela 2025-11-16 Jadłospis dla diety: PUŁ- P3 Łatwo strawna częściowo rozdrobniona 1-3 lat		
Płatki pszenne na mleku/p 200 ml (GLU PSZ, MLE₊), Herbata czarna granulowana z/c 200 ml , Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ₊), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 40 g (MLE₊), Sałata zielona 10 g , Jabłko pieczone 150 g ,	Rosół z makaronem * 200 ml (GLU PSZ, SEL₊), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g , Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s (rozdrobniony) 80 g , Brokuł gotowany* 100 g , Kompot owocowy* z/c 200 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 200 ml , Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ₊), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (SOJ₊), Sałatka z pomidorów i koperku 50 g ,
II Śniadanie: Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2 l 1 szt ,		Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1317.64 kcal; Białko ogółem: 62.33 g; Tłuszcz: 36.92 g; Kw. tł. nasy.: 9.78 g; Węglowodany ogółem: 191.88 g; W tym cukry: 67.15 g; Błonnik pok.: 13.64 g; Sól: 3.88 g; WW: 17.81 Por; : 18.92 %; : 58.25 %; Ener. z T: 25.22 %; Ener. z Bł.: 2.07 %; K: 2643.73 mg;