

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2025-09-22 Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa 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>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatkiem mięsa wp 50 g (<u>SOJ, MLE₁</u>), Sałata zielona 20 g , Pomidor 80 g ,	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL₁</u>), Naleśniki z serem. 200 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE₁</u>), Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE₁</u>), Jabłko 1 szt 1 szt , 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 , Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 80 g (<u>SEL₁</u>), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,
II Śniadanie: Budyń o smaku waniliowym/p b/c 200 ml (<u>MLE₁</u>),		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2199.65 kcal; Białko ogółem: 93.9 g; Tłuszcz: 45.68 g; Kw. tł. nasy.: 10.25 g; Węglowodany ogółem: 366.28 g; W tym cukry: 94.97 g; Błonnik pok.: 26.53 g; Sól: 5.97 g; WW: 34.04 Por; : 17.08 %; : 66.61 %; Ener. z T: 18.69 %; Ener. z Bł.: 2.41 %; K: 3904.78 mg;

poniedziałek 2025-09-22 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 , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatkiem mięsa wp 50 g (<u>SOJ, MLE₁</u>), Warzywa pieczone 100 g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL₁</u>), Ryż na sypko 200 g , Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE₁</u>), Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE₁</u>), Banan 120 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 80 g (<u>SEL₁</u>), Pomidor b/skórki 90 g , Roszponka 10 g ,
II Śniadanie: Budyń o smaku waniliowym/p b/c 200 ml (<u>MLE₁</u>),		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2380.45 kcal; Białko ogółem: 97.51 g; Tłuszcz: 49.81 g; Kw. tł. nasy.: 10.53 g; Węglowodany ogółem: 395.92 g; W tym cukry: 92.76 g; Błonnik pok.: 20.07 g; Sól: 5.21 g; WW: 37.67 Por; : 16.39 %; : 66.53 %; Ener. z T: 18.83 %; Ener. z Bł.: 1.69 %; K: 4267.32 mg;

poniedziałek 2025-09-22 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 , Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatkiem mięsa wp 40 g (<u>SOJ, MLE₁</u>), Warzywa pieczone 50 g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL₁</u>), Ryż na sypko 100 g , Sos jogurtowo-truskawkowy* 50 g (<u>MLE₁</u>), Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE₁</u>), Banan 60 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 , Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 40 g (<u>SEL₁</u>), Pomidor b/skórki 40 g , Roszponka 10 g ,
II Śniadanie: Budyń o smaku waniliowym/p b/c 150 ml (<u>MLE₁</u>),		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1400 kcal; Białko ogółem: 56.47 g; Tłuszcz: 33.51 g; Kw. tł. nasy.: 7.14 g; Węglowodany ogółem: 223.29 g; W tym cukry: 53.29 g; Błonnik pok.: 10.26 g; Sól: 2.99 g; WW: 21.35 Por; : 16.14 %; : 63.8 %; Ener. z T: 21.54 %; Ener. z Bł.: 1.47 %; K: 2237.69 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posilek nocny
wtorek 2025-09-23		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2196.37 kcal; Białko ogółem: 90.04 g; Tłuszcz: 62.82 g; Kw. tł. nasy.: 12.06 g; Węglowodany ogółem: 332.04 g; W tym cukry: 63.97 g; Błonnik pok.: 31.05 g; Sól: 7.86 g; WW: 30.11 Por.: 16.4 %; 60.47 %; Ener. z T: 25.74 %; Ener. z Bł.: 2.83 %; K: 4172.55 mg;

wtorek 2025-09-23		Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci	
Platki jęczmienna na mleku /p 400 ml (<u>MLE</u>, <u>GLU JĘCZ</u>,), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u>, <u>GLU ŻYT</u>,), Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>, <u>GLU ŻYT</u>,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g , Jabłko pieczone 1szt. 1 szt , Salata lodowa 20 g ,		Jarzynowa z zacierką*-dieta 400 ml (<u>GLU PSZ</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>,), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Filet z kurczaka gotowany 80 g , Sos pietruszkowy 80 ml (<u>GLU PSZ</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>,), Marchew oprószana z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ</u>,), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	
II Śniadanie: Jogurt naturalny z musem jabłkowym b/c 150 g (<u>MLE</u>,),		Posiłek nocny: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2021.2 kcal; Białko ogółem: 94.96 g; Tłuszcz: 42.95 g; Kw. tł. nasy.: 10.52 g; Węglowodany ogółem: 325.87 g; W tym cukry: 61.98 g; Błonnik pok.: 24.89 g; Sól: 7.63 g; WW: 30.15 Por.; 18.79 %; 64.49 %; Ener. z T: 19.12 %; Ener. z Bł.: 2.46 %; K: 4077.9 mg;

wtorek 2025-09-23			Jadłospis dla diety: PUŁ- P3 Łatwo strawna częściowo rozdrobniona 1-3 lat		
Platki jęczmienna na mleku /p 200 ml (<u>MLE</u>, <u>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 , Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g , Banan 120 g , Sałata lodowa 10 g ,		Jarzynowa z zacierką *-dieta 200 ml (<u>GLU PSZ</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g , Filet z kurczaka gotowany (rozdrobniony) 60 g , Sos pietruszkowy 50 ml (<u>GLU PSZ</u>, <u>MLE</u>, <u>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 , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 20 g (<u>SOJ</u>), Pomidor 40 g , Mix sałat 10 g ,	
II Śniadanie: Jogurt naturalny z musem jabłkowym b/c 150 g (<u>MLE</u>),				Posilek nocny: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1337.52 kcal; Białko ogółem: 64.53 g; Tłuszcz: 33.16 g; Kw. tł. nasy.: 8.6 g; Węglowodany ogółem: 202.9 g; W tym cukry: 54.98 g; Błonnik pok.: 14.08 g; Sól: 4.39 g; WW: 18.91 Por.: 19.3 %; 60.68 %; Ener. z T: 22.31 %; Ener. z Bł.: 2.1 %; K: 2804.57 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posilek nocny
środa 2025-09-24 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. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>), Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (<u>SOJ.</u>), Pomidor 90 g, Rukola 10 g ,	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Kasza gryczana 200 g , Pieczeń rymska wieprzowa 100 g (<u>GLUPSZ, JAJ.</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>), Surówka z marchwi z olejem () 150 g , Jablko 1 szt 1 szt, Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJC.</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 , Paprykarz szczeciński 80 g (<u>RYB, SOJ.</u>), Salata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Salatka jarzynowa - dieta (*) 100 g (<u>MLE, SEL.</u>),		Posilek nocny: Sok pomidorowy 200 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2307.57 kcal; Białko ogółem: 105.03 g; Tłuszcz: 53.32 g; Kw. tł. nasy.: 10.57 g; Węglowodany ogółem: 372.33 g; W tym cukry: 73.18 g; Błonnik pok.: 40.17 g; Sól: 8.64 g; WW: 33.25 Por.: 18.21 %; 64.54 %; Ener. z T: 20.79 %; Ener. z Bł.: 3.48 %; K: 5479.83 mg;

środa 2025-09-24			Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>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. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>), Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (<u>SOJ.</u>), Pomidor b/skórki 90 g , Sałata zielona 10 g ,		Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL.</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ.</u>), Sos jarzynowy* 100 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL.</u>), Cukinia gotowana z pomidorami* 150 g , Jabłko pieczone 1szt. 1 szt, Kompot owocowy* z/c 250 ml ,		Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JECZ.</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 80 g (<u>RYB</u> , <u>SEL.</u>), Sałata zielona 20 g ,	
II Śniadanie: Salatką jarzynowa -dieta (*) 100 g (<u>MLE</u> , <u>SEL.</u>),				Posilek nocny: Przecier owocowy-jabłko 100g 1 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2324.13 kcal; Białko ogółem: 102.12 g; Tłuszcz: 44.09 g; Kw. tł. nasy.: 9.72 g; Węglowodany ogółem: 393.22 g; W tym cukry: 79.48 g; Błonnik pok.: 27.88 g; Sól: 6.01 g; WW: 36.53 Por.; 17.58 %; 67.68 %, Ener. z T: 17.07 %; Ener. z Bł.: 2.4 %; K: 4528.03 mg;

środa 2025-09-24 Jadłospis dla diety: PUŁ- P3 Łatwo strawna częściowo rozdrobniona 1-3 lat		
Platki 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. naturalny 20 g (<u>MLE.</u>), Szynka zielonogórska- wp. parzona 20 g (<u>SOJ.</u>), Pomidor b/skórki 50 g ,	Ziemniaczana * () 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 jarzynowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Cukinia gotowana z pomidorami* 100 g , Banan 60 g , Kompot owocowy* z/c 200 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 200 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>), Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 40 g (<u>RYB, SEL.</u>), Sałata zielona 10 g ,
II Śniadanie: Sałatka jarzynowa - dieta ()* 80 g (<u>MLE, SEL.</u>),		Posiłek nocny: Przecier owocowy-jabłko 100g 1 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1370.9 kcal; Białko ogółem: 56.43 g; Tłuszcz: 30.43 g; Kw. tł. nasy.: 6.9 g; Węglowodany ogółem: 224.75 g; W tym cukry: 56.55 g; Błonnik pok.: 14.81 g; Sól: 3.4 g; WW: 21 Por.; 16.47 %; 65.58 %; Ener. z T: 19.98 %; Ener. z Bł.: 2.16 %; K: 2711.29 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2025-09-25 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 Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z fasoli 80 g , Salatką z pomidora i ogórka z olejem 100 g ,	Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese z łop wp* 350 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Surówka z selera i jabłka () 150 g (<u>MLE, SEL,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek 50 g (<u>MLE,</u>), Szyńka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (<u>SOJ, SEL,</u>), Pomidor 80 g , Mix салат 20 g ,
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>),		Posiłek nocny: Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2 l 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2397.49 kcal; Białko ogółem: 109.92 g; Tłuszcz: 59.48 g; Kw. tł. nasy.: 14.97 g; Węglowodany ogółem: 371.15 g; W tym cukry: 74.22 g; Błonnik pok.: 42.62 g; Sól: 7.09 g; WW: 32.97 Por; : 18.34 %; : 61.92 %; Ener. z T: 22.33 %; Ener. z Bł.: 3.56 %; K: 5228.55 mg;

czwartek 2025-09-25 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 , 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 , Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatkiem mięsa wp 50 g (<u>SOJ, MLE,</u>), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,	Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Makaron z sosem bolognese z łop wp-dieta* 350 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek 50 g (<u>MLE,</u>), Szyńka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (<u>SOJ, SEL,</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Mix салат 20 g ,
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>),		Posiłek nocny: Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2 l 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2162.5 kcal; Białko ogółem: 99.27 g; Tłuszcz: 48.12 g; Kw. tł. nasy.: 10.41 g; Węglowodany ogółem: 339.09 g; W tym cukry: 63.8 g; Błonnik pok.: 15.94 g; Sól: 5.3 g; WW: 32.43 Por; : 18.36 %; : 62.72 %; Ener. z T: 20.03 %; Ener. z Bł.: 1.47 %; K: 3750.23 mg;

czwartek 2025-09-25 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 , Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatkiem mięsa wp 40 g (<u>SOJ, MLE,</u>), Pomidor b/skórki 50 g ,	Szpinakowa z ziemniakami * () 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Makaron z sosem bolognese z łop wp-dieta* 200 g (<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 , Twarożek 20 g (<u>MLE,</u>), Szyńka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 20 g (<u>SOJ, SEL,</u>), Pomidor b/skórki 40 g , Mix салат 10 g ,
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>),		Posiłek nocny: Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2 l 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1284.32 kcal; Białko ogółem: 56.37 g; Tłuszcz: 34.04 g; Kw. tł. nasy.: 7.04 g; Węglowodany ogółem: 191.52 g; W tym cukry: 40.86 g; Błonnik pok.: 8.53 g; Sól: 3.21 g; WW: 18.37 Por; : 17.56 %; : 59.65 %; Ener. z T: 23.86 %; Ener. z Bł.: 1.33 %; K: 2079.38 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2025-09-26 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, 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>), Powidła śliwkowe 25 g, Jabłko 150 g,	Krupnik jęczmienny* 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Ryba smażona (Morszczuk) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>), Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g, Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>), Ogórek kiszony 80 g, Salata zielona 20 g,
II Śniadanie: Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 200 ml,		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2230.47 kcal; Białko ogółem: 94.41 g; Tłuszcz: 57.03 g; Kw. tł. nasy.: 10.43 g; Węglowodany ogółem: 349.24 g; W tym cukry: 81.34 g; Błonnik pok.: 31.59 g; Sól: 8.88 g; WW: 31.73 Por; : 16.93 %; : 62.63 %; Ener. z T: 23.01 %; Ener. z Bł.: 2.83 %; K: 4627.41 mg;

piątek 2025-09-26 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, 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>), Dżem 25 g 1 szt, Jabłko pieczone 150 g,	Krupnik jęczmienny* 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Ryba pieczona (Morszczuk) 80 g (<u>RYB,</u>), Warzywa po grecku* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>), Salatka z pomidorów z olejem i natką pietr b/skórki 100 g,
II Śniadanie: Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 200 ml,		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2152.22 kcal; Białko ogółem: 93.98 g; Tłuszcz: 49.59 g; Kw. tł. nasy.: 9.65 g; Węglowodany ogółem: 345.31 g; W tym cukry: 85.42 g; Błonnik pok.: 24.45 g; Sól: 5.99 g; WW: 32.15 Por; : 17.47 %; : 64.18 %; Ener. z T: 20.74 %; Ener. z Bł.: 2.27 %; K: 4610.14 mg;

piątek 2025-09-26 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, Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 20 g (<u>MLE,</u>), Dżem 25 g 1 szt, Jabłko pieczone 150 g,	Krupnik jęczmienny* 200 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g, Pulpet rybny (Morszczuk) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</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 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>), Salatka z pomidorów z olejem i natką pietr b/skórki 50 g,
II Śniadanie: Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 150 ml,		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 150 ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1365.43 kcal; Białko ogółem: 57.14 g; Tłuszcz: 37.07 g; Kw. tł. nasy.: 7.91 g; Węglowodany ogółem: 208.99 g; W tym cukry: 62.57 g; Błonnik pok.: 15.5 g; Sól: 3.65 g; WW: 19.37 Por; : 16.74 %; : 61.22 %; Ener. z T: 24.43 %; Ener. z Bł.: 2.27 %; K: 2684.95 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2025-09-27 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 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 luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g ,	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ryż na sypko (brązowy) 200 g , Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g (<u>SEL</u>), Surówka z marchwi i jabłka b/c () 150 g (<u>MLE</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Salata zielona 20 g , Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową 150 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, GOR</u>),
II Śniadanie: Biskvity 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ</u>),		Posiłek nocny: Serek homo. naturalny 25 g (<u>MLE</u>), Pomidor 15 g , Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2295.65 kcal; Białko ogółem: 86.47 g; Tłuszcz: 59.6 g; Kw. tł. nasy.: 13.02 g; Węglowodany ogółem: 375.12 g; W tym cukry: 54.84 g; Błonnik pok.: 40.27 g; Sól: 7.69 g; WW: 33.46 Por; : 15.07 %; : 65.36 %; Ener. z T: 23.37 %; Ener. z Bł.: 3.51 %; K: 3798.36 mg;

sobota 2025-09-27 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 , 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 luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>), Pomidor 100 g ,	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ryż na sypko 200 g , Potrawka drobiowa z warzywami * 180 g (<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 , Salata zielona 20 g , Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową- dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL</u>),
II Śniadanie: Biskvity 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ</u>),		Posiłek nocny: Bułka pszenna długa krojona 45 g (<u>GLU PSZ</u>), Pomidor b/skórki 15 g , Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Serek homo. naturalny 25 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2230.02 kcal; Białko ogółem: 89.27 g; Tłuszcz: 45.88 g; Kw. tł. nasy.: 10.35 g; Węglowodany ogółem: 383.96 g; W tym cukry: 57.59 g; Błonnik pok.: 23.45 g; Sól: 6.33 g; WW: 36.05 Por; : 16.01 %; : 68.87 %; Ener. z T: 18.52 %; Ener. z Bł.: 2.1 %; K: 3658.98 mg;

sobota 2025-09-27 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 luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>), Pomidor b/skórki 50 g ,	Koperkowa z ziemniakami (*) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ryż na sypko 100 g , Potrawka drobiowa z warzywami * 80 g (<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 , Salata zielona 10 g , Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową- dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL</u>),
II Śniadanie: Biskvity 20 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ</u>),		Posiłek nocny: Bułka pszenna długa krojona 20 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Serek homo. naturalny 10 g (<u>MLE</u>), Pomidor b/skórki 15 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1354.53 kcal; Białko ogółem: 51.97 g; Tłuszcz: 35.58 g; Kw. tł. nasy.: 8.49 g; Węglowodany ogółem: 218.57 g; W tym cukry: 35.81 g; Błonnik pok.: 13.65 g; Sól: 4.11 g; WW: 20.48 Por; : 15.35 %; : 64.54 %; Ener. z T: 23.64 %; Ener. z Bł.: 2.02 %; K: 2060.67 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2025-09-28 Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU JECZ</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g , Pomidor 60 g , Kalarepa 40 g ,	Pomidorowa z zacierką * 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Kotlet schabowy 100 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 100 g , Fasolka szparagowa z wody* 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kakao/p z/c 250 ml (<u>MLE</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (<u>MLE</u>), Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u>), Banan 120 g ,
II Śniadanie: Maślanka 150 ml (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2207.78 kcal; Białko ogółem: 107.12 g; Tłuszcz: 52.72 g; Kw. tł. nasy.: 11.7 g; Węglowodany ogółem: 338.73 g; W tym cukry: 85.75 g; Błonnik pok.: 28.5 g; Sól: 8.08 g; WW: 31.16 Por; : 19.41 %; : 61.37 %; Ener. z T: 21.49 %; Ener. z Bł.: 2.58 %; K: 5203.86 mg;

niedziela 2025-09-28 Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU JECZ</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g , Cukinia pieczona z olejem * 100 g ,	Pomidorowa z zacierką * 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Schab pieczony w rękawie 100 g , Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (<u>SEL</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kakao/p z/c 250 ml (<u>MLE</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (<u>MLE</u>), Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u>), Banan 120 g ,
II Śniadanie: Maślanka 150 ml (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2192.75 kcal; Białko ogółem: 116.1 g; Tłuszcz: 48.3 g; Kw. tł. nasy.: 11.76 g; Węglowodany ogółem: 334.01 g; W tym cukry: 88.92 g; Błonnik pok.: 21.82 g; Sól: 7.43 g; WW: 31.25 Por; : 21.18 %; : 60.93 %; Ener. z T: 19.82 %; Ener. z Bł.: 1.99 %; K: 5319.06 mg;

niedziela 2025-09-28 Jadłospis dla diety: PUŁ- P3 Łatwo strawna częściowo rozdrobniona 1-3 lat		
Kasza jęczmienna na mleku/p 200 ml (<u>MLE</u> , <u>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 , Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g , Cukinia pieczona z olejem * 50 g ,	Pomidorowa z zacierką * 200 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g , Pulpet wieprzowy 60 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u>), Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>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 , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 20 g (<u>MLE</u>), Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 20 g (<u>SOJ</u>), Banan 60 g ,
II Śniadanie: Maślanka 150 ml (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1313.47 kcal; Białko ogółem: 62.36 g; Tłuszcz: 38.91 g; Kw. tł. nasy.: 9.69 g; Węglowodany ogółem: 184.2 g; W tym cukry: 54.29 g; Błonnik pok.: 12.17 g; Sól: 4.64 g; WW: 17.23 Por; : 18.99 %; : 56.1 %; Ener. z T: 26.66 %; Ener. z Bł.: 1.85 %; K: 2813.81 mg;