

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2025-12-08Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
Płatki 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>), 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</u> , <u>SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Kotleć z jaj-pieczony 90 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ.</u>), Jabłko 1 szt 1 szt , Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE</u> , <u>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</u> , <u>GLU ŻYT.</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasztet rybno- warzywny (Morszczuk) 30 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB.</u>), Salata zielona 20 g , Pomidor 80 g ,
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 2025-12-08Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
Płatki jęczmienna na mleku /p 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU JĘCZ.</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 80 g , Roszponka 20 g ,	Brokułowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Kotleć z jaj-pieczony 90 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ.</u>), Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE</u> , <u>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 , Salata zielona 20 g , Pasztet rybno- warzywny (Morszczuk) 30 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>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: 2058.45 kcal; Białko ogółem: 81.84 g; Tłuszcz: 51.1 g; Kw. tł. nasy.: 13.16 g; Węglowodany ogółem: 331.7 g; W tym cukry: 61.39 g; Błonnik pok.: 30.04 g; Sól: 6.54 g; WW: 30.21 Por; : 15.9 %; : 64.46 %; Ener. z T: 22.34 %; Ener. z Bł.: 2.92 %; K: 3957.18 mg;

poniedziałek 2025-12-08Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU JĘCZ.</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 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 90 g , Roszponka 10 g ,	Brokułowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Kotleć z jaj-pieczony 90 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ.</u>), Surówka z selera i jabłka b/c () 150 g (<u>MLE</u> , <u>SEL.</u>), Jabłko 1 szt 1 szt , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE.</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Salata zielona 20 g , Pasztet rybno- warzywny (Morszczuk) 30 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB.</u>), Pomidor 80 g ,
II Śniadanie: Smoothie (jabłko, szpinak) 200 g ,	Podwieczorek: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),	Posiłek nocny: Jabłko 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2146.29 kcal; Białko ogółem: 92.9 g; Tłuszcz: 55.84 g; Kw. tł. nasy.: 13.82 g; Węglowodany ogółem: 339.95 g; W tym cukry: 64.62 g; Błonnik pok.: 45.07 g; Sól: 7.64 g; WW: 29.54 Por; : 17.31 %; : 63.36 %; Ener. z T: 23.42 %; Ener. z Bł.: 4.2 %; K: 5045.95 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posilek nocny
wtorek 2025-12-09 Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<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 , Ogórek kiszony 80 g , Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczone 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,</u>),	Pieczarkowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, S02,</u>), Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ,</u>), Szynka wieprzowa pieczona 80 g , Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ,</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 100 g , Dynia duszona 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 , Galaretka drobiowa z udźcem z kurczaka* 50 g (<u>SEL,</u>), Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE,</u>), Pomidor 100 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE,</u>),		Posilek nocny: Jablko 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2027.5 kcal; Białko ogółem: 100.25 g; Tłuszcz: 46.94 g; Kw. tł. nasy.: 11.78 g; Węglowodany ogółem: 306.55 g; W tym cukry: 59.36 g; Błonnik pok.: 30.05 g; Sól: 7.27 g; WW: 27.6 Por.: 19.78 %; 60.48 %; Ener. z T: 20.84 %; Ener. z Bł.: 2.96 %; K: 4040.3 mg;

wtorek 2025-12-09	Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna	
kasza kukurydziana na ml/p 250 ml (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szynka z indykiem prasowana z dodatkami surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (<u>SOJ</u>), Salata zielona 20 g, Pomidor b/skórki 80 g ,	Solferino * () 400 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL</u>), Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>), Szynka wieprzowa gotowana 100 g , Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ</u>), Dynia duszona 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 , Szynka wieprzowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>), Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>), Pomidor b/skórki 100 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: Jabłko pieczone 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2016.15 kcal; Białko ogółem: 102.27 g; Tłuszcz: 41.55 g; Kw. tł. nasy.: 11.12 g; Węglowodany ogółem: 315.47 g; W tym cukry: 57.22 g; Błonnik pok.: 21.79 g; Sól: 6.4 g; WW: 29.38 Por.: 20.29 %; 62.59 %; Ener. z T: 18.55 %; Ener. z Bł.: 2.16 %; K: 3933.15 mg;

wtorek 2025-12-09			Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u>, <u>GLU JĘCZ.</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńska z indykami prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (<u>SOJ.</u>), Sałata zielona 20 g , Ogórek kiszony 80 g ,		Pieczarkowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ.</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>, <u>SO2.</u>), Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ.</u>), Szyńska wieprzowa gotowana 100 g , Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 150 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,		Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Galaretki drobiowa z udźcem z kurczaka* 50 g (<u>SEL.</u>), Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>), Pomidor 100 g ,	
II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>),		Podwieczorek: Warzywa pieczone 100 g , Dip ziołowy 10 g (<u>MLE.</u>),		Posiłek nocny: Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Sałata zielona 5 g , Twaróg półtłusty 25 g (<u>MLE.</u>), Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ.</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2135.13 kcal; Białko ogółem: 114.01 g; Tłuszcz: 58.43 g; Kw. tł. nasy.: 15.18 g; Węglowodany ogółem: 301.21 g; W tym cukry: 40.83 g; Błonnik pok.: 35.7 g; Sól: 8.24 g; WW: 26.58 Por.: 21.36 %; 56.43 %; Ener. z T: 24.63 %; Ener. z Bł: 3.34 %; K: 4330 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2025-12-10 Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
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>), Szynka luksusowa- wp. z kawałków mięsa, wędzona, parzona z dodatkiem białka mleka 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,</u>), Mandarynka 150 g , Salata 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>), Surówka z marchwi i rzepy ze śmietaną () 100 g (<u>MLE,</u>), Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Buraczki oprószone () 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 , Szynka 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, SO2,</u>),	Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2226.02 kcal; Białko ogółem: 99.22 g; Tłuszcz: 47.19 g; Kw. tł. nasy.: 13.57 g; Węglowodany ogółem: 370.72 g; W tym cukry 77.49 g; Błonnik pok.: 36.72 g; Sól: 9.91 g; WW: 33.44 Por.; 17.83 %; 66.62 %; Ener. z T: 19.08 %; Ener. z Bł.: 3.3 %; K: 5548.38 mg;

środa 2025-12-10		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
Platki owsiane na mleku/p 250 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>), Szynka luksusowa- wp. z kawałków mięsa, wędzona, parzona z dodatkiem białka mleka 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,</u>), Mandarynka 150 g, 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, Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,</u>), Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g,
II Śniadanie: Budyń o smaku śmietankowym z chipsami kokosowymi b/c 200 ml (<u>MLE, SO2,</u>),		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1968.77 kcal; Białko ogółem: 85.57 g; Tłuszcz: 38.67 g; Kw. tł. nasy.: 11.89 g; Węglowodany ogółem: 331.72 g; W tym cukry 70.76 g; Błonnik pok.: 22.11 g; Sól: 8.7 g; WW: 30.94 Por.; : 17.39 %; : 67.4 %; Ener. z T: 17.68 %; Ener. z Bł.: 2.25 %; K: 4068.47 mg;

środa 2025-12-10 Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Platki owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u>, <u>GLU OW</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Chleb Graham 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>), Szyunka luksusowa- wp. z kawałków mięsa, wędzona, parzona z dodatkiem białka mleka 30 g (<u>GLU PSZ</u>, <u>SOJ</u>, <u>MLE</u>, <u>może zawierać: JAJ</u>, <u>SEL</u>, <u>GOR</u>), Mandarynka 150 g, Salata zielona 20 g,	Zupa z soczewicy i ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ</u>, <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (<u>GLU PSZ</u>, <u>JAJ</u>), Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ</u>, <u>SEL</u>), Surówka z marchwi i rzepy ze śmietaną () 150 g (<u>MLE</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</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</u>, <u>SEL</u>, <u>może zawierać: MLE</u>, <u>GOR</u>), Pomidor 90 g, Rukola 10 g,
II Śniadanie: Budyń o smaku śmietankowym z chipsami kokosowymi b/c 200 ml (<u>MLE</u>, <u>SO2</u>),	Podwieczorek: Salátka witaminowa 100 g (<u>SEL</u>),	Posilek nocny: Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ</u>), Salata zielona 5 g, Jajko gotowane kl M 0.50 szt (<u>JAJ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2356.36 kcal; Białko ogółem: 107.38 g; Tłuszcz: 57.24 g; Kw. tł. nasy.: 17.66 g; Węglowodany ogółem: 377.15 g; W tym cukry 70.97 g; Błonnik pok.: 45.54 g; Sól: 7.83 g; WW: 33.22; Por.: 18.23 %; 64.02 %; Ener. z T: 21.86 %; Ener. z Bł.: 3.87 %; K: 5909.37 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2025-12-11 Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
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>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 cebuli 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 kielbasa 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: Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 0.50 szt, Bułka pszenna długa krojona 45 g (<u>GLU PSZ,</u>), 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: 2390.03 kcal; Białko ogółem: 93.99 g; Tłuszcz: 66.33 g; Kw. tł. nasy.: 16.12 g; Węglowodany ogółem: 361.9 g; W tym cukry: 50.48 g; Błonnik pok.: 33.55 g; Sól: 8.89 g; WW: 32.9 Por; : 15.73 %; : 60.57 %; Ener. z T: 24.98 %; Ener. z Bł.: 2.81 %; K: 4218.97 mg;

czwartek 2025-12-11 Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
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 90 g , Roszponka 10 g ,	Ziemniaczana * () 400 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 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 kielbasa 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: Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 0.50 szt, Bułka pszenna długa krojona 45 g (<u>GLU PSZ,</u>), 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: 2405.29 kcal; Białko ogółem: 96.3 g; Tłuszcz: 56.87 g; Kw. tł. nasy.: 13.52 g; Węglowodany ogółem: 383.77 g; W tym cukry: 51.87 g; Błonnik pok.: 30.51 g; Sól: 6.69 g; WW: 35.39 Por; : 16.01 %; : 63.82 %; Ener. z T: 21.28 %; Ener. z Bł.: 2.54 %; K: 4498.38 mg;

czwartek 2025-12-11 Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Makaron pełnoziarnisty na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (<u>MLE,</u>), Pomidor 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* b/c 250 ml , Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>),	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Tyrolska kielbasa 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 , Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ,</u>), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: Koktajl z jagód * b/c 250 g (<u>MLE,</u>),	Posiłek nocny: Pomidor 15 g , Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>), Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ,</u>), Szyunka z piersią indyczą-wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej 25 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2528.85 kcal; Białko ogółem: 110.64 g; Tłuszcz: 74.6 g; Kw. tł. nasy.: 23.96 g; Węglowodany ogółem: 374.22 g; W tym cukry: 60.36 g; Błonnik pok.: 51.68 g; Sól: 8.77 g; WW: 32.36 Por; : 17.5 %; : 59.19 %; Ener. z T: 26.55 %; Ener. z Bł.: 4.09 %; K: 5543.8 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2025-12-12		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
Kasza manna na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>), Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ₁</u>), 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, Ser żółty 50 g (<u>MLE₁</u>), Dżem 25 g 1 szt, Jabłko 150 g	Dyniowa z makaronem* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁, SEL₁</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (<u>RYB₁</u>), Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () b/c 100 g, Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ₁</u>), 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 z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, MLE₁</u>), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g,
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE₁</u>),		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2270.63 kcal; Białko ogółem: 113.68 g; Tłuszcz: 65.13 g; Kw. tł. nasy.: 19.64 g; Węglowodany ogółem: 323.19 g; W tym cukry: 68.78 g; Błonnik pok.: 27.65 g; Sól: 9.51 g; WW: 29.55 Por.: 20.03 %; 56.93 %; Ener. z T: 25.81 %; Ener. z Bł.: 2.44 %; K: 4652.17 mg;

piątek 2025-12-12			Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
Kasza manna na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>), 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, 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 , Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), 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 2025-12-12 Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>), Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>), Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE.</u>), Jabłko 150 g , Sałata zielona 20 g ,	Dyniowa z makaronem pełnoziarnistym* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba gotowana (Morszczuk) 80 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* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 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>),	Podwieczorek: Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ.</u>), Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>), Sałata zielona 5 g ,	Posiłek nocny: Sok wielowarzynny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2308.54 kcal; Białko ogółem: 126.32 g; Tłuszcz: 62.13 g; Kw. tł. nasy.: 19.54 g; Węglowodany ogółem: 328.07 g; W tym cukry: 59.45 g; Błonnik pok.: 36.46 g; Sól: 9.34 g; WW: 29.21 Por.: 21.89 %; 56.84 %; Ener. z T: 24.22 %; Ener. z Bł.: 3.16 %; K: 5160.74 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2025-12-13 Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
Ryż na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Parówki cieszynki- węd. wp. homog. wędz. parz 80 g (<u>SOJ</u> , <u>SEL</u>), Musztarda 10 g (<u>GOR</u>), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i olejem* 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>), Wątróbka wieprzowa duszona w sosie własnym 180 g (<u>GLU PSZ</u>), Surówka wielowarzywna z olejem b/c 100 g (<u>SEL</u>), Kalafor 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</u> , <u>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 Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u>), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml ,		Posiłek nocny: Banan 120 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2502.32 kcal; Białko ogółem: 107.07 g; Tłuszcz: 74.57 g; Kw. tł. nasy.: 15.58 g; Węglowodany ogółem: 366.92 g; W tym cukry: 79.99 g; Błonnik pok.: 34.96 g; Sól: 8.83 g; WW: 33.36 Por; : 17.12 %; : 58.65 %; Ener. z T: 26.82 %; Ener. z Bł.: 2.79 %; K: 4137.5 mg;

sobota 2025-12-13 Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
Ryż na mleku/p 400 ml (<u>MLE</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 , Szynka Familijna wieprzowa, z dodatkiem wody i białka wp z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i olejem* 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>), Gulasz wieprzowy- dieta 180 g (<u>GLU PSZ</u>), Buraczki gotowane () 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 , Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u>), Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g ,
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml ,		Posiłek nocny: Banan 120 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2221.78 kcal; Białko ogółem: 98.11 g; Tłuszcz: 46.82 g; Kw. tł. nasy.: 10.48 g; Węglowodany ogółem: 364.92 g; W tym cukry: 90.12 g; Błonnik pok.: 28.51 g; Sól: 7.23 g; WW: 33.73 Por; : 17.66 %; : 65.7 %; Ener. z T: 18.97 %; Ener. z Bł.: 2.57 %; K: 4425.18 mg;

sobota 2025-12-13 Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Ryż pełnoziarnisty na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka Familijna wieprzowa, z dodatkiem wody i białka wp z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i olejem* 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>), Gulasz wieprzowy- dieta 180 g (<u>GLU PSZ</u>), Surówka wielowarzywna z olejem b/c 100 g (<u>SEL</u>), Kalafor gotowany* 100 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u>), Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u>), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml ,	Podwieczorek: Chleb Graham 25 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 0.50 szt , Twarożek 30 g (<u>MLE</u>), Pomidor 15 g ,	Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2320.33 kcal; Białko ogółem: 114.38 g; Tłuszcz: 59.25 g; Kw. tł. nasy.: 12.55 g; Węglowodany ogółem: 351.61 g; W tym cukry: 68.03 g; Błonnik pok.: 43.05 g; Sól: 8.04 g; WW: 30.92 Por; : 19.72 %; : 60.61 %; Ener. z T: 22.98 %; Ener. z Bł.: 3.71 %; K: 4384.4 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2025-12-14 Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
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 , Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (<u>MLE,</u>), Papryka świeża 80 g , Salata zielona 20 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 120 g , Surówka Colesław b/c () 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR,</u>), 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 , Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ,</u>), Salátka z pomidorów i koperku 100 g ,
II Śniadanie: Surówka z marchwi i jabłka b/c () 150 g (<u>MLE,</u>),		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 2025-12-14 Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
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 , Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (<u>MLE,</u>), Salata zielona 20 g , Jabłko pieczone 150 g ,	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), 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 (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ,</u>), Salátka z pomidorów i koperku 100 g ,
II Śniadanie: Surówka z marchwi i jabłka b/c () 150 g (<u>MLE,</u>),		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 2025-12-14 Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (<u>MLE,</u>), Papryka świeża 80 g , Salata zielona 20 g ,	Rosół z makaronem pełnoziarnistym * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 120 g , Surówka Colesław b/c () 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR,</u>), Brokuł gotowany* 100 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ,</u>), Salátka z pomidorów i koperku 100 g ,
II Śniadanie: Surówka z marchwi i jabłka b/c () 150 g (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: Koktajl z jagód * b/c 200 g (<u>MLE,</u>),	Posiłek nocny: Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE,</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2175.34 kcal; Białko ogółem: 122.1 g; Tłuszcz: 64.08 g; Kw. tł. nasy.: 19.37 g; Węglowodany ogółem: 298.3 g; W tym cukry: 69.24 g; Błonnik pok.: 40.48 g; Sól: 7.99 g; WW: 25.89 Por; : 22.45 %; : 54.85 %; Ener. z T: 26.51 %; Ener. z Bł.: 3.72 %; K: 5849.36 mg;