

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2025-02-03 Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (MLE, GLU JEĆZ.), 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.), Twarożek z koperkiem 80 g , Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,	Brokułowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL.), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Kotlet z jaj-pieczony 90 g (GLU PSZ, JAJ.), Surówka z selera i jabłka () 150 g (MLE, SEL.), Jabłko 1 szt 1 szt , 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 , Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (RYB, SEL.), Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Smoothie (jabłko, szpinak) 200 g ,		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2074.01 kcal; Białko ogółem: 82.95 g; Tłuszcz: 54.01 g; Kw. tł. nasy.: 12.63 g; Węglowodany ogółem: 333.11 g; W tym cukry: 55.6 g; Błonnik pok.: 39.17 g; Sól: 10.36 g; WW: 29.43 Por; : 16 %; : 64.24 %; Ener. z T: 23.44 %; Ener. z Bł.: 3.78 %; K: 4114.53 mg;

poniedziałek 2025-02-03 Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci		
Płatki jęczminne na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL, GLU JEĆZ.), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.), Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.), Pomidor b/skórki 90 g , Roszponka 10 g ,	Brokułowa z ryżem (bez mleka) * 400 ml (SEL.), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Kotlet z jaj-pieczony 90 g (GLU PSZ, JAJ.), Surówka z selera i jabłka z olejem () 150 g (SEL.), Jabłko 1 szt 1 szt , 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 , Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (RYB, SEL.), Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Smoothie (jabłko, szpinak) 200 g ,		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2086.96 kcal; Białko ogółem: 79.7 g; Tłuszcz: 58.24 g; Kw. tł. nasy.: 11.74 g; Węglowodany ogółem: 327.91 g; W tym cukry: 40.68 g; Błonnik pok.: 35.76 g; Sól: 9.26 g; WW: 29.2 Por; : 15.28 %; : 62.85 %; Ener. z T: 25.12 %; Ener. z Bł.: 3.43 %; K: 3643.79 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-02-03 Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (MLE, GLU JĘCZ.), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Połudwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.), Twarożek z koperkiem 80 g (MLE.), Pomidor b/skórki 90 g , Roszponka 10 g ,	Brokułowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL.), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Kotlet z jaj-pieczony 90 g (GLU PSZ, JAJ.), Surówka z selera i jabłka () 150 g (MLE, SEL.), Jabłko 1 szt 1 szt , 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 , Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (RYB, SEL.), Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Smoothie (jabłko, szpinak) 200 g ,		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2238.04 kcal; Białko ogółem: 99.02 g; Tłuszcz: 57.47 g; Kw. tł. nasy.: 14.64 g; Węglowodany ogółem: 347.74 g; W tym cukry: 60.33 g; Błonnik pok.: 33.8 g; Sól: 9.59 g; WW: 31.46 Por; : 17.7 %; : 62.15 %; Ener. z T: 23.11 %; Ener. z Bł.: 3.02 %; K: 4213.78 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2025-02-04 Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
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 , Szyunka z indykiem 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, MLE, SEL,</u>), Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ,</u>), Szyunka 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 , Szyunka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 30 g (<u>SOJ,</u>), Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE,</u>), Papryka konserwowa 100 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE,</u>),		Posiłek nocny: Jabłko 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2040.16 kcal; Białko ogółem: 108.09 g; Tłuszcz: 45.33 g; Kw. tł. nasy.: 12.23 g; Węglowodany ogółem: 308.3 g; W tym cukry: 57.68 g; Błonnik pok.: 30.82 g; Sól: 9.03 g; WW: 27.76 Por; : 21.19 %; : 60.45 %; Ener. z T: 20 %; Ener. z Bł.: 3.02 %; K: 3805.21 mg;

wtorek 2025-02-04 Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci		
Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyunka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (<u>SOJ,</u>), Sałata zielona 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,	Solferino (bez mleka)*() 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>), Szyunka 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 , Szyunka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (<u>SOJ,</u>), Dżem 25 g 1 szt , Pomidor b/skórki 100 g ,
II Śniadanie: Chrupki kukurydziane 20 g ,		Posiłek nocny: Jabłko pieczone 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1946.37 kcal; Białko ogółem: 86.05 g; Tłuszcz: 35.5 g; Kw. tł. nasy.: 8.48 g; Węglowodany ogółem: 330.35 g; W tym cukry: 50.9 g; Błonnik pok.: 25.13 g; Sól: 6.88 g; WW: 30.57 Por; : 17.68 %; : 67.89 %; Ener. z T: 16.41 %; Ener. z Bł.: 2.58 %; K: 3396.27 mg;

wtorek 2025-02-04 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 kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyunka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (<u>SOJ,</u>), Sałata zielona 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,	Solferino * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>), Szyunka 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 , Szyunka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 30 g (<u>SOJ,</u>), Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE,</u>), Pomidor b/skórki 100 g ,

Jadłospisy dla oddziałów

II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE),		Posiłek nocny: Jabłko pieczone 150 g ,
---	--	---

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2136.75 kcal; Białko ogółem: 113.23 g; Tłuszcz: 43.12 g; Kw. tł. nasy.: 12.38 g; Węglowodany ogółem: 332.32 g; W tym cukry: 65.41 g; Błonnik pok.: 22.08 g; Sól: 6.57 g; WW: 31.05 Por; : 21.2 %; : 62.21 %; Ener. z T: 18.16 %; Ener. z Bł.: 2.07 %; K: 4214.64 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2025-02-05 Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU OW</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 , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE</u>), Szyunka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 30 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ</u>), Mandarynka 2 szt , Sałata 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 () 100 g (<u>MLE</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</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyunka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ</u> , <u>SEL</u>), Pomidor 90 g , Rukola 10 g ,
II Śniadanie: Budyń o smaku śmietankowym z chipsami kokosowymi b/c 200 ml (<u>MLE</u> , <u>SOJ</u>),		Posiłek nocny: Przecier owocowy jabłko-truskawka 100g 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2299.82 kcal; Białko ogółem: 101.82 g; Tłuszcz: 47.09 g; Kw. tł. nasy.: 13.52 g; Węglowodany ogółem: 385.72 g; W tym cukry: 94.09 g; Błonnik pok.: 37.66 g; Sól: 7.43 g; WW: 34.82 Por; : 17.71 %; : 67.09 %; Ener. z T: 18.43 %; Ener. z Bł.: 3.27 %; K: 5642.88 mg;

środa 2025-02-05 Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci		
Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL</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 , Szyunka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ</u>), Mandarynka 2 szt , Sałata zielona 20 g ,	Grysikowa * 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>), Buraczki oprószone () 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 , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml ,		Posiłek nocny: Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1904.76 kcal; Białko ogółem: 66.12 g; Tłuszcz: 37.22 g; Kw. tł. nasy.: 9.33 g; Węglowodany ogółem: 338.01 g; W tym cukry: 77.21 g; Błonnik pok.: 23.89 g; Sól: 6.35 g; WW: 31.36 Por; : 13.89 %; : 70.98 %; Ener. z T: 17.59 %; Ener. z Bł.: 2.51 %; K: 3567.47 mg;

środa 2025-02-05 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.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE</u>), Szyunka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 30 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ</u>), Banan 120 g , Sałata zielona 20 g ,	Grysikowa * 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>), Buraczki oprószone () 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 , Szyunka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ</u> , <u>SEL</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,

Jadłospisy dla oddziałów

II Śniadanie: Budyń o smaku śmietankowym z chipsami kokosowymi b/c 200 ml (MLE, S02.),		Posiłek nocny: Przekier owocowy jabłko-truskawka 100g 1 szt ,
--	--	--

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2157.53 kcal; Białko ogółem: 94 g; Tłuszcz: 39.51 g; Kw. tł. nasy.: 12.19 g; Węglowodany ogółem: 367.34 g; W tym cukry: 98.37 g; Błonnik pok.: 22.05 g; Sól: 6.35 g; WW: 34.56 Por; : 17.43 %; : 68.1 %; Ener. z T: 16.48 %; Ener. z Bł.: 2.04 %; K: 4527.13 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2025-02-06 Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, 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 , Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 80 g (MLE,), Ogórek kiszony 90 g , Roszponka 10 g ,	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,), Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (SEL,), Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ,), Sałata zielona z jogurtem 70 g (MLE,), 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 , Tyrolska kiełbasa wieprzowa drobno rozdrobniona 30 g (GLU PSZ, SOJ,), Sałatka jarzynowa (*) 150 g (JAJ, MLE, SEL, GOR,), Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 76g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, SOJ,),		Posiłek nocny: Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ,),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2379.74 kcal; Białko ogółem: 93.96 g; Tłuszcz: 71.15 g; Kw. tł. nasy.: 19.59 g; Węglowodany ogółem: 351.79 g; W tym cukry: 42.8 g; Błonnik pok.: 26.57 g; Sól: 8.63 g; WW: 32.64 Por; : 15.79 %; : 59.13 %; Ener. z T: 26.91 %; Ener. z Bł.: 2.23 %; K: 3603.03 mg;

czwartek 2025-02-06 Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci		
Zacierka na wywarze jarzynowym 400 ml (GLU PSZ, SEL,), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ,), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,	Ziemniaczana *(bez mleka) () 400 ml (GLU PSZ, SEL,), Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ,), Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (SEL,), Cukinia pieczona z olejem * 100 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 , Tyrolska kiełbasa wieprzowa drobno rozdrobniona 30 g (GLU PSZ, SOJ,), Sałatka jarzynowa z olejem* 150 g (SEL,), Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 76g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, SOJ,),		Posiłek nocny: Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ,),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2244.95 kcal; Białko ogółem: 75.34 g; Tłuszcz: 67.87 g; Kw. tł. nasy.: 12.35 g; Węglowodany ogółem: 343.2 g; W tym cukry: 27.92 g; Błonnik pok.: 22.78 g; Sól: 6.44 g; WW: 32.03 Por; : 13.42 %; : 61.15 %; Ener. z T: 27.21 %; Ener. z Bł.: 2.03 %; K: 3421.49 mg;

czwartek 2025-02-06 Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci		
Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, 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 , Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE,), Pomidor b/skórki 90 g , Roszponka 10 g ,	Ziemniaczana * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ,), Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (SEL,), Sałata zielona z jogurtem 70 g (MLE,), 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 , Tyrolska kiełbasa wieprzowa drobno rozdrobniona 30 g (GLU PSZ, SOJ,), Sałatka jarzynowa - dieta (*) 150 g (MLE, SEL,), Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 76g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, SOJ,),		Posiłek nocny: Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ,),

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2348.55 kcal; Białko ogółem: 93.2 g; Tłuszcz: 59 g; Kw. tł. nasy.: 17.45 g; Węglowodany ogółem: 370.91 g; W tym cukry: 45.9 g; Błonnik pok.: 22.57 g; Sól: 6.41 g; WW: 34.96 Por; : 15.87 %; : 63.17 %; Ener. z T: 22.61 %; Ener. z Bł.: 1.92 %; K: 3779.64 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2025-02-07 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 JĘCZ.</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 , Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>), Dżem 25 g 1 szt , Jabłko 150 g ,	Dyniowa z makaronem* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba smażona (Morszczuk) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, 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 60 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 owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2415.22 kcal; Białko ogółem: 109.43 g; Tłuszcz: 72.28 g; Kw. tł. nasy.: 19.89 g; Węglowodany ogółem: 347.12 g; W tym cukry: 85.1 g; Błonnik pok.: 28.57 g; Sól: 7.01 g; WW: 31.83 Por; : 18.12 %; : 57.49 %; Ener. z T: 26.93 %; Ener. z Bł.: 2.37 %; K: 4586.2 mg;

piątek 2025-02-07 Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci		
Kasza manna na wywarze jarzynowym* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</u>), Dżem 25 g 1 szt , Jabłka prażone b/c 150 g ,	Dyniowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, 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 , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>), Sałatka z pomidorów i koperku b/skórki 100 g ,
II Śniadanie: Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 76g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>),		Posiłek nocny: Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2011.82 kcal; Białko ogółem: 83.13 g; Tłuszcz: 40.61 g; Kw. tł. nasy.: 9.21 g; Węglowodany ogółem: 339.76 g; W tym cukry: 45.71 g; Błonnik pok.: 22.87 g; Sól: 6.29 g; WW: 31.74 Por; : 16.53 %; : 67.55 %; Ener. z T: 18.17 %; Ener. z Bł.: 2.27 %; K: 3149.92 mg;

piątek 2025-02-07 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 JĘCZ.</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twaróg półtłusty 80 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 60 g (<u>JAJ, MLE.</u>), Sałatka z pomidorów i koperku b/skórki 100 g ,
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),		Posiłek nocny: Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt ,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2197.92 kcal; Białko ogółem: 110.07 g; Tłuszcz: 45.95 g; Kw. tł. nasy.: 11.67 g; Węglowodany ogółem: 347.21 g; W tym cukry: 70.56 g; Błonnik pok.: 21.05 g; Sól: 4.94 g; WW: 32.64 Por; : 20.03 %; : 63.19 %; Ener. z T: 18.81 %; Ener. z Bł.: 1.92 %; K: 4202.74 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2025-02-08 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 słonecznikiem z olejem* 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ. SEL.), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.), Gulasz wieprzowy- dieta 180 g (GLU PSZ.), Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g , 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 80 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: Mandarynka 2 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2390.89 kcal; Białko ogółem: 112.16 g; Tłuszcz: 59.56 g; Kw. tł. nasy.: 11.65 g; Węglowodany ogółem: 369.33 g; W tym cukry: 86.58 g; Błonnik pok.: 35.4 g; Sól: 8.94 g; WW: 33.39 Por; : 18.76 %; : 61.79 %; Ener. z T: 22.42 %; Ener. z Bł.: 2.96 %; K: 4095.4 mg;

sobota 2025-02-08 Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci		
Ryż na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL.), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ.), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i olejem* 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Selerowa z ziemniakami (bez mleka*)(*) 400 ml (SEL.), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.), 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 , Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ.), Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.), 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: 2202.07 kcal; Białko ogółem: 83.73 g; Tłuszcz: 54.03 g; Kw. tł. nasy.: 13.43 g; Węglowodany ogółem: 358.8 g; W tym cukry: 87 g; Błonnik pok.: 30.04 g; Sól: 7.18 g; WW: 32.95 Por; : 15.21 %; : 65.17 %; Ener. z T: 22.08 %; Ener. z Bł.: 2.73 %; K: 3922.78 mg;

sobota 2025-02-08 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 JĘCZ.), Gulasz wieprzowy- dieta 180 g (GLU PSZ.), Kalafior 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 , Serek homo. naturalny 80 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 ,

Jadłospisy dla oddziałów

II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml ,		Posiłek nocny: Banan 120 g ,
---	--	-------------------------------------

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2248.44 kcal; Białko ogółem: 102.22 g; Tłuszcz: 47.64 g; Kw. tł. nasy.: 10.78 g; Węglowodany ogółem: 366.4 g; W tym cukry: 92.95 g; Błonnik pok.: 27.6 g; Sól: 7.07 g; WW: 33.98 Por; : 18.18 %; : 65.18 %; Ener. z T: 19.07 %; Ener. z Bł.: 2.46 %; K: 3999.69 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2025-02-09 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 słonecznika z natką pietruszki 80 g (MLE.), Pomidor 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 z kapusty białej z koperkiem i z olejem b/c 100 g , Brokuł gotowany* 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Sopotcka 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: 2093.06 kcal; Białko ogółem: 106.85 g; Tłuszcz: 59.44 g; Kw. tł. nasy.: 15.94 g; Węglowodany ogółem: 300.27 g; W tym cukry: 63.74 g; Błonnik pok.: 33.74 g; Sól: 7.89 g; WW: 26.71 Por; : 20.42 %; : 57.38 %; Ener. z T: 25.56 %; Ener. z Bł.: 3.22 %; K: 4892.07 mg;

niedziela 2025-02-09 Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci		
Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 400 ml (GLU PSZ, SEL.), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (SOJ.), 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 , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ.), Sałatka z pomidorów i koperku b/skórki 100 g ,
II Śniadanie: Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 150 g ,		Posiłek nocny: Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2046.31 kcal; Białko ogółem: 86.61 g; Tłuszcz: 58.84 g; Kw. tł. nasy.: 14.26 g; Węglowodany ogółem: 307.52 g; W tym cukry: 56.45 g; Błonnik pok.: 29.87 g; Sól: 7.6 g; WW: 27.72 Por; : 16.93 %; : 60.11 %; Ener. z T: 25.88 %; Ener. z Bł.: 2.92 %; K: 4079.33 mg;

niedziela 2025-02-09 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 Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.), Sałatka z pomidorów i koperku b/skórki 100 g ,
II Śniadanie: Surówka z marchwi i jabłka b/c () 150 g (MLE.),		Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt ,

Jadłospisy dla oddziałów

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;