

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2025-05-19 Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU OW</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (<u>SOJ</u>), Ogórek świeży 80 g , Salata zielona 20 g ,	Kapuśniak z kapusty białej () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR</u>), Pierogi leniwe z cukrem i cynamonem () 200 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE</u>), Banan 1szt. 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 ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu i rzodkiewki 80 g (<u>MLE</u>), Sałatka z pomidorów i koperku 90 g , Rukola 10 g ,
II Śniadanie: Chleb Graham 25 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Salata zielona 10 g ,		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2202.41 kcal; Białko ogółem: 89.68 g; Tłuszcz: 56.76 g; Kw. tł. nasy.: 15.28 g; Węglowodany ogółem: 348.58 g; W tym cukry: 99.7 g; Błonnik pok.: 28.13 g; Sól: 9.04 g; WW: 32.16 Por; : 16.29 %; : 63.31 %; Ener. z T: 23.19 %; Ener. z Bł.: 2.55 %; K: 4459.57 mg;

poniedziałek 2025-05-19 Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci		
Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL, 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 , Schab gotowany 50 g , Pomidor b/skórki 80 g , Salata zielona 20 g ,	Wielowarzywna z ziemniakami *(bez mleka) () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ryż na sypko 200 g , Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos majerankowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Marchew gotowana z olejem* 150 g , Banan 1szt. 1 szt , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 50 g (<u>SOJ, SEL</u>), Sałatka z pomidorów b/skórki i koperku 80 g , Salata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna długa krojona 25 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Salata zielona 10 g ,		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2285.42 kcal; Białko ogółem: 93.66 g; Tłuszcz: 56.41 g; Kw. tł. nasy.: 11.8 g; Węglowodany ogółem: 365.43 g; W tym cukry: 71.79 g; Błonnik pok.: 26.97 g; Sól: 8.02 g; WW: 34.01 Por; : 16.39 %; : 63.96 %; Ener. z T: 22.21 %; Ener. z Bł.: 2.36 %; K: 4016.66 mg;

poniedziałek 2025-05-19 Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU OW</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (<u>SOJ</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Salata zielona 20 g ,	Wielowarzywna z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE</u>), Pierogi leniwe z cukrem i cynamonem () 200 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Banan 1szt. 1 szt , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE</u>), Sałatka z pomidorów b/skórki i koperku 80 g , Salata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna długa krojona 25 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 0.50 szt (<u>JAJ</u>), Salata zielona 10 g ,		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posilek nocny
wtorek 2025-05-20		
Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
Makaron na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (<u>SOJ, SEL₁</u>), Pomidor 80 g , Salata zielona 20 g ,	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ₁, SEL₁</u>), kasza pęczak/sypko 200 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ₁, JAJ₁</u>), Sos ziołowy 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Surówka z rzepy białej i jabłka () 100 g (<u>MLE₁</u>), Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ₁</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE₁</u>), Szprot w sosie pomidorowym 30 g (<u>RYB, SEL₁</u>), Pomidor 80 g , Mix salat 20 g ,
II Śniadanie: Koktajl wieloowocowy* b/c 200 ml (<u>MLE₁</u>),		Posilek nocny: Jablko 1 szt 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2336.13 kcal; Białko ogółem: 112.44 g; Tłuszcz: 53.21 g; Kw. tł. nasy.: 16.39 g; Węglowodany ogółem: 360.47 g; W tym cukry: 72.28 g; Błonnik pok.: 44.28 g; Sól: 5.09 g; WW: 31.71 Por.; : 19.25 %; : 61.72 %; Ener. z T: 20.5 %; Ener. z Bł.: 3.79 %; K: 4618.55 mg;

wtorek 2025-05-20			Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci		
Makaron na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>GLUPSZ, JAJ, SEL,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 50 g, Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,		Solferino (bez mleka)*() 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ,</u>), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>), Sos ziołowy 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Marchew oprószana z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Poledwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ,</u>), Pomidor b/skórki 80 g, Mix sałat 20 g ,	
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 150 ml ,				Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1973.04 kcal; Białko ogółem: 77.94 g; Tłuszcz: 40.11 g; Kw. tł. nasy.: 9.88 g; Węglowodany ogółem: 338.88 g; W tym cukry: 49.73 g; Błonnik pok.: 29.4 g; Sól: 6.81 g; WW: 31.07 Por.: 15.8 %; 68.7 %; Ener. z T: 18.3 %; Ener. z Bł.: 2.98 %; K: 3203.64 mg;

wtorek 2025-05-20			Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci		
Makaron na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₁</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szyńska z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (<u>SOJ, SEL₁</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,		Solferino * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL₁</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ₁</u>), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ₁</u>), Sos ziołowy 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Marchew oprószana z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,		Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ₁</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₁</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Połędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ₁</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g ,	
II Śniadanie: Koktajl wieloowocowy* 200 ml (<u>MLE₁</u>),				Posilek nocny: Jabłko pieczone 1szt. 1 szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2181.92 kcal; Białko ogółem: 93.1 g; Tłuszcz: 44.5 g; Kw. tł. nasy.: 12.8 g; Węglowodany ogółem: 364.69 g; W tym cukry: 81.8 g; Błonnik pok.: 27.63 g; Sól: 6.79 g; WW: 33.82 Por.: 17.07 %; 66.86 %; Ener. z T: 18.36 %; Ener. z Bł.: 2.53 %; K: 4179.33 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2025-05-21 Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
Ryż z mleku/p 400 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₁</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka w siatce- wieprzowa, parzona, wędzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ₁</u>), Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (<u>SEL₁</u>),	Grysikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Eskalopka z kurczaka 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE₁</u>), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki z olejem* 100 g , Sałata zielona z kefirem 60 g (<u>MLE₁</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 , Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE₁</u>), Sałata zielona 20 g , Pomidor 80 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE₁</u>),		Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2107.65 kcal; Białko ogółem: 93.18 g; Tłuszcz: 60.21 g; Kw. tł. nasy.: 12.64 g; Węglowodany ogółem: 309.07 g; W tym cukry: 56.34 g; Błonnik pok.: 25.35 g; Sól: 8.44 g; WW: 28.43; Por.: 17.68 %; 58.66 %; Ener. z T: 57.71 %; Ener. z Bł: 2.41 %; K: 4398.39 mg;

środa 2025-05-21 Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci		
Ryż na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 50 g , Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (<u>SEL</u>),	Grysikowa* 400 ml (<u>GLUPSZ</u>, <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g , Sos bazyliowy* 100 ml (<u>GLUPSZ</u>, <u>SEL</u>), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki z olejem* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ</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</u>, <u>SEL</u>), Sałata zielona 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,
II Śniadanie: Biszkopty b/ml 30 g (<u>GLUPSZ</u>, <u>JAJ</u>),		Posiłek nocny: Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1984.32 kcal; Białko ogółem: 82.06 g; Tłuszcz: 47.26 g; Kw. tł. nasy.: 9.11 g; Węglowodany ogółem: 315.84 g; W tym cukry: 36.77 g; Błonnik pok.: 21.19 g; Sól: 6 g; WW: 29.49 Por.: 16.54 %; 63.67 %; Ener. z T: 21.44 %; Ener. z Bł.: 2.14 %; K: 3829.81 mg;

środa 2025-05-21			Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci		
Ryż na mleku/p 400 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka w siatce- wieprzowa, parzona, wędzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLUPSZ, SOJ₁</u>), Salátka jarzynowa z olejem () 100 g (<u>SEL₁</u>),		Grysiówka * 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL₁</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g , Sos bazyliowy* 100 ml (<u>GLUPSZ, SEL₁</u>), Salátka z dyni pieczonej, natką pietruszki z olejem* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (<u>SOJ₁</u>), Salátka zielona 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,	
II Śniadanie: Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE₁</u>),				Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2026.48 kcal; Białko ogółem: 94.41 g; Tłuszcz: 46.3 g; Kw. tł. nasy.: 10.46 g; Węglowodany ogółem: 316.85 g; W tym cukry: 58.27 g; Błonnik pok.: 20.26 g; Sól: 8.11 g; WW: 29.67 Por.: 18.64 %; : 62.54 %; Ener. z T: 20.56 %; Ener. z Bł.: 2 %; K: 4446.3 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2025-05-22Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka dębowa łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem wody i białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR</u>), Ogórek świeży 80 g , Salata zielona 20 g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami ()* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego () 300 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Brokuł gotowany* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasztet z ciecierzycy* 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Serek a'la homogenizowany z ziołami 30 g (<u>MLE</u>), Roszponka 20 g , Pomidor 80 g ,
II Śniadanie: Owsianka z jabłkiem pieczonym i cynamonem 200 g (<u>MLE, GLU OW</u>),		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2183.28 kcal; Białko ogółem: 89.46 g; Tłuszcz: 56.19 g; Kw. tł. nasy.: 12.12 g; Węglowodany ogółem: 341.51 g; W tym cukry: 62.54 g; Błonnik pok.: 32.59 g; Sól: 5.08 g; WW: 30.8 Por; : 16.39 %; : 62.57 %; Ener. z T: 23.16 %; Ener. z Bł.: 2.99 %; K: 4169.31 mg;		
czwartek 2025-05-22Jadłospis 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 , Szynka z indykem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (<u>SOJ</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (<u>SEL</u>), Salata zielona 20 g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) ()* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego () 350 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Brokuł gotowany* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (<u>SOJ</u>), Roszponka 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,
II Śniadanie: Owsianka na wodzie z jabłkiem pieczonym i cynamonem 200 g (<u>GLU OW</u>),		Posiłek nocny: Banan 1szt. 1 szt ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2097.55 kcal; Białko ogółem: 73.14 g; Tłuszcz: 44.01 g; Kw. tł. nasy.: 8.95 g; Węglowodany ogółem: 368.51 g; W tym cukry: 66.62 g; Błonnik pok.: 33.87 g; Sól: 7.94 g; WW: 33.44 Por; : 13.95 %; : 70.27 %; Ener. z T: 18.88 %; Ener. z Bł.: 3.23 %; K: 3847.16 mg;		
czwartek 2025-05-22Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka dębowa łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem wody i białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (<u>SEL</u>), Salata zielona 20 g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami ()* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego () 350 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Brokuł gotowany* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (<u>SOJ</u>), Serek a'la homogenizowany z ziołami 30 g (<u>MLE</u>), Roszponka 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,
II Śniadanie: Owsianka z jabłkiem pieczonym i cynamonem 200 g (<u>MLE, GLU OW</u>),		Posiłek nocny: Banan 1szt. 1 szt ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2331.6 kcal; Białko ogółem: 93.76 g; Tłuszcz: 54.41 g; Kw. tł. nasy.: 12.7 g; Węglowodany ogółem: 380.15 g; W tym cukry: 87.52 g; Błonnik pok.: 29.62 g; Sól: 7.35 g; WW: 35.03 Por; : 16.08 %; : 65.22 %; Ener. z T: 21 %; Ener. z Bł.: 2.54 %; K: 4641.44 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2025-05-23 Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE,</u>), Dżem 25 g 1 szt , Jabłko 150 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Pulpet ryбно-warzywny* 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,</u>), Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 100 g , Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>), Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 30 g (<u>SOJ,</u>), Pomidor 100 g , Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>),
II Śniadanie: Koktajl wieloowocowy* b/c 200 ml (<u>MLE,</u>),		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2115.69 kcal; Białko ogółem: 92.85 g; Tłuszcz: 46.64 g; Kw. tł. nasy.: 10.34 g; Węglowodany ogółem: 347.78 g; W tym cukry: 92.11 g; Błonnik pok.: 33.71 g; Sól: 7.77 g; WW: 31.49 Por; : 17.55 %; : 65.75 %; Ener. z T: 19.84 %; Ener. z Bł.: 3.19 %; K: 5194.48 mg;

piątek 2025-05-23 Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci		
Zacierka na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), 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>), Dżem 25 g 1 szt , Jabłko 150 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Kalafiorowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Pulpet ryбно-warzywny* 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,</u>), Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>), Warzywa po grecku* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 30 g (<u>SOJ,</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>), Pomidor b/skórki 100 g ,
II Śniadanie: Kisiel o smaku cytrynowym b/c 150 ml ,		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1903.05 kcal; Białko ogółem: 71.69 g; Tłuszcz: 37.8 g; Kw. tł. nasy.: 8.17 g; Węglowodany ogółem: 331.54 g; W tym cukry: 69.99 g; Błonnik pok.: 26.07 g; Sól: 7.47 g; WW: 30.62 Por; : 15.07 %; : 69.69 %; Ener. z T: 17.88 %; Ener. z Bł.: 2.74 %; K: 3931.35 mg;

piątek 2025-05-23 Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci		
Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE,</u>), Dżem 25 g 1 szt , Jabłko pieczone 1szt. 1 szt , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Pulpet ryбно-warzywny* 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,</u>), Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>), Warzywa po grecku* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>), Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 30 g (<u>SOJ,</u>), Pomidor b/skórki 100 g ,
II Śniadanie: Koktajl wieloowocowy* b/c 200 ml (<u>MLE,</u>),		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2092.37 kcal; Białko ogółem: 91.11 g; Tłuszcz: 42.64 g; Kw. tł. nasy.: 9.91 g; Węglowodany ogółem: 349.83 g; W tym cukry: 84.47 g; Błonnik pok.: 27.4 g; Sól: 6.77 g; WW: 32.28 Por; : 17.42 %; : 66.88 %; Ener. z T: 18.34 %; Ener. z Bł.: 2.62 %; K: 4884.11 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posilek nocny
sobota 2025-05-24 Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) , Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) , Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE,</u>) , Salátka z pomidorów z olejem i natką pietr 100 g ,	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ,</u>) , Potrawka drobiowa () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) , Buraczki gotowane () 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml , Sałatka z dyni pieczonej z natką pietruszki i olejem* 100 g ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) , Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) , Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz - dieta 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL,</u>) , Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Jablko 1 szt 1 szt ,		Posilek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2420.69 kcal; Białko ogółem: 98.55 g; Tłuszcz: 70.62 g; Kw. tł. nasy.: 9.47 g; Węglowodany ogółem: 363.61 g; W tym cukry: 72.8 g; Błonnik pok.: 37.23 g; Sól: 5.94 g; WW: 32.59 Por.; 16.28 %; 60.08 %; Ener. z T: 26.26 %; Ener. z Bł.: 3.08 %; K: 4768.96 mg;

sobota 2025-05-24		Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci	
Platki pszenne na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 50 g , Salátka z pomidorów z olejem i natką pietr b/skórki 100 g ,	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)*() 400 ml (<u>SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>), Potrawka drobiowa () 200 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Buraczki gotowane () 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Salátka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz -dieta 150 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u>), Salata zielona 20 g ,	
II Śniadanie: Jablko 1 szt 1 szt ,		Posiłek nocny: Chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2201.93 kcal; Białko ogółem: 77.73 g; Tłuszcz: 65.78 g; Kw. tł. nasy.: 9.69 g; Węglowodany ogółem: 343.83 g; W tym cukry: 50.83 g; Błonnik pok.: 39.77 g; Sól: 6.5 g; WW: 30.35 Por.: 14.12 %; 62.46 %; Ener. z T: 26.89 %; Ener. z Bł.: 3.61 %; K: 3975.87 mg;

sobota 2025-05-24 Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE,</u>), Salatką z pomidorów z olejem i natką pietr b/skórki 100 g ,	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ,</u>), Potrawka drobiowa () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Buraczki gotowane () 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Salatką z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz - dieta 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL,</u>), Salata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Jabłko pieczone 1szt. 1 szt,		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2412.99 kcal; Białko ogółem: 95.6 g; Tłuszcz: 66.27 g; Kw. tł. nasy.: 9.11 g; Węglowodany ogółem: 374.25 g; W tym cukry: 73.37 g; Błonnik pok.: 34.02 g; Sól: 5.96 g; WW: 33.97 Por.: 15.85 %; 62.04 %; Ener. z T: 24.72 %; Ener. z Bł.: 2.82 %; K: 4490.01 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2025-05-25 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 mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLUPSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>), Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Kotlet schabowy 100 g (<u>GLUPSZ, JAJ,</u>), Mizeria 100 g (<u>MLE,</u>), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Kielbasa Krakowska wieprzowa parzona grubo rozdrobniona wędzona w osłonce niejadalnej 30 g (<u>GOR,</u>), Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE,</u>), Pomidor 90 g , Rukola 10 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny z musem truskawkowym 150 g (<u>MLE,</u>),		Posiłek nocny: Jabłka prażone b/c 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2178.95 kcal; Białko ogółem: 105.55 g; Tłuszcz: 54.58 g; Kw. tł. nasy.: 14.5 g; Węglowodany ogółem: 327.95 g; W tym cukry: 50.04 g; Błonnik pok.: 27.48 g; Sól: 6.32 g; WW: 30.08 Por; : 19.38 %; : 60.2 %; Ener. z T: 22.54 %; Ener. z Bł.: 2.52 %; K: 4364.46 mg;

niedziela 2025-05-25 Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci		
Kasza manna na wywarze jarzynowym* 400 ml (<u>GLUPSZ, 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 , Schab gotowany 50 g , Warzywa pieczone (buraki, pietruszka, cukinia) 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Schab pieczony w rękawie 100 g , Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ,</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,		Posiłek nocny: Banan 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1966.23 kcal; Białko ogółem: 99.87 g; Tłuszcz: 41.25 g; Kw. tł. nasy.: 9.5 g; Węglowodany ogółem: 307.34 g; W tym cukry: 49.49 g; Błonnik pok.: 19.33 g; Sól: 7.65 g; WW: 28.93 Por; : 20.32 %; : 62.52 %; Ener. z T: 18.88 %; Ener. z Bł.: 1.97 %; K: 4121.02 mg;

niedziela 2025-05-25 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 , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>), Warzywa pieczone (buraki, pietruszka, cukinia) 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Schab pieczony w rękawie 100 g , Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ,</u>), Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE,</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny z musem truskawkowym 150 g (<u>MLE,</u>),		Posiłek nocny: Banan 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2181.12 kcal; Białko ogółem: 116.83 g; Tłuszcz: 45.81 g; Kw. tł. nasy.: 12.22 g; Węglowodany ogółem: 333.91 g; W tym cukry: 77.85 g; Błonnik pok.: 19.37 g; Sól: 5.26 g; WW: 31.59 Por; : 21.42 %; : 61.24 %; Ener. z T: 18.9 %; Ener. z Bł.: 1.78 %; K: 4863.06 mg;