

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2025-04-21		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
Płatki owsiane na mleku/p 200 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU OW.</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, Ser żółty 20 g (<u>MLE.</u>), Szyunka zielonogórska- wp. parzona 30 g (<u>SOJ.</u>), Ogórek kiszony 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLUPSZ.</u> , <u>SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g , Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g , Brokuł gotowany* 100 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, Szyunka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (<u>SOJ.</u>), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g ,
II Śniadanie: Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLUPSZ.</u> , <u>JAJ.</u> , <u>MLE.</u> , <u>S02.</u>),		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2201.38 kcal; Białko ogółem: 109.34 g; Tłuszcz: 71 g; Kw. tł. nasy.: 19.42 g; Węglowodany ogółem: 291.88 g; W tym cukry: 27.57 g; Błonnik pok.: 20.27 g; Sól: 11.04 g; WW: 27.15 Por; : 19.87 %; : 53.04 %; Ener. z T: 29.03 %; Ener. z Bt.: 1.84 %; K: 3854.71 mg;

poniedziałek 2025-04-21		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
Płatki owsiane na mleku/p 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU OW.</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 , Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (<u>MLE.</u>), Szyunka zielonogórska- wp. parzona 30 g (<u>SOJ.</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLUPSZ.</u> , <u>SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 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>GLUPSZ.</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>), Sałatka z pomidorów b/skórki i koperku 100 g ,
II Śniadanie: Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLUPSZ.</u> , <u>JAJ.</u> , <u>MLE.</u> , <u>S02.</u>),		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2185.69 kcal; Białko ogółem: 114.5 g; Tłuszcz: 64.56 g; Kw. tł. nasy.: 16.62 g; Węglowodany ogółem: 296.66 g; W tym cukry: 32.64 g; Błonnik pok.: 19.65 g; Sól: 9.42 g; WW: 27.75 Por; : 20.95 %; : 54.29 %; Ener. z T: 26.59 %; Ener. z Bt.: 1.8 %; K: 4129.13 mg;

poniedziałek 2025-04-21		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Płatki 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>GLUPSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Ser żółty 20 g (<u>MLE.</u>), Szyunka zielonogórska- wp. parzona 30 g (<u>SOJ.</u>), Ogórek kiszony 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Rosół z makaronem pełnoziarnistym* 400 ml (<u>GLUPSZ.</u> , <u>SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g , Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () b/c 100 g , Brokuł gotowany* 100 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLUPSZ.</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>), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g ,
II Śniadanie: Chleb Graham 25 g (<u>GLUPSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>), Sałata zielona 10 g ,	Podwieczorek: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),	Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2233.74 kcal; Białko ogółem: 125.39 g; Tłuszcz: 79.84 g; Kw. tł. nasy.: 21.37 g; Węglowodany ogółem: 269.11 g; W tym cukry: 29.55 g; Błonnik pok.: 30.98 g; Sól: 11.98 g; WW: 23.79 Por; : 22.45 %; : 48.19 %; Ener. z T: 32.17 %; Ener. z Bt.: 2.77 %; K: 4720.38 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2025-04-22		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
Makaron na mleku/p 400 ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLUPSZ</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<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>), Pomidor 100 g , Sałata zielona 20 g ,	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>SEL</u>), Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g , Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE</u>), Mandarynka 2 szt , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u> , <u>GLU JĘCZ</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLUPSZ</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ</u>), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
II Śniadanie: Koktajl wieloowocowy* b/c 200 ml (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2076.68 kcal; Białko ogółem: 80.49 g; Tłuszcz: 35.93 g; Kw. tł. nasy.: 9.98 g; Węglowodany ogółem: 373.5 g; W tym cukry: 105.28 g; Błonnik pok.: 32.9 g; Sól: 5.22 g; WW: 34.06 Por; : 15.5 %; : 71.94 %; Ener. z T: 15.57 %; Ener. z Bł.: 3.17 %; K: 4314.84 mg;

wtorek 2025-04-22		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
Makaron na mleku/p 400 ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<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>), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Wielowarzywna z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g , Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE</u>), Banan 1szt. 1 szt , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u> , <u>GLU JĘCZ</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g ,
II Śniadanie: Koktajl wieloowocowy* 200 ml (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: Jabłko pieczone 1szt. 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2095.87 kcal; Białko ogółem: 70.3 g; Tłuszcz: 31.48 g; Kw. tł. nasy.: 9.88 g; Węglowodany ogółem: 393.98 g; W tym cukry: 132.23 g; Błonnik pok.: 24.41 g; Sól: 5.6 g; WW: 37.04 Por; : 13.42 %; : 75.19 %; Ener. z T: 13.52 %; Ener. z Bł.: 2.33 %; K: 4198.26 mg;

wtorek 2025-04-22		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Makaron pełnoziarnisty na mleku/p 400 ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLUPSZ</u>), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<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>), Pomidor 100 g , Sałata zielona 20 g ,	Wielowarzywna z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ryż brązowy z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g , Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE</u>), Mandarynka 2 szt , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u> , <u>GLU JĘCZ</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLUPSZ</u>), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ</u>), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
II Śniadanie: Koktajl wieloowocowy* b/c 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Jabłko 1 szt 1 szt ,	Posiłek nocny: Chleb Graham 30 g (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Ser żółty 25 g (<u>MLE</u>), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2150.87 kcal; Białko ogółem: 86.85 g; Tłuszcz: 47.45 g; Kw. tł. nasy.: 16.69 g; Węglowodany ogółem: 359.92 g; W tym cukry: 96.95 g; Błonnik pok.: 42.4 g; Sól: 7.36 g; WW: 31.78 Por; : 16.15 %; : 66.94 %; Ener. z T: 19.86 %; Ener. z Bł.: 3.94 %; K: 4542.1 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2025-04-23		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
Ryż na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka w siatce- wieprzowa, parzona, wędzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLUPSZ, SOJ</u>), Sałatka jarzynowa (*) 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR</u>),	Grycikowa * 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Eskalopka z kurczaka 100 g (<u>GLUPSZ, JAJ, MLE</u>), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki z olejem* 100 g , Surówka Coleslaw b/c () 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 60 g (<u>GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE</u>), Sałata zielona 20 g , Ogórek kiszony 80 g ,
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2143.28 kcal; Białko ogółem: 92.57 g; Tłuszcz: 66.28 g; Kw. tł. nasy.: 11.57 g; Węglowodany ogółem: 305.39 g; W tym cukry: 51.17 g; Błonnik pok.: 26.21 g; Sól: 10.12 g; WW: 27.93 Por; : 17.28 %; : 57 %; Ener. z T: 27.83 %; Ener. z Bł.: 2.45 %; K: 4135.92 mg;

środa 2025-04-23		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
Ryż na mleku/p 400 ml (<u>MLE</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 , Szyńka w siatce- wieprzowa, parzona, wędzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLUPSZ, SOJ</u>), Sałatka jarzynowa - dieta (*) 100 g (<u>MLE, SEL</u>),	Grycikowa * 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g , Sos bazyliowy* 100 ml (<u>GLUPSZ, 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 Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1959.68 kcal; Białko ogółem: 93.51 g; Tłuszcz: 41.56 g; Kw. tł. nasy.: 8.49 g; Węglowodany ogółem: 311.52 g; W tym cukry: 51.75 g; Błonnik pok.: 19.4 g; Sól: 8 g; WW: 29.23 Por; : 19.09 %; : 63.59 %; Ener. z T: 19.09 %; Ener. z Bł.: 1.98 %; K: 4256 mg;

środa 2025-04-23		
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 100 g (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka w siatce- wieprzowa, parzona, wędzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLUPSZ, SOJ</u>), Sałatka jarzynowa (*) 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR</u>),	Grycikowa * 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g , Sos bazyliowy* 100 ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>), Fasolka szparagowa z wody* 100 g , Surówka Coleslaw b/c () 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona 20 g , Ogórek kiszony 80 g ,
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Warzywa pieczone 100 g , Dip zielony 10 g (<u>MLE</u>),	Posiłek nocny: Sok pomidorowy 200 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1996.14 kcal; Białko ogółem: 98.04 g; Tłuszcz: 57.63 g; Kw. tł. nasy.: 9.97 g; Węglowodany ogółem: 288.65 g; W tym cukry: 39.85 g; Błonnik pok.: 35.51 g; Sól: 11.08 g; WW: 25.44 Por; : 19.65 %; : 57.84 %; Ener. z T: 25.99 %; Ener. z Bł.: 3.56 %; K: 5140.97 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2025-04-24		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
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, Szyńka dębowa łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem wody i białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR</u>), Papryka świeża 80 g, Sałata zielona 20 g,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Łazanki z kapustą i mięs wp z łopatki 350 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR</u>), Jabłko 1 szt 1 szt, 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: Słonecznik łuskany 15 g, Jabłko 1 szt 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2441.96 kcal; Białko ogółem: 92.29 g; Tłuszcz: 76.63 g; Kw. tł. nasy.: 16.93 g; Węglowodany ogółem: 359.75 g; W tym cukry: 80.45 g; Błonnik pok.: 35.94 g; Sól: 5.62 g; WW: 32.43 Por.; : 15.12 %; : 58.93 %; Ener. z T: 28.24 %; Ener. z Bł.: 2.94 %; K: 4219.62 mg;

czwartek 2025-04-24		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
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, Szyńka 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>), Sałata zielona 20 g,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z miesa 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, Szyńka 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;

czwartek 2025-04-24		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (<u>MLE, 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, Szyńka dębowa łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem wody i białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR</u>), Papryka świeża 80 g, Sałata zielona 20 g,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) b/c 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Makaron pełnoziarnisty z sosem mięsno-warzywnym, z miesa wieprzowego () 350 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 150 g (<u>SEL</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml,	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, 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>),	Podwieczorek: Jabłko 1 szt 1 szt,	Posiłek nocny: Słonecznik łuskany 15 g, Jabłko 1 szt 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2493.78 kcal; Białko ogółem: 101.63 g; Tłuszcz: 72.01 g; Kw. tł. nasy.: 14.18 g; Węglowodany ogółem: 377.22 g; W tym cukry: 81.4 g; Błonnik pok.: 51.01 g; Sól: 6.74 g; WW: 32.76 Por.; : 16.3 %; : 60.51 %; Ener. z T: 25.99 %; Ener. z Bł.: 4.09 %; K: 4958.16 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2025-04-25		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
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, Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>), Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g, Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml,	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>), Szyńka 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: 2351.36 kcal; Białko ogółem: 107.64 g; Tłuszcz: 59.49 g; Kw. tł. nasy.: 11.44 g; Węglowodany ogółem: 361.03 g; W tym cukry: 95.56 g; Błonnik pok.: 29.82 g; Sól: 7.91 g; WW: 33.17 Por; : 18.31 %; : 61.42 %; Ener. z T: 22.77 %; Ener. z Bł.: 2.54 %; K: 5242.72 mg;

piątek 2025-04-25		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
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 rybno-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,	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>), Pomidor b/skórki 100 g, Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>), Szyńka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 30 g (<u>SOJ,</u>),
II Śniadanie: Koktajl wieloowocowy* b/c 200 ml (<u>MLE,</u>),		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2176.01 kcal; Białko ogółem: 95.5 g; Tłuszcz: 42.79 g; Kw. tł. nasy.: 10.01 g; Węglowodany ogółem: 366.19 g; W tym cukry: 97.37 g; Błonnik pok.: 27.4 g; Sól: 6.91 g; WW: 33.92 Por; : 17.56 %; : 67.31 %; Ener. z T: 17.7 %; Ener. z Bł.: 2.52 %; K: 5042.49 mg;

piątek 2025-04-25		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Makaron pełnoziarnisty na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE,</u>), Papryka konserwowa 50 g, Jabłko 150 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Kalafiorowa z ryżem brązowym * 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Pulpet rybno-warzywny* 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,</u>), Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>), Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g, Warzywa po grecku * (bez cukru) 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml,	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>), Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>), Szyńka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 30 g (<u>SOJ,</u>), Pomidor 100 g,
II Śniadanie: Koktajl wieloowocowy* b/c 200 ml (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: Chleb Graham 25 g (<u>GLU PSZ,</u>), Hummus 30 g (<u>SEZ,</u>), Sałata zielona 10 g,	Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2199.93 kcal; Białko ogółem: 104.89 g; Tłuszcz: 57.58 g; Kw. tł. nasy.: 11.46 g; Węglowodany ogółem: 332.57 g; W tym cukry: 72.65 g; Błonnik pok.: 42.22 g; Sól: 9.17 g; WW: 29.05 Por; : 19.07 %; : 60.47 %; Ener. z T: 23.55 %; Ener. z Bł.: 3.84 %; K: 5565.47 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2025-04-26		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE₁), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (GLU PSZ₁), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ₁), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE₁), Sałatka z pomidorów z jogurtem natur i natką pietr 100 g (MLE₁),	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (MLE, SEL₁), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JEĆZ₁), Potrawka drobiowa 200 g (GLU PSZ, SEL₁), Buraczki gotowane () 100 g , Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i słonecznikiem z olejem* 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ₁), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ₁), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ₁), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz - dieta 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL₁), Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 szt ,		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE₁),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2386.59 kcal; Białko ogółem: 96.37 g; Tłuszcz: 66.65 g; Kw. tł. nasy.: 9.08 g; Węglowodany ogółem: 367.05 g; W tym cukry: 72.81 g; Błonnik pok.: 37.71 g; Sól: 5.9 g; WW: 32.9 Por; : 16.15 %; : 61.52 %; Ener. z T: 25.13 %; Ener. z Bł.: 3.16 %; K: 4739.3 mg;

sobota 2025-04-26		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE₁), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT₁), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ₁), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE₁), Sałatka z pomidorów z jogurtem natur i natką pietr b/skórki 100 g (MLE₁),	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (MLE, SEL₁), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JEĆZ₁), Potrawka drobiowa () 200 g (GLU PSZ, SEL₁), Buraczki gotowane () 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ₁), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT₁), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ₁), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz - dieta 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL₁), Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Jabłko pieczone 1szt. 1 szt ,		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE₁),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2356.99 kcal; Białko ogółem: 95.88 g; Tłuszcz: 59.74 g; Kw. tł. nasy.: 8.74 g; Węglowodany ogółem: 374.67 g; W tym cukry: 73.65 g; Błonnik pok.: 34.02 g; Sól: 5.97 g; WW: 34.01 Por; : 16.27 %; : 63.58 %; Ener. z T: 22.81 %; Ener. z Bł.: 2.89 %; K: 4503.35 mg;

sobota 2025-04-26		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE₁), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (GLU PSZ₁), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ₁), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE₁), Sałatka z pomidorów z jogurtem natur i natką pietr 100 g (MLE₁),	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (MLE, SEL₁), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JEĆZ₁), Potrawka drobiowa () 200 g (GLU PSZ, SEL₁), Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g , Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i słonecznikiem z olejem* 100 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ₁), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ₁), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ₁), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz - dieta 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL₁), Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 szt ,	Podwieczorek: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,	Posiłek nocny: Chleb Graham 30 g (GLU PSZ₁), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g , Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2493.65 kcal; Białko ogółem: 110.81 g; Tłuszcz: 77.72 g; Kw. tł. nasy.: 11.94 g; Węglowodany ogółem: 361.9 g; W tym cukry: 66.9 g; Błonnik pok.: 48.1 g; Sól: 10.77 g; WW: 31.45 Por; : 17.77 %; : 58.05 %; Ener. z T: 28.05 %; Ener. z Bł.: 3.86 %; K: 5055.15 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2025-04-27		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
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>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Ser żółty 50 g (<u>MLE,</u>), Ogórek kiszony 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>GLU PSZ, JAJ,</u>), Kapusta zasmażana () 100 g (<u>GLU PSZ,</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 , Kiełbasa 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: Migdały 10 g (<u>ORZ,</u>), Jabłka prażone b/c 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2364.5 kcal; Białko ogółem: 108.88 g; Tłuszcz: 72.75 g; Kw. tł. nasy.: 22.05 g; Węglowodany ogółem: 332.84 g; W tym cukry: 47.71 g; Błonnik pok.: 30.32 g; Sól: 8.59 g; WW: 30.29 Por; : 18.42 %; : 56.31 %; Ener. z T: 27.69 %; Ener. z Bł.: 2.56 %; K: 4254.04 mg;

niedziela 2025-04-27		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
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 90 g , Rukola 10 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny z musem truskawkowym 150 g (<u>MLE,</u>),		Posiłek nocny: Banan 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2180.38 kcal; Białko ogółem: 116.68 g; Tłuszcz: 45.8 g; Kw. tł. nasy.: 12.21 g; Węglowodany ogółem: 333.84 g; W tym cukry: 77.97 g; Błonnik pok.: 19.25 g; Sól: 5.26 g; WW: 31.59 Por; : 21.41 %; : 61.25 %; Ener. z T: 18.91 %; Ener. z Bł.: 1.77 %; K: 4869.69 mg;

niedziela 2025-04-27		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kasza manna 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 , Ser żółty 50 g (<u>MLE,</u>), Ogórek kiszony 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Pomidorowa z makaronem pełnoziarnisty * 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>), Kapusta zasmażana () 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 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 , 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 90 g , Rukola 10 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny z musem truskawkowym 150 g (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: Sałatka jarzynowa z olejem* 100 g (<u>SEL,</u>),	Posiłek nocny: Migdały 10 g (<u>ORZ,</u>), Jabłka prażone b/c 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2291.14 kcal; Białko ogółem: 120.22 g; Tłuszcz: 68.22 g; Kw. tł. nasy.: 21.61 g; Węglowodany ogółem: 315.49 g; W tym cukry: 44.81 g; Błonnik pok.: 35.63 g; Sól: 8.29 g; WW: 28.05 Por; : 20.99 %; : 55.08 %; Ener. z T: 26.8 %; Ener. z Bł.: 3.11 %; K: 4994.85 mg;