

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2025-04-28 Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</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 , Polędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ.</u>), Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE.</u>), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,	Brokułowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Kotlet z jaj-pieczony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Surówka z selera i jabłka () 150 g (<u>MLE, SEL.</u>), Jabłko 1 szt 1 szt , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL.</u>), Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Smoothie (jabłko, szpinak) 200 g ,		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2115.48 kcal; Białko ogółem: 88.61 g; Tłuszcz: 55.67 g; Kw. tł. nasy.: 13.76 g; Węglowodany ogółem: 333.96 g; W tym cukry: 57.3 g; Błonnik pok.: 39.16 g; Sól: 9.94 g; WW: 29.52 Por; : 16.76 %; : 63.15 %; Ener. z T: 23.68 %; Ener. z Bł.: 3.7 %; K: 4168.47 mg;

poniedziałek 2025-04-28 Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
Płatki jęczmienna na mleku /p 250 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ.</u>), Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE.</u>), Pomidor 80 g , Roszponka 20 g ,	Brokułowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Kotlet z jaj-pieczony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Surówka z selera i jabłka () 150 g (<u>MLE, SEL.</u>), Jabłko pieczone 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 ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL.</u>), Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Smoothie (jabłko, szpinak) 200 g ,		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2094.5 kcal; Białko ogółem: 85.97 g; Tłuszcz: 55.2 g; Kw. tł. nasy.: 13.5 g; Węglowodany ogółem: 329.27 g; W tym cukry: 52.71 g; Błonnik pok.: 32.66 g; Sól: 8.71 g; WW: 29.71 Por; : 16.42 %; : 62.88 %; Ener. z T: 23.72 %; Ener. z Bł.: 3.12 %; K: 3881.38 mg;

poniedziałek 2025-04-28 Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</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 30 g (<u>SOJ.</u>), Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE.</u>), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,	Brokułowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Kotlet z jaj-pieczony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Surówka z selera i jabłka () 150 g (<u>MLE, SEL.</u>), Jabłko 1 szt 1 szt , 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 ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL.</u>), Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Smoothie (jabłko, szpinak) 200 g ,	Podwieczorek: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),	Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml , Orzechy włoskie łuskane 10 g (<u>ORZ.</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2206.24 kcal; Białko ogółem: 98.3 g; Tłuszcz: 65 g; Kw. tł. nasy.: 14.42 g; Węglowodany ogółem: 328.01 g; W tym cukry: 51.82 g; Błonnik pok.: 42.21 g; Sól: 9.69 g; WW: 28.64 Por; : 17.82 %; : 59.47 %; Ener. z T: 26.52 %; Ener. z Bł.: 3.83 %; K: 4613.75 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2025-04-29 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 , Szynka 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>), 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 , Szynka wiśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 30 g (<u>SOJ₊</u>), Twaróg półtłusty 50 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: 2005.66 kcal; Białko ogółem: 102.6 g; Tłuszcz: 44.03 g; Kw. tł. nasy.: 11.1 g; Węglowodany ogółem: 307.19 g; W tym cukry: 55.87 g; Błonnik pok.: 30.82 g; Sól: 9.02 g; WW: 27.64 Por; : 20.46 %; : 61.26 %; Ener. z T: 19.76 %; Ener. z Bł.: 3.07 %; K: 3771.31 mg;

wtorek 2025-04-29 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>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 , Szynka 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>), 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 wiśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 30 g (<u>SOJ₊</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 2025-04-29 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 , Szynka 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>), Szynka 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 , Szynka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 30 g (<u>SOJ₊</u>), Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE₊</u>), Papryka konserwowa 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: Kanapka z twarożkiem i sałatą (chleb razowy 60g, tłuszcz 5g, twarożek 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE₊</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2163.79 kcal; Białko ogółem: 119.52 g; Tłuszcz: 59.27 g; Kw. tł. nasy.: 13.88 g; Węglowodany ogółem: 302.08 g; W tym cukry: 37.48 g; Błonnik pok.: 36.65 g; Sól: 9.74 g; WW: 26.59 Por; : 22.1 %; : 55.84 %; Ener. z T: 24.65 %; Ener. z Bł.: 3.39 %; K: 4149.9 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2025-04-30 Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
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 50 g (<u>MLE</u>), Szynka 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 oprószane () 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 , Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 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>SO2</u>),		Posiłek nocny: Przecier owocowy jabłko-truskawka 100g 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2272.52 kcal; Białko ogółem: 97.62 g; Tłuszcz: 46.34 g; Kw. tł. nasy.: 13.52 g; Węglowodany ogółem: 384.82 g; W tym cukry: 94.09 g; Błonnik pok.: 37.66 g; Sól: 7.42 g; WW: 34.73 Por; : 17.18 %; : 67.73 %; Ener. z T: 18.35 %; Ener. z Bł.: 3.31 %; K: 5642.88 mg;

środa 2025-04-30 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>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. grubo rozdrob. wędzona, parzona 30 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ</u>), Banan 120 g , Sałata zielona 20 g ,	Grycikowa * 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 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 niejadanej 50 g (<u>SOJ</u> , <u>SEL</u>), Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Budyń o smaku śmietankowym z chipsami kokosowymi b/c 200 ml (<u>MLE</u> , <u>SO2</u>),		Posiłek nocny: Przecier owocowy jabłko-truskawka 100g 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2041.67 kcal; Białko ogółem: 83.97 g; Tłuszcz: 37.78 g; Kw. tł. nasy.: 11.94 g; Węglowodany ogółem: 351.62 g; W tym cukry: 92 g; Błonnik pok.: 21.29 g; Sól: 6.21 g; WW: 33.07 Por; : 16.45 %; : 68.89 %; Ener. z T: 16.65 %; Ener. z Bł.: 2.09 %; K: 4258.97 mg;

środa 2025-04-30 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>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. 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 () 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 , Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 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>SO2</u>),	Podwieczorek: Sałatka witaminowa 100 g (<u>SEL</u>),	Posiłek nocny: Kanapka z jajkiem i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, tłuszcz 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2367.98 kcal; Białko ogółem: 107.62 g; Tłuszcz: 56.17 g; Kw. tł. nasy.: 15.57 g; Węglowodany ogółem: 382.67 g; W tym cukry: 75.37 g; Błonnik pok.: 46.45 g; Sól: 7.84 g; WW: 33.65 Por; : 18.18 %; : 64.64 %; Ener. z T: 21.35 %; Ener. z Bł.: 3.92 %; K: 6033.53 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2025-05-01 Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT₁</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 80 g (<u>MLE₁</u>), Ogórek kiszony 90 g , Roszponka 10 g ,	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT₁</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ₁</u>), Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (<u>SEL₁</u>), Sałata zielona z jogurtem 70 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 , Tyrolska kiełbasa wieprzowa drobno rozdrobniona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ₁</u>), Sałatka jarzynowa z olejem* 150 g (<u>SEL₁</u>), Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 76g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ₁</u>),		Posiłek nocny: Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2351.1 kcal; Białko ogółem: 92.05 g; Tłuszcz: 68.04 g; Kw. tł. nasy.: 14.95 g; Węglowodany ogółem: 346.37 g; W tym cukry: 41.73 g; Błonnik pok.: 26.04 g; Sól: 8.18 g; WW: 32.09 Por; : 15.66 %; : 58.93 %; Ener. z T: 26.05 %; Ener. z Bł.: 2.22 %; K: 3702.89 mg;

czwartek 2025-05-01 Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
Zacierka 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 kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (<u>MLE₁</u>), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL₁</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ₁</u>), Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (<u>SEL₁</u>), Sałata zielona z jogurtem 70 g (<u>MLE₁</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Tyrolska kiełbasa wieprzowa drobno rozdrobniona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ₁</u>), Sałatka jarzynowa z olejem* 150 g (<u>SEL₁</u>), Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 76g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ₁</u>),		Posiłek nocny: Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2417.63 kcal; Białko ogółem: 92.29 g; Tłuszcz: 68.03 g; Kw. tł. nasy.: 14.21 g; Węglowodany ogółem: 361.81 g; W tym cukry: 44.81 g; Błonnik pok.: 22.4 g; Sól: 6.37 g; WW: 34.03 Por; : 15.27 %; : 59.86 %; Ener. z T: 25.32 %; Ener. z Bł.: 1.85 %; K: 3789.71 mg;

czwartek 2025-05-01 Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Makaron pełnoziarnisty na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (<u>MLE₁</u>), Ogórek kiszony 90 g , Roszponka 10 g ,	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT₁</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ₁</u>), Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (<u>SEL₁</u>), Sałata zielona z jogurtem 70 g (<u>MLE₁</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Tyrolska kiełbasa wieprzowa drobno rozdrobniona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ₁</u>), Sałatka jarzynowa z olejem* 150 g (<u>SEL₁</u>), Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, tłuszcz do smarowania 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ₁</u>),	Podwieczorek: Koktajl z jagód * b/c 250 g (<u>MLE₁</u>),	Posiłek nocny: Kanapka z szynką i pomidorem (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2489.75 kcal; Białko ogółem: 108.15 g; Tłuszcz: 76.84 g; Kw. tł. nasy.: 21.3 g; Węglowodany ogółem: 359.03 g; W tym cukry: 48.81 g; Błonnik pok.: 39.92 g; Sól: 9.63 g; WW: 32.03 Por; : 17.38 %; : 57.68 %; Ener. z T: 27.78 %; Ener. z Bł.: 3.21 %; K: 4761.3 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2025-05-02 Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
Kasza manna na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ,</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, 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 ,	Zupa wiosenna z cukinią i 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 , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</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: 2333.89 kcal; Białko ogółem: 105.24 g; Tłuszcz: 70 g; Kw. tł. nasy.: 19.1 g; Węglowodany ogółem: 336.48 g; W tym cukry: 83.14 g; Błonnik pok.: 27.45 g; Sól: 6.86 g; WW: 30.9 Por; : 18.04 %; : 57.67 %; Ener. z T: 26.99 %; Ener. z Bł.: 2.35 %; K: 4482.56 mg;

piątek 2025-05-02 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 JEĆZ,</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 ,	Zupa wiosenna z cukinią i 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>GLUPSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</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: 2077.59 kcal; Białko ogółem: 100.39 g; Tłuszcz: 42.32 g; Kw. tł. nasy.: 10.05 g; Węglowodany ogółem: 335.46 g; W tym cukry: 67.65 g; Błonnik pok.: 19.93 g; Sól: 4.77 g; WW: 31.59 Por; : 19.33 %; : 64.59 %; Ener. z T: 18.33 %; Ener. z Bł.: 1.92 %; K: 4065.2 mg;

piątek 2025-05-02 Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU JEĆZ,</u>), Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ,</u>), Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE,</u>), Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Zupa wiosenna z cukinią i 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 , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g ,
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: Kanapka z serem żółtym i sałatą (chleb razowy 60g, tłuszcz do smarowania 5g, ser żółty 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE,</u>),	Posiłek nocny: Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2154.48 kcal; Białko ogółem: 117.86 g; Tłuszcz: 55.26 g; Kw. tł. nasy.: 15.7 g; Węglowodany ogółem: 313.45 g; W tym cukry: 61.4 g; Błonnik pok.: 32.84 g; Sól: 6.57 g; WW: 28.14 Por; : 21.88 %; : 58.2 %; Ener. z T: 23.09 %; Ener. z Bł.: 3.05 %; K: 5039.37 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2025-05-03Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
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 , Parówki cieszynki- węd. wp. homog. wędz. parz 80 g (SOJ, SEL₊), Musztarda 10 g (GOR₊), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i olejem* 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, SEL₊), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JEĆZ₊), Wątróbka wieprzowa duszona w sosie własnym 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 50 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 b/c 200 ml ,		Posiłek nocny: Mandarynka 2 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2470.9 kcal; Białko ogółem: 106.54 g; Tłuszcz: 75.56 g; Kw. tł. nasy.: 15.56 g; Węglowodany ogółem: 357.32 g; W tym cukry: 73.02 g; Błonnik pok.: 35.02 g; Sól: 9.76 g; WW: 32.29 Por; : 17.25 %; : 57.84 %; Ener. z T: 27.52 %; Ener. z Bł.: 2.83 %; K: 3917.47 mg;

sobota 2025-05-03Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
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 JEĆZ₊), 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 , Serek homo. naturalny 50 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 ,
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 2025-05-03Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Ryż pełnoziarnisty na mleku/p 400 ml (MLE₊), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (GLU PSZ₊), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (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 olejem* 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, SEL₊), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JEĆZ₊), Gulasz wieprzowy- dieta 180 g (GLU PSZ₊), Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g , Kalafior gotowany* 100 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (GLU PSZ₊), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 50 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 b/c 200 ml ,	Podwieczorek: Chleb Graham 25 g (GLU PSZ₊), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 0.50 szt, Twarożek 30 g (MLE₊), Pomidor 15 g ,	Posiłek nocny: Mandarynka 2 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2330.31 kcal; Białko ogółem: 114.45 g; Tłuszcz: 60 g; Kw. tł. nasy.: 12.61 g; Węglowodany ogółem: 352.06 g; W tym cukry: 69.55 g; Błonnik pok.: 42.15 g; Sól: 8.96 g; WW: 30.99 Por; : 19.65 %; : 60.43 %; Ener. z T: 23.17 %; Ener. z Bł.: 3.62 %; K: 4437.37 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2025-05-04 Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <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 , Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (<u>MLE</u>), Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), 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 (<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 Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ</u>), Sałatka 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: 2085.95 kcal; Białko ogółem: 106.76 g; Tłuszcz: 59.44 g; Kw. tł. nasy.: 15.92 g; Węglowodany ogółem: 300.31 g; W tym cukry: 63.71 g; Błonnik pok.: 34 g; Sól: 7.89 g; WW: 26.69 Por; : 20.47 %; : 57.59 %; Ener. z T: 25.65 %; Ener. z Bł.: 3.26 %; K: 4892.61 mg;

niedziela 2025-05-04 Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <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 , Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (<u>MLE</u>), Sałata zielona 20 g , Jabłko pieczone 150 g ,	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>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 Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ</u>), Sałatka 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 2025-05-04 Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <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 , Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (<u>MLE</u>), Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Rosół z makaronem pełnoziarnistym * 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Udziec z kurczaka gotowany 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* 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 Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ</u>), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g ,
II Śniadanie: Surówka z marchwi i jabłka b/c () 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Koktajl z jagód * 200 g (<u>MLE</u>),	Posiłek nocny: Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2183.79 kcal; Białko ogółem: 121.45 g; Tłuszcz: 65.15 g; Kw. tł. nasy.: 19.34 g; Węglowodany ogółem: 298.09 g; W tym cukry: 70.14 g; Błonnik pok.: 39.22 g; Sól: 7.89 g; WW: 25.96 Por; : 22.25 %; : 54.6 %; Ener. z T: 26.85 %; Ener. z Bł.: 3.59 %; K: 5816.31 mg;