

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2025-06-30 Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>GLU ŻYT₁</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLUPSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatk mięsa wp 50 g (<u>SOJ</u> , <u>MLE₁</u>), Sałatka wiosenna 100 g ,	Barszcz ukraiński z ziemniakami ()* 400 ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL₁</u>), Naleśniki z serem 200 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE₁</u>), Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE₁</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml , Jabłko 1 szt 1 szt ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>GLU ŻYT₁</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLUPSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Ser żółty 50 g (<u>MLE₁</u>), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,
II Śniadanie: Budyń o smaku waniliowym/p b/c 200 ml (<u>MLE₁</u>),		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLUPSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2308.36 kcal; Białko ogółem: 96.53 g; Tłuszcz: 55.36 g; Kw. tł. nasy.: 19.13 g; Węglowodany ogółem: 369.55 g; W tym cukry: 98.31 g; Błonnik pok.: 24.86 g; Sól: 6.81 g; WW: 34.54 Por; : 16.73 %; : 64.04 %; Ener. z T: 21.59 %; Ener. z Bł.: 2.15 %; K: 3569.14 mg;

poniedziałek 2025-06-30 Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
kasza kukurydziana na ml/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 , Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatk mięsa wp 50 g (<u>SOJ</u> , <u>MLE₁</u>), Warzywa pieczone 100 g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami ()* 400 ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL₁</u>), Ryż na sypko 200 g , Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE₁</u>), Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE₁</u>), Banan 120 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 , Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE₁</u>), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,
II Śniadanie: Budyń o smaku waniliowym/p b/c 200 ml (<u>MLE₁</u>),		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLUPSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2343.2 kcal; Białko ogółem: 98.9 g; Tłuszcz: 45.16 g; Kw. tł. nasy.: 9.52 g; Węglowodany ogółem: 394.77 g; W tym cukry: 91.03 g; Błonnik pok.: 18.46 g; Sól: 4.96 g; WW: 37.73 Por; : 16.88 %; : 67.39 %; Ener. z T: 17.35 %; Ener. z Bł.: 1.58 %; K: 3979.16 mg;

poniedziałek 2025-06-30 Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU JĘCZ₁</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLUPSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatk mięsa wp 50 g (<u>SOJ</u> , <u>MLE₁</u>), Sałatka wiosenna 100 g ,	Barszcz ukraiński z ziemniakami ()* 400 ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL₁</u>), Ryż na sypko (brązowy) 200 g , Sos jogurtowo truskawkowy*b/c 100 g (<u>MLE₁</u>), Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE₁</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml , Jabłko 1 szt 1 szt ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLUPSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Ser żółty 50 g (<u>MLE₁</u>), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,
II Śniadanie: Budyń o smaku waniliowym/p b/c 200 ml (<u>MLE₁</u>),	Podwieczorek: Chleb Graham 25 g (<u>GLUPSZ₁</u>), Hummus 30 g (<u>SEZ₁</u>), Pomidor 15 g ,	Posiłek nocny: Chleb Graham 30 g (<u>GLUPSZ₁</u>), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 25 g (<u>SOJ₁</u>), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2302.84 kcal; Białko ogółem: 106.44 g; Tłuszcz: 61.75 g; Kw. tł. nasy.: 21.4 g; Węglowodany ogółem: 345.92 g; W tym cukry: 75.1 g; Błonnik pok.: 37.31 g; Sól: 8.22 g; WW: 30.97 Por; : 18.49 %; : 60.09 %; Ener. z T: 24.13 %; Ener. z Bł.: 3.24 %; K: 4113.63 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2025-07-01 Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU JĘCZ.</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g , Sałatka witaminowa 80 g (<u>SEL.</u>), Sałata lodowa 20 g ,	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Kotlet drobiowy panierowany 80 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>JAJ.</u>), Surówka wykwintna z olejem b/c 100 g , Marchew oprószana z olejem* 100 g (<u>GLUPSZ.</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 , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ.</u>), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny z musem jabłkowym b/c 150 g (<u>MLE.</u>),		Posiłek nocny: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2155.54 kcal; Białko ogółem: 90.13 g; Tłuszcz: 64.78 g; Kw. tł. nasy.: 12.21 g; Węglowodany ogółem: 317.32 g; W tym cukry: 52.09 g; Błonnik pok.: 30.5 g; Sól: 7.95 g; WW: 28.71 Por; : 16.73 %; : 58.88 %; Ener. z T: 27.05 %; Ener. z Bł.: 2.83 %; K: 4103.05 mg;

wtorek 2025-07-01 Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU JĘCZ.</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u>), Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLUPSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g , Sałatka witaminowa 80 g (<u>SEL.</u>), Sałata lodowa 20 g ,	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Filet z kurczaka gotowany 80 g , Sos pietruszkowy () 80 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL.</u>), Marchew oprószana z olejem* 150 g (<u>GLUPSZ.</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>), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ.</u>), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny z musem jabłkowym b/c 150 g (<u>MLE.</u>),		Posiłek nocny: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1992.63 kcal; Białko ogółem: 95.35 g; Tłuszcz: 44.6 g; Kw. tł. nasy.: 10.67 g; Węglowodany ogółem: 314.67 g; W tym cukry: 50.44 g; Błonnik pok.: 24.52 g; Sól: 7.72 g; WW: 29.06 Por; : 19.14 %; : 63.17 %; Ener. z T: 20.15 %; Ener. z Bł.: 2.46 %; K: 3986.66 mg;

wtorek 2025-07-01 Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU JĘCZ.</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g , Sałatka witaminowa 80 g (<u>SEL.</u>), Sałata lodowa 20 g ,	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Filet z kurczaka gotowany 80 g , Sos pietruszkowy () 80 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL.</u>), Surówka wykwintna z olejem b/c 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 , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ.</u>), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny z musem jabłkowym b/c 150 g (<u>MLE.</u>),	Podwieczorek: Chleb Graham 25 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Ser żółty 30 g (<u>MLE.</u>), Sałata zielona 10 g ,	Posiłek nocny: Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2208.78 kcal; Białko ogółem: 113.9 g; Tłuszcz: 72.75 g; Kw. tł. nasy.: 20.42 g; Węglowodany ogółem: 292.6 g; W tym cukry: 56.29 g; Błonnik pok.: 33.08 g; Sól: 8.61 g; WW: 25.97 Por; : 20.63 %; : 52.99 %; Ener. z T: 29.64 %; Ener. z Bł.: 3 %; K: 4750.68 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2025-07-02 Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>), Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (<u>SOJ.</u>), Pomidor 90 g , Rukola 10 g ,	Kapuśniak z kapusty białej * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>), Kasza gryczana 200 g , Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Surówka z marchwi z olejem () 150 g , Jabłko 1 szt 1 szt , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Paprykarz szczeciński 80 g (<u>RYB, SOJ.</u>), Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Sałatka jarzynowa - dieta (*) 100 g (<u>MLE, SEL.</u>),		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 200 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2314.97 kcal; Białko ogółem: 105.53 g; Tłuszcz: 61.47 g; Kw. tł. nasy.: 12.46 g; Węglowodany ogółem: 355.47 g; W tym cukry: 76.61 g; Błonnik pok.: 40.5 g; Sól: 9 g; WW: 31.53 Por; : 18.23 %; : 61.42 %; Ener. z T: 23.9 %; Ener. z Bł.: 3.5 %; K: 5134.3 mg;

środa 2025-07-02 Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
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 , Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>), Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (<u>SOJ.</u>), Pomidor 90 g , Rukola 10 g ,	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Cukinia gotowana z pomidorami* 150 g , Jabłko pieczone 1szt. 1 szt , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>), Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Sałatka jarzynowa - dieta (*) 100 g (<u>MLE, SEL.</u>),		Posiłek nocny: Przecier owocowy-jabłko 100g 1 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2272.4 kcal; Białko ogółem: 101.98 g; Tłuszcz: 45.07 g; Kw. tł. nasy.: 10.57 g; Węglowodany ogółem: 377.46 g; W tym cukry: 77.15 g; Błonnik pok.: 26.08 g; Sól: 7.1 g; WW: 35.17 Por; : 17.95 %; : 66.44 %; Ener. z T: 17.85 %; Ener. z Bł.: 2.29 %; K: 4336.06 mg;

środa 2025-07-02 Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE, 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. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>), Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (<u>SOJ.</u>), Pomidor 90 g , Rukola 10 g ,	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Kasza gryczana 200 g , Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Surówka z marchwi z olejem b/c () 150 g , Jabłko 1 szt 1 szt , 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 , Paprykarz szczeciński 80 g (<u>RYB, SOJ.</u>), Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Sałatka jarzynowa - dieta (*) 100 g (<u>MLE, SEL.</u>),	Podwieczorek: Koktajl z czarnej porzeczki* b/c 150 ml (<u>MLE.</u>),	Posiłek nocny: Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Twaróg półtłusty 25 g (<u>MLE.</u>), Pomidor 15 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2504.21 kcal; Białko ogółem: 121.78 g; Tłuszcz: 62.13 g; Kw. tł. nasy.: 15.67 g; Węglowodany ogółem: 387.69 g; W tym cukry: 67.71 g; Błonnik pok.: 45.39 g; Sól: 8.2 g; WW: 34.22 Por; : 19.45 %; : 61.93 %; Ener. z T: 22.33 %; Ener. z Bł.: 3.63 %; K: 5692.93 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2025-07-03 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 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 fasoli* 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>), Sałatka z pomidora i ogórka z olejem 100 g ,	Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese z łop wp* 350 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Surówka z selera i jabłka () 150 g (<u>MLE, SEL,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek 50 g (<u>MLE,</u>), Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 30 g (<u>SOJ, SEL,</u>), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>),		Posiłek nocny: Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2l 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2435.3 kcal; Białko ogółem: 107.43 g; Tłuszcz: 68.3 g; Kw. tł. nasy.: 15.95 g; Węglowodany ogółem: 361.62 g; W tym cukry: 75.45 g; Błonnik pok.: 39.46 g; Sól: 5.65 g; WW: 32.32 Por; : 17.65 %; : 59.4 %; Ener. z T: 25.24 %; Ener. z Bł.: 3.24 %; K: 5015.78 mg;

czwartek 2025-07-03 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 , 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 , Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatkiem mięsa wp 50 g (<u>SOJ, MLE,</u>), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,	Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Makaron z sosem bolognese z łop wp-dieta* 350 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek 50 g (<u>MLE,</u>), Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 30 g (<u>SOJ, SEL,</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g ,
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>),		Posiłek nocny: Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2l 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2162.5 kcal; Białko ogółem: 99.27 g; Tłuszcz: 48.12 g; Kw. tł. nasy.: 10.41 g; Węglowodany ogółem: 339.09 g; W tym cukry: 63.8 g; Błonnik pok.: 15.94 g; Sól: 5.3 g; WW: 32.43 Por; : 18.36 %; : 62.72 %; Ener. z T: 20.03 %; Ener. z Bł.: 1.47 %; K: 3750.23 mg;

czwartek 2025-07-03 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 , Pasztet z fasoli* 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>), Sałatka z pomidora i ogórka z olejem 100 g ,	Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese z łop wp* 350 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Surówka z selera i jabłka () 150 g (<u>MLE, 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 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek 50 g (<u>MLE,</u>), Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 30 g (<u>SOJ, SEL,</u>), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: Jabłko 150 g , Orzechy włoskie łuskane 20 g (<u>ORZ,</u>),	Posiłek nocny: Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ,</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>), Sałata zielona 5 g , Jajko gotowane kl M 0.50 szt (<u>JAJ,</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2768.69 kcal; Białko ogółem: 121.79 g; Tłuszcz: 88.92 g; Kw. tł. nasy.: 21.22 g; Węglowodany ogółem: 390.78 g; W tym cukry: 67.95 g; Błonnik pok.: 51.76 g; Sól: 7.05 g; WW: 34.05 Por; : 17.6 %; : 56.46 %; Ener. z T: 28.9 %; Ener. z Bł.: 3.74 %; K: 5390.15 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2025-07-04 Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE₊</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₊</u>), 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>), Powidła śliwkowe 25 g , Jabłko 150 g ,	Krupnik jęczmienny* 400 ml (<u>MLE, SEL₊, GLU JĘCZ₊</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba smażona (Morszczuk) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ₊, RYB₊</u>), Surówka z kapusty młodej z olejem () 100 g , Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL₊</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>), Pasta warzywna* 50 g (<u>SEL₊</u>), Ogórek świeży 80 g , Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 200 ml ,		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2233.16 kcal; Białko ogółem: 91.37 g; Tłuszcz: 56.44 g; Kw. tł. nasy.: 9.48 g; Węglowodany ogółem: 356.18 g; W tym cukry: 86.31 g; Błonnik pok.: 34.42 g; Sól: 6.94 g; WW: 32.18 Por; : 16.37 %; : 63.8 %; Ener. z T: 22.75 %; Ener. z Bł.: 3.08 %; K: 4746.6 mg;

piątek 2025-07-04 Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
Zacierka 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 , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (<u>MLE₊</u>), Dżem 25 g 1 szt , Jabłko pieczone 150 g ,	Krupnik jęczmienny* 400 ml (<u>MLE, SEL₊, GLU JĘCZ₊</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba pieczona (Morszczuk) 80 g (<u>RYB₊</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>), Pasta warzywna* 50 g (<u>SEL₊</u>), Sałatka z pomidorów z olejem i natką pietr 100 g ,
II Śniadanie: Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 200 ml ,		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2138.28 kcal; Białko ogółem: 90.17 g; Tłuszcz: 48.95 g; Kw. tł. nasy.: 8.71 g; Węglowodany ogółem: 348.21 g; W tym cukry: 87.05 g; Błonnik pok.: 26.35 g; Sól: 5.89 g; WW: 32.26 Por; : 16.87 %; : 65.14 %; Ener. z T: 20.6 %; Ener. z Bł.: 2.46 %; K: 4608.27 mg;

piątek 2025-07-04 Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Makaron pełnoziarnisty na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE₊</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ₊</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE₊</u>), Jabłko 150 g ,	Krupnik jęczmienny* 400 ml (<u>MLE, SEL₊, GLU JĘCZ₊</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba pieczona (Morszczuk) 80 g (<u>RYB₊</u>), Surówka z kapusty młodej z olejem () 100 g , Warzywa po grecku* (bez cukru) 100 g (<u>GLU PSZ, SEL₊</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>), Pasta warzywna* 50 g (<u>SEL₊</u>), Ogórek świeży 80 g , Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 200 ml ,	Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE₊</u>),	Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2026.72 kcal; Białko ogółem: 99.01 g; Tłuszcz: 50.41 g; Kw. tł. nasy.: 9.79 g; Węglowodany ogółem: 311.81 g; W tym cukry: 73.37 g; Błonnik pok.: 37.73 g; Sól: 6.57 g; WW: 27.42 Por; : 19.54 %; : 61.54 %; Ener. z T: 22.39 %; Ener. z Bł.: 3.72 %; K: 5130.24 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2025-07-05 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 Graham 50 g (<u>GLUPSZ</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Parówki cieszyński- węd. wp. homog. wędz. parz 80 g (<u>SOJ</u> , <u>SEL</u>), Ketchup saszetka 20g 1 szt , Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g ,	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ryż na sypko (brązowy) 200 g , Kociólek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g (<u>SEL</u>), Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 50 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLUPSZ</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Sałata zielona 20 g , Pomidor 80 g ,
II Śniadanie: Jajko gotowane kl M 0.50 szt (<u>JAJ</u>), Chleb Graham 40 g (<u>GLUPSZ</u>), Sałata zielona 5 g , Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: Serek homo. naturalny 25 g (<u>MLE</u>), Pomidor 15 g , Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Chleb Graham 60 g (<u>GLUPSZ</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2483.65 kcal; Białko ogółem: 100.13 g; Tłuszcz: 82.38 g; Kw. tł. nasy.: 22.47 g; Węglowodany ogółem: 355 g; W tym cukry: 46.91 g; Błonnik pok.: 42.68 g; Sól: 9.48 g; WW: 31.24 Por; : 16.13 %; : 57.17 %; Ener. z T: 29.85 %; Ener. z Bł.: 3.44 %; K: 4081.47 mg;

sobota 2025-07-05 Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
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>GLUPSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka luksusowa-wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 50 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>SOJ</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g ,	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ryż na sypko 200 g , Potrawka drobiowa z warzywami* 180 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>SEL</u>), Buraczki oprószane () 150 g (<u>GLUPSZ</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 , Sałata zielona 20 g , Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (<u>SOJ</u>), Pomidor 80 g ,
II Śniadanie: Biskopki 30 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>GLU JĘCZ</u>),		Posiłek nocny: Serek homo. naturalny 25 g (<u>MLE</u>), Pomidor b/skórki 15 g , Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Bułka pszenna długa krojona 45 g (<u>GLUPSZ</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2107.97 kcal; Białko ogółem: 87.29 g; Tłuszcz: 42.84 g; Kw. tł. nasy.: 10.3 g; Węglowodany ogółem: 362.62 g; W tym cukry: 57.57 g; Błonnik pok.: 23.71 g; Sól: 6.71 g; WW: 33.89 Por; : 16.56 %; : 68.81 %; Ener. z T: 18.29 %; Ener. z Bł.: 2.25 %; K: 3628.93 mg;

sobota 2025-07-05 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 50 g (<u>GLUPSZ</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka luksusowa-wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 50 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>SOJ</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g ,	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ryż na sypko (brązowy) 200 g , Potrawka drobiowa z warzywami* 180 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>SEL</u>), Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 150 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLUPSZ</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Sałata zielona 20 g , Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (<u>SOJ</u>), Pomidor 80 g ,
II Śniadanie: Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 0.50 szt (<u>JAJ</u>), Sałata zielona 5 g , Chleb Graham 40 g (<u>GLUPSZ</u>),	Podwieczorek: Serek homo. naturalny 150 g (<u>MLE</u>), Mus z truskawek* b/c 50 g ,	Posiłek nocny: Chleb Graham 60 g (<u>GLUPSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Pomidor 15 g , Serek homo. naturalny 25 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2305.97 kcal; Białko ogółem: 114.64 g; Tłuszcz: 57.32 g; Kw. tł. nasy.: 14.58 g; Węglowodany ogółem: 351.77 g; W tym cukry: 42.08 g; Błonnik pok.: 44.77 g; Sól: 8.39 g; WW: 30.72 Por; : 19.89 %; : 61.02 %; Ener. z T: 22.37 %; Ener. z Bł.: 3.88 %; K: 4091.04 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2025-07-06 Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
Kasza jęczmienna na mleku/p 200 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU JECZ</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 , Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g , Pomidor 60 g , Kalarepa 40 g ,	Pomidorowa z zacierką* 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Kotlet schabowy 100 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u>), Mizeria 100 g (<u>MLE</u>), Fasolka szparagowa z wody* 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kakao/p z/c 250 ml (<u>MLE</u>), 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 Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u>), Banan 120 g ,
II Śniadanie: Maślanka 150 ml (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2082.52 kcal; Białko ogółem: 100 g; Tłuszcz: 50.59 g; Kw. tł. nasy.: 12.2 g; Węglowodany ogółem: 317.73 g; W tym cukry: 77.37 g; Błonnik pok.: 25.81 g; Sól: 7.94 g; WW: 29.3 Por; : 19.21 %; : 61.03 %; Ener. z T: 21.86 %; Ener. z Bł.: 2.48 %; K: 4835.31 mg;

niedziela 2025-07-06 Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
Kasza jęczmienna na mleku/p 250 ml (<u>MLE</u> , <u>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 , Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g , Cukinia pieczona z olejem * 100 g ,	Pomidorowa z zacierką* 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Schab pieczony w rękawie 100 g , Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (<u>SEL</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kakao/p z/c 250 ml (<u>MLE</u>), 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 Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u>), Banan 120 g ,
II Śniadanie: Maślanka 150 ml (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2108.37 kcal; Białko ogółem: 110.88 g; Tłuszcz: 47.89 g; Kw. tł. nasy.: 11.61 g; Węglowodany ogółem: 318.38 g; W tym cukry: 82.49 g; Błonnik pok.: 21.11 g; Sól: 7.28 g; WW: 29.75 Por; : 21.04 %; : 60.4 %; Ener. z T: 20.44 %; Ener. z Bł.: 2 %; K: 5054.45 mg;

niedziela 2025-07-06 Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kasza jęczmienna na mleku/p 300 ml (<u>MLE</u> , <u>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 , Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g , Pomidor 60 g , Kalarepa 40 g ,	Pomidorowa z zacierką* 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Schab pieczony w rękawie 100 g , Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Mizeria 100 g (<u>MLE</u>), Fasolka szparagowa z wody* 100 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Kakao/p b/c 250 ml (<u>MLE</u>), 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 Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u>), Jabłko 150 g ,
II Śniadanie: Maślanka 150 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Chleb Graham 25 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 0.50 szt , Szynka Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 25 g (<u>SOJ</u>), Pomidor 15 g ,	Posiłek nocny: Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>), Hummus 50 g (<u>SEZ</u>), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2144.32 kcal; Białko ogółem: 119.32 g; Tłuszcz: 52.6 g; Kw. tł. nasy.: 12.05 g; Węglowodany ogółem: 312.5 g; W tym cukry: 58.28 g; Błonnik pok.: 31.99 g; Sól: 9.51 g; WW: 28.17 Por; : 22.26 %; : 58.29 %; Ener. z T: 22.08 %; Ener. z Bł.: 2.98 %; K: 5014.91 mg;