

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2025-10-06 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Platki owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU OW</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (<u>SOJ</u>), Pomidor 80 g, Salata zielona 20 g,	Kapuśniak z kapusty kiszzonej (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR</u>), Ryż brązowy z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g, Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE</u>), Śliwka 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>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Pasta z twarogu i papryki 80 g (<u>MLE</u>), Salátka z pomidorów i koperku 90 g, Rukola 10 g,
		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1837.31 kcal; Białko ogółem: 69.4 g; Tłuszcz: 42.12 g; Kw. tł. nasy.: 10.6 g; Węglowodany ogółem: 307.62 g; W tym cukry: 64.55 g; Błonnik pok.: 31.09 g; Sól: 8.73 g; WW: 27.69 Por; : 15.11 %; : 66.97 %; Ener. z T: 20.63 %; Ener. z Bł.: 3.38 %; K: 3511.66 mg;

poniedziałek 2025-10-06 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Platki 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, Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (<u>SOJ</u>), Pomidor 80 g, Salata zielona 20 g,	Wielowarzywna z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ryż brązowy z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g, Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE</u>), Śliwka 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, Pasta z twarogu i papryki 80 g (<u>MLE</u>), Salátka z pomidorów i koperku 90 g, Rukola 10 g,
II Śniadanie: Chleb Graham 25 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Jajko gotowane kl M 0.50 szt (<u>JAJ</u>), Salata zielona 10 g,	Podwieczorek: Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g,	Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1928.34 kcal; Białko ogółem: 78.5 g; Tłuszcz: 46.29 g; Kw. tł. nasy.: 11.1 g; Węglowodany ogółem: 315.75 g; W tym cukry: 64.37 g; Błonnik pok.: 37.69 g; Sól: 8.18 g; WW: 27.88 Por; : 16.28 %; : 65.5 %; Ener. z T: 21.6 %; Ener. z Bł.: 3.91 %; K: 4052.68 mg;

poniedziałek 2025-10-06 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Platki owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU OW</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (<u>SOJ</u>), Pomidor b/skórki 80 g, Salata zielona 20 g,	Wielowarzywna z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), 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,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE</u>), Salátka z pomidorów i koperku 90 g, Rukola 10 g,
		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1960.37 kcal; Białko ogółem: 74.27 g; Tłuszcz: 33.59 g; Kw. tł. nasy.: 8.92 g; Węglowodany ogółem: 352.31 g; W tym cukry: 90.59 g; Błonnik pok.: 20.78 g; Sól: 7.1 g; WW: 33.3 Por; : 15.16 %; : 71.89 %; Ener. z T: 15.42 %; Ener. z Bł.: 2.12 %; K: 3798.53 mg;

poniedziałek 2025-10-06 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
Platki owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU OW</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (<u>SOJ</u>), Pomidor b/skórki 80 g, Salata zielona 20 g,	Wielowarzywna z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), 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,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE</u>), Salátka z pomidorów i koperku 80 g, Salata zielona 20 g,
		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1984.37 kcal; Białko ogółem: 74.42 g; Tłuszcz: 33.3 g; Kw. tł. nasy.: 8.9 g; Węglowodany ogółem: 358.86 g; W tym cukry: 96.96 g; Błonnik pok.: 20.89 g; Sól: 7.09 g; WW: 33.94 Por; : 15 %; : 72.34 %; Ener. z T: 15.1 %; Ener. z Bł.: 2.11 %; K: 3792.44 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-10-06 Jadłospis dla diety: PUŁ- 12 Papkowata		
Miks śniadaniowy przecierana (PUŁ) 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (<u>MLE</u>),	Miks obiad przecierana*(PUŁ) 500 ml (<u>JAJ, MLE, SEL</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Miks obiad przecierana*(PUŁ) 500 ml (<u>JAJ, MLE, SEL</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,
		Posiłek nocny: Miks obiad przecierana*(PUŁ) 500 ml (<u>JAJ, MLE, SEL</u>), Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2133.6 kcal; Białko ogółem: 106.15 g; Tłuszcz: 77.95 g; Kw. tł. nasy.: 34.95 g; Węglowodany ogółem: 266.85 g; W tym cukry: 55.37 g; Błonnik pok.: 29.37 g; Sól: 3.77 g; WW: 23.53 Por; : 19.9 %; : 50.03 %; Ener. z T: 32.88 %; Ener. z Bł.: 2.75 %; K: 5561.67 mg;

poniedziałek 2025-10-06 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL, GLU OW</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Schab gotowany 50 g , Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Wielowarzywna z ziemniakami *(bez mleka) () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ryż na sypko 200 g , Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos majerankowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Marchew gotowana z olejem* 150 g , Banan 1szt. 1 szt , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR</u>), Sałatka z pomidorów i koperku 80 g , Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2091.16 kcal; Białko ogółem: 84.99 g; Tłuszcz: 45.26 g; Kw. tł. nasy.: 8.93 g; Węglowodany ogółem: 350.32 g; W tym cukry: 71.35 g; Błonnik pok.: 26.33 g; Sól: 7.59 g; WW: 32.59 Por; : 16.26 %; : 67.01 %; Ener. z T: 19.48 %; Ener. z Bł.: 2.52 %; K: 3904.07 mg;

poniedziałek 2025-10-06 Jadłospis dla diety: PUŁ- Specjalna		
Kasza manna na wywarze jarzynowym* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>), Bułka pszenna 50g 2. x 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 40 g (<u>SOJ</u>), Tofu 40 g (<u>SOJ</u>), Marchew gotowana z olejem (bez soli)* 80 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	Ryżowa* 400 ml (<u>MLE, SEL</u>), Kisiel o smaku truskawkowym b/c 250 ml , Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g , Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	Bułka pszenna 50g 2. x 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>), Twarożek 100 g (<u>MLE</u>), Kalafor gotowany (bez soli)* 80 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,
		Posiłek nocny: Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 150 g , Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1833.1 kcal; Białko ogółem: 60.59 g; Tłuszcz: 42.56 g; Kw. tł. nasy.: 16.92 g; Węglowodany ogółem: 305.4 g; W tym cukry: 57.1 g; Błonnik pok.: 22 g; Sól: 1.98 g; WW: 28.37 Por; : 13.22 %; : 66.64 %; Ener. z T: 20.89 %; Ener. z Bł.: 2.4 %; K: 1696.35 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2025-10-07 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Makaron na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE,), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,), Pomidor 80 g , Salata zielona 20 g ,	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, SEL,), kasza pęczak/sypko 200 g (GLU JECZ,), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ,), Sos chrzanowy 100 ml (GLU PSZ, MLE, SOZ,), Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 100 g (MLE,), Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ,), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 80 g (RYB, SEL,), Ogórek kiszony 80 g , Mix салат 20 g ,
		Posiłek nocny: Gruszka 1szt. 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2351.1 kcal; Białko ogółem: 103.06 g; Tłuszcz: 65.04 g; Kw. tł. nasy.: 15.21 g; Węglowodany ogółem: 345.85 g; W tym cukry: 58.81 g; Błonnik pok.: 42.17 g; Sól: 8.07 g; WW: 30.38 Por; : 17.53 %; : 58.84 %; Ener. z T: 24.9 %; Ener. z Bł.: 3.59 %; K: 4016.57 mg;

wtorek 2025-10-07 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Makaron pełnoziarnisty na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, 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 z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,), Pomidor 80 g , Salata zielona 20 g ,	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, SEL,), kasza pęczak/sypko 200 g (GLU JECZ,), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ,), Sos chrzanowy 100 ml (GLU PSZ, MLE, SOZ,), Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 100 g (MLE,), Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ,), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Ogórek kiszony 80 g , Mix салат 20 g , Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (RYB, SEL,),
II Śniadanie: Koktajl wieloowocowy* b/c 200 ml (MLE,),	Podwieczorek: Gruszka 1szt. 150 g ,	Posiłek nocny: Chleb Graham 30 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Ser żółty 25 g (MLE,), Salata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2572.13 kcal; Białko ogółem: 125.91 g; Tłuszcz: 67.39 g; Kw. tł. nasy.: 20.32 g; Węglowodany ogółem: 378.68 g; W tym cukry: 67.39 g; Błonnik pok.: 55.12 g; Sól: 9.17 g; WW: 32.44 Por; : 19.58 %; : 58.89 %; Ener. z T: 23.58 %; Ener. z Bł.: 4.29 %; K: 4791.64 mg;

wtorek 2025-10-07 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Makaron na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE,), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,), Pomidor b/skórki 80 g , Salata zielona 20 g ,	Solferino * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ,), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ,), Sos ziołowy 100 ml (GLU PSZ, SEL,), Marchew oprószana z olejem* 150 g (GLU PSZ,), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (RYB, SEL,), Pomidor b/skórki 80 g , Mix салат 20 g ,
		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2092.49 kcal; Białko ogółem: 92.33 g; Tłuszcz: 44.82 g; Kw. tł. nasy.: 10.9 g; Węglowodany ogółem: 341.89 g; W tym cukry: 64.87 g; Błonnik pok.: 26.8 g; Sól: 5.77 g; WW: 31.63 Por; : 17.65 %; : 65.36 %; Ener. z T: 19.28 %; Ener. z Bł.: 2.56 %; K: 3908.04 mg;

wtorek 2025-10-07 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
Makaron na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE,), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,), Pomidor b/skórki 80 g , Salata zielona 20 g ,	Solferino * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ,), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ,), Sos ziołowy 100 ml (GLU PSZ, SEL,), Marchew oprószana z olejem* 150 g (GLU PSZ,), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (RYB, SEL,), Pomidor b/skórki 80 g , Mix салат 20 g ,
		Posiłek nocny: Jabłko pieczone 1szt. 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2001.59 kcal; Białko ogółem: 87.19 g; Tłuszcz: 41.82 g; Kw. tł. nasy.: 9.11 g; Węglowodany ogółem: 331.38 g; W tym cukry: 57.52 g; Błonnik pok.: 26.8 g; Sól: 5.6 g; WW: 30.56 Por; : 17.42 %; : 66.22 %; Ener. z T: 18.8 %; Ener. z Bł.: 2.68 %; K: 3696.67 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-10-07			Jadłospis dla diety: PUŁ- 12 Papkowata		
Miks śniadaniowy przecierana (PUŁ) 500 ml (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (<u>MLE</u>),		Miks obiad przecierana*(PUŁ) 500 ml (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,		Miks obiad przecierana*(PUŁ) 500 ml (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	
				Posiłek nocny: Miks obiad przecierana*(PUŁ) 500 ml (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2132.6 kcal; Białko ogółem: 106.15 g; Tłuszcz: 78.35 g; Kw. tł. nasy.: 34.81 g; Węglowodany ogółem: 266.8 g; W tym cukry: 69.92 g; Błonnik pok.: 32.17 g; Sól: 3.72 g; WW: 23.23 Por.: 19.91 %; 50.04 %; Ener. z T: 33.07 %; Ener. z Bł.: 3.02 %; K: 5762.67 mg;

wtorek 2025-10-07			Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
Makaron na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>GLUPSZ, JAJ, SEL,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 50 g , Pomidor b/skórki 80 g , Salata zielona 20 g ,		Solferino (bez mleka)*() 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ,</u>), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>), Sos ziołowy 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Marchew oprószana z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL,</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Mix салат 20 g ,	
				Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1955.04 kcal; Białko ogółem: 83.15 g; Tłuszcz: 43.4 g; Kw. tł. nasy.: 9.62 g; Węglowodany ogółem: 322.04 g; W tym cukry: 41.79 g; Błonnik pok.: 30.24 g; Sól: 5.96 g; WW: 29.28 Por.: 17.01 %; 65.89 %; Ener. z T: 19.98 %; Ener. z Bł: 3.09 %; K: 3316.41 mg;

wtorek 2025-10-07			Jadłospis dla diety: PUŁ- Specjalna		
Makaron na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>GLUPSZ, JAJ, SEL</u>), Bulka pszenna 50g 2. x 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>), Twarożek na słodko 80 g (<u>MLE</u>), Dżem 25 g 2 szt,		Koperkowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL</u>), Kisiel o smaku cytrynowym b/c 250 ml , Kasza jęczmienna/sypko (bez soli) 150 g (<u>GLU JECZ</u>), Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos ziołowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Marchew oprószana z olejem (bez soli)* 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,		Bulka pszenna 50g 2. x 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Miód (25g) 1 szt, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Salata zielona 20 g ,	
				Posiłek nocny: Jabłko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1948.93 kcal; Białko ogółem: 64.96 g; Tłuszcz: 47.48 g; Kw. tł. nasy.: 21.28 g; Węglowodany ogółem: 320.64 g; W tym cukry: 73.67 g; Błonnik pok.: 14.68 g; Sól: 1.47 g; WW: 30.75 Por.: 13.33 %; 65.81 %; Ener. z T: 21.93 %; Ener. z Bł.: 1.51 %; K: 1405.04 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posilek nocny
środa 2025-10-08 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Ryż na mleku/p 400 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₁</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka w siatce- wieprzowa, parzona, wędzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ₁</u>), Sałatka jarzynowa ()* 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR₁</u>).	Grysikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Eskalopka z kurczaka 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE₁</u>), Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g , Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki z olejem* 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 ŻYT₁</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE₁</u>), Sałata zielona 20 g , Pomidor 80 g ,
		Posilek nocny: Przecier owocowo-warzywny jablko-marchewka 100g 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2057.81 kcal; Białko ogółem: 86.63 g; Tłuszcz: 63.74 g; Kw. tł. nasy.: 11.56 g; Węglowodany ogółem: 294.87 g; W tym cukry: 49.95 g; Błonnik pok.: 24.75 g; Sól: 9.66 g; WW: 27.03 Por.: 16.84 %; : 57.32 %; Ener. z T: 27.88 %; Ener. z Bł.: 2.41 %; K: 3960.56 mg;

środa 2025-10-08 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 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>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka w siatce-wieprzowa, parzona, wędzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ</u>, <u>SOJ</u>), Sałatka jarzynowa ()* 100 g (<u>JAJ</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>, <u>GOR</u>),	Grysiówka* 400 ml (<u>GLU PSZ</u>, <u>SEL</u>), Ziemiaki z koperkiem gotowane () 200 g , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g , Sos bazyliowy* 100 ml (<u>GLU PSZ</u>, <u>SEL</u>), Fasolka szparagowa z wody* 100 g , Ogórek kiszony z cebulką z olejem 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 wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona 20 g , Pomidor 80 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Warzywa pieczone 100 g , Dip ziołowy 10 g (<u>MLE</u>),	Posiłek nocny: Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2058.68 kcal; Białko ogółem: 103.4 g; Tłuszcz: 60.69 g; Kw. tł. nasy.: 13.57 g; Węglowodany ogółem: 289.83 g; W tym cukry: 49.73 g; Błonnik pok.: 31.85 g; Sól: 10.01 g; WW: 25.84 Por.: 20.09 %; 56.31 %; Ener. z T: 26.53 %; Ener. z Bł.: 3.09 %; K: 5027.61 mg;

środa 2025-10-08			Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Ryż na mleku/p 400 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka w siatce- wieprzowa, parzona, wędzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLUPSZ, SOJ₁</u>), Salátka jarzynowa - dieta (*) 100 g (<u>MLE, SEL₁</u>),		Grysiówka * 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL₁</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g , Sos bazyliowy* 100 ml (<u>GLUPSZ, SEL₁</u>), Salátka z dyni pieczonej, natką pietruszki z olejem* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (<u>SOJ₁</u>), Sałata zielona 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,	
				Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1884.68 kcal; Białko ogółem: 88.41 g; Tłuszcz: 38.56 g; Kw. tł. nasy.: 8.49 g; Węglowodany ogółem: 304.47 g; W tym cukry: 51.75 g; Błonnik pok.: 19.4 g; Sól: 7.85 g; WW: 28.53 Por.: 18.76 %; 64.62 %; Ener. z T: 18.41 %; Ener. z Bł.: 2.06 %; K: 4073 mg;

środa 2025-10-08			Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
Ryż na mleku/p 400 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka w siatce- wieprzowa, parzona, wędzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLUPSZ, SOJ₁</u>), Salátka jarzynowa - dieta (*) 100 g (<u>MLE, SEL₁</u>),		Grysikowa * 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL₁</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g , Sos bazyliowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Salátka z dyni pieczonej, natką pietruszki z olejem* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (<u>SOJ₁</u>), Sałata zielona 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,	
				Posilek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1884.68 kcal; Białko ogółem: 88.41 g; Tłuszcz: 38.56 g; Kw. tł. nasy.: 8.49 g; Węglowodany ogółem: 304.47 g; W tym cukry: 51.75 g; Błonnik pok.: 19.4 g; Sól: 7.85 g; WW: 28.53 Por.: 18.76 %; 64.62 %; Ener. z T: 18.41 %; Ener. z Bł.: 2.06 %; K: 4073 mg;

środa 2025-10-08 Jadłospis dla diety: PUŁ- 12 Papkowata		
Miks śniadaniowy przecierana (PUŁ) 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>), Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (<u>MLE,</u>),	Miks obiad przecierana*()(PUŁ) 500 ml (<u>JAJ, MLE, SEL,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Miks obiad przecierana*()(PUŁ) 500 ml (<u>JAJ, MLE, SEL,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,

Jadłospisy dla oddziałów

		Posiłek nocny: Miks obiad przecierana*)(PUL) 500 ml (JAJ , MLE , SEL), Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt ,
--	--	--

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2122.6 kcal; Białko ogółem: 106.75 g; Tłuszcz: 78.55 g; Kw. tł. nasy.: 35.05 g; Węglowodany ogółem: 261.65 g; W tym cukry: 67.37 g; Błonnik pok.: 29.17 g; Sól: 3.78 g; WW: 23.03 Por; : 20.12 %; : 49.31 %; Ener. z T: 33.31 %; Ener. z Bł.: 2.75 %; K: 5561.67 mg;

środa 2025-10-08 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
Ryż na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 50 g , Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (SEL),	Grycikowa * 400 ml (GLU PSZ , SEL), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g , Sos bazylkowy* 100 ml (GLU PSZ , SEL), 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 (GLU PSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 50 g (SOJ , SEL , może zawierać: MLE , GOR), Sałata zielona 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,
		Posiłek nocny: Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1867.32 kcal; Białko ogółem: 79.63 g; Tłuszcz: 45.13 g; Kw. tł. nasy.: 9.11 g; Węglowodany ogółem: 293.94 g; W tym cukry: 36.77 g; Błonnik pok.: 21.19 g; Sól: 6 g; WW: 27.3 Por; : 17.06 %; : 62.97 %; Ener. z T: 21.75 %; Ener. z Bł.: 2.27 %; K: 3829.81 mg;

środa 2025-10-08 Jadłospis dla diety: PUŁ- Specjalna		
Ryż na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Bułka pszenna 50g 2. x 1 szt (GLU PSZ), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE), Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (MLE),	Grycikowa * 400 ml (GLU PSZ , SEL), Kisiel o smaku cytrynowym b/c 250 ml , Ryż na sypko 200 g , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 70 g , Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki z olejem* 100 g , Sos bazylkowy (bez soli)* 100 ml (GLU PSZ , SEL), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	Bułka pszenna 50g 2. x 1 szt (GLU PSZ), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE), Miód (25g) 1 szt , Szyńka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (SOJ), Sałata zielona 20 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,
		Posiłek nocny: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE), Biskopty b/ml 30 g (GLU PSZ , JAJ),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1907.31 kcal; Białko ogółem: 72.08 g; Tłuszcz: 43.67 g; Kw. tł. nasy.: 15.91 g; Węglowodany ogółem: 306.47 g; W tym cukry: 32.03 g; Błonnik pok.: 8.47 g; Sól: 3.25 g; WW: 29.84 Por; : 15.12 %; : 64.27 %; Ener. z T: 20.6 %; Ener. z Bł.: .89 %; K: 1305.47 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2025-10-09		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 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 , Szynka dębowa łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem wody i białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>, <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR</u>), Papryka świeża 80 g , Salata zielona 20 g ,	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>), Łazanki z kapustą i mięs wp z łopatką 350 g (<u>GLU PSZ</u>, <u>JAJ</u>, <u>SEL</u>, <u>GOR</u>), Sliwka 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (<u>SOJ</u>), Serek a`la homogenizowany z ziołami 30 g (<u>MLE</u>), Roszponka 20 g , Pomidor 80 g ,
		Posiłek nocny: Jablko 1 szt 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2008.42 kcal; Białko ogółem: 84.35 g; Tłuszcz: 58.02 g; Kw. tł. nasy.: 14.52 g; Węglowodany ogółem: 299.96 g; W tym cukry: 71.17 g; Błonnik pok.: 27.6 g; Sól: 7.2 g; WW: 27.31 Por.: 16.8 %; 59.74 %; Ener. z T: 26 %; Ener. z Bł: 2.75 %; K: 3671.59 mg;

czwartek 2025-10-09			Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 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 dębowa łopátka 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 , Salata zielona 20 g ,		Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 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 , Szynka wiśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (<u>SOJ.</u>), Serek a'la homogenizowany z ziołami 30 g (<u>MLE.</u>), Roszponka 20 g , Pomidor 80 g ,	
II Śniadanie: Owsianka z jabłkiem pieczonym i cynamonem 200 g (<u>MLE, GLU OW.</u>),		Podwieczorek: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),		Posiłek nocny: Jablko 1 szt 1 szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2264.63 kcal; Białko ogółem: 104.54 g; Tłuszcz: 59.85 g; Kw. tł. nasy.: 13.14 g; Węglowodany ogółem: 344.05 g; W tym cukry: 68.02 g; Błonnik pok.: 44.14 g; Sól: 8.54 g; WW: 30.14 Por.: 18.46 %; 60.77 %; Ener. z T: 23.79 %; Ener. z Bł.: 3.9 %; K: 4597.55 mg;

czwartek 2025-10-09			Jadłospis dla diety: PUŁ - 2 Łatwo strawna		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<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, Szynka dębowa łopata wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem wody i białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>, <u>może zawierać: GLU PSZ</u>, <u>JAJ</u>, <u>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</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>), Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z miesa wieprzowego () 350 g (<u>GLU PSZ</u>, <u>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</u>, <u>GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szynka wieśniowa- 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 ,	
				Posiłek nocny: Jabłko pieczone 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2038.2 kcal; Białko ogółem: 86.01 g; Tłuszcz: 50.65 g; Kw. tł. nasy.: 11.11 g; Węglowodany ogółem: 321.03 g; W tym cukry: 59.97 g; Błonnik pok.: 26.15 g; Sól: 7.27 g; WW: 29.42 Por.: 16.88 % : 63 %: Ener. z T: 22.36 %: Ener. z Bł.: 2.57 %: K: 3840.04 mg:

czwartek 2025-10-09			Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szynka dębowa łopata 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, Szynka wieśniowa- 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/skórk 80 g ,	
				Posiłek nocny: Banan 1szt. 1 szt,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2157.2 kcal; Białko ogółem: 87.41 g; Tłuszcz: 50.65 g; Kw. tł. nasy.: 11.29 g; Węglowodany ogółem: 349.88 g; W tym cukry: 83.82 g; Błonnik pok.: 26.55 g; Sól: 7.27 g; WW: 32.32 Por.: 16.21 %; 64.88 %; Ener. z T: 21.13 %; Ener. z Bł: 2.46 %; K: 4429.04 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-10-09			Jadłospis dla diety: PUŁ- 12 Papkowata		
Miks śniadaniowy przecierana (PUŁ) 500 ml (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (<u>MLE</u>),		Miks obiad przecierana*(PUŁ) 500 ml (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,		Miks obiad przecierana*(PUŁ) 500 ml (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	
				Posiłek nocny: Miks obiad przecierana*(PUŁ) 500 ml (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Jablko pieczone 1szt. 1 szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2132.6 kcal; Białko ogółem: 106.15 g; Tłuszcz: 78.35 g; Kw. tł. nasy.: 34.81 g; Węglowodany ogółem: 266.8 g; W tym cukry: 69.92 g; Błonnik pok.: 32.17 g; Sól: 3.72 g; WW: 23.23 Por.: 19.91 %; 50.04 %; Ener. z T: 33.07 %; Ener. z Bł.: 3.02 %; K: 5762.67 mg;

czwartek 2025-10-09			Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL₁</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (<u>SOJ₁</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (<u>SEL₁</u>), Salata zielona 20 g ,		Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) (!)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z miesa wieprzowego (!) 350 g (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Brokuł gotowany* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (<u>SOJ₁</u>), Roszponka 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,	
				Posiłek nocny: Banan 1szt. 1 szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1958.85 kcal; Białko ogółem: 69.1 g; Tłuszcz: 41.65 g; Kw. tł. nasy.: 8.37 g; Węglowodany ogółem: 341.67 g; W tym cukry: 66.35 g; Błonnik pok.: 30.8 g; Sól: 7.94 g; WW: 31.08 Por.: 14.11 %; : 69.77 %; Ener. z T: 19.14 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 3733.46 mg;

czwartek 2025-10-09			Jadłospis dla diety: PUŁ- Specjalna		
Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Bułka pszenna 50g 2. x 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>), Szyńka dębową łopatką wieprzową wędzoną parzoną z dodatkiem wody i białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>, <u>może</u> <u>zawierać</u>: <u>GLU PSZ</u>, <u>JAJ</u>, <u>GOR</u>), Kalafior gotowany (bez soli)* 70 g , Salata zielona 20 g ,		Koperkowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>), Makaron (pełnoziarnisty) z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego () 250 g (<u>GLU PSZ</u>, <u>SEL</u>), Salata zielona z kefirem 100 g (<u>MLE</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml , Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml ,		Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Bułka pszenna 50g 2. x 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>), Serek a'la homogenizowany z ziołami 100 g (<u>MLE</u>), Marchew gotowana z olejem (bez soli) 70 g ,	
				Posiłek nocny: Miód (25g) 1 szt, Wafle ryżowe 30 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1861.59 kcal; Białko ogółem: 69.06 g; Tłuszcz: 49.32 g; Kw. tł. nasy.: 19.61 g; Węglowodany ogółem: 285.61 g; W tym cukry: 36.23 g; Błonnik pok.: 17.07 g; Sól: 2.91 g; WW: 26.91 Por.: 14.84 %; 61.37 %; Ener. z T: 23.84 %; Ener. z Bł.: 1.83 %; K: 1420.73 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2025-10-10 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>), 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 , Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE₁</u>), Dżem 25 g 1 szt, Śliwka 100 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL₁</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB₁</u>), Surówka żydowska z olejem b/c () 100 g , Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Kompot owocowy* 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 , Pasta z jaj z koperkiem -dieta 50 g (<u>JAJ, MLE₁</u>), Szyunka z indykiem porasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 30 g (<u>SOJ₁</u>), Pomidor 100 g , Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ₁</u>),
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2143.8 kcal; Białko ogółem: 100.6 g; Tłuszcz: 55.16 g; Kw. tł. nasy.: 9.76 g; Węglowodany ogółem: 324.93 g; W tym cukry: 69.87 g; Błonnik pok.: 28.31 g; Sól: 8.35 g; WW: 29.74 Por.; 18.77 %; 60.63 %; Ener. z T: 23.16 %; Ener. z Bł.: 2.64 %; K: 4926.23 mg;

piątek 2025-10-10			Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Makaron pełnoziarnisty w 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>), Sałata zielona 20 g , Śliwka 100g , 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 żydowska z olejem b/c () 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 JECZ</u>), Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyunka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 30 g (<u>SOJ</u>), Pasta z jaj z koperkiem-dieta 50 g (<u>JAJ, MLE</u>), Pomidor 100 g ,	
II Śniadanie: Koktajl wieloowocowy* b/c 200 ml (<u>MLE</u>),		Podwieczorek: Chleb Graham 25 g (<u>GLU PSZ</u>), Twarożek z natką pietruszki 30 g (<u>MLE</u>), Sałata zielona 10 g ,		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2087.09 kcal; Białko ogółem: 107.75 g; Tłuszcz: 48.83 g; Kw. tł. nasy.: 11.36 g; Węglowodany ogółem: 320.83 g; W tym cukry: 66.3 g; Błonnik pok.: 39.8 g; Sól: 8.56 g; WW: 28.14 Por.; : 20.65 %; : 61.49 %; Ener. z T: 21.06 %; Ener. z Bł.: 3.81 %; K: 5675.76 mg;

piątek 2025-10-10			Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ</u>, <u>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</u>, <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Pulpet rybno-warzywny* 100 g (<u>GLU PSZ</u>, <u>JAJ</u>, <u>RYB</u>, <u>SEL</u>), Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Warzywa po grecku* 150 g (<u>GLU PSZ</u>, <u>SEL</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,		Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE</u>, <u>GLU ŻYT</u>, <u>GLU JEJC</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z jaj z koperkiem -dieta 50 g (<u>JAJ</u>, <u>MLE</u>), Szynka z indykiem prasowana z dodatkami surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 30 g (<u>SOJ</u>), Pomidor b/skórki 100 g ,	
				Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2053.05 kcal; Białko ogółem: 90.41 g; Tłuszcz: 40.69 g; Kw. tł. nasy.: 8.53 g; Węglowodany ogółem: 343 g; W tym cukry: 74.05 g; Błonnik pok.: 22.39 g; Sól: 8.09 g; WW: 32.05 Por.; 17.62 %; 66.83 %; Ener. z T: 17.84 %; Ener. z Bł.: 2.18 %; K: 4100.71 mg;

piątek 2025-10-10			Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE₁</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, SEL₁</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Pulpet rybno-warzywny* 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL₁</u>), Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ₁</u>), Warzywa po grecku* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL₁</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, Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (<u>SOJ₁</u>), Pomidor b/skórki 100 g ,	
				Posiłek nocny: Sok wielowarzynny pasteryzowany 250 ml ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1935.56 kcal; Białko ogółem: 81.35 g; Tłuszcz: 36.08 g; Kw. tł. nasy.: 6.99 g; Węglowodany ogółem: 333.2 g; W tym cukry: 67.41 g; Błonnik pok.: 22.37 g; Sól: 8.16 g; WW: 31.11 Por.; 16.81 %; 68.86 %; Ener. z T: 16.78 %; Ener. z Bł.: 2.31 %; K: 3782.81 mg;

piątek 2025-10-10 Jadłospis dla diety: PUŁ- 12 Papkowata		
Miks śniadaniowy przecierana (PUŁ) 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>), Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (<u>MLE,</u>),	Miks obiad przecierana*()(PUŁ) 500 ml (<u>JAJ, MLE, SEL,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Miks obiad przecierana*()(PUŁ) 500 ml (<u>JAJ, MLE, SEL,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,

Jadłospisy dla oddziałów

		Posiłek nocny: Miks obiad przecierana*(PUL) 500 ml (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,
--	--	--

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2107.6 kcal; Białko ogółem: 108.05 g; Tłuszcz: 79 g; Kw. tł. nasy.: 35 g; Węglowodany ogółem: 256.15 g; W tym cukry: 55.37 g; Błonnik pok.: 29.17 g; Sól: 6.21 g; WW: 22.48 Por; : 20.51 %; : 48.61 %; Ener. z T: 33.73 %; Ener. z Bł.: 2.77 %; K: 5561.67 mg;

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1833.35 kcal; Białko ogółem: 72.15 g; Tłuszcz: 38.55 g; Kw. tł. nasy.: 8.3 g; Węglowodany ogółem: 311 g; W tym cukry: 51.05 g; Błonnik pok.: 23.3 g; Sól: 8.72 g; WW: 28.76 Por; : 15.74 %; : 67.85 %; Ener. z T: 18.93 %; Ener. z Bł.: 2.54 %; K: 3213.65 mg;

piątek 2025-10-10 Jadłospis dla diety: PUŁ- Specjalna		
Makaron na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Bułka pszenna 50g 2. x 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>), Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE</u>), Miód (25g) 1 szt ,	Kalaflorowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL</u>), Ryż na sypko 200 g , Pulpet rybno-warzywny* 80 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> , <u>SEL</u>), Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml , Kisiel o smaku cytrynowym b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Bułka pszenna 50g 2. x 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>), Pasta z jaj z koperkiem -dieta 50 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem (bez soli)* 80 g (<u>SEL</u>),
		Posiłek nocny: Jabłka prażone b/c 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1897.5 kcal; Białko ogółem: 62.37 g; Tłuszcz: 43.33 g; Kw. tł. nasy.: 15.44 g; Węglowodany ogółem: 319.98 g; W tym cukry: 37.07 g; Błonnik pok.: 17.89 g; Sól: 1.89 g; WW: 30.11 Por; : 13.15 %; : 67.45 %; Ener. z T: 20.55 %; Ener. z Bł.: 1.89 %; K: 1082.91 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2025-10-11		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Platki pszenne na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ</u>, <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, Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>), Salátka z pomidorów z olejem i natką pietr 100 g ,	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>MLE</u>, <u>SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>), Potrawka drobiowa () 200 g (<u>GLU PSZ</u>, <u>SEL</u>), Buraczki gotowane () 100 g , Salátka z dyni pieczonej z natką pietruszki i olejem* 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE</u>, <u>GLU ŻYT</u>, <u>GLU JECZ</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Salátka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz - dieta 150 g (<u>SOJ</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>), Salátka zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ</u>, <u>JAJ</u>, <u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2131.94 kcal; Białko ogółem: 98.55 g; Tłuszcz: 45 g; Kw. tł. nasy.: 7.94 g; Węglowodany ogółem: 347.86 g; W tym cukry: 59.3 g; Błonnik pok.: 34.23 g; Sól: 5.97 g; WW: 31.34 Por.; 18.49 %; 65.27 %; Ener. z T: 19 %; Ener. z Bł.: 3.21 %; K: 4617.96 mg;

sobota 2025-10-11			Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Bułka graham-pszena 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>), Salátka z pomidorów z olejem i natką pietr 100 g ,		Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>MLE, SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JEĆZ</u>), Potrawka drobiowa () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g , Salátka z dyni pieczonej z natką pietruszki i olejem* 100 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,		Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Bułka graham-pszena 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Salátka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz - dieta 150 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>), Salátka zielona 20 g ,	
II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 szt,		Podwieczorek: Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g , Salátka zielona 10 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2321 kcal; Białko ogółem: 112.18 g; Tłuszcz: 56.61 g; Kw. tł. nasy.: 11.95 g; Węglowodany ogółem: 363.69 g; W tym cukry: 74.22 g; Błonnik pok.: 47.72 g; Sól: 8.53 g; WW: 31.64 Por.: 19.33 %; 62.68 %; Ener. z T: 21.95 %; Ener. z Bł.: 4.11 %; K: 5340.32 mg;

sobota 2025-10-11		Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna	
Platki 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>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>), Sałatka z pomidorów z olejem i natką pietr b/skórki 100 g ,	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>), Potrawka drobiowa () 200 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Buraczki gotowane () 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JECZ</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz - dieta 150 g (<u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Sałata zielona 20 g	
		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2124.24 kcal; Białko ogółem: 95.6 g; Tłuszcz: 40.65 g; Kw. tł. nasy.: 7.59 g; Węglowodany ogółem: 358.5 g; W tym cukry: 59.87 g; Błonnik pok.: 31.02 g; Sól: 5.98 g; WW: 32.72 Por.; 18 %; 67.51 %; Ener. z T: 17.22 %; Ener. z Bł.: 2.92 %; K: 4339.01 mg;

sobota 2025-10-11		Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu	
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE₊</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₊</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ₊</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE₊</u>), Sałatka z pomidorów z olejem i natką pietr b/skórki 100 g ,	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>MLE, SEL₊</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ₊</u>), Potrawka drobiowa () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL₊</u>), Buraczki gotowane () 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 , Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz - dieta 150 g (<u>SOJ₊, MLE, SEL₊</u>), Sałata zielona 20 g ,	
		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE₊</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2066.04 kcal; Białko ogółem: 91.21 g; Tłuszcz: 40.5 g; Kw. tł. nasy.: 7.49 g; Węglowodany ogółem: 348.62 g; W tym cukry: 53.75 g; Błonnik pok.: 31.02 g; Sól: 5.84 g; WW: 31.73 Por.: 17.66 %; 67.5 %; Ener. z T: 17.64 %; Ener. z Bł.: 3 %; K: 4114.26 mg;

sobota 2025-10-11	Jadłospis dla diety: PUŁ- 12 Papkowata
-------------------	--

Jadłospisy dla oddziałów

Miks śniadaniowy przecierana (PUŁ) 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>), Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (<u>MLE,</u>),	Miks obiad przecierana*)(PUŁ) 500 ml (<u>JAJ, MLE, SEL,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Miks obiad przecierana*)(PUŁ) 500 ml (<u>JAJ, MLE, SEL,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,
		Posilek nocny: Miks obiad przecierana*)(PUŁ) 500 ml (<u>JAJ, MLE, SEL,</u>), Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2111.6 kcal; Białko ogółem: 106.15 g; Tłuszcz: 77.75 g; Kw. tł. nasy.: 34.75 g; Węglowodany ogółem: 260.65 g; W tym cukry: 55.37 g; Błonnik pok.: 30.97 g; Sól: 3.71 g; WW: 22.73 Por.: 20.11 %; 49.37 %; Ener. z T: 33.14 %; Ener. z Bł.: 2.93 %; K: 5561.67 mg;

sobota 2025-10-11		Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna
Platki pszenne na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 50 g , Sałatka z pomidorów z olejem i natką pietr b/skórki 100 g ,	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)*() 400 ml (<u>SEL.</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>), Potrawka drobiowa () 200 g (<u>GLU PSZ. SEL.</u>), Buraczki gotowane () 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz -dieta (bez mleka) 150 g (<u>SOJ, SEL.</u>), Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Chrupki kukurydziane 20 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2053.81 kcal; Białko ogółem: 77.56 g; Tłuszcz: 52.25 g; Kw. tł. nasy.: 8.73 g; Węglowodany ogółem: 336.4 g; W tym cukry: 36.3 g; Błonnik pok.: 37.07 g; Sól: 6.49 g; WW: 29.91 Por.; 15.11 %; 65.52 %; Ener. z T: 22.89 %; Ener. z Bł.: 3.61 %; K: 3788.74 mg;

sobota 2025-10-11			Jadłospis dla diety: PUŁ- Specjalna		
Ryż na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Bułka pszenna 50g 2. x 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>), Twarożek 100 g (<u>MLE</u>), Dżem 25 g 2 szt ,		Ryżowa* 400 ml (<u>MLE SEL</u>), Kisiel z truskawkami b/c* 250 ml , Kasza jęczmienna/sypko 150 g (<u>GLU JĘCZ</u>), Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (<u>GLU PSZ SOJ SEL</u>), Marchew gotowana z olejem (bez soli) 100 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,		Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Bułka pszenna 50g 2. x 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>), Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drobiu - dieta 150 g (<u>SOJ MLE SEL</u>), Sałata zielona 20 g ,	
				Posiłek nocny: Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml , Biszkopty b/ml 40 g (<u>GLU PSZ JAJ</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1918.63 kcal; Białko ogółem: 55.8 g; Tłuszcz: 41.72 g; Kw. tł. nasy.: 15.63 g; Węglowodany ogółem: 336.65 g; W tym cukry 56.82 g; Błonnik pok.: 17.57 g; Sól: 2.28 g; WW: 32.07 Por.; 11.63 %; 70.19 %; Ener. z T: 19.57 %; Ener. z Bł: 1.83 %; K: 1528.9 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posilek nocny
niedziela 2025-10-12		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Kasza manna 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 , Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), Papryka świeża 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Pomidorowa z makaronem * 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>), 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</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Kielbasa Krakowska wieprzowa parzona grubo rozdrobniona wędzona w osłonce niejadalnej 30 g (<u>GOR</u>), Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u>), Pomidor 90 g , Rukola 10 g ,
		Posilek nocny: Jablko 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2191.22 kcal; Białko ogółem: 100.14 g; Tłuszcz: 64.56 g; Kw. tł. nasy.: 19.1 g; Węglowodany ogółem: 316.17 g; W tym cukry: 57.37 g; Błonnik pok.: 28.67 g; Sól: 6.96 g; WW: 28.89 Por.: 18.28 %; 57.72 %; Ener. z T: 26.52 %; Ener. z Bł.: 2.62 %; K: 4193.83 mg;

niedziela 2025-10-12			Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 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>), Papryka świeża 80 g , Salata 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>), Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g , 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: Jablko 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2198.2 kcal; Białko ogółem: 118.43 g; Tłuszcz: 58.26 g; Kw. tł. nasy.: 20.14 g; Węglowodany ogółem: 317.08 g; W tym cukry: 65.05 g; Błonnik pok.: 36.28 g; Sól: 6.95 g; WW: 28.24 Por.: 21.55 %; 57.7 %; Ener. z T: 23.85 %; Ener. z Bł: 3.3 %; K: 5508.39 mg;

niedziela 2025-10-12			Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
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,	
				Posiłek nocny: Banan 120 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2051.8 kcal; Białko ogółem: 109.71 g; Tłuszcz: 42.5 g; Kw. tł. nasy.: 10.38 g; Węglowodany ogółem: 315.49 g; W tym cukry: 64.7 g; Błonnik pok.: 17.89 g; Sól: 5.05 g; WW: 29.91 Por.: 21.39 %; 61.51 %; Ener. z T: 18.64 %; Ener. z Bł: 1.74 %; K: 4441.93 mg;

niedziela 2025-10-12			Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
Kasza manna na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>), Warzywa pieczone (buraki, pietruszka, cukinia) 80 g , Sałata zielona 20 g ,		Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Schab pieczony w rękawie 100 g , Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ,</u>), Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE,</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,	
				Posiłek nocny: Banan 120 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2052.54 kcal; Białko ogółem: 109.85 g; Tłuszcz: 42.51 g; Kw. tł. nasy.: 10.38 g; Węglowodany ogółem: 315.56 g; W tym cukry: 64.58 g; Błonnik pok.: 18.01 g; Sól: 5.05 g; WW: 29.91 Por.: 21.41 %; 61.5 %; Ener. z T: 18.64 %; Ener. z Bł.: 1.75 %; K: 4435.3 mg;

niedziela 2025-10-12 Jadłospis dla diety: PUŁ- 12 Papkowata		
Miśs śniadaniowy przecierana (PUŁ) 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>), Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (<u>MLE,</u>),	Miśs obiad przecierana*)(PUŁ) 500 ml (<u>JAJ, MLE, SEL,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Miśs obiad przecierana*)(PUŁ) 500 ml (<u>JAJ, MLE, SEL,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,

Jadłospisy dla oddziałów

		Posiłek nocny: Miks obiad przecierana*)(PUL) 500 ml (JAJ , MLE , SEL), Jablko 150 g ,
--	--	---

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2158.54 kcal; Białko ogółem: 106.15 g; Tłuszcz: 78.35 g; Kw. tł. nasy.: 34.81 g; Węglowodany ogółem: 273.28 g; W tym cukry: 76.4 g; Błonnik pok.: 32.17 g; Sól: 3.72 g; WW: 23.88 Por; : 19.67 %; : 50.64 %; Ener. z T: 32.67 %; Ener. z Bł.: 2.98 %; K: 5762.8 mg;

niedziela 2025-10-12 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
Kasza manna na wywarze jarzynowym* 400 ml (GLU PSZ , SEL), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Schab gotowany 50 g , Warzywa pieczone (buraki, pietruszka, cukinia) 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ , SEL), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Schab pieczony w rękawie 100 g , Sos własny () 100 ml (GLU PSZ , SEL), 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 (GLU PSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Kisiel o smaku wiśniowym b/c 150 ml ,		Posiłek nocny: Banan 120 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1968.35 kcal; Białko ogółem: 97.08 g; Tłuszcz: 39.9 g; Kw. tł. nasy.: 9.21 g; Węglowodany ogółem: 313.13 g; W tym cukry: 58.15 g; Błonnik pok.: 18.89 g; Sól: 5.21 g; WW: 29.56 Por; : 19.73 %; : 63.63 %; Ener. z T: 18.25 %; Ener. z Bł.: 1.92 %; K: 4060.96 mg;

niedziela 2025-10-12 Jadłospis dla diety: PUŁ- Specjalna		
Kasza manna na wywarze jarzynowym* 400 ml (GLU PSZ , SEL), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Bułka pszenna 50g 2. x 1 szt (GLU PSZ), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE), Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (MLE), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 70 g (SEL),	Koperkowa z ryżem * 400 ml (MLE , SEL), Kisiel o smaku cytrynowym b/c 250 ml , Makaron (bez soli) 150 g (GLU PSZ), Schab pieczony w rękawie 80 g , Sos własny (bez soli) 100 ml (GLU PSZ), Marchew gotowana z olejem (bez soli)* 100 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Bułka pszenna 50g 2. x 1 szt (GLU PSZ), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE), Serek homo. naturalny 80 g (MLE), Miód (25g) 1 szt , Brokuł gotowany (bez soli)* 70 g ,
		Posiłek nocny: Jablko pieczone 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1850.1 kcal; Białko ogółem: 83.69 g; Tłuszcz: 42.08 g; Kw. tł. nasy.: 16.77 g; Węglowodany ogółem: 289.44 g; W tym cukry: 52.86 g; Błonnik pok.: 16.56 g; Sól: 1.57 g; WW: 27.28 Por; : 18.09 %; : 62.58 %; Ener. z T: 20.47 %; Ener. z Bł.: 1.79 %; K: 1817.49 mg;