

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2025-10-20 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 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>), Sałata zielona 20 g , Pomidor 80 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>), Jabłko 1 szt 1 szt , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>GLU ŻYT₁</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLUPSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 80 g (<u>SEL₁</u>), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,
		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLUPSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2053.85 kcal; Białko ogółem: 86.84 g; Tłuszcz: 45.4 g; Kw. tł. nasy.: 10.08 g; Węglowodany ogółem: 336.97 g; W tym cukry: 76.23 g; Błonnik pok.: 26.49 g; Sól: 5.73 g; WW: 31.12 Por; : 16.91 %; : 65.63 %; Ener. z T: 19.89 %; Ener. z Bł.: 2.58 %; K: 3528.18 mg;

poniedziałek 2025-10-20 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 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>), Sałata zielona 20 g , Pomidor 80 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>), Jabłko 1 szt 1 szt , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLUPSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 80 g (<u>SEL₁</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 parzony w osłonce niejadalnej 25 g (<u>może zawierać:</u> <u>GLUPSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>GOR₁</u>), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2211.27 kcal; Białko ogółem: 103.08 g; Tłuszcz: 51.89 g; Kw. tł. nasy.: 12.41 g; Węglowodany ogółem: 348.1 g; W tym cukry: 77.23 g; Błonnik pok.: 38.97 g; Sól: 7.36 g; WW: 31.01 Por; : 18.65 %; : 62.97 %; Ener. z T: 21.12 %; Ener. z Bł.: 3.52 %; K: 4444.86 mg;

poniedziałek 2025-10-20 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
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 , Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 80 g (<u>SEL₁</u>), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,
		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLUPSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2235.39 kcal; Białko ogółem: 90.47 g; Tłuszcz: 49.53 g; Kw. tł. nasy.: 10.36 g; Węglowodany ogółem: 366.78 g; W tym cukry: 74.13 g; Błonnik pok.: 20.07 g; Sól: 4.98 g; WW: 34.76 Por; : 16.19 %; : 65.63 %; Ener. z T: 19.94 %; Ener. z Bł.: 1.8 %; K: 3901.59 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-10-20 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 , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ₊</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatk mięsa wp 50 g (<u>SOJ₊</u> , <u>MLE₊</u>), Warzywa pieczone 100 g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami ()* 400 ml (<u>GLUPSZ₊</u> , <u>MLE₊</u> , <u>SEL₊</u>), Ryż na sypko 200 g , Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE₊</u>), Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE₊</u>), Banan 120 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ₊</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 80 g (<u>SEL₊</u>), Pomidor b/skórki 90 g , Roszponka 10 g ,
		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLUPSZ₊</u> , <u>JAJ₊</u> , <u>MLE₊</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2234.65 kcal; Białko ogółem: 90.45 g; Tłuszcz: 49.53 g; Kw. tł. nasy.: 10.36 g; Węglowodany ogółem: 366.61 g; W tym cukry: 74.01 g; Błonnik pok.: 20.03 g; Sól: 4.97 g; WW: 34.75 Por; : 16.19 %; : 65.62 %; Ener. z T: 19.95 %; Ener. z Bł.: 1.79 %; K: 3890.72 mg;

poniedziałek 2025-10-20 Jadłospis dla diety: PUŁ- GL Bezglutenowa		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE₊</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ₊</u> , <u>może zawierać: ORZ₊</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>SOJ₊</u>), Warzywa pieczone 100 g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu) ()* 400 ml (<u>MLE₊</u> , <u>SEL₊</u>), Ryż na sypko 200 g , Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE₊</u>), Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE₊</u>), Banan 120 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ₊</u> , <u>może zawierać: ORZ₊</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 80 g (<u>SEL₊</u>), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,
		Posiłek nocny: Chleb bezglutenowy 30 g (<u>SEZ₊</u> , <u>może zawierać: ORZ₊</u>), Polędwica Ani-produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków , parzony , w osłonce niejadalnej 25 g (<u>SOJ₊</u>), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2103.66 kcal; Białko ogółem: 71.55 g; Tłuszcz: 54.31 g; Kw. tł. nasy.: 9.75 g; Węglowodany ogółem: 337.74 g; W tym cukry: 71.85 g; Błonnik pok.: 25.1 g; Sól: 3.49 g; WW: 31.3 Por; : 13.6 %; : 64.22 %; Ener. z T: 23.24 %; Ener. z Bł.: 2.39 %; K: 3694.76 mg;

poniedziałek 2025-10-20 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL₊</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ₊</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (<u>SOJ₊</u>), Warzywa pieczone 100 g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) ()* 400 ml (<u>GLUPSZ₊</u> , <u>SEL₊</u>), Ryż na sypko 200 g , Klopsik drobiowy z udźca 80 g (<u>GLUPSZ₊</u> , <u>JAJ₊</u>), Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLUPSZ₊</u> , <u>SEL₊</u>), Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 150 g , Banan 120 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ₊</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 80 g (<u>SEL₊</u>), Pomidor b/skórki 90 g , Roszponka 10 g ,
		Posiłek nocny: Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLUPSZ₊</u>), Polędwica Ani-produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków , parzony , w osłonce niejadalnej 25 g (<u>SOJ₊</u>), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2169.96 kcal; Białko ogółem: 76.14 g; Tłuszcz: 53.57 g; Kw. tł. nasy.: 8.57 g; Węglowodany ogółem: 360.61 g; W tym cukry: 56.97 g; Błonnik pok.: 28.65 g; Sól: 6.12 g; WW: 33.26 Por; : 14.04 %; : 66.47 %; Ener. z T: 22.22 %; Ener. z Bł.: 2.64 %; K: 3780.91 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2025-10-21 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g , Gruszka 1szt. 150 g , Sałata lodowa 20 g ,	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Kotlet drobiowy panierowany 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Surówka wykwintna z olejem b/c 100 g , Marchew oprószana z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2110.87 kcal; Białko ogółem: 85.64 g; Tłuszcz: 60.62 g; Kw. tł. nasy.: 10.85 g; Węglowodany ogółem: 319.79 g; W tym cukry: 55.22 g; Błonnik pok.: 30.05 g; Sól: 7.7 g; WW: 29.01 Por; : 16.23 %; : 60.6 %; Ener. z T: 25.85 %; Ener. z Bł.: 2.85 %; K: 3839.05 mg;

wtorek 2025-10-21 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 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 , Gruszka 1szt. 150 g , Sałata lodowa 20 g ,	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Filet z kurczaka gotowany 80 g , Sos pietruszkowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, 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 parzony w osłonce niejadalnej 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</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: 2248.85 kcal; Białko ogółem: 113.8 g; Tłuszcz: 70.8 g; Kw. tł. nasy.: 20.27 g; Węglowodany ogółem: 307.24 g; W tym cukry: 68.43 g; Błonnik pok.: 33.6 g; Sól: 8.52 g; WW: 27.36 Por; : 20.24 %; : 54.65 %; Ener. z T: 28.33 %; Ener. z Bł.: 2.99 %; K: 4751.42 mg;

wtorek 2025-10-21 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g , Jabłko pieczone 1szt. 1 szt , Sałata lodowa 20 g ,	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Filet z kurczaka gotowany 80 g , Sos pietruszkowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, 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 , 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>), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1935.7 kcal; Białko ogółem: 90.56 g; Tłuszcz: 40.75 g; Kw. tł. nasy.: 9.31 g; Węglowodany ogółem: 313.62 g; W tym cukry: 53.23 g; Błonnik pok.: 23.89 g; Sól: 7.47 g; WW: 29.05 Por; : 18.71 %; : 64.81 %; Ener. z T: 18.95 %; Ener. z Bł.: 2.47 %; K: 3744.4 mg;

wtorek 2025-10-21 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu	
--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g , Jabłko pieczone 1szt. 1 szt , Sałata lodowa 20 g ,	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Filet z kurczaka gotowany 80 g , Sos pietruszkowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, 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 , Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE.</u>), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2059.2 kcal; Białko ogółem: 96.51 g; Tłuszcz: 38.8 g; Kw. tł. nasy.: 9.35 g; Węglowodany ogółem: 343.32 g; W tym cukry: 54.53 g; Błonnik pok.: 25.54 g; Sól: 8.11 g; WW: 31.9 Por; : 18.75 %; : 66.69 %; Ener. z T: 16.96 %; Ener. z Bł.: 2.48 %; K: 3800.9 mg;

wtorek 2025-10-21 Jadłospis dla diety: PUŁ- GL Bezglutenowa		
Płatki kukurydziane na mleku/p 400 ml (<u>MLE.</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g , Jabłko pieczone 1szt. 1 szt , Sałata lodowa 20 g ,	Jarzynowa z makaronem (bez glutenu)* 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Filet z kurczaka gotowany 80 g , Sos pietruszkowy (bez glutenu)* 80 ml (<u>MLE.</u>), Marchew gotowana z olejem* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>), Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</u>), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1817.38 kcal; Białko ogółem: 72.64 g; Tłuszcz: 41.43 g; Kw. tł. nasy.: 7.39 g; Węglowodany ogółem: 295.52 g; W tym cukry: 54.78 g; Błonnik pok.: 27.45 g; Sól: 4.97 g; WW: 26.77 Por; : 15.99 %; : 65.04 %; Ener. z T: 20.51 %; Ener. z Bł.: 3.02 %; K: 3596.97 mg;

wtorek 2025-10-21 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
Płatki jęczminne na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g , Jabłko pieczone 1szt. 1 szt , Sałata lodowa 20 g ,	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Filet z kurczaka gotowany 80 g , Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml (<u>GLU PSZ.</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>), Szynka w siatce- wieprzowa, parzona, wędzona z poł. kaw. mięsa 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1751 kcal; Białko ogółem: 79.64 g; Tłuszcz: 34.57 g; Kw. tł. nasy.: 7.88 g; Węglowodany ogółem: 293.73 g; W tym cukry: 36.36 g; Błonnik pok.: 26.06 g; Sól: 7.38 g; WW: 26.81 Por; : 18.19 %; : 67.1 %; Ener. z T: 17.77 %; Ener. z Bł.: 2.98 %; K: 3208.13 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2025-10-22 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 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- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,</u>), Pomidor 90 g , Rukola 10 g ,	Kapuśniak z kapusty kiszzonej (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR,</u>), Kasza gryczana 200 g , Pieczeń rymska 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 ,
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 200 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2260.37 kcal; Białko ogółem: 103.33 g; Tłuszcz: 60.94 g; Kw. tł. nasy.: 12.21 g; Węglowodany ogółem: 343.77 g; W tym cukry: 70.93 g; Błonnik pok.: 37.75 g; Sól: 8.67 g; WW: 30.63 Por; : 18.29 %; : 60.84 %; Ener. z T: 24.26 %; Ener. z Bt.: 3.34 %; K: 4876.82 mg;

środa 2025-10-22 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 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- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,</u>), Pomidor 90 g , Rukola 10 g ,	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Kasza gryczana 200 g , Pieczeń rymska 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: Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>), Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ,</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 Bt.: 3.63 %; K: 5692.93 mg;

środa 2025-10-22 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
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- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,</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 rymska 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 , Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 80 g (<u>RYB, SEL,</u>), Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Przecier owocowy-jabłko 100g 1 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2245.71 kcal; Białko ogółem: 99.66 g; Tłuszcz: 43.54 g; Kw. tł. nasy.: 9.47 g; Węglowodany ogółem: 375.86 g; W tym cukry: 76.76 g; Błonnik pok.: 25.02 g; Sól: 5.83 g; WW: 35.1 Por; : 17.75 %; : 66.95 %; Ener. z T: 17.45 %; Ener. z Bt.: 2.23 %; K: 4100.19 mg;

środa 2025-10-22 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

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>GLUPSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>), Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.</u>), Pomidor b/skórki 90 g , Sałata zielona 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 , Banan 120 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 80 g (<u>RYB, SEL.</u>), Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Przecier owocowy-jabłko 100g 1 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2228.73 kcal; Białko ogółem: 95.89 g; Tłuszcz: 43.15 g; Kw. tł. nasy.: 9.45 g; Węglowodany ogółem: 375.97 g; W tym cukry: 79.05 g; Błonnik pok.: 24.07 g; Sól: 5.66 g; WW: 35.24 Por; : 17.21 %; : 67.48 %; Ener. z T: 17.43 %; Ener. z Bł.: 2.16 %; K: 4142.25 mg;

środa 2025-10-22 Jadłospis dla diety: PUŁ- GL Bezglutenowa		
Płatki kukurydziane na mleku/p 400 ml (<u>MLE.</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>), Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.</u>), Pomidor b/skórki 90 g , Rukola 10 g ,	Ziemniaczana *(bez glutenu) () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Pieczeń rzymska wieprzowa (bez glutenu) 100 g (<u>JAJ.</u>), Sos jarzynowy*(bez glutenu) 100 ml (<u>SEL.</u>), Cukinia gotowana z pomidorami* 150 g , Jabłko 1 szt 1 szt , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 80 g (<u>RYB, SEL.</u>), Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Przecier owocowy-jabłko 100g 1 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2134.18 kcal; Białko ogółem: 74.56 g; Tłuszcz: 48.93 g; Kw. tł. nasy.: 9.3 g; Węglowodany ogółem: 354.56 g; W tym cukry: 70.53 g; Błonnik pok.: 27.9 g; Sól: 4.16 g; WW: 32.62 Por; : 13.97 %; : 66.45 %; Ener. z T: 20.63 %; Ener. z Bł.: 2.61 %; K: 4763.96 mg;

środa 2025-10-22 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>GLUPSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>), Pomidor b/skórki 90 g , Sałata zielona 10 g ,	Ziemniaczana *(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 jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Cukinia gotowana z pomidorami* 150 g , Jabłko 1 szt 1 szt , 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 , Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 80 g (<u>RYB, SEL.</u>), Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2027.98 kcal; Białko ogółem: 79.55 g; Tłuszcz: 41.16 g; Kw. tł. nasy.: 9.09 g; Węglowodany ogółem: 346.69 g; W tym cukry: 54.19 g; Błonnik pok.: 25.96 g; Sól: 6.44 g; WW: 32.09 Por; : 15.69 %; : 68.38 %; Ener. z T: 18.27 %; Ener. z Bł.: 2.56 %; K: 3300.08 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2025-10-23 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 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 , Pasta z fasoli 80 g , 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 niejadalanej 30 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,</u>), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2l 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2322.49 kcal; Białko ogółem: 104.82 g; Tłuszcz: 56.48 g; Kw. tł. nasy.: 14.97 g; Węglowodany ogółem: 364.1 g; W tym cukry: 74.22 g; Błonnik pok.: 42.62 g; Sól: 6.94 g; WW: 32.27 Por; : 18.05 %; : 62.71 %; Ener. z T: 21.89 %; Ener. z Bł.: 3.67 %; K: 5045.55 mg;

czwartek 2025-10-23 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 , Pasta z fasoli 80 g , 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 niejadalanej 30 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,</u>), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: Jabłko 150 g ,	Posiłek nocny: Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ,</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>), Jajko gotowane kl M 0.50 szt (<u>JAJ,</u>), Sałata zielona 5 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2595.48 kcal; Białko ogółem: 120.5 g; Tłuszcz: 68.03 g; Kw. tł. nasy.: 18.93 g; Węglowodany ogółem: 396.71 g; W tym cukry: 66.28 g; Błonnik pok.: 53.62 g; Sól: 8.49 g; WW: 34.47 Por; : 18.57 %; : 61.14 %; Ener. z T: 23.59 %; Ener. z Bł.: 4.13 %; K: 5508.11 mg;

czwartek 2025-10-23 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 , 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 dodatk 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 niejadalanej 30 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2l 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2087.5 kcal; Białko ogółem: 94.17 g; Tłuszcz: 45.12 g; Kw. tł. nasy.: 10.41 g; Węglowodany ogółem: 332.04 g; W tym cukry: 63.8 g; Błonnik pok.: 15.94 g; Sól: 5.15 g; WW: 31.73 Por; : 18.05 %; : 63.62 %; Ener. z T: 19.45 %; Ener. z Bł.: 1.53 %; K: 3567.23 mg;

czwartek 2025-10-23 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Kasza manna 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 , Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatkiem mięsa wp 50 g (SOJ, MLE,), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,	Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Makaron z sosem bolognese z łop wp-dieta* 350 g (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 , Twarożek 50 g (MLE,), Szyńka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2l 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2029.3 kcal; Białko ogółem: 89.78 g; Tłuszcz: 44.97 g; Kw. tł. nasy.: 10.31 g; Węglowodany ogółem: 322.16 g; W tym cukry: 57.68 g; Błonnik pok.: 15.94 g; Sól: 5.01 g; WW: 30.74 Por; : 17.7 %; : 63.5 %; Ener. z T: 19.94 %; Ener. z Bł.: 1.57 %; K: 3342.48 mg;

czwartek 2025-10-23 Jadłospis dla diety: PUŁ- GL Bezglutenowa		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (MLE,), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Schab gotowany 50 g , Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,	Szpinakowa z ziemniakami *(bez glutenu) () 400 ml (MLE, SEL,), Makaron z sosem bolognese z łop wp-dieta* (bez glutenu) 350 g (SEL,), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek 50 g (MLE,), Szyńka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2l 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2009.77 kcal; Białko ogółem: 81.73 g; Tłuszcz: 52.23 g; Kw. tł. nasy.: 10.34 g; Węglowodany ogółem: 305.35 g; W tym cukry: 55.99 g; Błonnik pok.: 20.41 g; Sól: 2.48 g; WW: 28.52 Por; : 16.27 %; : 60.77 %; Ener. z T: 23.39 %; Ener. z Bł.: 2.03 %; K: 3375.35 mg;

czwartek 2025-10-23 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 , Szyńka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (SOJ,), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) () 400 ml (GLU PSZ, SEL,), Makaron z sosem bolognese z łop wp-dieta* 350 g (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 w siatce- wieprzowa, parzona, wędzona z poł. kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ,), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2l 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1897.3 kcal; Białko ogółem: 77.78 g; Tłuszcz: 41.69 g; Kw. tł. nasy.: 8.86 g; Węglowodany ogółem: 309.62 g; W tym cukry: 41.01 g; Błonnik pok.: 17.03 g; Sól: 5.82 g; WW: 29.38 Por; : 16.4 %; : 65.28 %; Ener. z T: 19.78 %; Ener. z Bł.: 1.79 %; K: 2827.07 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2025-10-24 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE_L</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_L</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (<u>MLE_L</u>), Powidła śliwkowe 25 g , Jabłko 150 g ,	Krupnik jęczmienny * 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ_L</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba smażona (Morszczuk) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB_L</u>), Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL_L</u>), Surówka z kapusty kiszonej 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 ŻYT.</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ_L</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE_L</u>), Ogórek kiszony 80 g , Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2136.27 kcal; Białko ogółem: 94.21 g; Tłuszcz: 56.87 g; Kw. tł. nasy.: 10.27 g; Węglowodany ogółem: 325.85 g; W tym cukry: 68.59 g; Błonnik pok.: 30.76 g; Sól: 8.84 g; WW: 29.47 Por.; : 17.64 %; : 61.01 %; Ener. z T: 23.96 %; Ener. z Bł.: 2.88 %; K: 4626.21 mg;

piątek 2025-10-24 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Makaron pełnoziarnisty na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ,</u> <u>MLE,</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE,</u>), Jabłko 150 g ,	Krupnik jęczmienny * 400 ml (<u>MLE, SEL,</u> <u>GLU JĘCZ,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba pieczona (Morszczuk) 80 g (<u>RYB,</u>), Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c () 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 , Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>), Ogórek kiszony 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: 2016.04 kcal; Białko ogółem: 102.05 g; Tłuszcz: 51 g; Kw. tł. nasy.: 10.74 g; Węglowodany ogółem: 302.87 g; W tym cukry: 66.4 g; Błonnik pok.: 34.9 g; Sól: 8.52 g; WW: 26.78 Por. ; 20.25 %; 60.09 %; Ener. z T: 22.77 %; Ener. z Bł.: 3.46 %; K: 5011.02 mg;

piątek 2025-10-24			Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , 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</u> , <u>SEL</u> , <u>GLU JĘCZ</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba pieczona (Morszczuk) 80 g (<u>RYB</u>), Warzywa po grecku* 150 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>SEL</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 , Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), Sałatka z pomidorów z olejem i natką pietr 100 g ,	
				Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2058.02 kcal; Białko ogółem: 93.78 g; Tłuszcz: 49.43 g; Kw. tł. nasy.: 9.49 g; Węglowodany ogółem: 321.92 g; W tym cukry: 72.67 g; Błonnik pok.: 23.62 g; Sól: 5.95 g; WW: 29.89 Por; : 18.23 %; : 62.57 %; Ener. z T: 21.62 %; Ener. z Bł.: 2.3 %; K: 4608.94 mg;

piątek 2025-10-24			Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE_t</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ_t</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (<u>MLE_t</u>), Dżem 25 g 1 szt , Jabłko pieczone 150 g ,		Krupnik jęczmienny* 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ_t</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba pieczona (Morszczuk) 80 g (<u>RYB_t</u>), Warzywa po grecku* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL_t</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ_t</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Blok drobiowy- wędlin dro. parzona z dodatk mięsa wp 30 g (<u>SOJ, MLE_t</u>), Sałatka z pomidorów z olejem i natką pietr b/skórki 100 g ,		
			Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1965.93 kcal; Białko ogółem: 86.73 g; Tłuszcz: 42.73 g; Kw. tł. nasy.: 7.32 g; Węglowodany ogółem: 321 g; W tym cukry: 71.83 g; Błonnik pok.: 23.59 g; Sól: 6.1 g; WW: 29.86 Por; : 17.65 %; : 65.31 %; Ener. z T: 19.56 %; Ener. z Bł.: 2.4 %; K: 4459.9 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-10-24		Jadłospis dla diety: PUŁ- GL Bezglutenowa
Makaron bezglutenowy na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ</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 ,	Ryżowa* 400 ml (<u>MLE, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba pieczona (Morszczuk) 80 g (<u>RYB</u>), Warzywa po grecku* (bez glutenu) 150 g (<u>SEL</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE</u>), Sałatka z pomidorów z olejem i natką pietr 100 g ,
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1975.56 kcal; Białko ogółem: 74.77 g; Tłuszcz: 55.59 g; Kw. tł. nasy.: 8.85 g; Węglowodany ogółem: 302.57 g; W tym cukry: 68.74 g; Błonnik pok.: 27.24 g; Sól: 3.66 g; WW: 27.51 Por; : 15.14 %; : 61.26 %; Ener. z T: 25.32 %; Ener. z Bł.: 2.76 %; K: 4333.89 mg;

piątek 2025-10-24		Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna
Zacierka na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (<u>SOJ</u>), Dżem 25 g 1 szt , Jabłko pieczone 150 g ,	Krupnik jęczmienny (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL, GLU JĘCZ</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba pieczona (Morszczuk) 80 g (<u>RYB</u>), Warzywa po grecku* 150 g (<u>GLUPSZ, SEL</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Sałatka z pomidorów z olejem i natką pietr 100 g ,
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1849.93 kcal; Białko ogółem: 74.79 g; Tłuszcz: 44.85 g; Kw. tł. nasy.: 8.48 g; Węglowodany ogółem: 299.51 g; W tym cukry: 55.47 g; Błonnik pok.: 24.53 g; Sól: 6.5 g; WW: 27.59 Por; : 16.17 %; : 64.76 %; Ener. z T: 21.82 %; Ener. z Bł.: 2.65 %; K: 3890.74 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2025-10-25 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 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>GLU PSZ</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</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>GLU PSZ</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 b/c () 150 g (<u>MLE</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową 150 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>GOR</u>), Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Pomidor 15 g , Serek homo. naturalny 25 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2434.37 kcal; Białko ogółem: 92.25 g; Tłuszcz: 78.1 g; Kw. tł. nasy.: 19.33 g; Węglowodany ogółem: 359.42 g; W tym cukry: 46.14 g; Błonnik pok.: 40.27 g; Sól: 9.02 g; WW: 31.92 Por; : 15.16 %; : 59.06 %; Ener. z T: 28.87 %; Ener. z Bt.: 3.31 %; K: 3798.36 mg;

sobota 2025-10-25 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 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>GLU PSZ</u>), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka luksusowa- wp. z kawałków mięsa, wędzona, parzona z dodatkiem białka mleka 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g ,	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ryż na sypko (brązowy) 200 g , Potrawka drobiowa z warzywami* 180 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Surówka z marchwi i jabłka b/c () 150 g (<u>MLE</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Sałata zielona 20 g , Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową 150 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>GOR</u>),
II Śniadanie: Jajko gotowane kl M 0.50 szt (<u>JAJ</u>), Chleb Graham 40 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Sałata zielona 5 g ,	Podwieczorek: Serek homo. naturalny 150 g (<u>MLE</u>), Mus z truskawek* b/c 50 g ,	Posiłek nocny: Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Pomidor 15 g , Serek homo. naturalny 25 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2482.75 kcal; Białko ogółem: 116.76 g; Tłuszcz: 65.16 g; Kw. tł. nasy.: 16.51 g; Węglowodany ogółem: 375.87 g; W tym cukry: 41.88 g; Błonnik pok.: 44.93 g; Sól: 8.24 g; WW: 33.08 Por; : 18.81 %; : 60.56 %; Ener. z T: 23.62 %; Ener. z Bt.: 3.62 %; K: 3996.72 mg;

sobota 2025-10-25 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU OW</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka luksusowa- wp. z kawałków mięsa, wędzona, parzona z dodatkiem białka mleka 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g ,	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ryż na sypko 200 g , Potrawka drobiowa z warzywami* 180 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Buraczki oprószone () 150 g (<u>GLU PSZ</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Sałata zielona 20 g , Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową- dieta* 150 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u>),
		Posiłek nocny: Bułka pszenna długa krojona 45 g (<u>GLU PSZ</u>), Serek homo. naturalny 25 g (<u>MLE</u>), Pomidor b/skórki 15 g , Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2177.39 kcal; Białko ogółem: 87.35 g; Tłuszcz: 47.12 g; Kw. tł. nasy.: 10.35 g; Węglowodany ogółem: 363.19 g; W tym cukry: 48.06 g; Błonnik pok.: 24.89 g; Sól: 6.27 g; WW: 33.79 Por; : 16.05 %; : 66.72 %; Ener. z T: 19.48 %; Ener. z Bt.: 2.29 %; K: 3553.31 mg;

sobota 2025-10-25 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

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>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szynka luksusowa-wp. z kawałków mięsa, wędzona, parzona z dodatkiem białka mleka 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.</u>), Pomidor 100 g,	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ryż na sypko 200 g, Potrawka drobiowa z warzywami * 180 g (<u>GLUPSZ, SEL.</u>), Buraczki oprószone () 150 g (<u>GLU PSZ.</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Sałata zielona 20 g, Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową-dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>),
		Posiłek nocny: Bułka pszenna długa krojona 45 g (<u>GLUPSZ.</u>), Serek homo. naturalny 25 g (<u>MLE.</u>), Pomidor b/skórki 15 g, Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 0.50 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2133.37 kcal; Białko ogółem: 86.84 g; Tłuszcz: 42.88 g; Kw. tł. nasy.: 8.03 g; Węglowodany ogółem: 361.72 g; W tym cukry: 48.86 g; Błonnik pok.: 23.45 g; Sól: 6.19 g; WW: 33.82 Por; : 16.28 %; : 67.82 %; Ener. z T: 18.09 %; Ener. z Bł.: 2.2 %; K: 3657.73 mg;

sobota 2025-10-25 Jadłospis dla diety: PUŁ- GL Bezglutenowa		
Płatki kukurydziane na mleku/p 400 ml (<u>MLE.</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Pasta warzywna* 80 g (<u>SEL.</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g,	Koperkowa z ziemniakami (bez glutenu) (*) 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>), Ryż na sypko 200 g, Potrawka drobiowa z warzywami * (bez glutenu) 180 g (<u>SEL.</u>), Buraczki oprószone () (bez glutenu) 150 g, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Sałata zielona 20 g, Sałatka z makaronu z mięsem drobiowym- dieta* (bez glutenu) 150 g (<u>SEL.</u>),
		Posiłek nocny: Chleb bezglutenowy 60 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>), Masło extra 82% 5g (<u>MLE.</u>), Serek homo. naturalny 25 g (<u>MLE.</u>), Pomidor 15 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2187.57 kcal; Białko ogółem: 63.43 g; Tłuszcz: 57.74 g; Kw. tł. nasy.: 9.49 g; Węglowodany ogółem: 360.76 g; W tym cukry: 51.75 g; Błonnik pok.: 33.2 g; Sól: 2.94 g; WW: 32.59 Por; : 11.6 %; : 65.97 %; Ener. z T: 23.76 %; Ener. z Bł.: 3.04 %; K: 3596.27 mg;

sobota 2025-10-25 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, Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</u>), Pomidor 100 g,	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Ryż na sypko 200 g, Potrawka drobiowa z warzywami * 180 g (<u>GLUPSZ, SEL.</u>), Buraczki oprószone () 150 g (<u>GLU PSZ.</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Sałata zielona 20 g, Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową-dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>),
		Posiłek nocny: Pomidor 15 g, Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 0.50 szt, Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 25 g (<u>SOJ.</u>), Bułka pszenna długa krojona 45 g (<u>GLU PSZ.</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2016.4 kcal; Białko ogółem: 73.83 g; Tłuszcz: 40.59 g; Kw. tł. nasy.: 7.48 g; Węglowodany ogółem: 352.03 g; W tym cukry: 32.45 g; Błonnik pok.: 26.04 g; Sól: 7.26 g; WW: 32.63 Por; : 14.65 %; : 69.83 %; Ener. z T: 18.12 %; Ener. z Bł.: 2.58 %; K: 3090.37 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2025-10-26 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 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 , Sałata zielona 20 g , Rzodkiew biała 80 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>), Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 100 g , 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 ,
		Posiłek nocny: Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2123.13 kcal; Białko ogółem: 99.6 g; Tłuszcz: 51.88 g; Kw. tł. nasy.: 11.17 g; Węglowodany ogółem: 327.77 g; W tym cukry: 73.94 g; Błonnik pok.: 29.98 g; Sól: 7.77 g; WW: 29.9 Por; : 18.76 %; : 61.75 %; Ener. z T: 21.99 %; Ener. z Bł.: 2.82 %; K: 4826.08 mg;

niedziela 2025-10-26 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 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 , Sałata zielona 20 g , Rzodkiew biała 80 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>), Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 100 g , 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 drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 25 g (<u>SOJ.</u>), Pomidor 15 g ,	Posiłek nocny: Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2064.87 kcal; Białko ogółem: 122.13 g; Tłuszcz: 43.31 g; Kw. tł. nasy.: 12 g; Węglowodany ogółem: 313.21 g; W tym cukry: 70.79 g; Błonnik pok.: 33.78 g; Sól: 8.56 g; WW: 28.12 Por; : 23.66 %; : 60.67 %; Ener. z T: 18.88 %; Ener. z Bł.: 3.27 %; K: 5378.62 mg;

niedziela 2025-10-26 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 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>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt ,
		Posiłek nocny: Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2095.85 kcal; Białko ogółem: 110.55 g; Tłuszcz: 47.79 g; Kw. tł. nasy.: 11.17 g; Węglowodany ogółem: 316.91 g; W tym cukry: 73.38 g; Błonnik pok.: 22.78 g; Sól: 7.21 g; WW: 29.36 Por; : 21.1 %; : 60.48 %; Ener. z T: 20.52 %; Ener. z Bł.: 2.17 %; K: 4821.06 mg;

niedziela 2025-10-26 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu	
---	--

Jadłospisy dla oddziałów

Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, 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, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLUPSZ, JAJ.</u>), Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (<u>SEL.</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 , 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 ,
		Posiłek nocny: Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2166.91 kcal; Białko ogółem: 98.04 g; Tłuszcz: 55.16 g; Kw. tł. nasy.: 12.46 g; Węglowodany ogółem: 330.6 g; W tym cukry: 77.4 g; Błonnik pok.: 22.01 g; Sól: 7.14 g; WW: 30.84 Por; : 18.1 %; : 61.03 %; Ener. z T: 22.91 %; Ener. z Bł.: 2.03 %; K: 4660.68 mg;

niedziela 2025-10-26 Jadłospis dla diety: PUŁ- GL Bezglutenowa		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE.</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 50 g , Cukinia pieczona z olejem * 100 g ,	Pomidorowa z makaronem (bez glutenu)* 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Schab pieczony w rękawie 100 g , Sos własny (bez glutenu) 100 ml , 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>), Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>), Banan 120 g ,
		Posiłek nocny: Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2117 kcal; Białko ogółem: 99.5 g; Tłuszcz: 56.82 g; Kw. tł. nasy.: 11.15 g; Węglowodany ogółem: 308.33 g; W tym cukry: 78.17 g; Błonnik pok.: 25.26 g; Sól: 3.19 g; WW: 28.2 Por; : 18.8 %; : 58.26 %; Ener. z T: 24.15 %; Ener. z Bł.: 2.39 %; K: 5051.61 mg;

niedziela 2025-10-26 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL, GLU JĘCZ.</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 (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Schab pieczony w rękawie 100 g , Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (<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 , Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</u>), Banan 120 g ,
II Śniadanie: Kisiel o smaku wiśniowym b/c 150 ml ,		Posiłek nocny: Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1983.96 kcal; Białko ogółem: 83.12 g; Tłuszcz: 41.77 g; Kw. tł. nasy.: 8.56 g; Węglowodany ogółem: 329.18 g; W tym cukry: 76.57 g; Błonnik pok.: 22.68 g; Sól: 6.97 g; WW: 30.65 Por; : 16.76 %; : 66.37 %; Ener. z T: 18.95 %; Ener. z Bł.: 2.29 %; K: 3961.56 mg;