

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2025-12-08 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Platki jęczmienna na mleku /p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU JĘCZ</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ</u>), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,	Brokułowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Kotlet z jaj-pieczony 90 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u>), Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Jabłko 1 szt 1 szt , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Twarożek z koperkiem 50 g (<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 , Salata zielona 20 g , Pasztet rybno- warzywny (Morszczuk) 30 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u>), Pomidor 80 g ,
		Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2018.1 kcal; Białko ogółem: 83.48 g; Tłuszcz: 51.02 g; Kw. tł. nasy.: 12.96 g; Węglowodany ogółem: 322.04 g; W tym cukry: 65.8 g; Błonnik pok.: 33.82 g; Sól: 7.76 g; WW: 28.87 Por; : 16.55 %; : 63.83 %; Ener. z T: 22.75 %; Ener. z Bł.: 3.35 %; K: 4199.93 mg;

poniedziałek 2025-12-08 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Platki jęczmienna na mleku /p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU JĘCZ</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ</u>), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,	Brokułowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Kotlet z jaj-pieczony 90 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u>), Surówka z selera i jabłka b/c () 150 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Jabłko 1 szt 1 szt , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Twarożek z koperkiem 50 g (<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 , Salata zielona 20 g , Pomidor 80 g , Pasztet rybno- warzywny (Morszczuk) 30 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u>),
II Śniadanie: Smoothie (jabłko, szpinak) 200 g ,	Podwieczorek: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Posiłek nocny: Jabłko 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2146.29 kcal; Białko ogółem: 92.9 g; Tłuszcz: 55.84 g; Kw. tł. nasy.: 13.82 g; Węglowodany ogółem: 339.95 g; W tym cukry: 64.62 g; Błonnik pok.: 45.07 g; Sól: 7.64 g; WW: 29.54 Por; : 17.31 %; : 63.36 %; Ener. z T: 23.42 %; Ener. z Bł.: 4.2 %; K: 5045.95 mg;

poniedziałek 2025-12-08 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Platki jęczmienna na mleku /p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>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 , Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ</u>), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,	Brokułowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Kotlet z jaj-pieczony 90 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u>), Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Salata zielona 20 g , Pomidor 80 g , Pasztet rybno- warzywny (Morszczuk) 30 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u>),
		Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2086.1 kcal; Białko ogółem: 86.38 g; Tłuszcz: 51.12 g; Kw. tł. nasy.: 12.9 g; Węglowodany ogółem: 333.64 g; W tym cukry: 67.9 g; Błonnik pok.: 28.42 g; Sól: 6.86 g; WW: 30.57 Por; : 16.56 %; : 63.97 %; Ener. z T: 22.06 %; Ener. z Bł.: 2.72 %; K: 4208.93 mg;

poniedziałek 2025-12-08 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
Platki jęczmienna na mleku /p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>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 , Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ</u>), Pomidor b/skórki 90 g , Roszponka 10 g ,	Brokułowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 90 g , Marchew gotowana z olejem () 150 g , Jabłko pieczone 1szt. 1 szt , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Salata zielona 20 g , Pomidor b/skórki 80 g , Pasztet rybno- warzywny (Morszczuk) 30 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u>),
		Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1993.3 kcal; Białko ogółem: 92.52 g; Tłuszcz: 46.62 g; Kw. tł. nasy.: 12.17 g; Węglowodany ogółem: 315.68 g; W tym cukry: 74.26 g; Błonnik pok.: 27.98 g; Sól: 6.65 g; WW: 28.82 Por; : 18.57 %; : 63.35 %; Ener. z T: 21.05 %; Ener. z Bł.: 2.81 %; K: 4585.75 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-12-08 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 ,
		Posiłek nocny: Miks obiad przecierana*(PUŁ) 500 ml (<u>JAJ, MLE, SEL</u>), Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2096.66 kcal; Białko ogółem: 106.75 g; Tłuszcz: 78.55 g; Kw. tł. nasy.: 35.05 g; Węglowodany ogółem: 255.17 g; W tym cukry: 60.89 g; Błonnik pok.: 29.17 g; Sól: 3.78 g; WW: 22.38 Por; : 20.37 %; : 48.68 %; Ener. z T: 33.72 %; Ener. z Bł.: 2.78 %; K: 5561.54 mg;

poniedziałek 2025-12-08 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL, 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 , Połędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ</u>), Pomidor b/skórki 90 g , Roszponka 10 g ,	Brokułowa z ryżem (bez mleka) * 400 ml (<u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Kotlet z jaj-pieczony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Surówka z selera i marchwi z olejem () b/c 100 g (<u>SEL</u>), 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>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Salata zielona 20 g , Pasztet rybno- warzywny (Morszczuk) 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>), Pomidor 80 g ,
		Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1945.71 kcal; Białko ogółem: 70.02 g; Tłuszcz: 50.57 g; Kw. tł. nasy.: 10.01 g; Węglowodany ogółem: 316.01 g; W tym cukry: 51.21 g; Błonnik pok.: 29.76 g; Sól: 6.62 g; WW: 28.63 Por; : 14.4 %; : 64.97 %; Ener. z T: 23.39 %; Ener. z Bł.: 3.06 %; K: 3679.65 mg;

poniedziałek 2025-12-08 Jadłospis dla diety: PUŁ- Specjalna		
Ryż na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL</u>), Bułka pszenna 50g 2. x 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>), Twarożek 80 g (<u>MLE</u>), Jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	Koperkowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Kotlet z jaj-pieczony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Ryż na sypko 200 g , Marchew gotowana z olejem (bez soli)* 100 g , Kisiel o smaku truskawkowym b/c 250 ml , Kompot owocowy* 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 80 g (<u>MLE</u>), Dżem 25 g 1 szt , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,
		Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2067.78 kcal; Białko ogółem: 69.27 g; Tłuszcz: 55.13 g; Kw. tł. nasy.: 20.05 g; Węglowodany ogółem: 326.75 g; W tym cukry: 71.69 g; Błonnik pok.: 14.29 g; Sól: 1.84 g; WW: 31.35 Por; : 13.4 %; : 63.21 %; Ener. z T: 24 %; Ener. z Bł.: 1.38 %; K: 1208.8 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2025-12-09		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Sałata zielona 20 g , Ogórek kiszony 80 g , Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE</u>),	Pieczarkowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, SO2</u>), Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ</u>), Szynka wieprzowa pieczona 80 g , Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 100 g , Dynia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Galaretkka drobiowa z udźcem z kurczaka* 50 g (<u>SEL</u>), Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE</u>), Pomidor 100 g ,
		Posiłek nocny: Jabłko 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1963.5 kcal; Białko ogółem: 96.35 g; Tłuszcz: 43.94 g; Kw. tł. nasy.: 10.59 g; Węglowodany ogółem: 301.25 g; W tym cukry: 55.16 g; Błonnik pok.: 30.05 g; Sól: 7.17 g; WW: 27.1 Por.: 19.63 %; 61.37 %; Ener. z T: 20.14 %; Ener. z Bł.: 3.06 %; K: 3840.3 mg;

wtorek 2025-12-09			Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU JĘCZ.</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLUPSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyunka z indykami prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (<u>SOJ.</u>), Sałata zielona 20 g , Ogórek kiszony 80 g ,		Piecarkowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ.</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>SO2.</u>), Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ.</u>), Szyunka wieprzowa gotowana 100 g , Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLUPSZ.</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 150 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,		Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Galaretka drobiowa z udźcem z kurczaka* 50 g (<u>SEL.</u>), Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>), Pomidor 100 g ,	
II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>),		Podwieczorek: Warzywa pieczone 100 g , Dip ziołowy 10 g (<u>MLE.</u>),		Posiłek nocny: Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Sałata zielona 5 g , Twaróg półtłusty 25 g (<u>MLE.</u>), Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ.</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2135.13 kcal; Białko ogółem: 114.01 g; Tłuszcz: 58.43 g; Kw. tł. nasy.: 15.18 g; Węglowodany ogółem: 301.21 g; W tym cukry: 40.83 g; Błonnik pok.: 35.7 g; Sól: 8.24 g; WW: 26.58 Por.: 21.36 %; 56.43 %; Ener. z T: 24.63 %; Ener. z Bł.: 3.34 %; K: 4330 mg;

wtorek 2025-12-09		Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna
kasza kukurydziana na ml/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>), Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₁</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>), Sałata zielona 20 g, Pomidor b/skórki 80 g ,	Solferino * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL₁</u>), Makaron 200 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Szynka wieprzowa gotowana 100 g , Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ₁</u>), Dynia duszona z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ₁</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 wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR₁</u>), Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE₁</u>), Pomidor b/skórki 100 g ,
		Posiłek nocny: Jabłko pieczone 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2038.25 kcal; Białko ogółem: 103.84 g; Tłuszcz: 38.82 g; Kw. tł. nasy.: 10.06 g; Węglowodany ogółem: 325.91 g; W tym cukry: 59.4 g; Błonnik pok.: 22.08 g; Sól: 6.45 g; WW: 30.43 Por.: 20.38 %; 63.96 %; Ener. z T: 17.14 %; Ener. z Bł.: 2.17 %; K: 3980.74 mg;

wtorek 2025-12-09		Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu
kasza kukurydziana na ml/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>), Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szynka z indykem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (<u>SOJ₁</u>), Sałata zielona 20 g, Pomidor b/skórki 80 g,	Solferino * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL₁</u>), Makaron 200 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ₁</u>), Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ₁</u>), Dynia duszona z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ₁</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 wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR₁</u>), Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE₁</u>), Pomidor b/skórki 100 g,
		Posiłek nocny: Jabłko pieczone 150 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2113.7 kcal; Białko ogółem: 97.29 g; Tłuszcz: 46.08 g; Kw. tł. nasy.: 11.25 g; Węglowodany ogółem: 335.1 g; W tym cukry: 59.55 g; Błonnik pok.: 22.36 g; Sól: 6.58 g; WW: 31.32 Por.; 18.41 %; 63.41 %; Ener. z T: 19.62 %; Ener. z Bł.: 2.12 %; K: 3825.81 mg;

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 ,
		Posiłek nocny: Miks obiad przecierana*(PUŁ) 500 ml (<u>JAJ, MLE, SEL</u>), Jabłko pieczone 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2106.66 kcal; Białko ogółem: 106.15 g; Tłuszcz: 78.35 g; Kw. tł. nasy.: 34.81 g; Węglowodany ogółem: 260.32 g; W tym cukry: 63.44 g; Błonnik pok.: 32.17 g; Sól: 3.72 g; WW: 22.58 Por; : 20.16 %; : 49.43 %; Ener. z T: 33.47 %; Ener. z Bł.: 3.05 %; K: 5762.54 mg;

wtorek 2025-12-09 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL</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 z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (<u>SOJ</u>), Salata zielona 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,	Solferino (bez mleka)*() 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>), Szynka wieprzowa gotowana 100 g , Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ</u>), Dynia duszona z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g , Dżem 25 g 1 szt , Pomidor b/skórki 100 g ,
		Posiłek nocny: Jabłko pieczone 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1880.01 kcal; Białko ogółem: 86.04 g; Tłuszcz: 34.69 g; Kw. tł. nasy.: 8.3 g; Węglowodany ogółem: 314.99 g; W tym cukry: 51.27 g; Błonnik pok.: 23.61 g; Sól: 6.33 g; WW: 29.15 Por; : 18.31 %; : 67.02 %; Ener. z T: 16.61 %; Ener. z Bł.: 2.51 %; K: 3355.07 mg;

wtorek 2025-12-09 Jadłospis dla diety: PUŁ- Specjalna		
Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL</u>), Bułka pszenna 50g 2. x 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>), Twaróg 100 g (<u>MLE</u>), Salata zielona 20 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml ,	Ryżowa* 400 ml (<u>MLE, SEL</u>), Kisiel o smaku cytrynowym b/c 250 ml , Makaron 150 g (<u>GLU PSZ</u>), Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Kalafior gotowany* 100 g , Kompot owocowy* 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>), Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE</u>), Dżem 25 g 1 szt , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,
		Posiłek nocny: Jabłka prażone b/c 200 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1984.59 kcal; Białko ogółem: 87.93 g; Tłuszcz: 48 g; Kw. tł. nasy.: 22.26 g; Węglowodany ogółem: 304.08 g; W tym cukry: 52.46 g; Błonnik pok.: 14.31 g; Sól: 1.03 g; WW: 29.03 Por; : 17.72 %; : 61.29 %; Ener. z T: 21.77 %; Ener. z Bł.: 1.44 %; K: 1237.7 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY					
Śniadanie - II Śniadanie		Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posilek nocny		
środa 2025-12-10		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, Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (<u>MLE,</u>), Szynka luksusowa- wp. z kawałków mięsa, wędzona, parzona z dodatkiem białka mleka 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,</u>), Mandarynka 150 g , Sałata zielona 20 g ,		Zupa z soczewicy i ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>), Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Surówka z marchwi i rzepy ze śmietaną () 100 g (<u>MLE,</u>), Buraczki oprószone () b/c 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytini 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 pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonke niejadalanej 50 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,</u>), Pomidor 90 g , Rukola 10 g ,		
			Posilek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2019.78 kcal; Białko ogółem: 91.79 g; Tłuszcz: 39.88 g; Kw. tł. nasy.: 8.92 g; Węglowodany ogółem: 343.73 g; W tym cukry: 65.41 g; Błonnik pok.: 38.59 g; Sól: 8.4 g; WW: 30.61 Por.: 18.18 %; 68.07 %; Ener. z T: 17.77 %; Ener. z Bł.: 3.82 %; K: 5888.18 mg;

środa 2025-12-10 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, Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (<u>MLE.</u>), Szynka luksusowa- wp. z kawałków mięsa, wędzona, parzona z dodatkiem białka mleka 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.</u>), Mandarynka 150 g , Sałata zielona 20 g ,	Zupa z soczewicy i ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Surówka z marchwi i rzepy ze śmietaną () 150 g (<u>MLE.</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 50 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</u>), Pomidor 90 g , Rukola 10 g ,
II Śniadanie: Budyń o smaku śmietankowym z chipsami kokosowymi b/c 200 ml (<u>MLE, S02.</u>),	Podwieczorek: Sałatka witaminowa 100 g (<u>SEL.</u>),	Posiłek nocny: Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ.</u>), Sałata zielona 5 g , Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Jajko gotowane kl M 0.50 szt (<u>JAJ.</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2356.36 kcal; Białko ogółem: 107.38 g; Tłuszcz: 57.24 g; Kw. tł. nasy.: 17.66 g; Węglowodany ogółem: 377.15 g; W tym cukry: 70.97 g; Błonnik pok.: 45.54 g; Sól: 7.83 g; WW: 33.22 Por.: 18.23 %; 64.02 %; Ener. z T: 21.86 %; Ener. z Bł.: 3.87 %; K: 5909.37 mg;

środa 2025-12-10 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 , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (<u>MLE</u>), Szynka luksusowa- wp. z kawałków mięsa, wędzona, parzona z dodatkiem białka mleka 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR</u>), Mandarynka 150 g , Salata zielona 20 g ,	Grysikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Buraczki oprószane () 150 g (<u>GLU PSZ</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 50 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR</u>), Pomidor 80 g , Salata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1851.74 kcal; Białko ogółem: 83.99 g; Tłuszcz: 32.34 g; Kw. tł. nasy.: 7.5 g; Węglowodany ogółem: 319.7 g; W tym cukry: 65.16 g; Błonnik pok.: 24.77 g; Sól: 7.33 g; WW: 29.53 Por.: 18.14 %; 69.06 %; Ener. z T: 15.72 %; Ener. z Bł.: 2.68 %; K: 4686.1 mg;

środa 2025-12-10 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, Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (<u>MLE.</u>), Szynka luksusowa- wp. z kawałków mięsa, wędzona, parzona z dodatkiem białka mleka 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.</u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt, Sałata zielona 20 g ,	Grysikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Buraczki oprószane () 150 g (<u>GLU PSZ.</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1863.59 kcal; Białko ogółem: 84.16 g; Tłuszcz: 33.39 g; Kw. tł. nasy.: 7.64 g; Węglowodany ogółem: 318.9 g; W tym cukry: 59.31 g; Błonnik pok.: 22.13 g; Sól: 8.62 g; WW: 29.66 Por.; 18.06 %; 68.45 %; Ener. z T: 16.13 %; Ener. z Bł.: 2.37 %; K: 3943.93 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-12-10 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 ,
		Posiłek nocny: Miks obiad przecierana*(PUŁ) 500 ml (<u>JAJ, MLE, SEL</u>), Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2081.66 kcal; Białko ogółem: 108.05 g; Tłuszcz: 79 g; Kw. tł. nasy.: 35 g; Węglowodany ogółem: 249.67 g; W tym cukry: 48.89 g; Błonnik pok.: 29.17 g; Sól: 6.21 g; WW: 21.83 Por.; 20.76 %; 47.98 %; Ener. z T: 34.16%; Ener. z Bł.: 2.8 %; K: 5561.54 mg;

środa 2025-12-10 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
Platki 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, Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ,</u>), Miód (25g) 1 szt, Mandarynka 150 g, Sałata zielona 20 g ,	Grysiowka * 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>), Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, 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 , Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ,</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,
		Posilek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1789.84 kcal; Białko ogółem: 68.44 g; Tłuszcz: 30.93 g; Kw. tł. nasy.: 6.9 g; Węglowodany ogółem: 321.68 g; W tym cukry: 43.13 g; Błonnik pok.: 22.92 g; Sól: 8.89 g; WW: 29.87 Por.; 15.29 %; 71.89 %; Ener. z T: 15.55 %; Ener. z Bł.: 2.56 %; K: 3482.87 mg;

środa 2025-12-10 Jadłospis dla diety: PUŁ- Specjalna		
Makaron na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL₊</u>), Bułka pszenna 50g 2. x 1 szt (<u>GLU PSZ₊</u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE₊</u>), 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>), Sałata zielona 20 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	Gryskowa * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL₊</u>), Ryż na sypko 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ₊</u>), Sos jarzynowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL₊</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem (bez soli)* 100 g (<u>SEL₊</u>), Kisiel o smaku cytrynowym b/c 250 ml , Kompot owocowy* 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>), Miód (25g) 1 szt , Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE₊</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,
		Posiłek nocny: Sałata zielona 5 g , Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ₊</u>), Jajko gotowane kl M 0.50 szt (<u>JAJ₊</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE₊</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1996.85 kcal; Białko ogółem: 75.5 g; Tłuszcz: 48.48 g; Kw. tł. nasy.: 20.45 g; Węglowodany ogółem: 318.33 g; W tym cukry: 34.52 g; Błonnik pok.: 13.82 g; Sól: 3.43 g; WW: 30.45 Por.: 15.12 %; 63.77 %; Ener. z T: 21.85 %; Ener. z Bł.: 1.38 %; K: 1246.7 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2025-12-11		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Pasta z twarogu i cebuli 80 g (<u>MLE,</u>), Ogórek kiszony 90 g , Roszponka 10 g ,	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u>), Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (<u>SEL,</u>), Surówka z marchwi i selera b/c (). 150 g (<u>MLE, SEL,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml , Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ,</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 , Tyrolska kiełbasa wieprzowa drobno rozdrobniona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>), Sałatka jarzynowa (*) 150 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>), Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2192.85 kcal; Białko ogółem: 87.25 g; Tłuszcz: 59 g; Kw. tł. nasy.: 14.13 g; Węglowodany ogółem: 335.32 g; W tym cukry: 49.87 g; Błonnik pok.: 32.65 g; Sól: 7.85 g; WW: 30.31 Por.: 15.92 %; 61.17 %; Ener. z T: 24.21 %; Ener. z Bł: 2.98 %; K: 4159.53 mg;

czwartek 2025-12-11			Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Makaron pełnoziarnisty na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE₊</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 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 twarogu z natką pietruszki 80 g (<u>MLE₊</u>), Pomidor 90 g, Różpionka 10 g ,		Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT₊</u>), Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (<u>SEL₊</u>), Surówka z marchwi i selera b/c (). 150 g (<u>MLE, SEL₊</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml, Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ₊</u>),		Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ₊</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Tyrolska kielbasa wieprzowa drobno rozdrobniona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ₊</u>), Sałatka jarzynowa (*) 150 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR₊</u>), Sałata zielona 20 g ,	
II Śniadanie: Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE₊, GOR₊</u>), Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ₊</u>), Sałata zielona 5 g, Masło extra 82% 5 g (<u>MLE₊</u>),		Podwieczorek: Koktajl z jagód * b/c 250 g (<u>MLE₊</u>),		Posiłek nocny: Masło extra 82% 5 g (<u>MLE₊</u>), Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ₊</u>), Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej 25 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR₊</u>), Pomidor 15 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2528.85 kcal; Białko ogółem: 110.64 g; Tłuszcz: 74.6 g; Kw. tł. nasy.: 23.96 g; Węglowodany ogółem: 374.22 g; W tym cukry: 60.36 g; Błonnik pok.: 51.68 g; Sól: 8.77 g; WW: 32.36 Por.: 17.5 %; 59.19 %; Ener. z T: 26.55 %; Ener. z Bł.: 4.09 %; K: 5543.8 mg;

czwartek 2025-12-11			Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>), Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (<u>MLE,</u>), Pomidor 90 g, Roszponka 10 g,		Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (<u>SEL,</u>), Seler z pietruszką gotowany z olejem () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml, Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ,</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, Tyrolska kielbasa wieprzowa drobno rozdrobniona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>), Sałatka jarzynowa - dieta ()* 150 g (<u>MLE, SEL,</u>), Sałata zielona 20 g,	
				Posiłek nocny: Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2208.11 kcal; Białko ogółem: 89.56 g; Tłuszcz: 49.54 g; Kw. tł. nasy.: 11.54 g; Węglowodany ogółem: 357.19 g; W tym cukry: 51.26 g; Błonnik pok.: 29.6 g; Sól: 5.65 g; WW: 32.8 Por.: 16.22 %; 64.7 %; Ener. z T: 20.19 %; Ener. z Bł.: 2.68 %; K: 4438.93 mg;

czwartek 2025-12-11		Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu	
Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>), Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (<u>MLE,</u>), Pomidor b/skórki 90 g , Roszponka 10 g ,	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (<u>SEL,</u>), Seler z pietruszką gotowany z olejem () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml , Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ,</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 , Tyrolska kiełbasa wieprzowa drobno rozdrobniona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>), Sałatka jarzynowa - dieta ()* 150 g (<u>MLE, SEL,</u>), Sałata zielona 20 g ,	
		Posiłek nocny: Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2207.38 kcal; Białko ogółem: 89.54 g; Tłuszcz: 49.54 g; Kw. tł. nasy.: 11.54 g; Węglowodany ogółem: 357.02 g; W tym cukry: 51.15 g; Błonnik pok.: 29.56 g; Sól: 5.64 g; WW: 32.79 Por.; : 16.23 %; : 64.7 %; Ener. z T: 20.2 %; Ener. z Bł.: 2.68 %; K: 4428.05 mg;

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, Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>),	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>), Jabłka prażone b/c 150 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2163.19 kcal; Białko ogółem: 107.43 g; Tłuszcz: 78.77 g; Kw. tł. nasy.: 35.61 g; Węglowodany ogółem: 272.9 g; W tym cukry: 50.26 g; Błonnik pok.: 33.67 g; Sól: 3.83 g; WW: 23.68 Por; : 19.87 %; : 50.46 %; Ener. z T: 32.77 %; Ener. z Bł.: 3.11 %; K: 5673.83 mg;

czwartek 2025-12-11 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
Zacierka na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</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 w siatce- wieprzowa, parzona, wędzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>), Pomidor 90 g, Roszponka 10 g,	Ziemniaczana *(bez mleka) () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (<u>SEL</u>), Seler z pietruszką gotowany z olejem () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml, Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</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, Tyrolska kielbasa wieprzowa drobno rozdrobniona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>), Sałatka jarzynowa - dieta (bez mleka) () 150 g (<u>SEL</u>), Sałata zielona 20 g,
		Posiłek nocny: Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2 l 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1998.29 kcal; Białko ogółem: 69.18 g; Tłuszcz: 49.14 g; Kw. tł. nasy.: 10.04 g; Węglowodany ogółem: 335.36 g; W tym cukry: 50.95 g; Błonnik pok.: 32.63 g; Sól: 6.61 g; WW: 30.3 Por; : 13.85 %; : 67.13 %; Ener. z T: 22.13 %; Ener. z Bł.: 3.27 %; K: 4083.49 mg;

czwartek 2025-12-11 Jadłospis dla diety: PUŁ- Specjalna		
Zacierka na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Bułka pszenna 50g 2. x 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>), Pasta z twarogu z natką pietruszki 100 g (<u>MLE</u>), Miód (25g) 1 szt, Jabłka prażone b/c 150 g, Roszponka 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Koperkowa z ryżem (bez soli)* 400 ml (<u>MLE, SEL</u>), Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (<u>SEL</u>), Marchew gotowana z olejem (bez soli)* 100 g, Kisiel o smaku wiśniowym b/c 250 ml, Kompot owocowy* 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>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,
		Posiłek nocny: Kalafior gotowany (bez soli)* 70 g, Wafle ryżowe 40 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2040.52 kcal; Białko ogółem: 77.93 g; Tłuszcz: 47.85 g; Kw. tł. nasy.: 20.76 g; Węglowodany ogółem: 328.6 g; W tym cukry: 44.04 g; Błonnik pok.: 18.87 g; Sól: .96 g; WW: 31.02 Por; : 15.28 %; : 64.41 %; Ener. z T: 21.1 %; Ener. z Bł.: 1.85 %; K: 1533.64 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2025-12-12 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Kasza manna na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u>), Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JĘCZ</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, Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), Dżem 25 g 1 szt, Jabłko 150 g ,	Dyniowa z makaronem* 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (<u>RYB</u>), Salátka z kapusty czerwonej z olejem () b/c 100 g , Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), Salátka z pomidorów i koperku 100 g ,
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2190.63 kcal; Białko ogółem: 108.08 g; Tłuszcz: 61.38 g; Kw. tł. nasy.: 19.51 g; Węglowodany ogółem: 318.14 g; W tym cukry: 75.28 g; Błonnik pok.: 30.4 g; Sól: 8.08 g; WW: 28.85 Por; : 19.73 %; : 58.09 %; Ener. z T: 25.22 %; Ener. z Bł.: 2.78 %; K: 5119.17 mg;		
piątek 2025-12-12 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU JĘCZ</u>), Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JĘCZ</u>), Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE</u>), Jabłko 150 g , Salata zielona 20 g ,	Dyniowa z makaronem pełnoziarnistym* 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba gotowana (Morszczuk) 80 g (<u>RYB</u>), Salátka z kapusty czerwonej z olejem () b/c 100 g , Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), Salátka z pomidorów i koperku 100 g ,
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Salata zielona 5 g , Ser żółty 25 g (<u>MLE</u>), Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ</u>),	Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2303.54 kcal; Białko ogółem: 125.82 g; Tłuszcz: 61.38 g; Kw. tł. nasy.: 19.42 g; Węglowodany ogółem: 330.07 g; W tym cukry: 65.95 g; Błonnik pok.: 39.21 g; Sól: 8.05 g; WW: 29.21 Por; : 21.85 %; : 57.31 %; Ener. z T: 23.98 %; Ener. z Bł.: 3.4 %; K: 5810.74 mg;		
piątek 2025-12-12 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Kasza manna na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u>), Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JĘCZ</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>), Dżem 25 g 1 szt , Jabłka prażone b/c 150 g ,	Dyniowa z makaronem* 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba gotowana (Morszczuk) 80 g (<u>RYB</u>), Szpinak gotowany z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), Salátka z pomidorów i koperku 100 g ,
		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2079.78 kcal; Białko ogółem: 103.19 g; Tłuszcz: 43.85 g; Kw. tł. nasy.: 11.33 g; Węglowodany ogółem: 329.27 g; W tym cukry: 53.32 g; Błonnik pok.: 21.11 g; Sól: 7.35 g; WW: 30.86 Por; : 19.85 %; : 63.33 %; Ener. z T: 18.98 %; Ener. z Bł.: 2.03 %; K: 4032.41 mg;		
piątek 2025-12-12 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
Kasza manna na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u>), Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JĘCZ</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>), Dżem 25 g 1 szt , Jabłka prażone b/c 150 g ,	Dyniowa z makaronem* 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba gotowana (Morszczuk) 80 g (<u>RYB</u>), Szpinak gotowany z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE</u>), Salátka z pomidorów i koperku 100 g ,
		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2027.92 kcal; Białko ogółem: 103.5 g; Tłuszcz: 37.69 g; Kw. tł. nasy.: 8.69 g; Węglowodany ogółem: 329.83 g; W tym cukry: 52.47 g; Błonnik pok.: 21.05 g; Sól: 6.95 g; WW: 30.96 Por; : 20.41 %; : 65.06 %; Ener. z T: 16.73 %; Ener. z Bł.: 2.08 %; K: 3876.74 mg;		
piątek 2025-12-12 Jadłospis dla diety: PUŁ- 12 Papkowata		
Miks śniadaniowy przecierana (PUŁ) 500 ml (<u>GLU 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 ,

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: 2081.66 kcal; Białko ogółem: 108.05 g; Tłuszcz: 79 g; Kw. tł. nasy.: 35 g; Węglowodany ogółem: 249.67 g; W tym cukry: 48.89 g; Błonnik pok.: 29.17 g; Sól: 6.21 g; WW: 21.83 Por; : 20.76 %; : 47.98 %; Ener. z T: 34.16 %; Ener. z Bł.: 2.8 %; K: 5561.54 mg;

piątek 2025-12-12 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
Kasza manna na wywarze jarzynowym* 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</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 Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ</u>), Dżem 25 g 1 szt , Jabłka prażone b/c 150 g ,	Dyniowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba gotowana (Morszczuk) 80 g (<u>RYB</u>), Szpinak gotowany z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g ,
		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1883.52 kcal; Białko ogółem: 84.7 g; Tłuszcz: 42.42 g; Kw. tł. nasy.: 9.81 g; Węglowodany ogółem: 301.84 g; W tym cukry: 28.92 g; Błonnik pok.: 21.99 g; Sól: 7.92 g; WW: 28.01 Por; : 17.99 %; : 64.1 %; Ener. z T: 20.27 %; Ener. z Bł.: 2.33 %; K: 3026.32 mg;

piątek 2025-12-12 Jadłospis dla diety: PUŁ- Specjalna		
Kasza manna na wywarze jarzynowym* 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), 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>), Dżem 25 g 1 szt , Jabłka prażone b/c 200 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 250 ml , Kalafiorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Ryba gotowana (Morszczuk) 80 g (<u>RYB</u>), Ryż na sypko 200 g , Bukiet warzyw gotowanych królewski* (bez soli) 100 g , Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Kompot owocowy* 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>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Roszponka 10 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,
		Posiłek nocny: Biskopity b/ml 30 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1902.11 kcal; Białko ogółem: 77.36 g; Tłuszcz: 38.2 g; Kw. tł. nasy.: 15.13 g; Węglowodany ogółem: 314.17 g; W tym cukry: 34.68 g; Błonnik pok.: 12.34 g; Sól: 1.61 g; WW: 30.21 Por; : 16.27 %; : 66.07 %; Ener. z T: 18.08 %; Ener. z Bł.: 1.3 %; K: 894.23 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2025-12-13 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Ryż na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Parówki cieszynki- węd. wp. homog. wędz. parz 80 g (<u>SOJ, SEL</u>), Musztarda 10 g (<u>GOR</u>), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i olejem* 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>), Wątróbka wieprzowa duszona w sosie własnym 180 g (<u>GLU PSZ</u>), Surówka wielowarzywna z olejem b/c 100 g (<u>SEL</u>), Kalaflor gotowany* 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, 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 Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u>), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
		Posiłek nocny: Banan 120 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2403.39 kcal; Białko ogółem: 107.02 g; Tłuszcz: 74.57 g; Kw. tł. nasy.: 15.58 g; Węglowodany ogółem: 342.2 g; W tym cukry: 63 g; Błonnik pok.: 34.94 g; Sól: 8.78 g; WW: 30.88 Por: : 17.81 %; : 56.95 %; Ener. z T: 27.92 %; Ener. z Bł.: 2.91 %; K: 4135.9 mg;

sobota 2025-12-13 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 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 Familijna wieprzowa, z dodatkiem wody i białka wp z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, MLE</u>), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i olejem* 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>), Gulasz wieprzowy- dieta 180 g (<u>GLU PSZ</u>), Surówka wielowarzywna z olejem b/c 100 g (<u>SEL</u>), Kalaflor gotowany* 100 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u>), Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u>), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml ,	Podwieczorek: Chleb Graham 25 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 0.50 szt , Twarożek 30 g (<u>MLE</u>), Pomidor 15 g ,	Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2320.33 kcal; Białko ogółem: 114.38 g; Tłuszcz: 59.25 g; Kw. tł. nasy.: 12.55 g; Węglowodany ogółem: 351.61 g; W tym cukry: 68.03 g; Błonnik pok.: 43.05 g; Sól: 8.04 g; WW: 30.92 Por: : 19.72 %; : 60.61 %; Ener. z T: 22.98 %; Ener. z Bł.: 3.71 %; K: 4384.4 mg;

sobota 2025-12-13 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Ryż na mleku/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 kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka Familijna wieprzowa, z dodatkiem wody i białka wp z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, MLE</u>), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i olejem* 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>MLE, SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>), Gulasz wieprzowy- dieta 180 g (<u>GLU PSZ</u>), Buraczki gotowane () 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 , Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u>), Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g ,
		Posiłek nocny: Banan 120 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2122.85 kcal; Białko ogółem: 98.06 g; Tłuszcz: 46.82 g; Kw. tł. nasy.: 10.48 g; Węglowodany ogółem: 340.2 g; W tym cukry: 73.13 g; Błonnik pok.: 28.48 g; Sól: 7.18 g; WW: 31.25 Por: : 18.48 %; : 64.1 %; Ener. z T: 19.85 %; Ener. z Bł.: 2.68 %; K: 4423.58 mg;

sobota 2025-12-13 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
Ryż na mleku/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 kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka Familijna wieprzowa, z dodatkiem wody i białka wp z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, MLE</u>), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i olejem* 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>MLE, SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>), Gulasz wieprzowy- dieta 180 g (<u>GLU PSZ</u>), Buraczki gotowane () 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 , Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u>), Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g ,
		Posiłek nocny: Banan 120 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2122.85 kcal; Białko ogółem: 98.06 g; Tłuszcz: 46.82 g; Kw. tł. nasy.: 10.48 g; Węglowodany ogółem: 340.2 g; W tym cukry: 73.13 g; Błonnik pok.: 28.48 g; Sól: 7.18 g; WW: 31.25 Por: : 18.48 %; : 64.1 %; Ener. z T: 19.85 %; Ener. z Bł.: 2.68 %; K: 4423.58 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-12-13			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 pomidorowy 250 ml ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2076.66 kcal; Białko ogółem: 107.55 g; Tłuszcz: 78.25 g; Kw. tł. nasy.: 34.88 g; Węglowodany ogółem: 251.67 g; W tym cukry: 55.39 g; Błonnik pok.: 31.92 g; Sól: 4.92 g; WW: 21.83 Por.; 20.72 %; 48.48 %; Ener. z T: 33.91 %; Ener. z Bł.: 3.07 %; K: 6211.54 mg;

sobota 2025-12-13		
Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
Ryż na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL₁</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ</u>, <u>GLU ŻYT₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szyunka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (<u>SOJ₁</u>), Salátka z dyni pieczonej, natką pietruszki i olejem* 80 g , Salata zielona 20 g ,	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)*() 400 ml (<u>SEL₁</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ₁</u>), Gulasz wieprzowy- dieta 180 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Buraczki gotowane () 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 , Szyunka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ₁</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ₁</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Mix salát 20 g ,
		Posiłek nocny: Banan 120 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1988.13 kcal; Białko ogółem: 81.53 g; Tłuszcz: 47.85 g; Kw. tł. nasy.: 11.53 g; Węglowodany ogółem: 321.67 g; W tym cukry: 56.71 g; Błonnik pok.: 30.02 g; Sól: 6.66 g; WW: 29.22 Por.; 16.4 %; 64.72 %; Ener. z T: 21.66 %; Ener. z Bł.: 3.02 %; K: 3920.91 mg;

sobota 2025-12-13			Jadłospis dla diety: PUŁ- Specjalna		
Ryż na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL₁</u>), Bułka pszenna 50g 2. x 1 szt (<u>GLU PSZ₁</u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE₁</u>), Twarożek na słodko 100 g (<u>MLE₁</u>), Miód (25g) 1 szt, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,		Grycikowa (bez soli)* 400 ml (<u>GLU PSZ₁</u>, <u>SEL₁</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ₁</u>), Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (<u>GLU PSZ₁</u>, <u>SOJ₁</u>, <u>SEL₁</u>), Marchew gotowana z olejem* 100 g, Kisiel o smaku cytrynowym b/c 250 ml , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,		Bułka pszenna 50g 2. x 1 szt (<u>GLU PSZ₁</u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE₁</u>), Sałatka z ryżu i kalafiora - dieta 120 g (<u>MLE₁</u>, <u>SEL₁</u>), Szyunka Konserwowa drobiowa z dodatkami surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ₁</u>), Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	
				Posiłek nocny: Jabłka prażone b/c 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1907.94 kcal; Białko ogółem: 54.52 g; Tłuszcz: 39.18 g; Kw. tł. nasy.: 16.43 g; Węglowodany ogółem: 342.66 g; W tym cukry: 43.11 g; Błonnik pok.: 23.24 g; Sól: 2.49 g; WW: 32.02 Por.; 11.43 %; 71.84 %; Ener. z T: 18.48 %; Ener. z Bł.: 2.44 %; K: 1409.81 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2025-12-14 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
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>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (<u>MLE,</u>), Papryka świeża 80 g , Salata zielona 20 g ,	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 120 g , Surówka Colesław b/c () 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR,</u>), Brokuł gotowany* 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ,</u>), Salátka z pomidorów i koperku 100 g ,
		Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2009.31 kcal; Białko ogółem: 105.17 g; Tłuszcz: 56.45 g; Kw. tł. nasy.: 14.9 g; Węglowodany ogółem: 286.69 g; W tym cukry: 57.97 g; Błonnik pok.: 28.87 g; Sól: 7.55 g; WW: 25.88 Por; : 20.94 %; : 57.07 %; Ener. z T: 25.29%; Ener. z Bł.: 2.87 %; K: 4436.74 mg;

niedziela 2025-12-14 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 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (<u>MLE,</u>), Papryka świeża 80 g , Salata zielona 20 g ,	Rosół z makaronem pełnoziarnistym * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 120 g , Surówka Colesław b/c () 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR,</u>), Brokuł gotowany* 100 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ,</u>), Salátka z pomidorów i koperku 100 g ,
II Śniadanie: Surówka z marchwi i jabłka b/c () 150 g (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: Koktajl z jagód * b/c 200 g (<u>MLE,</u>),	Posiłek nocny: Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE,</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2175.34 kcal; Białko ogółem: 122.1 g; Tłuszcz: 64.08 g; Kw. tł. nasy.: 19.37 g; Węglowodany ogółem: 298.3 g; W tym cukry: 69.24 g; Błonnik pok.: 40.48 g; Sól: 7.99 g; WW: 25.89 Por; : 22.45 %; : 54.85 %; Ener. z T: 26.51%; Ener. z Bł.: 3.72 %; K: 5849.36 mg;

niedziela 2025-12-14 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Płatki pszenne 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 , Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (<u>MLE,</u>), Salata zielona 20 g , Jabłko pieczone 150 g ,	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 120 g , Brokuł gotowany* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ,</u>), Salátka z pomidorów i koperku 100 g ,
		Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2062.52 kcal; Białko ogółem: 106.78 g; Tłuszcz: 53.02 g; Kw. tł. nasy.: 14.47 g; Węglowodany ogółem: 303.13 g; W tym cukry: 65.83 g; Błonnik pok.: 22.64 g; Sól: 6.54 g; WW: 28.06 Por; : 20.71 %; : 58.79 %; Ener. z T: 23.14 %; Ener. z Bł.: 2.2 %; K: 4281.75 mg;

niedziela 2025-12-14 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 , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (<u>MLE,</u>), Salata zielona 20 g , Jabłko pieczone 150 g ,	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 120 g , Brokuł gotowany* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ,</u>), Salátka z pomidorów i koperku 100 g ,
		Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2062.52 kcal; Białko ogółem: 106.78 g; Tłuszcz: 53.02 g; Kw. tł. nasy.: 14.47 g; Węglowodany ogółem: 303.13 g; W tym cukry: 65.83 g; Błonnik pok.: 22.64 g; Sól: 6.54 g; WW: 28.06 Por; : 20.71 %; : 58.79 %; Ener. z T: 23.14 %; Ener. z Bł.: 2.2 %; K: 4281.75 mg;

niedziela 2025-12-14 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 ,
Wydruk z MAPI Jadłospis 2.24.1.17		strona 18 z 19

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2096.66 kcal; Białko ogółem: 106.75 g; Tłuszcz: 78.55 g; Kw. tł. nasy.: 35.05 g; Węglowodany ogółem: 255.17 g; W tym cukry: 60.89 g; Błonnik pok.: 29.17 g; Sól: 3.78 g; WW: 22.38 Por; : 20.37 %; : 48.68 %; Ener. z T: 33.72 %; Ener. z Bł.: 2.78 %; K: 5561.54 mg;

niedziela 2025-12-14 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SEL</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka w siatce- wieprzowa, parzona, wędzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SOJ</u>), Sałatka zielona 20 g , Jabłko pieczone 150 g ,	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 120 g , Brokuł gotowany* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Połędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ</u>), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g ,
		Posiłek nocny: Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1911.28 kcal; Białko ogółem: 89.85 g; Tłuszcz: 49.68 g; Kw. tł. nasy.: 12.53 g; Węglowodany ogółem: 287.33 g; W tym cukry: 48.46 g; Błonnik pok.: 23.18 g; Sól: 7.46 g; WW: 26.4 Por; : 18.8 %; : 60.13 %; Ener. z T: 23.4 %; Ener. z Bł.: 2.43 %; K: 3614.03 mg;

niedziela 2025-12-14 Jadłospis dla diety: PUŁ- Specjalna		
Kasza manna na wywarze jarzynowym* 300 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SEL</u>), Bułka pszenna 50g 2. x 1 szt (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>), Twarożek z szynką drobiowo wieprz 100 g (<u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), Marchew gotowana z olejem (bez soli)* 70 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	Bulion warzywny z makaronem * 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SEL</u>), Schab pieczony w rękawie 80 g , Sos własny () 100 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SEL</u>), Makaron 150 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem (bez soli)* 100 g (<u>SEL</u>), Kisiel o smaku cytrynowym b/c 250 ml , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Bułka pszenna 50g 2. x 1 szt (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>), Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE</u>), Rukola 10 g , Miód (25g) 1 szt , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,
		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt, Wafle ryżowe 40 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1924.22 kcal; Białko ogółem: 86.66 g; Tłuszcz: 41.93 g; Kw. tł. nasy.: 16.48 g; Węglowodany ogółem: 301.38 g; W tym cukry: 36 g; Błonnik pok.: 14.54 g; Sól: 1.62 g; WW: 28.66 Por; : 18.02 %; : 62.65 %; Ener. z T: 19.61 %; Ener. z Bł.: 1.51 %; K: 1342.76 mg;