

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2025-12-15</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa</b>		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml ( <u>MLE<sub>t</sub></u> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLUPSZ</u> , <u>GLU ŻYT<sub>t</sub></u> ), Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ<sub>t</sub></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<sub>t</sub></u> ), Sałata zielona 20 g , Pomidor 80 g ,	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 400 ml ( <u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL<sub>t</sub></u> ), Naleśniki z serem. 200 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE<sub>t</sub></u> ), Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g ( <u>MLE<sub>t</sub></u> ), Jabłko 1 szt 1 szt , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT<sub>t</sub></u> ), Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ<sub>t</sub></u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 80 g ( <u>SEL<sub>t</sub></u> ), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Rogal maślany 50g. 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE<sub>t</sub></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;

<b>poniedziałek 2025-12-15</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>GLU JĘCZ<sub>t</sub></u> ), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ<sub>t</sub></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<sub>t</sub></u> ), Sałata zielona 20 g , Pomidor 80 g ,	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 400 ml ( <u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL<sub>t</sub></u> ), Ryż na sypko (brązowy) 200 g , Sos jogurtowo truskawkowy*b/c 100 g ( <u>MLE<sub>t</sub></u> ), Twaróg półtłusty 100 g ( <u>MLE<sub>t</sub></u> ), Jabłko 1 szt 1 szt , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ<sub>t</sub></u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 80 g ( <u>SEL<sub>t</sub></u> ), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,
<b>II Śniadanie:</b> Budyń o smaku waniliowym/p b/c 200 ml ( <u>MLE<sub>t</sub></u> ),	<b>Podwieczorek:</b> Chleb Graham 25 g ( <u>GLU PSZ<sub>t</sub></u> ), Hummus 30 g ( <u>SEZ<sub>t</sub></u> ), Pomidor 15 g ,	<b>Posiłek nocny:</b> Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ<sub>t</sub></u> ), Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 25 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>GOR<sub>t</sub></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;

<b>poniedziałek 2025-12-15</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna</b>		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml ( <u>MLE<sub>t</sub></u> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ<sub>t</sub></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<sub>t</sub></u> ), Warzywa pieczone 100 g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml ( <u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL<sub>t</sub></u> ), Ryż na sypko 200 g , Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g ( <u>MLE<sub>t</sub></u> ), Twaróg półtłusty 100 g ( <u>MLE<sub>t</sub></u> ), Banan 120 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ<sub>t</sub></u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 80 g ( <u>SEL<sub>t</sub></u> ), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Rogal maślany 50g. 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE<sub>t</sub></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

<b>poniedziałek 2025-12-15      Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu</b>		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ<sub>1</sub></u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatkiem mięsa wp 50 g ( <u>SOJ, MLE<sub>1</sub></u> ), Warzywa pieczone 100 g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL<sub>1</sub></u> ), Ryż na sypko 200 g , Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Twaróg półtłusty 100 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Banan 120 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ<sub>1</sub></u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 80 g ( <u>SEL<sub>1</sub></u> ), Pomidor b/skórki 90 g , Roszponka 10 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Rogal maślany 50g. 1 szt ( <u>GLU PSZ<sub>1</sub>, JAJ, MLE<sub>1</sub></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;

<b>poniedziałek 2025-12-15      Jadłospis dla diety: PUŁ- 12 Papkowata</b>		
Miks śniadaniowy przecierana (PUŁ) 500 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE<sub>1</sub></u> ), Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ),	Miks obiad przecierana*(PUŁ) 500 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL<sub>1</sub></u> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Miks obiad przecierana*(PUŁ) 500 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL<sub>1</sub></u> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Miks obiad przecierana*(PUŁ) 500 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL<sub>1</sub></u> ), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt ,

**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;

<b>poniedziałek 2025-12-15      Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna</b>		
Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 400 ml ( <u>SEL<sub>1</sub></u> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ<sub>1</sub></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<sub>1</sub></u> ), Warzywa pieczone 100 g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL<sub>1</sub></u> ), Ryż na sypko 200 g , Klopsik drobiowy z udźca 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ<sub>1</sub></u> ), Sos ziołowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL<sub>1</sub></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>GLU PSZ<sub>1</sub></u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 80 g ( <u>SEL<sub>1</sub></u> ), Pomidor b/skórki 90 g , Roszponka 10 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Bułka pszenna długa krojona 30 g ( <u>GLU PSZ<sub>1</sub></u> ), Połędwica Ani-produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków , parzony , w osłonce niejadalnej 25 g ( <u>SOJ<sub>1</sub></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;

<b>poniedziałek 2025-12-15      Jadłospis dla diety: PUŁ- Specjalna</b>		
Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 400 ml ( <u>SEL<sub>1</sub></u> ), Bułka pszenna 50g 2. x 1 szt ( <u>GLU PSZ<sub>1</sub></u> ), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Twarożek 100 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Roszponka 10 g ,	Koperkowa z makaronem (bez soli)* 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL<sub>1</sub></u> ), Ryż na sypko 200 g , Kotleć z jaj-pieczony 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ<sub>1</sub></u> ), Kalafior gotowany* 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<sub>1</sub></u> ), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 80 g ( <u>SEL<sub>1</sub></u> ), Sałata zielona 20 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,
<b>II Śniadanie:</b> Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml ,	<b>Podwieczorek:</b> Marchwianka 300 ml ,	<b>Posiłek nocny:</b> Jabłko pieczone 150 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2060.19 kcal; Białko ogółem: 70.62 g; Tłuszcz: 54.31 g; Kw. tł. nasy.: 18.74 g; Węglowodany ogółem: 328.24 g; W tym cukry: 67.95 g; Błonnik pok.: 20.64 g; Sól: 1.75 g; WW: 30.72 Por; : 13.71 %; : 63.73 %; Ener. z T: 23.73 %; Ener. z Bł.: 2 %; K: 1831.15 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>wtorek 2025-12-16</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa</b>		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml ( <b>MLE, GLU JECZ.</b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ), Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 80 g ( <b>SOJ.</b> ), Pomarańcza 150 g , Sałata lodowa 20 g ,	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 200 g , Kotlet drobiowy panierowany 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ), Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g , Marchew oprószana z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ), Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w ostonce niejadalnej 30 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</b> ), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2169.73 kcal; Białko ogółem: 83.05 g; Tłuszcz: 69.92 g; Kw. tł. nasy.: 11.38 g; Węglowodany ogółem: 316.06 g; W tym cukry: 53.55 g; Błonnik pok.: 30.52 g; Sól: 6.7 g; WW: 28.62 Por; : 15.31 %; : 58.27 %; Ener. z T: 29 %; Ener. z Bł.: 2.81 %; K: 4033.55 mg;

<b>wtorek 2025-12-16</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml ( <b>MLE, GLU JECZ.</b> ), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 80 g ( <b>SOJ.</b> ), Pomarańcza 150 g , Sałata lodowa 20 g ,	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 200 g , Filet z kurczaka gotowany 80 g , Sos pietruszkowy 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ), Surówka wykwinna z olejem b/c 150 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w ostonce niejadalnej 30 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</b> ), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> Jogurt naturalny z musem jabłkowym b/c 150 g ( <b>MLE.</b> ),	<b>Podwieczorek:</b> Chleb Graham 25 g ( <b>GLU PSZ.</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Ser żółty 30 g ( <b>MLE.</b> ), Sałata zielona 10 g ,	<b>Posiłek nocny:</b> Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE.</b> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2307.71 kcal; Białko ogółem: 111.21 g; Tłuszcz: 80.1 g; Kw. tł. nasy.: 20.81 g; Węglowodany ogółem: 303.52 g; W tym cukry: 66.76 g; Błonnik pok.: 34.08 g; Sól: 7.52 g; WW: 26.97 Por; : 19.28 %; : 52.61 %; Ener. z T: 31.24 %; Ener. z Bł.: 2.95 %; K: 4945.92 mg;

<b>wtorek 2025-12-16</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna</b>		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml ( <b>MLE, GLU JECZ.</b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ), Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 80 g ( <b>SOJ.</b> ), Pomarańcza 150 g , Sałata lodowa 20 g ,	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 200 g , Filet z kurczaka gotowany 80 g , Sos pietruszkowy 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ), Marchew oprószana z olejem* 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w ostonce niejadalnej 30 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</b> ), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2006.56 kcal; Białko ogółem: 88.27 g; Tłuszcz: 49.75 g; Kw. tł. nasy.: 9.84 g; Węglowodany ogółem: 313.34 g; W tym cukry: 51.86 g; Błonnik pok.: 24.52 g; Sól: 6.48 g; WW: 28.96 Por; : 17.6 %; : 62.46 %; Ener. z T: 22.31 %; Ener. z Bł.: 2.44 %; K: 3914.9 mg;

<b>wtorek 2025-12-16</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu</b>		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml ( <b>MLE, GLU JECZ.</b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ), Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 80 g ( <b>SOJ.</b> ), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt , Sałata lodowa 20 g ,	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 200 g , Filet z kurczaka gotowany 80 g , Sos pietruszkowy 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ), Marchew oprószana z olejem* 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twaróg półtłusty 50 g ( <b>MLE.</b> ), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w ostonce niejadalnej 30 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</b> ), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,

## Jadłospisy dla oddziałów

		<b>Posiłek nocny:</b> Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt ,
--	--	---

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2134.56 kcal; Białko ogółem: 93.47 g; Tłuszcz: 48.1 g; Kw. tł. nasy.: 9.92 g; Węglowodany ogółem: 344.24 g; W tym cukry: 54.66 g; Błonnik pok.: 26.32 g; Sól: 7.1 g; WW: 31.96 Por; : 17.52 %; : 64.51 %; Ener. z T: 20.28 %; Ener. z Bł.: 2.47 %; K: 3897.9 mg;

wtorek 2025-12-16 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: PUŁ- 12 Papkowata</span>		
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 ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Miks obiad przecierana*(PUŁ) 500 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL,</u> ), Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2107.66 kcal; Białko ogółem: 106.15 g; Tłuszcz: 77.95 g; Kw. tł. nasy.: 34.95 g; Węglowodany ogółem: 260.37 g; W tym cukry: 48.89 g; Błonnik pok.: 29.37 g; Sól: 3.77 g; WW: 22.88 Por; : 20.15 %; : 49.41 %; Ener. z T: 33.29 %; Ener. z Bł.: 2.79 %; K: 5561.54 mg;

wtorek 2025-12-16 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna</span>		
Płatki jęczminne na wywarze jarzynowym 400 ml ( <u>SEL, GLU JEĆZ,</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, Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 80 g ( <u>SOJ,</u> ), Pomarańcza 150 g , 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> ), Szynekowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g , Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1819.67 kcal; Białko ogółem: 77.35 g; Tłuszcz: 43.28 g; Kw. tł. nasy.: 8.22 g; Węglowodany ogółem: 293.7 g; W tym cukry: 35.08 g; Błonnik pok.: 26.68 g; Sól: 6.22 g; WW: 26.72 Por; : 17 %; : 64.56 %; Ener. z T: 21.41 %; Ener. z Bł.: 2.93 %; K: 3378.63 mg;

wtorek 2025-12-16 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: PUŁ- Specjalna</span>		
Ryż na wywarze jarzynowym 400 ml ( <u>SEL,</u> ), Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE,</u> ), Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 80 g ( <u>SOJ,</u> ), Sałata zielona 20 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ), Ryż na sypko 200 g , Filet z kurczaka gotowany 80 g , Marchew gotowana* 100 g , Kisiel o smaku cytrynowym b/c 250 ml , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml ,	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLUPSZ,</u> ), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <u>MLE,</u> ), Twaróg półtłusty 100 g ( <u>MLE,</u> ), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,
II Śniadanie: Jabłko 200 g , Kisiel o smaku cytrynowym b/c 250 ml ,	<b>Podwieczorek:</b> Chleb Graham 110 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 20 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u> ), Sałata zielona 20 g ,	<b>Posiłek nocny:</b> Bułka pszenna 50g 2. x 1 szt ( <u>GLU PSZ,</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ), Szynek z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalnej 30 g ( <u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,</u> ), Rukola 10 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2751.03 kcal; Białko ogółem: 103.01 g; Tłuszcz: 64.82 g; Kw. tł. nasy.: 28.8 g; Węglowodany ogółem: 450.33 g; W tym cukry: 92.88 g; Błonnik pok.: 26.45 g; Sól: 6.01 g; WW: 42.57 Por; : 14.98 %; : 65.48 %; Ener. z T: 21.21 %; Ener. z Bł.: 1.92 %; K: 2168.53 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>środa 2025-12-17</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa</b>		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ), Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 50 g ( <b>MLE.</b> ), Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g ( <b>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.</b> ), Pomidor 90 g , Rukola 10 g ,	Kapuśniak z kapusty kiszzonej (*) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, GOR.</b> ), Kasza gryczana 200 g , Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ), Sos jarzynowy * 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ), 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 ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ), Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Paprykarz szczeciński 80 g ( <b>RYB, SOJ.</b> ), Sałata zielona 20 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> 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 Bł.: 3.34 %; K: 4876.82 mg;

<b>środa 2025-12-17</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 50 g ( <b>MLE.</b> ), Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g ( <b>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.</b> ), Pomidor 90 g , Rukola 10 g ,	Ziemniaczana * () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ), Kasza gryczana 200 g , Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ), Sos jarzynowy * 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ), 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 ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ), Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Paprykarz szczeciński 80 g ( <b>RYB, SOJ.</b> ), Sałata zielona 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> Sałatka jarzynowa - dieta (*) 100 g ( <b>MLE, SEL.</b> ),	<b>Podwieczorek:</b> Koktajl z czarnej porzeczki* b/c 150 ml ( <b>MLE.</b> ),	<b>Posiłek nocny:</b> Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ), Chleb Graham 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ), Twaróg półtłusty 25 g ( <b>MLE.</b> ), Pomidor 15 g ,

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

<b>środa 2025-12-17</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna</b>		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 50 g ( <b>MLE.</b> ), Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g ( <b>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.</b> ), Pomidor 90 g , Rukola 10 g ,	Ziemniaczana * () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ), Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ), Sos jarzynowy * 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ), Cukinia gotowana z pomidorami* 150 g , Jabłko pieczone 1szt. 1 szt , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ), Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 80 g ( <b>RYB, SEL.</b> ), Sałata zielona 20 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> 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 Bł.: 2.23 %; K: 4100.19 mg;

<b>środa 2025-12-17</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu</b>		

## Jadłospisy dla oddziałów

Platki owsiane na mleku/p 400 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 50 g ( <b>MLE.</b> ), Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g ( <b>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.</b> ), Pomidor b/skórki 90 g , Sałata zielona 10 g ,	Ziemniaczana * () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ), Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ), Sos jarzynowy * 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ), 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 ( <b>GLU PSZ.</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 80 g ( <b>RYB, SEL.</b> ), Sałata zielona 20 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> 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;

<b>środa 2025-12-17 Jadłospis dla diety: PUŁ- 12 Papkowata</b>		
Miks śniadaniowy przecierana (PUŁ) 500 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ), Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt ( <b>MLE.</b> ),	Miks obiad przecierana*(PUŁ) 500 ml ( <b>JAJ, MLE, SEL.</b> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Miks obiad przecierana*(PUŁ) 500 ml ( <b>JAJ, MLE, SEL.</b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Miks obiad przecierana*(PUŁ) 500 ml ( <b>JAJ, MLE, SEL.</b> ), Przecier owocowy-jabłko 100g 1 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2103.66 kcal; Białko ogółem: 105.75 g; Tłuszcz: 77.85 g; Kw. tł. nasy.: 34.85 g; Węglowodany ogółem: 259.17 g; W tym cukry: 61.89 g; Błonnik pok.: 29.17 g; Sól: 3.72 g; WW: 22.78 Por; : 20.11 %; : 49.28 %; Ener. z T: 33.31 %; Ener. z Bł.: 2.77 %; K: 5561.54 mg;

<b>środa 2025-12-17 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna</b>		
Platki owsiane na wywarze jarzynowym 400 ml ( <b>SEL, GLU OW.</b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g , Pomidor b/skórki 90 g , Sałata zielona 10 g ,	Ziemniaczana *(bez mleka) () 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ), Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ), Sos jarzynowy * 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ), 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 ( <b>GLU PSZ.</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 80 g ( <b>RYB, SEL.</b> ), Sałata zielona 20 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2034.22 kcal; Białko ogółem: 81.32 g; Tłuszcz: 40.95 g; Kw. tł. nasy.: 8.98 g; Węglowodany ogółem: 347.11 g; W tym cukry: 54.56 g; Błonnik pok.: 25.96 g; Sól: 5.9 g; WW: 32.09 Por; : 15.99 %; : 68.25 %; Ener. z T: 18.12 %; Ener. z Bł.: 2.55 %; K: 3300.08 mg;

<b>środa 2025-12-17 Jadłospis dla diety: PUŁ- Specjalna</b>		
Makaron na wywarze jarzynowym 400 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ), Bułka pszenna 50g 2. x 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> ), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ), Serek homo. naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ), Kalafior gotowany (bez soli)* 100 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	Ryżowa* 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ), Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ), Bukiet jarzyn gotowany z olejem (bez soli)* 100 g ( <b>SEL.</b> ), Kisiel o smaku truskawkowym b/c 250 ml , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml ,	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ), Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ), Roszponka 10 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Jabłka prażone b/c 200 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2054.25 kcal; Białko ogółem: 78.36 g; Tłuszcz: 48.1 g; Kw. tł. nasy.: 18.81 g; Węglowodany ogółem: 336.61 g; W tym cukry: 49.08 g; Błonnik pok.: 23.32 g; Sól: 2.67 g; WW: 31.22 Por; : 15.26 %; : 65.55 %; Ener. z T: 21.07 %; Ener. z Bł.: 2.27 %; K: 1540.04 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>czwartek 2025-12-18</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa</b>		
Kasza manna na mleku/p 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ), Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ,</b> ), 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 ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ), Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese z łop wp* 350 g ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ), Surówka z selera i jabłka ( ) 150 g ( <b>MLE, SEL,</b> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> ), Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek 50 g ( <b>MLE,</b> ), Szyunka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g ( <b>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,</b> ), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> 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;

<b>czwartek 2025-12-18</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml ( <b>MLE, GLU JĘCZ,</b> ), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ,</b> ), 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 ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ), Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese z łop wp* 350 g ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ), Surówka z selera i jabłka ( ) 150 g ( <b>MLE, SEL,</b> ), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> ), Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek 50 g ( <b>MLE,</b> ), Szyunka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g ( <b>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,</b> ), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> ),	<b>Podwieczorek:</b> Jabłko 150 g ,	<b>Posiłek nocny:</b> Chleb Graham 60 g ( <b>GLU PSZ,</b> ), Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE,</b> ), Jajko gotowane kl M 0.50 szt ( <b>JAJ,</b> ), 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;

<b>czwartek 2025-12-18</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna</b>		
Kasza manna na mleku/p 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ), Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ,</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatkiem mięsa wp 50 g ( <b>SOJ, MLE,</b> ), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,	Szpinakowa z ziemniakami * ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ), Makaron z sosem bolognese z łop wp-dieta* 350 g ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> ), Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek 50 g ( <b>MLE,</b> ), Szyunka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g ( <b>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,</b> ), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> 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;

<b>czwartek 2025-12-18</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu</b>		



## Jadłospisy dla oddziałów

<p>Kasza manna na mleku/p 400 ml (<b>GLU PSZ, MLE,</b>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<b>GLU PSZ,</b>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Blok drobiowy- wędlna dro. parzona z dodatkiem mięsa wp 50 g (<b>SOJ, MLE,</b>), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,</p>	<p>Szpinakowa z ziemniakami * ( ) 400 ml (<b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b>), Makaron z sosem bolognese z łop wp-dieta* 350 g (<b>GLU PSZ, SEL,</b>), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<b>GLU PSZ,</b>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek 50 g (<b>MLE,</b>), Szyunka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej 30 g (<b>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,</b>), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g ,</p>
		<p><b>Posiłek nocny:</b> Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2l 1 szt ,</p>

**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 2025-12-18 Jadłospis dla diety: PUŁ- 12 Papkowata		
<p>Miks śniadaniowy przecierana (PUŁ) 500 ml (<b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b>), Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (<b>MLE,</b>),</p>	<p>Miks obiad przecierana*(PUŁ) 500 ml (<b>JAJ, MLE, SEL,</b>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,</p>	<p>Miks obiad przecierana*(PUŁ) 500 ml (<b>JAJ, MLE, SEL,</b>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,</p>
		<p><b>Posiłek nocny:</b> Miks obiad przecierana*(PUŁ) 500 ml (<b>JAJ, MLE, SEL,</b>), Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2l 1 szt ,</p>

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2113.66 kcal; Białko ogółem: 105.75 g; Tłuszcz: 77.95 g; Kw. tł. nasy.: 34.77 g; Węglowodany ogółem: 262.17 g; W tym cukry: 67.29 g; Błonnik pok.: 29.17 g; Sól: 3.72 g; WW: 23.08 Por; : 20.01 %; : 49.61 %; Ener. z T: 33.19 %; Ener. z Bł.: 2.76 %; K: 5781.54 mg;

czwartek 2025-12-18 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
<p>Kasza manna na wywarze jarzynowym* 400 ml (<b>GLU PSZ, SEL,</b>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<b>GLU PSZ,</b>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyunka z indykami prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (<b>SOJ,</b>), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,</p>	<p>Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) ( ) 400 ml (<b>GLU PSZ, SEL,</b>), Makaron z sosem bolognese z łop wp-dieta* 350 g (<b>GLU PSZ, SEL,</b>), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<b>GLU PSZ,</b>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyunka w siatce-wieprzowa, parzona, wędzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<b>GLU PSZ, SOJ,</b>), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g ,</p>
		<p><b>Posiłek nocny:</b> Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2l 1 szt ,</p>

**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;

czwartek 2025-12-18 Jadłospis dla diety: PUŁ- Specjalna		
<p>Kasza manna na wywarze jarzynowym* 400 ml (<b>GLU PSZ, SEL,</b>), Bułka pszenna 50g 2. x 1 szt (<b>GLU PSZ,</b>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<b>MLE,</b>), Blok drobiowy- wędlna dro. parzona z dodatkiem mięsa wp 50 g (<b>SOJ, MLE,</b>), Serek homo. naturalny 100 g (<b>MLE,</b>), Roszponka 10 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,</p>	<p>Jarzynowa z makaronem # dieta 400 ml (<b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b>), Makaron z sosem bolognese z łop wp-dieta* 300 g (<b>GLU PSZ, SEL,</b>), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g , Kisiel o smaku wiśniowym b/c 250 ml , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 100 g (<b>GLU PSZ,</b>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<b>MLE,</b>), Twarożek 100 g (<b>MLE,</b>), Dżem 25 g 1 szt , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,</p>
		<p><b>Posiłek nocny:</b> Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<b>GLU PSZ,</b>), Masło extra 82% 5g (<b>MLE,</b>), Pasta warzywna* 50 g (<b>SEL,</b>),</p>

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2150.06 kcal; Białko ogółem: 95.57 g; Tłuszcz: 57.26 g; Kw. tł. nasy.: 21.69 g; Węglowodany ogółem: 317.18 g; W tym cukry: 49.5 g; Błonnik pok.: 15.51 g; Sól: 3.9 g; WW: 30.28 Por; : 17.78 %; : 59.01 %; Ener. z T: 23.97 %; Ener. z Bł.: 1.44 %; K: 1505.71 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>piątek 2025-12-19      Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa</b>		
Zacierka na mleku/p 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ), Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g ( <b>MLE,</b> ), Powidła śliwkowe 25 g , Mandarynka 150 g ,	Krupnik jęczmienny* 400 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JĘCZ,</b> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba smażona (Morszczuk) 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB,</b> ), Warzywa po grecku* 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ), Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ), Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <b>JAJ, MLE,</b> ), Ogórek kiszony 80 g , Sałata zielona 20 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Sok pomidorowy 250 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2128.77 kcal; Białko ogółem: 94.51 g; Tłuszcz: 56.57 g; Kw. tł. nasy.: 10.25 g; Węglowodany ogółem: 324.5 g; W tym cukry: 67.84 g; Błonnik pok.: 30.62 g; Sól: 8.83 g; WW: 29.33 Por; : 17.76 %; : 60.97 %; Ener. z T: 23.92 %; Ener. z Bł.: 2.88 %; K: 4708.71 mg;

<b>piątek 2025-12-19      Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>		
Makaron pełnoziarnisty na mleku/p 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g ( <b>MLE,</b> ), Mandarynka 150 g ,	Krupnik jęczmienny* 400 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JĘCZ,</b> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba pieczona (Morszczuk) 80 g ( <b>RYB,</b> ), Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 100 g , Warzywa po grecku * (bez cukru) 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <b>JAJ, MLE,</b> ), Ogórek kiszony 80 g , Sałata zielona 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 200 ml ,	<b>Podwieczorek:</b> Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE,</b> ),	<b>Posiłek nocny:</b> Sok pomidorowy 250 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2008.54 kcal; Białko ogółem: 102.35 g; Tłuszcz: 50.7 g; Kw. tł. nasy.: 10.72 g; Węglowodany ogółem: 301.52 g; W tym cukry: 65.65 g; Błonnik pok.: 34.76 g; Sól: 8.51 g; WW: 26.64 Por; : 20.38 %; : 60.05 %; Ener. z T: 22.72 %; Ener. z Bł.: 3.46 %; K: 5093.52 mg;

<b>piątek 2025-12-19      Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna</b>		
Zacierka na mleku/p 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g ( <b>MLE,</b> ), Dżem 25 g 1 szt , Mandarynka 150 g ,	Krupnik jęczmienny* 400 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JĘCZ,</b> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba pieczona (Morszczuk) 80 g ( <b>RYB,</b> ), Warzywa po grecku* 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <b>JAJ, MLE,</b> ), Sałatka z pomidorów z olejem i natką pietr 100 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Sok pomidorowy 250 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2050.52 kcal; Białko ogółem: 94.08 g; Tłuszcz: 49.13 g; Kw. tł. nasy.: 9.47 g; Węglowodany ogółem: 320.57 g; W tym cukry: 71.92 g; Błonnik pok.: 23.48 g; Sól: 5.94 g; WW: 29.75 Por; : 18.35 %; : 62.53 %; Ener. z T: 21.56 %; Ener. z Bł.: 2.29 %; K: 4691.44 mg;

<b>piątek 2025-12-19      Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu</b>		
Zacierka na mleku/p 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g ( <b>MLE,</b> ), Dżem 25 g 1 szt , Jabłko pieczone 150 g ,	Krupnik jęczmienny* 400 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JĘCZ,</b> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba pieczona (Morszczuk) 80 g ( <b>RYB,</b> ), Warzywa po grecku* 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Blok drobiowy- wędlna dro. parzona z dodatkiem mięsa wp 30 g ( <b>SOJ, MLE,</b> ), Sałatka z pomidorów z olejem i natką pietr b/skórki 100 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> 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 2025-12-19      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 ,
		<b>Posiłek nocny:</b> 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;

piątek 2025-12-19      Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
Zacierka na wywarze jarzynowym 400 ml ( <u>GLU PSZ, 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 , Szyńka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g ( <u>SOJ,</u> ), Dżem 25 g 1 szt , Mandarynka 150 g ,	Krupnik jęczmienny (bez mleka)* 400 ml ( <u>SEL, GLU JE CZ,</u> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 200 g , Ryba pieczona (Morszczuk) 80 g ( <u>RYB,</u> ), Warzywa po grecku* 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ,</u> ), Sałatka z pomidorów z olejem i natką pietr 100 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Sok pomidorowy 250 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1911.93 kcal; Białko ogółem: 81.34 g; Tłuszcz: 49.4 g; Kw. tł. nasy.: 9.96 g; Węglowodany ogółem: 298.46 g; W tym cukry: 55.02 g; Błonnik pok.: 24.39 g; Sól: 6.67 g; WW: 27.45 Por; : 17.02 %; : 62.44 %; Ener. z T: 23.25 %; Ener. z Bł.: 2.55 %; K: 3973.24 mg;

piątek 2025-12-19      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> ), Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g ( <u>MLE,</u> ), Bukiet jarzyn gotowany z olejem (bez soli)* 70 g ( <u>SEL,</u> ), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	Krupnik jęczmienny (bez mleka)* 400 ml ( <u>SEL, GLU JE CZ,</u> ), Ryba pieczona (Morszczuk) 80 g ( <u>RYB,</u> ), Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Kalafior gotowany* 100 g , Kisiel o smaku wiśniowym b/c 250 ml , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Bułka pszenna 50g 2. x 1 szt ( <u>GLU PSZ,</u> ), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE,</u> ), Twarożek 100 g ( <u>MLE,</u> ), Miód (25g) 1 szt , Jabłka prażone b/c 200 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Wafle ryżowe 40 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2124.41 kcal; Białko ogółem: 91.56 g; Tłuszcz: 44.06 g; Kw. tł. nasy.: 16.97 g; Węglowodany ogółem: 344.13 g; W tym cukry: 37.69 g; Błonnik pok.: 18.23 g; Sól: 1.53 g; WW: 32.5 Por; : 17.24 %; : 64.8 %; Ener. z T: 18.67 %; Ener. z Bł.: 1.72 %; K: 1299.78 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>sobota 2025-12-20</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa</b>		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g ( <b>GLUPSZ.</b> ), Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLUPSZ.</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Parówki cieszyński- węd. wp. homog. wędz. parz 80 g ( <b>SOJ, SEL.</b> ), Ketchup saszetka 20g 1 szt , Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g ,	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml ( <b>GLUPSZ, MLE, SEL.</b> ), Ryż na sypko (brązowy) 200 g , Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g ( <b>SEL.</b> ), Surówka z marchwi i jabłka b/c () 150 g ( <b>MLE.</b> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g ( <b>GLUPSZ.</b> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową 150 g ( <b>GLUPSZ, JAJ,                      SOJ, MLE, GOR.</b> ), Sałata zielona 20 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Chleb Graham 60 g ( <b>GLUPSZ.</b> ), Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ), Pomidor 15 g , Serek homo. naturalny 25 g ( <b>MLE.</b> ),

**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;

<b>sobota 2025-12-20</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g ( <b>GLUPSZ.</b> ), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLUPSZ.</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka luksusowa- wp. z kawałków mięsa, wędzona, parzona z dodatkiem białka mleka 50 g ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL,                      GOR.</b> ), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g ,	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml ( <b>GLUPSZ, MLE, SEL.</b> ), Ryż na sypko (brązowy) 200 g , Potrawka drobiowa z warzywami * 180 g ( <b>GLUPSZ, SEL.</b> ), Surówka z marchwi i jabłka b/c () 150 g ( <b>MLE.</b> ), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g ( <b>GLUPSZ.</b> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Sałata zielona 20 g , Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową 150 g ( <b>GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE, GOR.</b> ),
<b>II Śniadanie:</b> Jajko gotowane kl M 0.50 szt ( <b>JAJ.</b> ), Chleb Graham 40 g ( <b>GLUPSZ.</b> ), Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ), Sałata zielona 5 g ,	<b>Podwieczorek:</b> Serek homo. naturalny 150 g ( <b>MLE.</b> ), Mus z truskawek* b/c 50 g ,	<b>Posiłek nocny:</b> Chleb Graham 60 g ( <b>GLUPSZ.</b> ), Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ), Pomidor 15 g , Serek homo. naturalny 25 g ( <b>MLE.</b> ),

**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;

<b>sobota 2025-12-20</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna</b>		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ), Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLUPSZ.</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka luksusowa- wp. z kawałków mięsa, wędzona, parzona z dodatkiem białka mleka 50 g ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE, może                      zawierać: JAJ, SEL, GOR.</b> ), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g ,	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml ( <b>GLUPSZ, MLE, SEL.</b> ), Ryż na sypko 200 g , Potrawka drobiowa z warzywami * 180 g ( <b>GLUPSZ, SEL.</b> ), Buraczki oprószone () 150 g ( <b>GLUPSZ.</b> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLUPSZ.</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Sałata zielona 20 g , Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową- dieta* 150 g ( <b>GLUPSZ, SOJ, SEL.</b> ),
		<b>Posiłek nocny:</b> Bułka pszenna długa krojona 45 g ( <b>GLUPSZ.</b> ), Serek homo. naturalny 25 g ( <b>MLE.</b> ), Pomidor b/skórki 15 g , Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ),

**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;

<b>sobota 2025-12-20</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu</b>		

## Jadłospisy dla oddziałów

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

**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 Bt.: 2.2 %; K: 3657.73 mg;

<b>sobota 2025-12-20 Jadłospis dla diety: PUŁ- 12 Papkowata</b>		
<p>Miiks śniadaniowy przecierana (PUŁ) 500 ml (<b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b>), Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (<b>MLE.</b>),</p>	<p>Miiks obiad przecierana*(PUŁ) 500 ml (<b>JAJ, MLE, SEL.</b>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,</p>	<p>Miiks obiad przecierana*(PUŁ) 500 ml (<b>JAJ, MLE, SEL.</b>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,</p>
		<p><b>Posiłek nocny:</b> Miiks obiad przecierana*(PUŁ) 500 ml (<b>JAJ, MLE, SEL.</b>), Przekier owocowy jabłko-truskawka 100g 1 szt ,</p>

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2105.66 kcal; Białko ogółem: 106.15 g; Tłuszcz: 78.05 g; Kw. tł. nasy.: 34.95 g; Węglowodany ogółem: 258.17 g; W tym cukry: 60.89 g; Błonnik pok.: 29.17 g; Sól: 3.72 g; WW: 22.68 Por; : 20.16 %; : 49.04 %; Ener. z T: 33.36 %; Ener. z Bt.: 2.77 %; K: 5561.54 mg;

<b>sobota 2025-12-20 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna</b>		
<p>Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 400 ml (<b>SEL, GLU OW.</b>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (<b>SOJ.</b>), Pomidor 100 g ,</p>	<p>Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)*() 400 ml (<b>GLU PSZ, SEL.</b>), Ryż na sypko 200 g , Potrawka drobiowa z warzywami * 180 g (<b>GLU PSZ, SEL.</b>), Buraczki oprószone () 150 g (<b>GLU PSZ.</b>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<b>GLU PSZ.</b>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Sałata zielona 20 g , Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową-dieta* 150 g (<b>GLU PSZ, SOJ, SEL.</b>),</p>
		<p><b>Posiłek nocny:</b> Pomidor 15 g , Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 0.50 szt , Szyńka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 25 g (<b>SOJ.</b>), Bułka pszenna długa krojona 45 g (<b>GLU PSZ.</b>),</p>

**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 Bt.: 2.58 %; K: 3090.37 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-12-20	Jadłospis dla diety: PUŁ- Specjalna	
<p>Makaron na wywarze jarzynowym 400 ml (<b>GLU PSZ.</b>, <b>JAJ, SEL.</b>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<b>GLU PSZ.</b>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<b>MLE.</b>), Szynka luksusowa- wp. z kawałków mięsa, wędzona, parzona z dodatkiem białka mleka 50 g (<b>GLU PSZ.</b>, <b>SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.</b>), Dżem 25 g 1 szt , Roszponka 10 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,</p>	<p>Koperkowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (<b>SEL.</b>), Potrawka drobiowa z warzywami * 150 g (<b>GLU PSZ, SEL.</b>), Ryż na sypko (bez soli) 200 g , Marchew gotowana z olejem (bez soli)* 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml , Kisiel z truskawkami b/c* 250 ml ,</p>	<p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<b>GLU PSZ.</b>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<b>MLE.</b>), Twarożek 100 g (<b>MLE.</b>),</p>
		<p><b>Posiłek nocny:</b> Sałatka z ryżu, kalafiora i jajka 100 g (<b>JAJ, MLE, GOR.</b>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<b>GLU PSZ.</b>),</p>

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1970.32 kcal; Białko ogółem: 76.2 g; Tłuszcz: 45.87 g; Kw. tł. nasy.: 17.65 g; Węglowodany ogółem: 320.48 g; W tym cukry: 30.48 g; Błonnik pok.: 15.8 g; Sól: 4.45 g; WW: 30.6 Por; : 15.47 %; : 65.06 %; Ener. z T: 20.95 %; Ener. z Bł.: 1.6 %; K: 1440.8 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>niedziela 2025-12-21</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa</b>		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>GLU</u> <u>JECZ</u> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u> ), Chleb Graham 50 g ( <u>GLU</u> <u>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</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Kotlet schabowy 100 g ( <u>GLU</u> <u>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</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u> ), Chleb Graham 50 g ( <u>GLU</u> <u>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 ostonce niejadalnej 30 g ( <u>SOJ</u> ), Banan 120 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> 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;

<b>niedziela 2025-12-21</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>GLU</u> <u>JECZ</u> ), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g ( <u>GLU</u> <u>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</u> <u>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</u> <u>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</u> <u>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 ostonce niejadalnej 30 g ( <u>SOJ</u> ), Jabłko 150 g ,
<b>II Śniadanie:</b> Maślanka 150 ml ( <u>MLE</u> ),	<b>Podwieczorek:</b> Chleb Graham 25 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 0.50 szt , Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w ostonce niejadalnej 25 g ( <u>SOJ</u> ), Pomidor 15 g ,	<b>Posiłek nocny:</b> 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;

<b>niedziela 2025-12-21</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna</b>		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>GLU</u> <u>JECZ</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 , 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</u> <u>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</u> <u>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</u> <u>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 ostonce niejadalnej 30 g ( <u>SOJ</u> ), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt ,
		<b>Posiłek nocny:</b> 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;

<b>niedziela 2025-12-21</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu</b>		



## Jadłospisy dla oddziałów

Kasza 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>GLUPSZ.</u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szynekowa dębowa kieł.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 , Pulpet wieprzowy 100 g ( <u>GLUPSZ</u> , <u>JAJ.</u> ), 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 ,	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> ), Szynekowa Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g ( <u>SOJ.</u> ), Banan 120 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> 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 2025-12-21 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: PUŁ- 12 Papkowata</span>		
Miśki 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> ),	Miśki obiad przecierana*(PUŁ) 500 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL.</u> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Miśki obiad przecierana*(PUŁ) 500 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL.</u> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Miśki obiad przecierana*(PUŁ) 500 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL.</u> ), Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE.</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2129.66 kcal; Białko ogółem: 112.15 g; Tłuszcz: 80.75 g; Kw. tł. nasy.: 36.67 g; Węglowodany ogółem: 253.17 g; W tym cukry: 59.89 g; Błonnik pok.: 29.17 g; Sól: 3.92 g; WW: 22.18 Por; : 21.06 %; : 47.55 %; Ener. z T: 34.13 %; Ener. z Bł.: 2.74 %; K: 5843.56 mg;

niedziela 2025-12-21 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna</span>		
Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 400 ml ( <u>SEL</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 , Szynekowa dębowa kieł.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</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 ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLUPSZ.</u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynekowa Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g ( <u>SOJ.</u> ), Banan 120 g ,
<b>II Śniadanie:</b> Kisiel o smaku wiśniowym b/c 150 ml ,		<b>Posiłek nocny:</b> 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;

niedziela 2025-12-21 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: PUŁ- Specjalna</span>		
Ryż na wywarze jarzynowym 400 ml ( <u>SEL.</u> ), Bułka pszenna 50g 2. x 1 szt ( <u>GLUPSZ.</u> ), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ), Szynekowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g , Dżem 25 g 1 szt , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	Grycikowa (bez soli)* 400 ml ( <u>GLU PSZ</u> , <u>SEL.</u> ), Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ), Schab pieczony w rękawie 100 g , Sos własny () 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> , <u>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> ), Twarożek ze słonecznikiem 100 g ( <u>MLE.</u> ), Sałata zielona z sosem vinegrett 100 g ( <u>GOR.</u> ), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Jabłka prażone b/c 200 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2086.15 kcal; Białko ogółem: 92.23 g; Tłuszcz: 55.68 g; Kw. tł. nasy.: 19.53 g; Węglowodany ogółem: 310.47 g; W tym cukry: 46.76 g; Błonnik pok.: 17.58 g; Sól: 2.67 g; WW: 29.3 Por; : 17.68 %; : 59.53 %; Ener. z T: 24.02 %; Ener. z Bł.: 1.69 %; K: 1543.91 mg;