

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2025-12-01Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU OW</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (<u>SOJ</u>), Pomidor 80 g , Salata zielona 20 g ,	Kapuśniak z kapusty kiszzonej (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR</u>), Pierogi leniwe z cukrem i cynamonem () 200 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE</u>), Mandarynka 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu i papryki 80 g (<u>MLE</u>), Salátka z pomidorów i koperku 90 g , Rukola 10 g ,
II Śniadanie: Chleb Graham 25 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Salata zielona 10 g ,		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2058.71 kcal; Białko ogółem: 87.77 g; Tłuszcz: 56.51 g; Kw. tł. nasy.: 15.1 g; Węglowodany ogółem: 314.18 g; W tym cukry: 72.64 g; Błonnik pok.: 26.67 g; Sól: 9.34 g; WW: 28.83 Por; : 17.05 %; : 61.04 %; Ener. z T: 24.71 %; Ener. z Bł.: 2.59 %; K: 3958.48 mg;

poniedziałek 2025-12-01Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU OW</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (<u>SOJ</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Salata zielona 20 g ,	Wielowarzywna z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE</u>), Pierogi leniwe z cukrem i cynamonem () 200 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Mandarynka 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 , Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE</u>), Salátka z pomidorów i koperku 80 g , Salata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna długa krojona 25 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 0.50 szt (<u>JAJ</u>), Salata zielona 10 g ,		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2039.33 kcal; Białko ogółem: 88.74 g; Tłuszcz: 46.23 g; Kw. tł. nasy.: 12.72 g; Węglowodany ogółem: 328.21 g; W tym cukry: 74.05 g; Błonnik pok.: 19.22 g; Sól: 7.54 g; WW: 30.98 Por; : 17.41 %; : 64.38 %; Ener. z T: 20.4 %; Ener. z Bł.: 1.88 %; K: 3813.88 mg;

poniedziałek 2025-12-01Jadłospis dla diety: PUŁ- P3 Łatwo strawna częściowo rozdrobniona 1-3 lat		
Płatki owsiane na mleku/p 200 ml (<u>MLE, GLU OW</u>), Herbata czarna granulowana z/c 200 ml , Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 40 g (<u>SOJ</u>), Pomidor b/skórki 40 g , Salata zielona 10 g ,	Wielowarzywna z ziemniakami * () 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 200 g , Sos jogurtowy naturalny 50 g (<u>MLE</u>), Banan 1szt. 1 szt , Kompot owocowy* z/c 200 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 200 ml , Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu z koperkiem 40 g (<u>MLE</u>), Salátka z pomidorów i koperku 40 g , Salata zielona 10 g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna długa krojona 25 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 0.50 szt (<u>JAJ</u>), Salata zielona 5 g ,		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 150 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1392.6 kcal; Białko ogółem: 46.48 g; Tłuszcz: 32.6 g; Kw. tł. nasy.: 8.24 g; Węglowodany ogółem: 236.12 g; W tym cukry: 73.84 g; Błonnik pok.: 13.57 g; Sól: 4.53 g; WW: 22.35 Por; : 13.35 %; : 67.82 %; Ener. z T: 21.07 %; Ener. z Bł.: 1.95 %; K: 2407.14 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2025-12-02 Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
Makaron na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 50 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,</u>), Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), kasza pęczak/sypko 200 g (<u>GLU JECZ,</u>), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>), Sos ziołowy 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 100 g (<u>MLE,</u>), Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL,</u>), Ogórek kiszony 80 g , Mix sałat 20 g ,
II Śniadanie: Koktajl wieloowocowy* b/c 200 ml (<u>MLE,</u>),		Posiłek nocny: Gruszka 1szt. 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2327.55 kcal; Białko ogółem: 111.58 g; Tłuszcz: 51.62 g; Kw. tł. nasy.: 13.6 g; Węglowodany ogółem: 363.17 g; W tym cukry: 70.28 g; Błonnik pok.: 45.47 g; Sól: 6.94 g; WW: 31.76 Por; : 19.18 %; : 62.41 %; Ener. z T: 19.96 %; Ener. z Bł.: 3.91 %; K: 4480.78 mg;

wtorek 2025-12-02 Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci		
Makaron na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , 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 ,	Solferino * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ,</u>), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>), Sos ziołowy 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Marchew oprószana z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL,</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g ,
II Śniadanie: Koktajl wieloowocowy* 200 ml (<u>MLE,</u>),		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2234.57 kcal; Białko ogółem: 98.45 g; Tłuszcz: 47.92 g; Kw. tł. nasy.: 12.66 g; Węglowodany ogółem: 365.38 g; W tym cukry: 83.41 g; Błonnik pok.: 29.08 g; Sól: 5.97 g; WW: 33.73 Por; : 17.62 %; : 65.41 %; Ener. z T: 19.3 %; Ener. z Bł.: 2.6 %; K: 4293 mg;

wtorek 2025-12-02 Jadłospis dla diety: PUŁ- P3 Łatwo strawna częściowo rozdrobniona 1-3 lat		
Makaron na mleku/p 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 200 ml , Bułka pszenna długa krojona 50 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 40 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,</u>), Pomidor b/skórki 40 g , Sałata zielona 10 g ,	Solferino * () 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Kasza jęczmienna/sypko 100 g (<u>GLU JECZ,</u>), Pieczeń rzymska wieprzowa 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>), Sos ziołowy 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Marchew oprószana z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Kompot owocowy* z/c 200 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 200 ml , Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 60 g (<u>RYB, SEL,</u>), Pomidor b/skórki 40 g , Mix sałat 10 g ,
II Śniadanie: Koktajl wieloowocowy* 150 ml (<u>MLE,</u>),		Posiłek nocny: Jabłko pieczone 1szt. 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1331.66 kcal; Białko ogółem: 59.43 g; Tłuszcz: 33.2 g; Kw. tł. nasy.: 8.02 g; Węglowodany ogółem: 207.92 g; W tym cukry: 54.52 g; Błonnik pok.: 18.13 g; Sól: 3.68 g; WW: 19.03 Por; : 17.85 %; : 62.45 %; Ener. z T: 22.44 %; Ener. z Bł.: 2.72 %; K: 2475.88 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2025-12-03 Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
Ryż na mleku/p 400 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₁</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka w siatce- wieprzowa, parzona, wędzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ₁</u>), Sałatka jarzynowa (*) 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR₁</u>),	Grysikowa * 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL₁</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Eskalopka z kurczaka 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE₁</u>), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki z olejem* 100 g , Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₁</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE₁</u>), Sałata zielona 20 g , Pomidor 80 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE₁</u>),		Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2147.81 kcal; Białko ogółem: 92.93 g; Tłuszcz: 66.74 g; Kw. tł. nasy.: 13.35 g; Węglowodany ogółem: 304.17 g; W tym cukry: 56.25 g; Błonnik pok.: 24.75 g; Sól: 9.9 g; WW: 27.93 Por; : 17.31 %; : 56.65 %; Ener. z T: 27.97 %; Ener. z Bł.: 2.3 %; K: 4260.56 mg;

środa 2025-12-03 Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci		
Ryż na mleku/p 400 ml (<u>MLE₁</u>), 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 w siatce- wieprzowa, parzona, wędzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ₁</u>), Sałatka jarzynowa - dieta (*) 100 g (<u>MLE, SEL₁</u>),	Grysikowa * 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL₁</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g , Sos bazyliowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki z olejem* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 50 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR₁</u>), Sałata zielona 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE₁</u>),		Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1974.68 kcal; Białko ogółem: 94.71 g; Tłuszcz: 41.56 g; Kw. tł. nasy.: 10.28 g; Węglowodany ogółem: 313.77 g; W tym cukry: 58.05 g; Błonnik pok.: 19.4 g; Sól: 8.09 g; WW: 29.43 Por; : 19.19 %; : 63.56 %; Ener. z T: 18.94 %; Ener. z Bł.: 1.96 %; K: 4373 mg;

środa 2025-12-03 Jadłospis dla diety: PUŁ- P3 Łatwo strawna częściowo rozdrobniona 1-3 lat		
Ryż na mleku/p 200 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata czarna granulowana z/c 200 ml , Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka w siatce- wieprzowa, parzona, wędzona z poł. kaw. mięsa 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ₁</u>), Sałatka jarzynowa - dieta (*) 100 g (<u>MLE, SEL₁</u>),	Grysikowa * 200 ml (<u>GLUPSZ, SEL₁</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka mielone 60 g , Sos bazyliowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki z olejem* 100 g , Kompot owocowy* z/c 200 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 200 ml , Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR₁</u>), Sałata zielona 10 g , Pomidor b/skórki 40 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE₁</u>),		Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1231.26 kcal; Białko ogółem: 59.67 g; Tłuszcz: 31.62 g; Kw. tł. nasy.: 8.14 g; Węglowodany ogółem: 181.64 g; W tym cukry: 42.56 g; Błonnik pok.: 11.85 g; Sól: 5.33 g; WW: 16.94 Por; : 19.38 %; : 59.01 %; Ener. z T: 23.11 %; Ener. z Bł.: 1.92 %; K: 2675.58 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2025-12-04Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka dębowa łopatka wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem wody i białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR</u>), Papryka świeża 80 g , Salata zielona 20 g ,	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego () 300 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Brokuł gotowany* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z tofu i marchewki 50 g (<u>SOJ</u>), Serek a'la homogenizowany z ziołami 30 g (<u>MLE</u>), Rospzonka 20 g , Pomidor 80 g ,
II Śniadanie: Owsianka z jabłkiem pieczonym i cynamonem 200 g (<u>MLE, GLU OW</u>),		Posiłek nocny: Jablko 1 szt 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2058.13 kcal; Białko ogółem: 89.17 g; Tłuszcz: 49.63 g; Kw. tł. nasy.: 11.74 g; Węglowodany ogółem: 328.21 g; W tym cukry: 67.82 g; Błonnik pok.: 31.91 g; Sól: 5.1 g; WW: 29.64 Por; : 17.33 %; : 63.79 %; Ener. z T: 21.7 %; Ener. z Bł.: 3.1 %; K: 4198.19 mg;

czwartek 2025-12-04Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka dębowa łopatka wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem wody i białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (<u>SEL</u>), Salata zielona 20 g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego () 350 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Brokuł gotowany* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z tofu i marchewki 50 g (<u>SOJ</u>), Serek a'la homogenizowany z ziołami 30 g (<u>MLE</u>), Rospzonka 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,
II Śniadanie: Owsianka z jabłkiem pieczonym i cynamonem 200 g (<u>MLE, GLU OW</u>),		Posiłek nocny: Banan 1szt. 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2336.12 kcal; Białko ogółem: 90.2 g; Tłuszcz: 55.45 g; Kw. tł. nasy.: 12.56 g; Węglowodany ogółem: 382.74 g; W tym cukry: 89.36 g; Błonnik pok.: 30.42 g; Sól: 5.73 g; WW: 35.21 Por; : 15.44 %; : 65.53 %; Ener. z T: 21.36 %; Ener. z Bł.: 2.6 %; K: 4774.57 mg;

czwartek 2025-12-04Jadłospis dla diety: PUŁ- P3 Łatwo strawna częściowo rozdrobniona 1-3 lat		
kasza kukurydziana na ml/p 200 ml (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 200 ml , Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka dębowa łopatka wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem wody i białka wieprzowego 40 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 40 g (<u>SEL</u>), Salata zielona 10 g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Brokuł gotowany* 100 g , Kompot owocowy* z/c 200 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 200 ml , Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z tofu i marchewki 50 g (<u>SOJ</u>), Serek a'la homogenizowany z ziołami 20 g (<u>MLE</u>), Rospzonka 10 g , Pomidor b/skórki 40 g ,
II Śniadanie: Owsianka z jabłkiem pieczonym i cynamonem 150 g (<u>MLE, GLU OW</u>),		Posiłek nocny: Banan 1szt. 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1521.47 kcal; Białko ogółem: 58.78 g; Tłuszcz: 40.49 g; Kw. tł. nasy.: 9.52 g; Węglowodany ogółem: 240.16 g; W tym cukry: 69.92 g; Błonnik pok.: 19.37 g; Sól: 3.7 g; WW: 22.09 Por; : 15.45 %; : 63.14 %; Ener. z T: 23.95 %; Ener. z Bł.: 2.55 %; K: 3150.77 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2025-12-05 Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE_i</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT_i</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ_i</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE_i</u>), Dżem 25 g 1 szt, Pomarańcza 150 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Kalaforowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL_i</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Pulpet rybno-warzywny* 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL_i</u>), Surówka żydowska z olejem b/c () 100 g, Kompot owocowy* z/c 250 ml, Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL_i</u>),	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT_i</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ_i</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Pasta z jaj z koperkiem -dieta 50 g (<u>JAJ, MLE_i</u>), Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 30 g (<u>SOJ_i</u>), Pomidor 100 g, Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ_i</u>),
II Śniadanie: Koktajl wieloowocowy* b/c 200 ml (<u>MLE_i</u>),		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2088.32 kcal; Białko ogółem: 93.86 g; Tłuszcz: 46.2 g; Kw. tł. nasy.: 10.51 g; Węglowodany ogółem: 339.25 g; W tym cukry: 79.41 g; Błonnik pok.: 29.87 g; Sól: 9.73 g; WW: 30.85 Por; : 17.98 %; : 64.98 %; Ener. z T: 19.91 %; Ener. z Bł.: 2.86 %; K: 4584.36 mg;

piątek 2025-12-05 Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci		
Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE_i</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ_i</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE_i</u>), Dżem 25 g 1 szt, Pomarańcza 150 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Kalaforowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL_i</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Pulpet rybno-warzywny* 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL_i</u>), Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ_i</u>), Warzywa po grecku* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL_i</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ_i</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Pasta z jaj z koperkiem -dieta 50 g (<u>JAJ, MLE_i</u>), Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 30 g (<u>SOJ_i</u>), Pomidor b/skórki 100 g,
II Śniadanie: Koktajl wieloowocowy* b/c 200 ml (<u>MLE_i</u>),		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2100.51 kcal; Białko ogółem: 92.89 g; Tłuszcz: 43.34 g; Kw. tł. nasy.: 10.15 g; Węglowodany ogółem: 347.43 g; W tym cukry: 76.99 g; Błonnik pok.: 24.52 g; Sól: 8.16 g; WW: 32.21 Por; : 17.69 %; : 66.16 %; Ener. z T: 18.57 %; Ener. z Bł.: 2.33 %; K: 4334.26 mg;

piątek 2025-12-05 Jadłospis dla diety: PUŁ- P3 Łatwo strawna częściowo rozdrobniona 1-3 lat		
Zacierka na mleku/p 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE_i</u>), Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ_i</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Serek homo. naturalny 20 g (<u>MLE_i</u>), Dżem 25 g 1 szt, Jabłko pieczone 1szt. 1 szt, Herbata czarna granulowana z/c 200 ml, Koktajl wieloowocowy* b/c 150 ml (<u>MLE_i</u>),	Kalaforowa z ryżem * 200 ml (<u>MLE, SEL_i</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g, Pulpet rybno-warzywny* 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL_i</u>), Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL_i</u>), Sos szpinakowy* 50 ml (<u>GLU PSZ_i</u>), Kompot owocowy* z/c 200 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 200 ml, Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ_i</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Pasta z jaj z koperkiem -dieta 50 g (<u>JAJ, MLE_i</u>), Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 20 g (<u>SOJ_i</u>), Pomidor b/skórki 50 g,
II Śniadanie: Koktajl wieloowocowy* b/c 150 ml (<u>MLE_i</u>),		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 150 ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1364.86 kcal; Białko ogółem: 58.4 g; Tłuszcz: 35.2 g; Kw. tł. nasy.: 9.27 g; Węglowodany ogółem: 212.52 g; W tym cukry: 65.62 g; Błonnik pok.: 17.32 g; Sól: 4.91 g; WW: 19.47 Por; : 17.12 %; : 62.28 %; Ener. z T: 23.21 %; Ener. z Bł.: 2.54 %; K: 2778.12 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2025-12-06Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE,</u>), Salátka z pomidorów z olejem i natką pietr 100 g ,	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ,</u>), Potrawka drobiowa () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Buraczki gotowane () 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml , Salátka z dyni pieczonej z natką pietruszki i olejem* 100 g ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Salátka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz - dieta 150 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>), Salata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Niespodzianka 1 szt ,		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>),

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

sobota 2025-12-06Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE,</u>), Salátka z pomidorów z olejem i natką pietr b/skórki 100 g ,	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ,</u>), Potrawka drobiowa () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Buraczki gotowane () 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Salátka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz - dieta 150 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>), Salata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Niespodzianka 1 szt ,		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>),

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

sobota 2025-12-06Jadłospis dla diety: PUŁ- P3 Łatwo strawna częściowo rozdrobniona 1-3 lat		
Płatki pszenne na mleku/p 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 200 ml , Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE,</u>), Salátka z pomidorów z olejem i natką pietr b/skórki 50 g ,	Selerowa z ziemniakami * () 200 ml (<u>MLE, SEL,</u>), Kasza jęczmienna/sypko 100 g (<u>GLU JĘCZ,</u>), Potrawka drobiowa () 80 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Buraczki gotowane () 100 g , Kompot owocowy* z/c 200 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 200 ml , Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Salátka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz - dieta 100 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>), Salata zielona 10 g ,
II Śniadanie: Jabłko pieczone 1szt. 1 szt ,		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1326.55 kcal; Białko ogółem: 54.83 g; Tłuszcz: 28.34 g; Kw. tł. nasy.: 5.25 g; Węglowodany ogółem: 222.82 g; W tym cukry: 47.27 g; Błonnik pok.: 19.72 g; Sól: 3.47 g; WW: 20.27 Por; : 16.53 %; : 67.19 %; Ener. z T: 19.23 %; Ener. z Bł.: 2.97 %; K: 2474.27 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2025-12-07 Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
Kasza manna na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLUPSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>), Papryka świeża 80 g , Salata zielona 20 g ,	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Kotlet schabowy 100 g (<u>GLUPSZ, JAJ,</u>), Kapusta zasmażana () 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Kielbasa Krakowska wieprzowa parzona grubo rozdrobniona wędzona w osłonce niejadalnej 30 g (<u>GOR,</u>), Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE,</u>), Pomidor 90 g , Rukola 10 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny z musem truskawkowym 150 g (<u>MLE,</u>),		Posiłek nocny: Jablko 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2206.38 kcal; Białko ogółem: 106.79 g; Tłuszcz: 56.27 g; Kw. tł. nasy.: 13.07 g; Węglowodany ogółem: 330.82 g; W tym cukry: 69.31 g; Błonnik pok.: 29.64 g; Sól: 6.3 g; WW: 30.26 Por; : 19.36 %; : 59.98 %; Ener. z T: 22.95 %; Ener. z Bł.: 2.69 %; K: 4661.45 mg;

niedziela 2025-12-07 Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci		
Kasza manna na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>), Warzywa pieczone (buraki, pietruszka, cukinia) 80 g , Salata zielona 20 g ,	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Schab pieczony w rękawie 100 g , Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ,</u>), Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE,</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Salata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny z musem truskawkowym 150 g (<u>MLE,</u>),		Posiłek nocny: Banan 120 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2159.04 kcal; Białko ogółem: 116.5 g; Tłuszcz: 45.71 g; Kw. tł. nasy.: 12.18 g; Węglowodany ogółem: 328.66 g; W tym cukry: 73.78 g; Błonnik pok.: 18.91 g; Sól: 5.29 g; WW: 31.11 Por; : 21.58 %; : 60.89 %; Ener. z T: 19.06 %; Ener. z Bł.: 1.75 %; K: 4801.8 mg;

niedziela 2025-12-07 Jadłospis dla diety: PUŁ- P3 Łatwo strawna częściowo rozdrobniona 1-3 lat		
Kasza manna na mleku/p 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 200 ml , Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek z koperkiem 40 g (<u>MLE,</u>), Warzywa pieczone (buraki, pietruszka, cukinia) 40 g , Salata zielona 10 g ,	Pomidorowa z makaronem * 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g , Klopsik wieprzowy 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>), Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g , Kompot owocowy* z/c 200 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 200 ml , Bułka pszenna długa krojona 50 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 20 g (<u>SOJ,</u>), Serek homo. naturalny 20 g (<u>MLE,</u>), Pomidor b/skórki 40 g , Salata zielona 10 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny z musem truskawkowym 150 g (<u>MLE,</u>),		Posiłek nocny: Banan 120 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1350.04 kcal; Białko ogółem: 60.79 g; Tłuszcz: 37.42 g; Kw. tł. nasy.: 9.68 g; Węglowodany ogółem: 197.12 g; W tym cukry: 55.11 g; Błonnik pok.: 11.39 g; Sól: 3.01 g; WW: 18.65 Por; : 18.01 %; : 58.4 %; Ener. z T: 24.95 %; Ener. z Bł.: 1.69 %; K: 2784.07 mg;