

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2025-07-07 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>), Ogórek świeży 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Fasolowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>), Sos jogurtowy z twarogiem z/c 150 g (<u>MLE,</u>), Arbuz 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 , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>), Pomidor 80 g , Roszponka 20 g , Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>),
		Posiłek nocny: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2039.03 kcal; Białko ogółem: 94.77 g; Tłuszcz: 35.83 g; Kw. tł. nasy.: 10.66 g; Węglowodany ogółem: 348.91 g; W tym cukry: 70.69 g; Błonnik pok.: 27.76 g; Sól: 6.74 g; WW: 32.07 Por; : 18.59 %; : 68.45 %; Ener. z T: 15.81 %; Ener. z Bt.: 2.72 %; K: 3448.83 mg;

poniedziałek 2025-07-07 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>), Ogórek świeży 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Fasolowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ,</u>), Sos jogurtowy z twarogiem b/c 150 g (<u>MLE,</u>), Arbuz 150 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>), Pomidor 80 g , Roszponka 20 g , Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>),
II Śniadanie: Koktajl truskawkowy* b/c 200 ml (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: Sałatka rubinowa b/c 100 g ,	Posiłek nocny: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2116.92 kcal; Białko ogółem: 105.97 g; Tłuszcz: 42.91 g; Kw. tł. nasy.: 12.71 g; Węglowodany ogółem: 341.07 g; W tym cukry: 74.87 g; Błonnik pok.: 37.99 g; Sól: 6.86 g; WW: 30.32 Por; : 20.02 %; : 64.45 %; Ener. z T: 18.24 %; Ener. z Bt.: 3.59 %; K: 4391.51 mg;

poniedziałek 2025-07-07 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami*() 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>), Sos jogurtowy z twarogiem z/c 150 g (<u>MLE,</u>), Arbuz 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 , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Roszponka 20 g , Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>),
		Posiłek nocny: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2004.27 kcal; Białko ogółem: 90.22 g; Tłuszcz: 36.62 g; Kw. tł. nasy.: 10.66 g; Węglowodany ogółem: 338.02 g; W tym cukry: 73.27 g; Błonnik pok.: 16.95 g; Sól: 5.81 g; WW: 32.1 Por; : 18.01 %; : 67.46 %; Ener. z T: 16.44 %; Ener. z Bt.: 1.69 %; K: 3182.87 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-07-07 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami*() 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>), Sos jogurtowy z twarogiem z/c 150 g (<u>MLE</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml , Banan 150 g ,	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 , Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Roszponka 20 g , Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u>),
		Posiłek nocny: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2014.45 kcal; Białko ogółem: 90 g; Tłuszcz: 33.23 g; Kw. tł. nasy.: 9.33 g; Węglowodany ogółem: 350.35 g; W tym cukry: 78.97 g; Błonnik pok.: 18.6 g; Sól: 6.94 g; WW: 33.26 Por; : 17.87 %; : 69.57 %; Ener. z T: 14.85 %; Ener. z Bł.: 1.85 %; K: 3385.37 mg;

poniedziałek 2025-07-07 Jadłospis dla diety: PUŁ- 12 Papkowata		
Miks śniadaniowy przecierana (PUŁ) 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (<u>MLE</u>),	Miks obiad przecierana*()(PUŁ) 500 ml (<u>JAJ, MLE, SEL</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Miks obiad przecierana*()(PUŁ) 500 ml (<u>JAJ, MLE, SEL</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,
		Posiłek nocny: Miks obiad przecierana*()(PUŁ) 500 ml (<u>JAJ, MLE, SEL</u>), Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 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;

poniedziałek 2025-07-07 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 50 g , Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami*() (bez mleka) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Makaron 200 g (<u>GLUPSZ</u>), Pulpet jarski () 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u>), Sos majerankowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Szpinak gotowany z olejem* 80 g (<u>GLU PSZ</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml , Arbuz 150 g ,	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>), Pomidor b/skórki 80 g , Roszponka 20 g , Dżem 30 g ,
II Śniadanie: Chrupki kukurydziane 20 g ,		Posiłek nocny: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2073.24 kcal; Białko ogółem: 69.18 g; Tłuszcz: 44.83 g; Kw. tł. nasy.: 8.13 g; Węglowodany ogółem: 361.34 g; W tym cukry: 59.17 g; Błonnik pok.: 26.76 g; Sól: 4.21 g; WW: 33.43 Por; : 13.35 %; : 69.72 %; Ener. z T: 19.46 %; Ener. z Bł.: 2.58 %; K: 3213.32 mg;

poniedziałek 2025-07-07 Jadłospis dla diety: PUŁ- Specjalna		
Kasza manna 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>), Twarożek 80 g (<u>MLE</u>), Miód (25g) 1 szt ,	Koperkowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Kisiel o smaku cytrynowym b/c 250 ml , Sos jogurtowy z twarogiem z/c 150 g (<u>MLE</u>), Makaron 150 g (<u>GLU PSZ</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	Bułka pszenna 50g 2. x 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Kalafior gotowany* 70 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,
II Śniadanie: Jabłko 200 g ,		Posiłek nocny: Podpłomyki b/c 40 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1982.37 kcal; Białko ogółem: 74.86 g; Tłuszcz: 45.41 g; Kw. tł. nasy.: 21.82 g; Węglowodany ogółem: 320.12 g; W tym cukry: 63.29 g; Błonnik pok.: 10.8 g; Sól: 1.19 g; WW: 30.88 Por; : 15.11 %; : 64.59 %; Ener. z T: 20.61 %; Ener. z Bł.: 1.09 %; K: 1113.15 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2025-07-08 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Zacierka 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 , Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE,</u>), Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ,</u>), Rukola 10 g , Pomidor 90 g ,	Szczawiowa z ziemniakami*() 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ryż na sypko 200 g , Szyńka wieprzowa gotowana 100 g , Sos meksykański 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Surówka z pora i jabłka () 100 g (<u>MLE,</u>), Buraczki gotowane () 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Kielbasa Szyńkowa wieprzowa grubo rozdrobniona parzona w osłonce niejadalnej 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>), Ogórek świeży 80 g , Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Chleb Graham 30 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 25 g (<u>SOJ,</u>), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2086.64 kcal; Białko ogółem: 110.13 g; Tłuszcz: 40.97 g; Kw. tł. nasy.: 11.02 g; Węglowodany ogółem: 329.4 g; W tym cukry: 56.11 g; Błonnik pok.: 24.7 g; Sól: 7.13 g; WW: 30.53 Por; : 21.11 %; : 63.14 %; Ener. z T: 17.67 %; Ener. z Bł.: 2.37 %; K: 4222.97 mg;

wtorek 2025-07-08 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Makaron pełnoziarnisty na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE,</u>), Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ,</u>), Rukola 10 g , Pomidor 90 g ,	Szczawiowa z ziemniakami*() 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ryż na sypko (brązowy) 200 g , Szyńka wieprzowa gotowana 100 g , Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Surówka z pora i jabłka () 100 g (<u>MLE,</u>), Kalańfior gotowany* 100 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Kielbasa Szyńkowa wieprzowa grubo rozdrobniona parzona w osłonce niejadalnej 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>), Ogórek świeży 80 g , Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 szt ,	Podwieczorek: Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>),	Posiłek nocny: Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 25 g (<u>SOJ,</u>), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2225.91 kcal; Białko ogółem: 128.75 g; Tłuszcz: 48.78 g; Kw. tł. nasy.: 11.7 g; Węglowodany ogółem: 331.83 g; W tym cukry: 58.07 g; Błonnik pok.: 39.9 g; Sól: 8.1 g; WW: 29.3 Por; : 23.14 %; : 59.63 %; Ener. z T: 19.72 %; Ener. z Bł.: 3.59 %; K: 4449.35 mg;

wtorek 2025-07-08 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE,</u>), Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ,</u>), Rukola 10 g , Pomidor b/skórki 90 g ,	Brokułowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ryż na sypko 200 g , Szyńka wieprzowa gotowana 100 g , Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 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 , Szyńka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ, SEL,</u>), Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 100 g (<u>SEL,</u>),
		Posiłek nocny: Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 25 g (<u>SOJ,</u>), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2154.83 kcal; Białko ogółem: 101.7 g; Tłuszcz: 48.66 g; Kw. tł. nasy.: 11.57 g; Węglowodany ogółem: 337.57 g; W tym cukry: 55.27 g; Błonnik pok.: 22.88 g; Sól: 7.03 g; WW: 31.52 Por; : 18.88 %; : 62.66 %; Ener. z T: 20.32 %; Ener. z Bł.: 2.12 %; K: 3735.75 mg;

wtorek 2025-07-08	Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu
--------------------------	---

Jadłospisy dla oddziałów

Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE,</u>), Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ,</u>), Sałata zielona 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,	Brokułowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ryż na sypko 200 g , Szynka wieprzowa gotowana 100 g , Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 50 g (<u>SOJ, SEL,</u>), Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 100 g (<u>SEL,</u>),
		Posiłek nocny: Bułka pszenna długa krojona 30 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 25 g (<u>SOJ,</u>), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2181.37 kcal; Białko ogółem: 104.99 g; Tłuszcz: 49.28 g; Kw. tł. nasy.: 11.71 g; Węglowodany ogółem: 341.28 g; W tym cukry: 51.79 g; Błonnik pok.: 22.84 g; Sól: 7 g; WW: 31.92 Por; : 19.25 %; : 62.58 %; Ener. z T: 20.33 %; Ener. z Bł.: 2.09 %; K: 3761.98 mg;

wtorek 2025-07-08 Jadłospis dla diety: PUŁ- 12 Papkowata		
Miks śniadaniowy przecierana (PUŁ) 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>), Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (<u>MLE,</u>),	Miks obiad przecierana*(PUŁ) 500 ml (<u>JAJ, MLE, SEL,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Miks obiad przecierana*(PUŁ) 500 ml (<u>JAJ, MLE, SEL,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,
		Posiłek nocny: Miks obiad przecierana*(PUŁ) 500 ml (<u>JAJ, MLE, SEL,</u>), Przecier 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;

wtorek 2025-07-08 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
Zacierka na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ,</u>), Rukola 10 g , Pomidor b/skórki 90 g ,	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Ryż na sypko 200 g , Szynka wieprzowa gotowana 100 g , Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</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,</u>), Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 100 g (<u>SEL,</u>),
		Posiłek nocny: Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 25 g (<u>SOJ,</u>), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1938.78 kcal; Białko ogółem: 80.02 g; Tłuszcz: 45.55 g; Kw. tł. nasy.: 10.24 g; Węglowodany ogółem: 314.62 g; W tym cukry: 30.77 g; Błonnik pok.: 27.06 g; Sól: 8.53 g; WW: 28.78 Por; : 16.51 %; : 64.91 %; Ener. z T: 21.15 %; Ener. z Bł.: 2.79 %; K: 2878.64 mg;

wtorek 2025-07-08 Jadłospis dla diety: PUŁ- Specjalna		
Makaron na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>), Bułka pszenna 50g 2. x 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>), Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>), Dżem 25 g 1 szt ,	Grysikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kisiel o smaku cytrynowym b/c 250 ml , Ryż na sypko 200 g , Szynka wieprzowa gotowana 50 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Marchew oprószana z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ,</u>),	Bułka pszenna 50g 2. x 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>), Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE,</u>), Miód (25g) 1 szt , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 40 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2014.26 kcal; Białko ogółem: 65.57 g; Tłuszcz: 44.37 g; Kw. tł. nasy.: 21.07 g; Węglowodany ogółem: 340.7 g; W tym cukry: 56.72 g; Błonnik pok.: 12.45 g; Sól: 1.35 g; WW: 32.96 Por; : 13.02 %; : 67.66 %; Ener. z T: 19.83 %; Ener. z Bł.: 1.24 %; K: 1123.43 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2025-07-09 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE₊</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb 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 Konserwowa drobiowa z dodatkami surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ₊</u>), Roszponka 20 g , Ogórek świeży 80 g ,	Pieczarkowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL₊</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ₊</u>), Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE₊</u>), Fasolka szparagowa z wody* 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 , Pasztet rybno-warzywny (morszczuk) 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB₊</u>), Filet zapiekany drobiowy 30 g (<u>MLE₊</u>), Pomidor ze szczypiorkiem i olejem 80 g , Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE₊</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1965.23 kcal; Białko ogółem: 94.57 g; Tłuszcz: 46.45 g; Kw. tł. nasy.: 8.13 g; Węglowodany ogółem: 298.1 g; W tym cukry: 35.58 g; Błonnik pok.: 25.08 g; Sól: 7.32 g; WW: 27.47 Por; : 19.25 %; : 60.67 %; Ener. z T: 21.27 %; Ener. z Bł.: 2.55 %; K: 3946.12 mg;

środa 2025-07-09 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU JECZ₊</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ₊</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkami surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ₊</u>), Roszponka 20 g , Ogórek świeży 80 g ,	Pieczarkowa z makaronem pełnoziarnistym * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL₊</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ₊</u>), Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE₊</u>), Fasolka szparagowa z wody* 150 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ₊</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasztet rybno-warzywny (morszczuk) 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB₊</u>), Filet zapiekany drobiowy 30 g (<u>MLE₊</u>), Pomidor ze szczypiorkiem i olejem 80 g , Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE₊</u>),	Podwieczorek: Brzoskwinia 1 szt 1 szt ,	Posiłek nocny: Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ₊</u>), Filet zapiekany drobiowy 25 g (<u>MLE₊</u>), Sałata zielona 10 g , Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2017.69 kcal; Białko ogółem: 107.85 g; Tłuszcz: 52.67 g; Kw. tł. nasy.: 11 g; Węglowodany ogółem: 294.77 g; W tym cukry: 42.46 g; Błonnik pok.: 33.33 g; Sól: 7.68 g; WW: 26.38 Por; : 21.38 %; : 58.44 %; Ener. z T: 23.49 %; Ener. z Bł.: 3.3 %; K: 4633.97 mg;

środa 2025-07-09 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE₊</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ₊</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkami surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ₊</u>), Roszponka 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL₊</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ₊</u>), Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE₊</u>), Marchew gotowana 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 PSZ₊</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ₊</u>), Pasztet rybno-warzywny (morszczuk) 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB₊</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE₊</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2040.76 kcal; Białko ogółem: 92.72 g; Tłuszcz: 48.76 g; Kw. tł. nasy.: 9.18 g; Węglowodany ogółem: 311.72 g; W tym cukry: 43.2 g; Błonnik pok.: 21.23 g; Sól: 6.55 g; WW: 29.17 Por; : 18.17 %; : 61.1 %; Ener. z T: 21.5 %; Ener. z Bł.: 2.08 %; K: 4014.67 mg;

środa 2025-07-09 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE₊</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ₊</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkami surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ₊</u>), Roszponka 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL₊</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ₊</u>), Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE₊</u>), Marchew gotowana 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 PSZ₊</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ₊</u>), Pasztet rybno-warzywny (morszczuk) 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB₊</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,

Jadłospisy dla oddziałów

		Posiłek nocny: Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE₊</u>),
--	--	--

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2040.76 kcal; Białko ogółem: 92.72 g; Tłuszcz: 48.76 g; Kw. tł. nasy.: 9.18 g; Węglowodany ogółem: 311.72 g; W tym cukry: 43.2 g; Błonnik pok.: 21.23 g; Sól: 6.55 g; WW: 29.17 Por; : 18.17 %; : 61.1 %; Ener. z T: 21.5 %; Ener. z Bł.: 2.08 %; K: 4014.67 mg;

środa 2025-07-09 Jadłospis dla diety: PUŁ- 12 Papkowata		
Miks śniadaniowy przecierana (PUŁ) 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE₊</u>), Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (<u>MLE₊</u>),	Miks obiad przecierana*()(PUŁ) 500 ml (<u>JAJ, MLE, SEL₊</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Miks obiad przecierana*()(PUŁ) 500 ml (<u>JAJ, MLE, SEL₊</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,
		Posiłek nocny: Miks obiad przecierana*()(PUŁ) 500 ml (<u>JAJ, MLE, SEL₊</u>), Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt ,

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

środa 2025-07-09 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL₊</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ₊</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Schab gotowany 50 g , Roszponka 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,	Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL₊</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ₊</u>), Sos pietruszkowy (bez mleka)* 100 ml (<u>GLU PSZ₊</u>), Marchew gotowana 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 PSZ₊</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ₊</u>), Pasztet rybno- warzywny (morszczuk) 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB₊</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 150 ml ,		Posiłek nocny: Chrupki kukurydziane 20 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1953.53 kcal; Białko ogółem: 91.76 g; Tłuszcz: 45.4 g; Kw. tł. nasy.: 10.27 g; Węglowodany ogółem: 306.64 g; W tym cukry: 36.34 g; Błonnik pok.: 24.31 g; Sól: 5.05 g; WW: 28.33 Por; : 18.79 %; : 62.79 %; Ener. z T: 20.92 %; Ener. z Bł.: 2.49 %; K: 3782.36 mg;

środa 2025-07-09 Jadłospis dla diety: PUŁ- Specjalna		
Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL₊</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Bułka graham-pszenna 50g 2 szt (<u>GLU PSZ₊</u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE₊</u>), Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE₊</u>),	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 250 ml , Grysikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL₊</u>), Ryż na sypko 200 g , Pulpet drobiowy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ₊</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Sos pietruszkowy (bez soli)* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE₊</u>), Marchew gotowana z olejem (bez soli)* 100 g ,	Bułka graham-pszenna 50g 2 szt (<u>GLU PSZ₊</u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE₊</u>), Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE₊</u>), Miód (25g) 1 szt , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 30 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1953.7 kcal; Białko ogółem: 75.04 g; Tłuszcz: 43.04 g; Kw. tł. nasy.: 17.63 g; Węglowodany ogółem: 326.48 g; W tym cukry: 39.59 g; Błonnik pok.: 23.71 g; Sól: 3.9 g; WW: 30.51 Por; : 15.36 %; : 66.84 %; Ener. z T: 19.83 %; Ener. z Bł.: 2.43 %; K: 1481.61 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2025-07-10 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU OW.</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u> , <u>SEL.</u>), Sałatka jarzynowa z olejem () 150 g (<u>SEL.</u>), Sałata zielona 20 g ,	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GLU ŻYT.</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>), Fasolka po bretońsku 300 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR.</u>), Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 150 g (<u>SEL.</u>), 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 , Serek a`la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>), Sałatka z pomidora i sałaty lodowej 100 g ,
		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2077.19 kcal; Białko ogółem: 79.74 g; Tłuszcz: 57.34 g; Kw. tł. nasy.: 12.45 g; Węglowodany ogółem: 328.1 g; W tym cukry: 62.25 g; Błonnik pok.: 38.27 g; Sól: 5.94 g; WW: 29.08 Por; : 15.35 %; : 63.18 %; Ener. z T: 24.85 %; Ener. z Bł.: 3.68 %; K: 4717.36 mg;

czwartek 2025-07-10 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU OW.</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u> , <u>SEL.</u>), Sałatka jarzynowa z olejem () 150 g (<u>SEL.</u>), Sałata zielona 20 g ,	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GLU ŻYT.</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 350 g (<u>SEL</u> , <u>GLU JECZ.</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>), Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 150 g (<u>SEL.</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek a`la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>), Sałatka z pomidora i sałaty lodowej 100 g ,
II Śniadanie: Smoothie szpinak, jabłko, banan 150 g ,	Podwieczorek: Chleb Graham 25 g (<u>GLU PSZ.</u>), Sałata zielona 20 g , Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</u>),	Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2422.41 kcal; Białko ogółem: 99.47 g; Tłuszcz: 74.82 g; Kw. tł. nasy.: 16.68 g; Węglowodany ogółem: 361.71 g; W tym cukry: 68.6 g; Błonnik pok.: 47.53 g; Sól: 7.67 g; WW: 31.56 Por; : 16.43 %; : 59.73 %; Ener. z T: 27.8 %; Ener. z Bł.: 3.92 %; K: 5365.91 mg;

czwartek 2025-07-10 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU OW.</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u> , <u>SEL.</u>), Sałatka jarzynowa z olejem () 150 g (<u>SEL.</u>), Sałata zielona 20 g ,	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL.</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 350 g (<u>SEL</u> , <u>GLU JECZ.</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>), Cukinia pieczona z olejem * 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek a`la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>), Sałatka z pomidora i sałaty lodowej b/skórki 100 g ,
		Posiłek nocny: Jabłko pieczone 1szt. 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2166.69 kcal; Białko ogółem: 83.08 g; Tłuszcz: 62.44 g; Kw. tł. nasy.: 11.6 g; Węglowodany ogółem: 332.74 g; W tym cukry: 60.99 g; Błonnik pok.: 31.43 g; Sól: 4.93 g; WW: 30.1 Por; : 15.34 %; : 61.43 %; Ener. z T: 25.94 %; Ener. z Bł.: 2.9 %; K: 4731.68 mg;

czwartek 2025-07-10 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu	
--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU OW.</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szyńka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (<u>SOJ</u> , <u>SEL.</u>), Sałatka jarzynowa z olejem () 150 g (<u>SEL.</u>), Sałata zielona 20 g,	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ.</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL.</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 350 g (<u>SEL</u> , <u>GLU JĘCZ.</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>), Cukinia pieczona z olejem * 150 g, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>), Sałatka z pomidora i sałaty lodowej b/skórki 100 g,
		Posiłek nocny: Jabłko pieczone 1szt. 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2166.69 kcal; Białko ogółem: 83.08 g; Tłuszcz: 62.44 g; Kw. tł. nasy.: 11.6 g; Węglowodany ogółem: 332.74 g; W tym cukry: 60.99 g; Błonnik pok.: 31.43 g; Sól: 4.93 g; WW: 30.1 Por; : 15.34 %; : 61.43 %; Ener. z T: 25.94 %; Ener. z Bł.: 2.9 %; K: 4731.68 mg;

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 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;

czwartek 2025-07-10 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL</u> , <u>GLU OW.</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szyńka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (<u>SOJ</u> , <u>SEL.</u>), Sałatka jarzynowa z olejem () 150 g (<u>SEL.</u>), Sałata zielona 20 g,	Ziemniaczana *(bez mleka) () 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL.</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 350 g (<u>SEL</u> , <u>GLU JĘCZ.</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>), Cukinia pieczona z olejem * 150 g, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ</u>), Sałatka z pomidora i sałaty lodowej b/skórki 100 g,
II Śniadanie: Smoothie szpinak, jabłko, banan 150 g,		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2098.22 kcal; Białko ogółem: 66.83 g; Tłuszcz: 59.45 g; Kw. tł. nasy.: 10.19 g; Węglowodany ogółem: 341.99 g; W tym cukry: 49.54 g; Błonnik pok.: 37.75 g; Sól: 7.39 g; WW: 30.37 Por; : 12.74 %; : 65.19 %; Ener. z T: 25.5 %; Ener. z Bł.: 3.6 %; K: 4249.88 mg;

czwartek 2025-07-10 Jadłospis dla diety: PUŁ- Specjalna		
Ryż na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL.</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Bułka pszenna 50g 2. x 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>), Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>), Dżem 25 g 1 szt, Sałata zielona 20 g,	Koperkowa z makaronem 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL.</u>), Risotto z mięsem wieprz i warzywami oraz kurkumą (bez brokuła) * 250 g (<u>SEL.</u>), Sałata zielona z kefirem 100 g (<u>MLE.</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Bułka pszenna 50g 2. x 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>), Serek a'la homogenizowany z ziołami 100 g (<u>MLE.</u>), Jabłko 200 g,
		Posiłek nocny: Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>), Sałatka z ryżu i kalafiora- dieta 150 g (<u>MLE</u> , <u>SEL.</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1881.42 kcal; Białko ogółem: 70.07 g; Tłuszcz: 50.5 g; Kw. tł. nasy.: 24.1 g; Węglowodany ogółem: 291.43 g; W tym cukry: 46.01 g; Błonnik pok.: 15.89 g; Sól: 1.37 g; WW: 27.67 Por; : 14.9 %; : 61.96 %; Ener. z T: 24.16 %; Ener. z Bł.: 1.69 %; K: 1610.72 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2025-07-11 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Kasza manna na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₁</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt., Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE₁</u>), Miód (25g) 1 szt., Jabłko 150 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Szpinakowa z zacierką * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL₁</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Kotlet z ryby (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB₁</u>), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g , Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL₁</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₁</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ₁</u>), Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ₁</u>), Ćwikła z chrzanem () 100 g (<u>MLE, SOJ₂</u>), Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ₁</u>),
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2143.61 kcal; Białko ogółem: 92.26 g; Tłuszcz: 50.34 g; Kw. tł. nasy.: 10.23 g; Węglowodany ogółem: 346.14 g; W tym cukry: 77.68 g; Błonnik pok.: 33.33 g; Sól: 7.85 g; WW: 31.27 Por.; : 17.22 %; : 64.59 %; Ener. z T: 21.14 %; Ener. z Bł.: 3.11 %; K: 4977.87 mg;

piątek 2025-07-11 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>), Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE.</u>), Pomidor 100 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	Szpinakowa z zacierką * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba pieczona w ziołach (Morszczuk) 100 g (<u>RYB.</u>), Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLUPSZ, MLE.</u>), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g , Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL.</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>), Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ.</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>), Ćwikła z chrzanem b/c () 100 g (<u>MLE, SO2.</u>),
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),	Podwieczorek: Chleb Graham 25 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek z natką pietruszki 30 g (<u>MLE.</u>), Sałata zielona 10 g ,	Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2205.36 kcal; Białko ogółem: 126.42 g; Tłuszcz: 60.83 g; Kw. tł. nasy.: 13.32 g; Węglowodany ogółem: 306.42 g; W tym cukry: 60.14 g; Błonnik pok.: 35.99 g; Sól: 8.07 g; WW: 27.12 Por; : 22.93 %; : 55.58 %; Ener. z T: 24.82 %; Ener. z Bł.: 3.26 %; K: 5884.52 mg;

piątek 2025-07-11 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Kasza manna na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE,</u>), Miód (25g) 1 szt, Jabłko pieczone 1szt. 1 szt, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Szpinakowa z zacierką* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba pieczona w ziołach (Morszczuk) 100 g (<u>RYB,</u>), Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Bukiet jarzyn oprószany z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>), Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ,</u>), Ćwikła z jabłkiem () 100 g ,
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2198.82 kcal; Białko ogółem: 107.6 g; Tłuszcz: 49.12 g; Kw. tł. nasy.: 10.22 g; Węglowodany ogółem: 344.13 g; W tym cukry: 73.71 g; Błonnik pok.: 24.65 g; Sól: 7.07 g; WW: 31.96 Por; : 19.57 %; : 62.6 %; Ener. z T: 20.1 %; Ener. z Bł.: 2.24 %; K: 4902.68 mg;

piątek 2025-07-11 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
Kasza manna na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE₁</u>), Miód (25g) 1 szt , Jabłko pieczone 1szt. 1 szt , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Szpinakowa z zacierką* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL₁</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba pieczona w ziołach (Morszczuk) 100 g (<u>RYB₁</u>), Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLUPSZ, MLE₁</u>), Bukiet jarzyn oprószany z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ₁</u>), Cwikła z jabłkiem () 100 g ,
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2089.47 kcal; Białko ogółem: 99.49 g; Tłuszcz: 44.56 g; Kw. tł. nasy.: 8.79 g; Węglowodany ogółem: 334.98 g; W tym cukry: 67.29 g; Błonnik pok.: 24.65 g; Sól: 7.26 g; WW: 31.08 Por; : 19.05 %; : 64.13 %; Ener. z T: 19.19 %; Ener. z Bł.: 2.36 %; K: 4677.93 mg;

piątek 2025-07-11 Jadłospis dla diety: PUŁ- 12 Papkowata		
Miks śniadaniowy przecierana (PUŁ) 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (<u>MLE</u>),	Miks obiad przecierana*()(PUŁ) 500 ml (<u>JAJ, MLE, SEL</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Miks obiad przecierana*()(PUŁ) 500 ml (<u>JAJ, MLE, SEL</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,
		Posiłek nocny: Miks obiad przecierana*()(PUŁ) 500 ml (<u>JAJ, MLE, SEL</u>), Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2102.6 kcal; Białko ogółem: 107.55 g; Tłuszcz: 78.25 g; Kw. tł. nasy.: 34.88 g; Węglowodany ogółem: 258.15 g; W tym cukry: 61.87 g; Błonnik pok.: 31.92 g; Sól: 4.92 g; WW: 22.48 Por; : 20.46 %; : 49.11 %; Ener. z T: 33.49 %; Ener. z Bł.: 3.04 %; K: 6211.67 mg;

piątek 2025-07-11 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
Kasza manna na wywarze jarzynowym* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Filet z kurczaka gotowany 50 g , Miód (25g) 1 szt , Jabłko pieczone 1szt. 1 szt , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Szpinakowa z zacierką *(bez mleka) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba pieczona w ziołach (Morszczuk) 100 g (<u>RYB</u>), Sos cytrynowy (bez mleka) 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Bukiet jarzyn oprószany z olejem* 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 1 szt (<u>JAJ</u>), Polędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ</u>), Ćwikła z jabłkiem () 100 g ,
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2023.6 kcal; Białko ogółem: 97.24 g; Tłuszcz: 47.11 g; Kw. tł. nasy.: 8.68 g; Węglowodany ogółem: 314.88 g; W tym cukry: 49.57 g; Błonnik pok.: 25.6 g; Sól: 6.69 g; WW: 28.91 Por; : 19.22 %; : 62.24 %; Ener. z T: 20.95 %; Ener. z Bł.: 2.53 %; K: 4327.81 mg;

piątek 2025-07-11 Jadłospis dla diety: PUŁ- Specjalna		
Kasza manna na wywarze jarzynowym* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Bułka pszenna 50g 2. x 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>), Serek a'la homogenizowany 80 g (<u>MLE</u>), Roszponka 10 g , Miód (25g) 1 szt ,	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 250 ml , Ryżowa* 400 ml (<u>MLE, SEL</u>), Makaron pełnoziarnisty 150 g (<u>GLU PSZ</u>), Ryba pieczona (Morszczuk) 80 g (<u>RYB</u>), Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Kalafior gotowany* 100 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Bułka pszenna 50g 2. x 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>), Twarożek z natką pietruszki 80 g (<u>MLE</u>), Jabłko 100 g ,
		Posiłek nocny: Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1881.49 kcal; Białko ogółem: 80.78 g; Tłuszcz: 42.81 g; Kw. tł. nasy.: 17.12 g; Węglowodany ogółem: 292.5 g; W tym cukry: 61.75 g; Błonnik pok.: 13.24 g; Sól: 1.35 g; WW: 27.95 Por; : 17.17 %; : 62.18 %; Ener. z T: 20.48 %; Ener. z Bł.: 1.41 %; K: 1398 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posilek nocny
sobota 2025-07-12 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Parówki drobiowo-wieprz (homogenizowane,wędz.parz w osłonce niejadalnej) 80 g (<u>SOJ.</u>), Sałatka wiosenna () 100 g ,	Koperkowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Bigos z kapusty młodej 300 g (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>), Nektarynka 120 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Pasztet z soczewicy* 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Mix sałat 20 g , Pomidor 80 g ,
		Posilek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLUPSZ, JAJ, MLE.</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2457.82 kcal; Białko ogółem: 86.26 g; Tłuszcz: 84.08 g; Kw. tł. nasy.: 20.62 g; Węglowodany ogółem: 353.17 g; W tym cukry: 64.18 g; Błonnik pok.: 30.33 g; Sól: 8.08 g; WW: 32.45 Por.; : 14.04 %; : 57.48 %; Ener. z T: 30.79 %; Ener. z Bł.: 2.47 %; K: 4636.05 mg;

sobota 2025-07-12			Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Platki jęczmienna na mleku /p 400 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ₁</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka wiśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (<u>SOJ₁</u>), Sałatka wiosenna () 100 g ,		Koperkowa z ryżem brązowym * 400 ml (<u>MLE, SEL₁</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Gulasz wieprzowy z warzywami* 200 g (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 150 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,		Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ₁</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasztet z soczewicy * 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ₁</u>), Mix sałat 20 g , Pomidor 80 g ,	
II Śniadanie: Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE₁</u>),		Podwieczorek: Budyń o smaku śmietankowym z chipsami kokosowymi b/c 150 ml (<u>MLE, SOJ₁</u>),		Posiłek nocny: Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 0.50 szt (<u>JAJ₁</u>), Sałata zielona 5 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2571.08 kcal; Białko ogółem: 125.12 g; Tłuszcz: 79.74 g; Kw. tł. nasy.: 17.9 g; Węglowodany ogółem: 359.24 g; W tym cukry: 64.63 g; Błonnik pok.: 42.85 g; Sól: 8.29 g; WW: 31.84 Por. : 19.47 %; : 55.89 %; Ener. z T: 27.91 %; Ener. z Bł.: 3.33 %; K: 5343.56 mg;

sobota 2025-07-12			Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</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 , Szyńska wiśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (<u>SOJ.</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,		Koperkowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Gulasz wieprzowy z warzywami* 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 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 , Szyńska Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (<u>SOJ.</u>), Mix sałat 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,	
				Posiłek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2016.64 kcal; Białko ogółem: 88.2 g; Tłuszcz: 47.29 g; Kw. tł. nasy.: 10.33 g; Węglowodany ogółem: 321.59 g; W tym cukry: 48.12 g; Błonnik pok.: 24.8 g; Sól: 7.69 g; WW: 29.72 Por; : 17.5 %; : 63.79 %; Ener. z T: 21.1 %; Ener. z Bł.: 2.46 %; K: 4145.74 mg;

sobota 2025-07-12		Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu	
Platki jęczmienna na mleku /p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU JĘCZ</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka wieśniawa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (<u>SOJ</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Koperkowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Gulasz wieprzowy z warzywami* 200 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Marchew gotowana z olejem* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (<u>SOJ</u>), Mix sałat 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,	

Jadłospisy dla oddziałów

		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ.</u> <u>JAJ, MLE,</u>),
--	--	--

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1937.17 kcal; Białko ogółem: 83.45 g; Tłuszcz: 47.44 g; Kw. tł. nasy.: 10.12 g; Węglowodany ogółem: 305.22 g; W tym cukry: 40.92 g; Błonnik pok.: 23.21 g; Sól: 7.51 g; WW: 28.33 Por; : 17.23 %; : 63.02 %; Ener. z T: 22.04 %; Ener. z Bł.: 2.4 %; K: 3818.74 mg;

sobota 2025-07-12 Jadłospis dla diety: PUŁ- 12 Papkowata		
Miks śniadaniowy przecierana (PUŁ) 500 ml (<u>GLU PSZ.</u> <u>JAJ, MLE,</u>), Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (<u>MLE,</u>),	Miks obiad przecierana*()(PUŁ) 500 ml (<u>JAJ, MLE, SEL,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Miks obiad przecierana*()(PUŁ) 500 ml (<u>JAJ, MLE, SEL,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,
		Posiłek nocny: Miks obiad przecierana*()(PUŁ) 500 ml (<u>JAJ, MLE, SEL,</u>), Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2129.6 kcal; Białko ogółem: 105.75 g; Tłuszcz: 77.85 g; Kw. tł. nasy.: 34.85 g; Węglowodany ogółem: 265.65 g; W tym cukry: 68.37 g; Błonnik pok.: 29.17 g; Sól: 3.72 g; WW: 23.43 Por; : 19.86 %; : 49.9 %; Ener. z T: 32.9 %; Ener. z Bł.: 2.74 %; K: 5561.67 mg;

sobota 2025-07-12 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
Płatki jęczminne na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL, GLU JĘCZ,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 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 , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 50 g , Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Koperkowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Gulasz wieprzowy z warzywami* 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 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 , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 50 g , Mix sałat 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,
		Posiłek nocny: Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1828.82 kcal; Białko ogółem: 80.24 g; Tłuszcz: 48.84 g; Kw. tł. nasy.: 11.58 g; Węglowodany ogółem: 278.44 g; W tym cukry: 38.53 g; Błonnik pok.: 25.73 g; Sól: 4.58 g; WW: 25.31 Por; : 17.55 %; : 60.9 %; Ener. z T: 24.04 %; Ener. z Bł.: 2.81 %; K: 3828.97 mg;

sobota 2025-07-12 Jadłospis dla diety: PUŁ- Specjalna		
Płatki jęczminne na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL, GLU JĘCZ,</u>), Bułka pszenna 50g 2. x 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Dżem 25 g , Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>), Szynka w siatce- wieprzowa, parzona, wędzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>), Kalaflor gotowany (bez soli)* 70 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	Koperkowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>), Kisiel z truskawkami b/c* 250 ml , Gulasz drobiowy z warzywami* (bez glutenu) 200 g (<u>SEL,</u>), Ryż na sypko 200 g , Marchew gotowana z olejem* 100 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Bułka pszenna 50g 2. x 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>), Twarożek 100 g (<u>MLE,</u>), Mix sałat 10 g ,
		Posiłek nocny: Jabłka prażone b/c 150 g , Wafle ryżowe 40 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1934.5 kcal; Białko ogółem: 73.86 g; Tłuszcz: 47.68 g; Kw. tł. nasy.: 18.19 g; Węglowodany ogółem: 308.67 g; W tym cukry: 26.7 g; Błonnik pok.: 21.15 g; Sól: 3.49 g; WW: 28.81 Por; : 15.27 %; : 63.82 %; Ener. z T: 22.18 %; Ener. z Bł.: 2.19 %; K: 1442.26 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2025-07-13 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE₊</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>GLU ŻYT₊</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLUPSZ₊</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Ser żółty 50 g (<u>MLE₊</u>), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g ,	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>SEL₊</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g , Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g , Brokuł gotowany* 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>GLU ŻYT₊</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLUPSZ₊</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka wieśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 30 g (<u>SOJ₊</u>), Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE₊</u>), Pomidor 90 g , Rukola 10 g ,
		Posiłek nocny: Przecier owocowy jabłko-mango 100g 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2163.72 kcal; Białko ogółem: 115.2 g; Tłuszcz: 70.69 g; Kw. tł. nasy.: 23.22 g; Węglowodany ogółem: 279.01 g; W tym cukry: 48.47 g; Błonnik pok.: 24.77 g; Sól: 7.7 g; WW: 25.44 Por; : 21.3 %; : 51.58 %; Ener. z T: 29.4 %; Ener. z Bł.: 2.29 %; K: 4315.06 mg;

niedziela 2025-07-13 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Ryż pełnoziarnisty na mleku/p 400 ml (<u>MLE₊</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLUPSZ₊</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek 80 g (<u>MLE₊</u>), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g ,	Rosół z makaronem pełnoziarnistym* 400 ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>SEL₊</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g , Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () b/c 100 g , Brokuł gotowany* 100 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLUPSZ₊</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka wieśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 30 g (<u>SOJ₊</u>), Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE₊</u>), Pomidor 90 g , Rukola 10 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny z płatkami owsianymi 150 g (<u>MLE</u> , <u>GLU OW₊</u>),	Podwieczorek: Jabłko 150 g ,	Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2238.07 kcal; Białko ogółem: 128.69 g; Tłuszcz: 65.6 g; Kw. tł. nasy.: 17.77 g; Węglowodany ogółem: 298.87 g; W tym cukry: 61.9 g; Błonnik pok.: 37.82 g; Sól: 7.81 g; WW: 26.18 Por; : 23 %; : 53.42 %; Ener. z T: 26.38 %; Ener. z Bł.: 3.38 %; K: 5935.54 mg;

niedziela 2025-07-13 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE₊</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ₊</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiowym 80 g (<u>MLE₊</u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt ,	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>SEL₊</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g , Brokuł gotowany* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ₊</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka wieśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 30 g (<u>SOJ₊</u>), Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE₊</u>), Pomidor b/skórki 90 g , Rukola 10 g ,
		Posiłek nocny: Przecier owocowy jabłko-mango 100g 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2129.29 kcal; Białko ogółem: 112.38 g; Tłuszcz: 52.46 g; Kw. tł. nasy.: 14.1 g; Węglowodany ogółem: 310.49 g; W tym cukry: 63.02 g; Błonnik pok.: 19.54 g; Sól: 5.73 g; WW: 29.09 Por; : 21.11 %; : 58.33 %; Ener. z T: 22.17 %; Ener. z Bł.: 1.84 %; K: 4248.7 mg;

niedziela 2025-07-13 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE₊</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ₊</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiowym 80 g (<u>MLE₊</u>), Banan 1szt. 1 szt ,	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>SEL₊</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g , Brokuł gotowany* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ₊</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka wieśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 30 g (<u>SOJ₊</u>), Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE₊</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Przecier owocowy jabłko-mango 100g 1 szt ,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2249.03 kcal; Białko ogółem: 113.92 g; Tłuszcz: 52.47 g; Kw. tł. nasy.: 14.29 g; Węglowodany ogółem: 339.4 g; W tym cukry: 86.75 g; Błonnik pok.: 20.06 g; Sól: 5.73 g; WW: 31.99 Por; : 20.26 %; : 60.36 %; Ener. z T: 21 %; Ener. z Bł.: 1.78 %; K: 4831.08 mg;

niedziela 2025-07-13 Jadłospis dla diety: PUŁ- 12 Papkowata		
Miks śniadaniowy przecierana (PUŁ) 500 ml (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u>), Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (<u>MLE.</u>),	Miks obiad przecierana*()(PUŁ) 500 ml (<u>JAJ. MLE. SEL.</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Miks obiad przecierana*()(PUŁ) 500 ml (<u>JAJ. MLE. SEL.</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,
		Posiłek nocny: Miks obiad przecierana*()(PUŁ) 500 ml (<u>JAJ. MLE. SEL.</u>), Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2102.6 kcal; Białko ogółem: 107.55 g; Tłuszcz: 78.25 g; Kw. tł. nasy.: 34.88 g; Węglowodany ogółem: 258.15 g; W tym cukry: 61.87 g; Błonnik pok.: 31.92 g; Sól: 4.92 g; WW: 22.48 Por; : 20.46 %; : 49.11 %; Ener. z T: 33.49 %; Ener. z Bł.: 3.04 %; K: 6211.67 mg;

niedziela 2025-07-13 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL.</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (<u>SOJ. SEL.</u>), Banan 1szt. 1 szt ,	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g , Brokuł gotowany* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (<u>SOJ.</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2031.53 kcal; Białko ogółem: 98.3 g; Tłuszcz: 51.2 g; Kw. tł. nasy.: 13.56 g; Węglowodany ogółem: 306.37 g; W tym cukry: 63.4 g; Błonnik pok.: 23.74 g; Sól: 8.34 g; WW: 28.39 Por; : 19.36 %; : 60.32 %; Ener. z T: 22.68 %; Ener. z Bł.: 2.34 %; K: 4862.01 mg;

niedziela 2025-07-13 Jadłospis dla diety: PUŁ- Specjalna		
Bułka pszenna 50g 2. x 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>), Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>), Marchew gotowana z olejem 100 g , Miód 25 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL.</u>),	Grycikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>), Kisiel o smaku cytrynowym b/c 250 ml , udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 100 g , Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>), Makaron 150 g (<u>GLU PSZ.</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Bułka pszenna 50g 2. x 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>), Szynka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (<u>SOJ.</u>), Sałata zielona z sosem vinegrett 100 g (<u>GOR.</u>),
		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1927.33 kcal; Białko ogółem: 71.4 g; Tłuszcz: 58.61 g; Kw. tł. nasy.: 18.9 g; Węglowodany ogółem: 280.96 g; W tym cukry: 39.23 g; Błonnik pok.: 15.45 g; Sól: 3.84 g; WW: 26.54 Por; : 14.82 %; : 58.31 %; Ener. z T: 27.37 %; Ener. z Bł.: 1.6 %; K: 1504.21 mg;