

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2024-08-12 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW.), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Kielbasa Szynkowa wieprzowa grubo rozdrobniona parzona w osłonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ.), Ogórek świeży 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Kapuśniak z kapusty białej () 400 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.), Ryż brązowy z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g , Polewka truskawkowa 100 g (MLE.), Arbuz 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu i rzodkiewki 80 g (MLE.), Sałatka z pomidorów i koperku 90 g , Rukola 10 g ,
		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1944.45 kcal; Białko ogółem: 69.21 g; Tłuszcz: 43.5 g; Kw. tł. nasy.: 11.21 g; Węglowodany ogółem: 331.93 g; W tym cukry: 91.06 g; Błonnik pok.: 31.54 g; Sól: 8.21 g; WW: 30.08 Por; : 364.91 %; : 896.86 %; Ener. z T: 494.87 %; Ener. z Bł.: 81.36 %; K: 3494.05 mg;

poniedziałek 2024-08-12 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW.), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Kielbasa Szynkowa wieprzowa grubo rozdrobniona parzona w osłonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ.), Ogórek świeży 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Wielowarzywna z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Ryż brązowy z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g , Polewka truskawkowa 100 g (MLE.), Arbuz 150 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu i rzodkiewki 80 g (MLE.), Sałatka z pomidorów i koperku 80 g , Rukola 20 g ,
II Śniadanie: Chleb Graham 25 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 0.50 szt (JAJ.), Sałata zielona 10 g ,	Podwieczorek: Surówka Colesław b/c () 100 g (JAJ, MLE, GOR.),	Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2016.29 kcal; Białko ogółem: 77.53 g; Tłuszcz: 47.87 g; Kw. tł. nasy.: 11.77 g; Węglowodany ogółem: 334.58 g; W tym cukry: 86.64 g; Błonnik pok.: 36.56 g; Sól: 8.07 g; WW: 29.84 Por; : 459.94 %; : 1094.04 %; Ener. z T: 670.19 %; Ener. z Bł.: 129.18 %; K: 3931.44 mg;

poniedziałek 2024-08-12 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW.), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Kielbasa Szynkowa wieprzowa grubo rozdrobniona parzona w osłonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ.), Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Wielowarzywna z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g , Polewka truskawkowa 100 g (MLE.), Arbuz 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE.), Sałatka z pomidorów b/skórki i koperku 90 g , Rukola 10 g ,
		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1930.46 kcal; Białko ogółem: 72.2 g; Tłuszcz: 34.88 g; Kw. tł. nasy.: 9.35 g; Węglowodany ogółem: 343.12 g; W tym cukry: 89.55 g; Błonnik pok.: 19.34 g; Sól: 6.89 g; WW: 32.49 Por; : 368.68 %; : 934.51 %; Ener. z T: 472.91 %; Ener. z Bł.: 78.74 %; K: 3318 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-08-12		Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW.), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Kielbasa Szynkowa wieprzowa grubo rozdrobniona parzona w osłonce niejadalnej 50 g (GLUPSZ, SOJ.), Bukiet jarzyn oprószony z olejem* 80 g (GLUPSZ, SEL.), Sałata zielona 20 g ,	Wielowarzywna z ziemniakami * () 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.), Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g , Polewka truskawkowa 100 g (MLE.), Banan 1szt. 1 szt , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE.), Sałatka z pomidorów b/skórki i koperku 80 g , Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2094.95 kcal; Białko ogółem: 73.11 g; Tłuszcz: 38.96 g; Kw. tł. nasy.: 9.84 g; Węglowodany ogółem: 375.92 g; W tym cukry: 111.65 g; Błonnik pok.: 23.25 g; Sól: 7.04 g; WW: 35.42 Por; : 351.72 %; : 994.36 %; Ener. z T: 500.31 %; Ener. z Bł.: 72.82 %; K: 3638.42 mg;

poniedziałek 2024-08-12		Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna
Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL, GLU OW.), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Schab gotowany 50 g , Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Wielowarzywna z ziemniakami *(bez mleka) () 400 ml (GLUPSZ, SEL.), Ryż na sypko 200 g , Pulpet drobiowy 100 g (GLUPSZ, JAJ.), Sos majerankowy * 100 ml (GLUPSZ, SEL.), Marchew gotowana z olejem* 150 g , Arbuż 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (SOJ.), Sałatka z pomidorów b/skórki i koperku 80 g , Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2005.04 kcal; Białko ogółem: 84.26 g; Tłuszcz: 45.11 g; Kw. tł. nasy.: 8.69 g; Węglowodany ogółem: 329.02 g; W tym cukry: 55.85 g; Błonnik pok.: 23.87 g; Sól: 7.69 g; WW: 30.65 Por; : 362.27 %; : 982.41 %; Ener. z T: 520.32 %; Ener. z Bł.: 93.99 %; K: 3513.74 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2024-08-13		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
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 , 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 100 g , Sałata zielona 20 g ,	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), kasza pęczak/sypko 200 g (<u>GLU PSZ,</u>), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>), Sos chrzanowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SO2,</u>), Surówka z kalarepki, 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 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 , Szprot w sosie pomidorowym 40 g (<u>RYB, SEL,</u>), Twaróg półtłusty 40 g (<u>MLE,</u>), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
		Posiłek nocny: Nektarynka 1 szt 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2219.91 kcal; Białko ogółem: 106.84 g; Tłuszcz: 50.41 g; Kw. tł. nasy.: 14 g; Węglowodany ogółem: 340.83 g; W tym cukry: 57.26 g; Błonnik pok.: 38.97 g; Sól: 5.04 g; WW: 30.28 Por; : 19.25 %; : 61.41 %; Ener. z T: 20.44 %; Ener. z Bł.: 3.51 %; K: 4238.84 mg;

wtorek 2024-08-13		
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 , 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 100 g , Sałata zielona 20 g ,	Solferino * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), kasza pęczak/sypko 200 g (<u>GLU PSZ,</u>), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>), Sos chrzanowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SO2,</u>), Surówka z kalarepki, jabłka i marchewki () 100 g (<u>MLE,</u>), Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem 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 , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ,</u>), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
II Śniadanie: Koktajl wieloowocowy* b/c 200 ml (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: Nektarynka 1 szt 1 szt ,	Posiłek nocny: Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Ser żółty 25 g (<u>MLE,</u>), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2434.69 kcal; Białko ogółem: 113.21 g; Tłuszcz: 66.34 g; Kw. tł. nasy.: 22.05 g; Węglowodany ogółem: 355.6 g; W tym cukry: 67.15 g; Błonnik pok.: 46.3 g; Sól: 8.58 g; WW: 31.12 Por; : 18.6 %; : 58.42 %; Ener. z T: 24.52 %; Ener. z Bł.: 3.8 %; K: 4946.26 mg;

wtorek 2024-08-13		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
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 , 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 ,	Solferino * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ,</u>), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>), Sos 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 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 , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ,</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g ,
		Posiłek nocny: Nektarynka 1 szt 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2070.19 kcal; Białko ogółem: 86.93 g; Tłuszcz: 47.48 g; Kw. tł. nasy.: 12.88 g; Węglowodany ogółem: 334.56 g; W tym cukry: 59.5 g; Błonnik pok.: 23.79 g; Sól: 6.59 g; WW: 31.28 Por; : 16.8 %; : 64.64 %; Ener. z T: 20.64 %; Ener. z Bł.: 2.3 %; K: 3850.17 mg;

wtorek 2024-08-13		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		

Jadłospisy dla oddziałów

<p>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 , 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 ,</p>	<p>Solferino * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JEĆZ,</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 ,</p>	<p>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 , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ,</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g ,</p>
		<p>Posiłek nocny: Jabłko pieczone 1szt. 1 szt ,</p>

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1994.29 kcal; Białko ogółem: 81.31 g; Tłuszcz: 44.84 g; Kw. tł. nasy.: 11.15 g; Węglowodany ogółem: 328.04 g; W tym cukry: 55.9 g; Błonnik pok.: 25.35 g; Sól: 6.43 g; WW: 30.39 Por; : 16.31 %; : 65.8 %; Ener. z T: 20.24 %; Ener. z Bł.: 2.54 %; K: 3583 mg;

wtorek 2024-08-13 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
<p>Makaron na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, 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 , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 50 g , Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,</p>	<p>Solferino (bez mleka)*() 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JEĆZ,</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 ,</p>	<p>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 , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ,</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g ,</p>
		<p>Posiłek nocny: Nektarynka 1 szt 1 szt ,</p>

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1932.21 kcal; Białko ogółem: 77.22 g; Tłuszcz: 45.9 g; Kw. tł. nasy.: 11.71 g; Węglowodany ogółem: 315.61 g; W tym cukry: 36.42 g; Błonnik pok.: 27.22 g; Sól: 6.72 g; WW: 29.03 Por; : 15.99 %; : 65.34 %; Ener. z T: 21.38 %; Ener. z Bł.: 2.82 %; K: 3258.54 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2024-08-14		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Ryż na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo o smaku wanilinowym 60 g (<u>MLE</u>), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u>), Sałatka wiosenna - diety 100 g ,	Grycikowa * 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Eskalopka z kurczaka 100 g (<u>GLUPSZ, JAJ, MLE</u>), Surówka Colesław b/c () 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR</u>), Fasolka szparagowa z bułką tartą i z olejem* 100 g (<u>GLUPSZ</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 50 g (<u>GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE</u>), Sałata zielona 20 g , Ogórek świeży 80 g ,
		Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2103.24 kcal; Białko ogółem: 87.66 g; Tłuszcz: 64.51 g; Kw. tł. nasy.: 11.03 g; Węglowodany ogółem: 304.08 g; W tym cukry: 58.1 g; Błonnik pok.: 25.76 g; Sól: 6.84 g; WW: 27.95 Por; : 286.44 %; : 761.49 %; Ener. z T: 599.93 %; Ener. z Bł.: 62.26 %; K: 3838.88 mg;

środa 2024-08-14		
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 , Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE</u>), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u>), Sałatka wiosenna - diety 100 g ,	Grycikowa * 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g , Sos bazyliowy* 100 ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>), Fasolka szparagowa z wody* 100 g , Surówka Colesław b/c () 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR</u>), 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 , Szyunka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona 20 g , Ogórek świeży 80 g ,
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Warzywa pieczone 100 g , Dip zielony 10 g (<u>MLE</u>),	Posiłek nocny: Sok pomidorowy 200 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2028.92 kcal; Białko ogółem: 99.17 g; Tłuszcz: 62.28 g; Kw. tł. nasy.: 10.28 g; Węglowodany ogółem: 284.86 g; W tym cukry: 44.07 g; Błonnik pok.: 33.96 g; Sól: 8.61 g; WW: 25.23 Por; : 482.48 %; : 999.94 %; Ener. z T: 738.29 %; Ener. z Bł.: 115.43 %; K: 5081.3 mg;

środa 2024-08-14		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Ryż na mleku/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 , Serek homo o smaku wanilinowym 60 g (<u>MLE</u>), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u>), Sałatka wiosenna - diety 100 g ,	Grycikowa * 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g , Sos bazyliowy* 100 ml (<u>GLUPSZ, SEL</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>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyunka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,
		Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1989.74 kcal; Białko ogółem: 88.73 g; Tłuszcz: 50.21 g; Kw. tł. nasy.: 9.32 g; Węglowodany ogółem: 302.03 g; W tym cukry: 58.65 g; Błonnik pok.: 18.51 g; Sól: 6.95 g; WW: 28.42 Por; : 388.68 %; : 843.25 %; Ener. z T: 471.43 %; Ener. z Bł.: 69.09 %; K: 3895.27 mg;

środa 2024-08-14		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
Ryż na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo o smaku wanilinowym 60 g (<u>MLE</u>), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u>), Sałatka wiosenna - diety b/skórki 100 g ,	Grycikowa * 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g , Sos bazyliowy* 100 ml (<u>GLUPSZ, SEL</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>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyunka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,

Jadłospisy dla oddziałów

		Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE</u>),
--	--	---

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1989.74 kcal; Białko ogółem: 88.73 g; Tłuszcz: 50.21 g; Kw. tł. nasy.: 9.32 g; Węglowodany ogółem: 302.03 g; W tym cukry: 58.65 g; Błonnik pok.: 18.51 g; Sól: 6.95 g; WW: 28.42 Por; : 388.68 %; : 843.25 %; Ener. z T: 471.43 %; Ener. z Bł.: 69.09 %; K: 3895.27 mg;

środa 2024-08-14	Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna	
-------------------------	--	--

Ryż 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 , Pasta z kurczaka 80 g , Sałatka wiosenna - diety 100 g ,	Grysikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g , Sos bazyliowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</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 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>), Sałata zielona 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,
---	--	--

		Posiłek nocny: Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt ,
--	--	---

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1914.81 kcal; Białko ogółem: 89.56 g; Tłuszcz: 52.2 g; Kw. tł. nasy.: 9.67 g; Węglowodany ogółem: 280.68 g; W tym cukry: 42.53 g; Błonnik pok.: 18.9 g; Sól: 6.29 g; WW: 26.22 Por; : 381.27 %; : 844.29 %; Ener. z T: 472.29 %; Ener. z Bł.: 70.39 %; K: 3794.74 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2024-08-15		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLUPSZ</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g , Rzodkiew biała 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL</u>), Łazanki z kapustą i mięs wp z łopatki 350 g (<u>GLUPSZ, JAJ, SEL, GOR</u>), Jabłko 1 szt 1 szt, Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLUPSZ</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasztet z ciecierzycy* 60 g (<u>GLUPSZ, JAJ</u>), Serek a`la homogenizowany z ziołami 30 g (<u>MLE</u>), Roszponka 20 g , Pomidor 80 g ,
		Posiłek nocny: Orzechy włoskie łuskane 20 g (<u>ORZ</u>), Jabłko 1 szt 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2309.55 kcal; Białko ogółem: 87.71 g; Tłuszcz: 73.51 g; Kw. tł. nasy.: 14.26 g; Węglowodany ogółem: 336.55 g; W tym cukry: 74.93 g; Błonnik pok.: 35.78 g; Sól: 5.8 g; WW: 30.13 Por; : 15.19 %; : 58.29 %; Ener. z T: 28.65 %; Ener. z Bł.: 3.1 %; K: 4059.57 mg;

czwartek 2024-08-15		
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 50 g (<u>GLUPSZ</u>), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g , Rzodkiew biała 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) b/c 400 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL</u>), Makaron pełnoziarnisty z sosem mięsno-warzywnym, z miesa wieprzowego () 350 g (<u>GLUPSZ, SEL</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>GLUPSZ</u>), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasztet z ciecierzycy* 60 g (<u>GLUPSZ, JAJ</u>), Serek a`la homogenizowany z ziołami 30 g (<u>MLE</u>), Roszponka 20 g , Pomidor 80 g ,
II Śniadanie: Owsianka z jabłkiem pieczonym i cynamonem 200 g (<u>MLE, GLU OW</u>),	Podwieczorek: Jabłko 1 szt 1 szt ,	Posiłek nocny: Orzechy włoskie łuskane 20 g (<u>ORZ</u>), Jabłko 1 szt 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2535.77 kcal; Białko ogółem: 103.4 g; Tłuszcz: 72.65 g; Kw. tł. nasy.: 12.92 g; Węglowodany ogółem: 384.28 g; W tym cukry: 79.57 g; Błonnik pok.: 53.92 g; Sól: 7 g; WW: 33.16 Por; : 16.31 %; : 60.62 %; Ener. z T: 25.79 %; Ener. z Bł.: 4.25 %; K: 5010.51 mg;

czwartek 2024-08-15		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
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, GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g , Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (<u>SEL</u>), Sałata zielona 20 g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL</u>), Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z miesa wieprzowego () 350 g (<u>GLUPSZ, 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>GLUPSZ, GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynekowa wiśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (<u>SOJ</u>), Serek a`la homogenizowany z ziołami 30 g (<u>MLE</u>), Roszponka 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,
		Posiłek nocny: Banan 1szt. 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2102.95 kcal; Białko ogółem: 87.66 g; Tłuszcz: 44.04 g; Kw. tł. nasy.: 9.23 g; Węglowodany ogółem: 350.86 g; W tym cukry: 83.82 g; Błonnik pok.: 26.55 g; Sól: 7.42 g; WW: 32.42 Por; : 16.67 %; : 66.74 %; Ener. z T: 18.85 %; Ener. z Bł.: 2.52 %; K: 4429.04 mg;

czwartek 2024-08-15		
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 , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g , Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (<u>SEL</u>), Sałata zielona 20 g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL</u>), Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z miesa wieprzowego () 350 g (<u>GLUPSZ, 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>GLUPSZ, GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szynekowa wiśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (<u>SOJ</u>), Serek a`la homogenizowany z ziołami 30 g (<u>MLE</u>), Roszponka 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,

Jadłospisy dla oddziałów

		Posiłek nocny: Banan 1szt. 1 szt ,
--	--	---

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2102.95 kcal; Białko ogółem: 87.66 g; Tłuszcz: 44.04 g; Kw. tł. nasy.: 9.23 g; Węglowodany ogółem: 350.86 g; W tym cukry: 83.82 g; Błonnik pok.: 26.55 g; Sól: 7.42 g; WW: 32.42 Por; : 16.67 %; : 66.74 %; Ener. z T: 18.85 %; Ener. z Bł.: 2.52 %; K: 4429.04 mg;

czwartek 2024-08-15	Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna	
----------------------------	--	--

Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g , Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (SEL), Sałata zielona 20 g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml (GLU PSZ, SEL), Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego () 350 g (GLU PSZ, SEL), Brokuł gotowany* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ), Roszponka 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,
---	--	--

		Posiłek nocny: Banan 1szt. 1 szt ,
--	--	---

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1965.98 kcal; Białko ogółem: 71.77 g; Tłuszcz: 41.55 g; Kw. tł. nasy.: 8.37 g; Węglowodany ogółem: 340.42 g; W tym cukry: 66.35 g; Błonnik pok.: 30.8 g; Sól: 8.37 g; WW: 30.92 Por; : 14.6 %; : 69.26 %; Ener. z T: 19.02 %; Ener. z Bł.: 3.13 %; K: 3733.46 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2024-08-16		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE,</u>), Dżem 25 g 1 szt , Arbuz 150 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>), Surówka z kapusty młodej z olejem () 100 g , Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kompot owocowy* 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>), Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>), Sałatka wiosenna - diety 100 g , Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>),
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2328.55 kcal; Białko ogółem: 105.07 g; Tłuszcz: 65.27 g; Kw. tł. nasy.: 10.22 g; Węglowodany ogółem: 345.78 g; W tym cukry: 88.21 g; Błonnik pok.: 29.9 g; Sól: 7.79 g; WW: 31.67 Por; : 18.05 %; : 59.4 %; Ener. z T: 25.23 %; Ener. z Bł.: 2.57 %; K: 5161.95 mg;

piątek 2024-08-16		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Makaron pełnoziarnisty na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE,</u>), Arbuz 150 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Pulpet rybno-warzywny* 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,</u>), Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>), Surówka z kapusty młodej z olejem () 100 g , Warzywa po grecku * (bez cukru) 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>), Chleb Graham 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 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>), Sałatka wiosenna - diety 100 g ,
II Śniadanie: Koktajl wieloowocowy* b/c 200 ml (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: Chleb Graham 25 g (<u>GLU PSZ,</u>), Hummus 30 g (<u>SEZ,</u>), Sałata zielona 10 g ,	Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2294.54 kcal; Białko ogółem: 104.36 g; Tłuszcz: 64.04 g; Kw. tł. nasy.: 11.64 g; Węglowodany ogółem: 341.67 g; W tym cukry: 84.52 g; Błonnik pok.: 38.56 g; Sól: 8.39 g; WW: 30.37 Por; : 18.19 %; : 59.56 %; Ener. z T: 25.12 %; Ener. z Bł.: 3.36 %; K: 5733.16 mg;

piątek 2024-08-16		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE,</u>), Dżem 25 g 1 szt , Arbuz 150 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Pulpet rybno-warzywny* 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,</u>), Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>), Warzywa po grecku* 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 JĘCZ,</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>), Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>), Sałatka wiosenna - diety 100 g ,
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2177.78 kcal; Białko ogółem: 93.64 g; Tłuszcz: 48.61 g; Kw. tł. nasy.: 8.78 g; Węglowodany ogółem: 354.68 g; W tym cukry: 89.58 g; Błonnik pok.: 24.07 g; Sól: 6.82 g; WW: 33.1 Por; : 17.2 %; : 65.14 %; Ener. z T: 20.09 %; Ener. z Bł.: 2.21 %; K: 4920.91 mg;

piątek 2024-08-16		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE,</u>), Dżem 25 g 1 szt , Jabłko pieczone 1szt. 1 szt , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Pulpet rybno-warzywny* 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,</u>), Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>), Warzywa po grecku* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>), Sałatka wiosenna - diety 100 g ,
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2035.44 kcal; Białko ogółem: 84.34 g; Tłuszcz: 44.54 g; Kw. tł. nasy.: 7.41 g; Węglowodany ogółem: 338.13 g; W tym cukry: 75.21 g; Błonnik pok.: 26.17 g; Sól: 6.97 g; WW: 31.27 Por; : 16.57 %; : 66.45 %; Ener. z T: 19.7 %; Ener. z Bł.: 2.57 %; K: 4440.66 mg;

piątek 2024-08-16		Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna
Zacierka na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>GLU PSZ. JAJ. SEL.</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</u>), Dżem 25 g 1 szt , Arbuz 150 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Kalafiorowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Pulpet rybno-warzywny* 100 g (<u>GLU PSZ. JAJ. RYB. SEL.</u>), Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>), Warzywa po grecku* 150 g (<u>GLU PSZ. SEL.</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>), Szyńka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 30 g (<u>SOJ.</u>), Sałatka wiosenna - diety 100 g ,
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1999.82 kcal; Białko ogółem: 72.65 g; Tłuszcz: 52.63 g; Kw. tł. nasy.: 10.74 g; Węglowodany ogółem: 322.01 g; W tym cukry: 67.02 g; Błonnik pok.: 24.83 g; Sól: 7.51 g; WW: 29.79 Por; : 14.53 %; : 64.41 %; Ener. z T: 23.68 %; Ener. z Bł.: 2.48 %; K: 4115.46 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2024-08-17 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Plątki pszenne na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (GLU PSZ), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW), Sałatka z pomidorów z jogurtem natur i natką pietr 100 g (MLE),	Ogórkowa z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JEĆZ), Gulasz z żołądków drobiowych* 200 g (GLU PSZ, MLE, SEL), Buraczki gotowane () 100 g , Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i słonecznikiem z olejem* 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz - dieta 150 g (SOJ, SEL), Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2426.66 kcal; Białko ogółem: 94.35 g; Tłuszcz: 81.84 g; Kw. tł. nasy.: 13.48 g; Węglowodany ogółem: 340.48 g; W tym cukry: 54.81 g; Błonnik pok.: 28.92 g; Sól: 6.87 g; WW: 31.17 Por; : 15.55 %; : 56.12 %; Ener. z T: 30.35 %; Ener. z Bt.: 2.38 %; K: 4023.56 mg;

sobota 2024-08-17 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Plątki pszenne na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (GLU PSZ), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW), Musztarda 15g saszetka 1 szt (GOR), Sałatka z pomidorów z jogurtem natur i natką pietr 100 g (MLE),	Ogórkowa z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JEĆZ), Potrawka drobiowa () 200 g (GLU PSZ, SEL), Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g , Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i słonecznikiem z olejem* 100 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz - dieta 150 g (SOJ, SEL), Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 szt ,	Podwieczorek: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,	Posiłek nocny: Chleb Graham 30 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g , Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2533.1 kcal; Białko ogółem: 103.2 g; Tłuszcz: 85.83 g; Kw. tł. nasy.: 14.64 g; Węglowodany ogółem: 359.02 g; W tym cukry: 65.27 g; Błonnik pok.: 43.98 g; Sól: 12.09 g; WW: 31.51 Por; : 16.3 %; : 56.69 %; Ener. z T: 30.5 %; Ener. z Bt.: 3.47 %; K: 4710.16 mg;

sobota 2024-08-17 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Plątki pszenne na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW), Sałatka z pomidorów z jogurtem natur i natką pietr b/skórki 100 g (MLE),	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (MLE, SEL), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JEĆZ), Potrawka drobiowa () 200 g (GLU PSZ, SEL), Buraczki gotowane () 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz - dieta 150 g (SOJ, SEL), Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2324.48 kcal; Białko ogółem: 87.82 g; Tłuszcz: 66.48 g; Kw. tł. nasy.: 11.4 g; Węglowodany ogółem: 358.01 g; W tym cukry: 59.42 g; Błonnik pok.: 31.02 g; Sól: 6.24 g; WW: 32.66 Por; : 15.11 %; : 61.61 %; Ener. z T: 25.74 %; Ener. z Bt.: 2.67 %; K: 4302.35 mg;

sobota 2024-08-17 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

<p>Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE,), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW,), Sałatka z pomidorów z jogurtem natur i natką pietr b/skórki 100 g (MLE,),</p>	<p>Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (MLE, SEL,), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ,), Potrawka drobiowa () 200 g (GLU PSZ, SEL,), Buraczki gotowane () 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz - dieta 150 g (SOJ, SEL,), Sałata zielona 20 g ,</p>
		<p>Posiłek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE,),</p>

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2266.28 kcal; Białko ogółem: 83.43 g; Tłuszcz: 66.33 g; Kw. tł. nasy.: 11.3 g; Węglowodany ogółem: 348.13 g; W tym cukry: 53.3 g; Błonnik pok.: 31.02 g; Sól: 6.1 g; WW: 31.67 Por; : 14.73 %; : 61.44 %; Ener. z T: 26.34 %; Ener. z Bł.: 2.74 %; K: 4077.6 mg;

sobota 2024-08-17 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
<p>Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 400 ml (GLU PSZ, SEL,), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 50 g , Sałatka z pomidorów z olejem i natką pietr b/skórki 100 g ,</p>	<p>Selerowa z ziemniakami (bez mleka)*() 400 ml (SEL,), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ,), Potrawka drobiowa () 200 g (GLU PSZ, SEL,), Buraczki gotowane () 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz - dieta 150 g (SOJ, SEL,), Sałata zielona 20 g ,</p>
		<p>Posiłek nocny: Chrupki kukurydziane 20 g ,</p>

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2123.18 kcal; Białko ogółem: 76.68 g; Tłuszcz: 64.66 g; Kw. tł. nasy.: 9.53 g; Węglowodany ogółem: 326.53 g; W tym cukry: 36.28 g; Błonnik pok.: 36.77 g; Sól: 6.49 g; WW: 28.95 Por; : 14.45 %; : 61.52 %; Ener. z T: 27.41 %; Ener. z Bł.: 3.46 %; K: 3774.87 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2024-08-18		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Kasza manna na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE,), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Ser żółty 60 g (MLE,), Rzodkiew biała 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Kotlet schabowy 100 g (GLU PSZ, JAJ,), Mizeria 100 g (MLE,), 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Kiełbasa Krakowska wieprzowa parzona grubo rozdrobniona wędzona w osłonce niejadalnej 30 g (GOR,), Serek homo. naturalny 50 g (MLE,), Pomidor 90 g , Rukola 10 g ,
		Posiłek nocny: Migdały 30 g (ORZ,), Arbuź 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2399.25 kcal; Białko ogółem: 110.25 g; Tłuszcz: 81.01 g; Kw. tł. nasy.: 23.12 g; Węglowodany ogółem: 322.12 g; W tym cukry: 62.03 g; Błonnik pok.: 29.32 g; Sól: 7.19 g; WW: 29.31 Por; : 18.38 %; : 53.7 %; Ener. z T: 30.39 %; Ener. z Bł.: 2.44 %; K: 4577.38 mg;

niedziela 2024-08-18		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kasza manna na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE,), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Ser żółty 50 g (MLE,), Rzodkiew biała 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Schab pieczony w rękawie 100 g , Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL,), Mizeria 100 g (MLE,), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ,), Serek homo. naturalny 50 g (MLE,), Pomidor 90 g , Rukola 10 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny z musem truskawkowym 150 g (MLE,),	Podwieczorek: Sałatka jarzynowa z olejem* 100 g (SEL,),	Posiłek nocny: Migdały 30 g (ORZ,), Arbuź 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2398.67 kcal; Białko ogółem: 125.39 g; Tłuszcz: 76.56 g; Kw. tł. nasy.: 22.47 g; Węglowodany ogółem: 320.48 g; W tym cukry: 67.7 g; Błonnik pok.: 34.15 g; Sól: 6.88 g; WW: 28.66 Por; : 20.91 %; : 53.44 %; Ener. z T: 28.73 %; Ener. z Bł.: 2.85 %; K: 5650.19 mg;

niedziela 2024-08-18		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Kasza manna na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE,), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek z koperkiem 80 g (MLE,), Warzywa pieczone (buraki, pietruszka, cukinia) 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Schab pieczony w rękawie 100 g , Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL,), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ,), Serek homo. naturalny 50 g (MLE,), Pomidor b/skórki 90 g , Rukola 10 g ,
		Posiłek nocny: Arbuź 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2036.38 kcal; Białko ogółem: 110.33 g; Tłuszcz: 42.45 g; Kw. tł. nasy.: 10.24 g; Węglowodany ogółem: 310.69 g; W tym cukry: 62.77 g; Błonnik pok.: 16.7 g; Sól: 5.03 g; WW: 29.49 Por; : 21.67 %; : 61.03 %; Ener. z T: 18.76 %; Ener. z Bł.: 1.64 %; K: 4300.69 mg;

niedziela 2024-08-18		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
Kasza manna na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE,), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek z koperkiem 80 g (MLE,), Warzywa pieczone (buraki, pietruszka, cukinia) 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Schab pieczony w rękawie 100 g , Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL,), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ,), Serek homo. naturalny 50 g (MLE,), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Banan 1szt. 1 szt ,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2123.12 kcal; Białko ogółem: 110.68 g; Tłuszcz: 42.76 g; Kw. tł. nasy.: 10.49 g; Węglowodany ogółem: 332.56 g; W tym cukry: 78.25 g; Błonnik pok.: 19.32 g; Sól: 5.03 g; WW: 31.49 Por; : 20.85 %; : 62.66 %; Ener. z T: 18.13 %; Ener. z Bł.: 1.82 %; K: 4694.06 mg;

niedziela 2024-08-18		Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna
Kasza manna na wywarze jarzynowym* 400 ml (GLU PSZ, SEL.), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Schab gotowany 50 g , Warzywa pieczone (buraki, pietruszka, cukinia) 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Schab pieczony w rękawie 100 g , Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ.), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Kisiel o smaku wiśniowym b/c 150 ml ,		Posiłek nocny: Arbuz 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1952.93 kcal; Białko ogółem: 97.71 g; Tłuszcz: 39.85 g; Kw. tł. nasy.: 9.07 g; Węglowodany ogółem: 308.33 g; W tym cukry: 56.23 g; Błonnik pok.: 17.7 g; Sól: 5.2 g; WW: 29.14 Por; : 20.01 %; : 63.15 %; Ener. z T: 18.37 %; Ener. z Bł.: 1.81 %; K: 3919.72 mg;