

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2024-08-19		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (MLE, GLU JECZ.), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.), 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 (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.), Pomidor 90 g , Rospzonka 10 g ,	Brokułowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL.), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Kotlet z jaj-pieczony 90 g (GLU PSZ, JAJ.), Surówka z pora, jabłka i marchewki () 150 g (MLE.), Arbuż 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szprot w sosie pomidorowym 40 g (RYB, SEL.), Twaróg półtłusty 40 g (MLE.), Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2209.03 kcal; Białko ogółem: 87.61 g; Tłuszcz: 53.94 g; Kw. tł. nasy.: 14.01 g; Węglowodany ogółem: 358.83 g; W tym cukry: 53.65 g; Błonnik pok.: 31.92 g; Sól: 10.85 g; WW: 32.65 Por; : 15.86 %; : 64.98 %; Ener. z T: 21.98 %; Ener. z Bł.: 2.89 %; K: 3883.11 mg;

poniedziałek 2024-08-19		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (MLE, GLU JECZ.), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.), 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 (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.), Pomidor 90 g , Rospzonka 10 g ,	Brokułowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL.), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Kotlet z jaj-pieczony 90 g (GLU PSZ, JAJ.), Surówka z pora, jabłka i marchewki () 150 g (MLE.), Arbuż 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 , Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE.), Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Smoothie (jabłko, szpinak) 200 g ,	Podwieczorek: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.),	Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml , Orzechy włoskie łuskane 10 g (ORZ.),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2186.84 kcal; Białko ogółem: 95.75 g; Tłuszcz: 61.13 g; Kw. tł. nasy.: 14.34 g; Węglowodany ogółem: 331.69 g; W tym cukry: 49.94 g; Błonnik pok.: 36.23 g; Sól: 9.73 g; WW: 29.56 Por; : 17.51 %; : 60.67 %; Ener. z T: 25.16 %; Ener. z Bł.: 3.31 %; K: 4473.92 mg;

poniedziałek 2024-08-19		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (MLE, GLU JECZ.), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.), 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 (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.), Pomidor 90 g , Rospzonka 10 g ,	Brokułowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL.), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Kotlet z jaj-pieczony 90 g (GLU PSZ, JAJ.), Surówka z marchwi () drobno tarta b/c 150 g (MLE.), Arbuż 100 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 natką pietruszki 80 g (MLE.), Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2041.1 kcal; Białko ogółem: 85.02 g; Tłuszcz: 50.64 g; Kw. tł. nasy.: 12.78 g; Węglowodany ogółem: 324.28 g; W tym cukry: 61.19 g; Błonnik pok.: 25.16 g; Sól: 8.97 g; WW: 29.9 Por; : 16.66 %; : 63.55 %; Ener. z T: 22.33 %; Ener. z Bł.: 2.47 %; K: 4092.81 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-08-19	Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu	
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , 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 90 g , Roszponka 10 g ,	Brokułowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Kotlet z jaj-pieczony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Cukinia gotowana z pomidorami* 150 g , Arbuż 100 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 , Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (<u>MLE.</u>), Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2077.45 kcal; Białko ogółem: 84.91 g; Tłuszcz: 56.55 g; Kw. tł. nasy.: 12.39 g; Węglowodany ogółem: 316.88 g; W tym cukry: 58.82 g; Błonnik pok.: 19.53 g; Sól: 9.3 g; WW: 29.71 Por; : 16.35 %; : 61.01 %; Ener. z T: 24.5 %; Ener. z Bł.: 1.88 %; K: 3879.67 mg;

poniedziałek 2024-08-19	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 , 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 90 g , Roszponka 10 g ,	Brokułowa z ryżem (bez mleka) * 400 ml (<u>SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Kotlet z jaj-pieczony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Surówka z marchwi () drobno tarta (z olejem) 150 g , Arbuż 100 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 Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g (<u>SOJ.</u>), Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1966.81 kcal; Białko ogółem: 68.56 g; Tłuszcz: 56.15 g; Kw. tł. nasy.: 10.59 g; Węglowodany ogółem: 309.89 g; W tym cukry: 44.4 g; Błonnik pok.: 26 g; Sól: 9.48 g; WW: 28.3 Por; : 13.94 %; : 63.02 %; Ener. z T: 25.69 %; Ener. z Bł.: 2.64 %; K: 3461.42 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2024-08-20		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE₁</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyunka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (<u>SOJ₁</u>), Sałata zielona 20 g , Ogórek świeży 80 g ,	Pieczarkowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL₁</u>), Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Szyunka wieprzowa pieczona 80 g , Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ₁</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 100 g , Dynia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₁</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyunka wiśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (<u>SOJ₁</u>), Pomidor 80 g ,
		Posiłek nocny: Jabłko 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1874.45 kcal; Białko ogółem: 92.01 g; Tłuszcz: 37.97 g; Kw. tł. nasy.: 8.59 g; Węglowodany ogółem: 298.72 g; W tym cukry: 54.14 g; Błonnik pok.: 30.18 g; Sól: 7.74 g; WW: 26.87 Por; : 19.63 %; : 63.75 %; Ener. z T: 18.23 %; Ener. z Bł.: 3.22 %; K: 3745.4 mg;

wtorek 2024-08-20		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kasza 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 , Szyunka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (<u>SOJ₁</u>), Sałata zielona 20 g , Ogórek świeży 80 g ,	Pieczarkowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL₁</u>), Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Szyunka wieprzowa gotowana 100 g , Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ₁</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 150 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyunka wiśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (<u>SOJ₁</u>), Pomidor 80 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE₁</u>),	Podwieczorek: Warzywa pieczone 100 g , Dip zielony 10 g (<u>MLE₁</u>),	Posiłek nocny: Kanapka z twarożkiem i sałatą (chleb razowy 60g, tłuszcz 5g, twarożek 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2106.58 kcal; Białko ogółem: 113.39 g; Tłuszcz: 56.31 g; Kw. tł. nasy.: 12.43 g; Węglowodany ogółem: 300.71 g; W tym cukry: 39.95 g; Błonnik pok.: 36.06 g; Sól: 8.35 g; WW: 26.52 Por; : 21.53 %; : 57.1 %; Ener. z T: 24.06 %; Ener. z Bł.: 3.42 %; K: 4324 mg;

wtorek 2024-08-20		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₁</u>), Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyunka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (<u>SOJ₁</u>), Sałata zielona 20 g , Ogórek świeży 80 g ,	Solferino * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL₁</u>), Makaron 200 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Szyunka wieprzowa gotowana 100 g , Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ₁</u>), Dynia duszona z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyunka wiśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (<u>SOJ₁</u>), Pomidor 100 g ,
		Posiłek nocny: Jabłko 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1982.1 kcal; Białko ogółem: 97.25 g; Tłuszcz: 36.99 g; Kw. tł. nasy.: 8.97 g; Węglowodany ogółem: 322.47 g; W tym cukry: 57.33 g; Błonnik pok.: 21.64 g; Sól: 7.39 g; WW: 30.04 Por; : 19.62 %; : 65.08 %; Ener. z T: 16.8 %; Ener. z Bł.: 2.18 %; K: 3843.91 mg;

wtorek 2024-08-20		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		

Jadłospisy dla oddziałów

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 kajzerka 50g 1 szt (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,	Solferino * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>), Pulpet wieprzowy 100g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ</u>), Dynia duszona z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka wiśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (<u>SOJ</u>), Pomidor 100 g ,
		Posiłek nocny: Jabłko pieczone 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2057.4 kcal; Białko ogółem: 90.66 g; Tłuszcz: 44.32 g; Kw. tł. nasy.: 10.18 g; Węglowodany ogółem: 331.76 g; W tym cukry: 58.1 g; Błonnik pok.: 22.36 g; Sól: 7.49 g; WW: 30.95 Por.; : 17.63 %; : 64.5 %; Ener. z T: 19.39 %; Ener. z Bł.: 2.17 %; K: 3781.4 mg;

wtorek 2024-08-20 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,	Solferino (bez mleka)* () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>), Szyńka wieprzowa gotowana 100 g , Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ</u>), Dynia duszona z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka wiśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (<u>SOJ</u>), Pomidor 100 g ,
		Posiłek nocny: Jabłko pieczone 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1833.09 kcal; Białko ogółem: 84.17 g; Tłuszcz: 34.77 g; Kw. tł. nasy.: 8.41 g; Węglowodany ogółem: 304.25 g; W tym cukry: 41.53 g; Błonnik pok.: 23.65 g; Sól: 6.88 g; WW: 28.06 Por.; : 18.37 %; : 66.39 %; Ener. z T: 17.07 %; Ener. z Bł.: 2.58 %; K: 3367.15 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2024-08-21		
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, Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE.), Szynka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ.), Arbus 100 g , Sałata zielona 20 g ,	Zupa z soczewicy i ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, SEL.), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (GLU PSZ, JAJ.), Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.), Mizeria 100 g (MLE.), Buraczki oprószane () b/c 100 g (GLU PSZ.), 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 , Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.), Papryka świeża 90 g , Rukola 10 g ,
		Posiłek nocny: Przecier owocowy jabłko-morela 120g 1 szt (może zawierać: MLE.),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2045.62 kcal; Białko ogółem: 91.53 g; Tłuszcz: 39.94 g; Kw. tł. nasy.: 8.78 g; Węglowodany ogółem: 344.36 g; W tym cukry: 70.9 g; Błonnik pok.: 31.4 g; Sól: 7.14 g; WW: 31.31 Por; : 17.9 %; : 67.34 %; Ener. z T: 17.57 %; Ener. z Bł.: 3.07 %; K: 5037.53 mg;

środa 2024-08-21		
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 , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE.), Szynka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ.), Arbus 100 g , Sałata zielona 20 g ,	Zupa z soczewicy i ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, SEL.), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (GLU PSZ, JAJ.), Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.), Mizeria 150 g (MLE.), 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 , Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.), Papryka świeża 90 g , Rukola 10 g ,
II Śniadanie: Budyń o smaku śmietankowym z chipsami kokosowymi b/c 200 ml (MLE, SOJ.),	Podwieczorek: Sałatka wiosenna () 100 g ,	Posiłek nocny: Kanapka z jajkiem i sałatą (chleb razowy 60g, tłuszcz 5g, jajko 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, JAJ.),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2328.88 kcal; Białko ogółem: 108.46 g; Tłuszcz: 55.6 g; Kw. tł. nasy.: 15.49 g; Węglowodany ogółem: 368.55 g; W tym cukry: 71.38 g; Błonnik pok.: 36.75 g; Sól: 7.76 g; WW: 33.23 Por; : 18.63 %; : 63.3 %; Ener. z T: 21.49 %; Ener. z Bł.: 3.16 %; K: 5683 mg;

środa 2024-08-21		
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 , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE.), Szynka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ.), Arbus 100 g , Sałata zielona 20 g ,	Grysikowa * 400 ml (GLU PSZ, SEL.), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (GLU PSZ, JAJ.), Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.), Buraczki oprószane () 150 g (GLU PSZ.), 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 , Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.), Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Przecier owocowy jabłko-morela 120g 1 szt (może zawierać: MLE.),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1880.17 kcal; Białko ogółem: 83.3 g; Tłuszcz: 32.02 g; Kw. tł. nasy.: 7.22 g; Węglowodany ogółem: 323.7 g; W tym cukry: 72.06 g; Błonnik pok.: 20.36 g; Sól: 6.18 g; WW: 30.31 Por; : 17.72 %; : 68.87 %; Ener. z T: 15.33 %; Ener. z Bł.: 2.17 %; K: 4012.6 mg;

środa 2024-08-21		
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 120 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE.), Szynka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ.), Banan 120 g , Sałata zielona 20 g ,	Grysikowa * 400 ml (GLU PSZ, SEL.), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (GLU PSZ, JAJ.), Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.), Buraczki oprószane () 150 g (GLU PSZ.), 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 , Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,

Jadłospisy dla oddziałów

		Posiłek nocny: Przecier owocowy jabłko-morela 120g 1 szt (może zawierać: MLE,),
--	--	--

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1979.12 kcal; Białko ogółem: 85.05 g; Tłuszcz: 32.48 g; Kw. tł. nasy.: 7.41 g; Węglowodany ogółem: 346.49 g; W tym cukry: 80.04 g; Błonnik pok.: 22.13 g; Sól: 6.36 g; WW: 32.46 Por; : 17.19 %; : 70.03 %; Ener. z T: 14.77 %; Ener. z Bł.: 2.24 %; K: 4239.33 mg;

środa 2024-08-21	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 (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 50 g (GLU PSZ. SOJ.), Arbuż 100 g , Sałata zielona 20 g ,	Grysikowa * 400 ml (GLU PSZ. SEL.), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (GLU PSZ. JAJ.), Sos jarzynowy* 80 ml (GLU PSZ. SEL.), Buraczki oprószone () 150 g (GLU PSZ.), 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 , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 40 g (SOJ.), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1763.68 kcal; Białko ogółem: 65.31 g; Tłuszcz: 35.95 g; Kw. tł. nasy.: 8.8 g; Węglowodany ogółem: 306.52 g; W tym cukry: 60.03 g; Błonnik pok.: 20.66 g; Sól: 6.06 g; WW: 28.56 Por; : 14.81 %; : 69.52 %; Ener. z T: 18.34 %; Ener. z Bł.: 2.34 %; K: 3447.87 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2024-08-22		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE,</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 80 g (<u>MLE,</u>), Ogórek świeży 90 g , Roszponka 10 g ,	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u>), Ryż na sypko (brązowy) 200 g , Leczo z drobiem 400 g , Sałata zielona z sosem vinegrett 150 g (<u>GOR,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Tyrolska kiełbasa wieprzowa drobno rozdrobniona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>), Sałatka jarzynowa z olejem* 150 g (<u>SEL,</u>), Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2452.6 kcal; Białko ogółem: 94.98 g; Tłuszcz: 78.1 g; Kw. tł. nasy.: 13.61 g; Węglowodany ogółem: 353.09 g; W tym cukry: 50.58 g; Błonnik pok.: 33.73 g; Sól: 6.93 g; WW: 31.97 Por; : 15.49 %; : 57.59 %; Ener. z T: 28.66 %; Ener. z Bł.: 2.75 %; K: 4508.99 mg;

czwartek 2024-08-22		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Makaron pełnoziarnisty na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 80 g (<u>MLE,</u>), Ogórek świeży 90 g , Roszponka 10 g ,	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u>), Ryż na sypko (brązowy) 200 g , Leczo z drobiem 400 g , Sałata zielona z sosem vinegrett 150 g (<u>GOR,</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Tyrolska kiełbasa wieprzowa drobno rozdrobniona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>), Sałatka jarzynowa z olejem* 150 g (<u>SEL,</u>), Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, tłuszcz do smarowania 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>),	Podwieczorek: Koktajl z jagód * b/c 250 g (<u>MLE,</u>),	Posiłek nocny: Kanapka z szynką i pomidorem (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2793.89 kcal; Białko ogółem: 117.06 g; Tłuszcz: 94.18 g; Kw. tł. nasy.: 21.64 g; Węglowodany ogółem: 386.36 g; W tym cukry: 59.56 g; Błonnik pok.: 47.46 g; Sól: 9.15 g; WW: 34.03 Por; : 16.76 %; : 55.31 %; Ener. z T: 30.34 %; Ener. z Bł.: 3.4 %; K: 5547.72 mg;

czwartek 2024-08-22		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ryż na sypko 200 g , Leczo z drobiem 400 g , Seler z pietruszką gotowany 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 , Tyrolska kiełbasa wieprzowa drobno rozdrobniona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>), Sałatka jarzynowa z olejem* 150 g (<u>SEL,</u>), Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2439.21 kcal; Białko ogółem: 97.39 g; Tłuszcz: 64.53 g; Kw. tł. nasy.: 11.89 g; Węglowodany ogółem: 382.02 g; W tym cukry: 52.38 g; Błonnik pok.: 31.2 g; Sól: 6.37 g; WW: 35.16 Por; : 15.97 %; : 62.65 %; Ener. z T: 23.81 %; Ener. z Bł.: 2.56 %; K: 4849.25 mg;

czwartek 2024-08-22		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>), Pomidor b/skórki 90 g , Roszponka 10 g ,	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ryż na sypko 200 g , Leczo z drobiem 400 g , Seler z pietruszką gotowany 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 , Tyrolska kiełbasa wieprzowa drobno rozdrobniona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>), Sałatka jarzynowa z olejem* 150 g (<u>SEL,</u>), Sałata zielona 20 g ,

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2438.48 kcal; Białko ogółem: 97.36 g; Tłuszcz: 64.53 g; Kw. tł. nasy.: 11.89 g; Węglowodany ogółem: 381.86 g; W tym cukry: 52.26 g; Błonnik pok.: 31.16 g; Sól: 6.36 g; WW: 35.15 Por; : 15.97 %; : 62.64 %; Ener. z T: 23.82 %; Ener. z Bł.: 2.56 %; K: 4838.37 mg;

czwartek 2024-08-22	Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna	
----------------------------	--	--

Zacierka 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 , Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ,</u>), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,	Ziemniaczana *(bez mleka) () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Ryż na sypko 200 g , Leczo z drobiem 400 g , Seler z pietruszką gotowany 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 , Tyrolska kiełbasa wieprzowa drobno rozdrobniona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>), Sałatka jarzynowa z olejem* 150 g (<u>SEL,</u>), Sałata zielona 20 g ,
--	---	---

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2214.03 kcal; Białko ogółem: 77.14 g; Tłuszcz: 60.14 g; Kw. tł. nasy.: 9.78 g; Węglowodany ogółem: 356.43 g; W tym cukry: 33.26 g; Błonnik pok.: 32.58 g; Sól: 6.76 g; WW: 32.43 Por; : 13.94 %; : 64.4 %; Ener. z T: 24.45 %; Ener. z Bł.: 2.94 %; K: 4173.64 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2024-08-23 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE,), Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ,), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Ser żółty 50 g (MLE,), Miód (25g) 1 szt , Jabłko 150 g ,	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba smażona (Morszczuk) 90 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,), Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () b/c 100 g , Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ,), 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 , Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g ,
		Posiłek nocny: Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2303.39 kcal; Białko ogółem: 100.17 g; Tłuszcz: 67.39 g; Kw. tł. nasy.: 19.3 g; Węglowodany ogółem: 340.45 g; W tym cukry: 76.03 g; Błonnik pok.: 29.95 g; Sól: 7.22 g; WW: 31.04 Por; : 17.4 %; : 59.12 %; Ener. z T: 26.33 %; Ener. z Bł.: 2.6 %; K: 4404.79 mg;

piątek 2024-08-23 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE,), Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ,), Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twaróg półtłusty 80 g (MLE,), Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba gotowana (Morszczuk) 80 g (RYB,), Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () b/c 100 g , Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLUPSZ,), 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 , Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g ,
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE,),	Podwieczorek: Kanapka z serem żółtym i sałata (chleb razowy 60g, tłuszcz do smarowania 5g, ser żółty 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE,),	Posiłek nocny: Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2167.94 kcal; Białko ogółem: 118.46 g; Tłuszcz: 55.4 g; Kw. tł. nasy.: 15.81 g; Węglowodany ogółem: 317.57 g; W tym cukry: 62.74 g; Błonnik pok.: 33.28 g; Sól: 7.05 g; WW: 28.5 Por; : 21.86 %; : 58.59 %; Ener. z T: 23 %; Ener. z Bł.: 3.07 %; K: 5064.72 mg;

piątek 2024-08-23 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE,), Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ,), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twaróg półtłusty 50 g (MLE,), Miód (25g) 1 szt , Jabłko 150 g ,	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba gotowana (Morszczuk) 80 g (RYB,), Szpinak gotowany z olejem* 150 g (GLU PSZ,), 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 , Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g ,
		Posiłek nocny: Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2019.1 kcal; Białko ogółem: 95.1 g; Tłuszcz: 39.49 g; Kw. tł. nasy.: 9.49 g; Węglowodany ogółem: 332.65 g; W tym cukry: 75.09 g; Błonnik pok.: 21.31 g; Sól: 5.14 g; WW: 31.17 Por; : 18.84 %; : 65.9 %; Ener. z T: 17.6 %; Ener. z Bł.: 2.11 %; K: 4188.44 mg;

piątek 2024-08-23 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE,), Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ,), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twaróg półtłusty 50 g (MLE,), Miód (25g) 1 szt , Jabłko pieczone 150 g ,	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba gotowana (Morszczuk) 80 g (RYB,), Szpinak gotowany z olejem* 150 g (GLU PSZ,), 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 , Serek homo. naturalny 80 g (MLE,), Sałatka z pomidorów i koperku b/skórki 100 g ,
		Posiłek nocny: Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt ,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2021.9 kcal; Białko ogółem: 100.05 g; Tłuszcz: 36.64 g; Kw. tł. nasy.: 7.99 g; Węglowodany ogółem: 334.75 g; W tym cukry: 75.09 g; Błonnik pok.: 21.31 g; Sól: 4.99 g; WW: 31.41 Por; : 19.79 %; : 66.22 %; Ener. z T: 16.31 %; Ener. z Bł.: 2.11 %; K: 4121.94 mg;

piątek 2024-08-23		Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna
Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 400 ml (GLU PSZ, SEL.), 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 50 g (SOJ.), Miód (25g) 1 szt , Jabłko pieczone 150 g ,	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem (bez mleka) () 400 ml (GLU PSZ, SEL.), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba gotowana (Morszczuk) 80 g (RYB.), Szpinak gotowany z olejem* 150 g (GLU PSZ.), 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 , Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.), Sałatka z pomidorów i koperku b/skórki 100 g ,
		Posiłek nocny: Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1809.27 kcal; Białko ogółem: 74.96 g; Tłuszcz: 36.54 g; Kw. tł. nasy.: 7.62 g; Węglowodany ogółem: 306.8 g; W tym cukry: 51.03 g; Błonnik pok.: 22.47 g; Sól: 5.79 g; WW: 28.47 Por; : 16.57 %; : 67.83 %; Ener. z T: 18.18 %; Ener. z Bł.: 2.48 %; K: 3329.85 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2024-08-24		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Ryż na mleku/p 400 ml (MLE₁), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLUPSZ, SOJ, MLE₁), Chleb Graham 50 g (GLUPSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Parówki cieszynki- węd. wp. homog. wędz. parz 80 g (SOJ, SEL₁), Musztarda 10 g (GOR₁), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i słonecznikiem z olejem* 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLUPSZ, SEL₁), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ₁), Wątróbka wieprzowa duszona w sosie własnym 180 g (GLUPSZ₁), Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g , Fasolka szparagowa z wody* 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT₁), Chleb Graham 50 g (GLUPSZ₁), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 50 g (MLE₁), Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ₁), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
		Posiłek nocny: Arbuz 100 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2400.63 kcal; Białko ogółem: 108.3 g; Tłuszcz: 78.76 g; Kw. tł. nasy.: 16.04 g; Węglowodany ogółem: 329.8 g; W tym cukry: 52.91 g; Błonnik pok.: 32.4 g; Sól: 10.03 g; WW: 29.91 Por; : 18.05 %; : 54.95 %; Ener. z T: 29.53 %; Ener. z Bł.: 2.7 %; K: 3910.73 mg;

sobota 2024-08-24		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Ryż pełnoziarnisty na mleku/p 400 ml (MLE₁), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (GLUPSZ₁), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLUPSZ₁), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka Familijna wieprzowa, z dodatkiem wody i białka wp z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE₁), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i słonecznikiem z olejem* 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLUPSZ, SEL₁), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ₁), Gulasz wieprzowy- dieta 180 g (GLUPSZ₁), Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g , Fasolka szparagowa z wody* 100 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (GLUPSZ₁), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 50 g (MLE₁), Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ₁), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml ,	Podwieczorek: Chleb Graham 25 g (GLUPSZ₁), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 0.50 szt, Twarożek 30 g (MLE₁), Pomidor 15 g ,	Posiłek nocny: Arbuz 100 g , Migdały 10 g (ORZ₁),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2431.07 kcal; Białko ogółem: 119.22 g; Tłuszcz: 68.5 g; Kw. tł. nasy.: 13.42 g; Węglowodany ogółem: 353.12 g; W tym cukry: 66.84 g; Błonnik pok.: 40.9 g; Sól: 9.08 g; WW: 31.36 Por; : 19.62 %; : 58.1 %; Ener. z T: 25.36 %; Ener. z Bł.: 3.36 %; K: 4510.03 mg;

sobota 2024-08-24		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Ryż na mleku/p 400 ml (MLE₁), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT₁), Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLUPSZ, SOJ, MLE₁), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka Familijna wieprzowa, z dodatkiem wody i białka wp z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE₁), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i olejem* 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (MLE, SEL₁), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ₁), Gulasz wieprzowy- dieta 180 g (GLUPSZ₁), Fasolka szparagowa z wody* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ₁), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 50 g (MLE₁), Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ₁), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
		Posiłek nocny: Arbuz 100 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2035.51 kcal; Białko ogółem: 97.52 g; Tłuszcz: 46.69 g; Kw. tł. nasy.: 10.52 g; Węglowodany ogółem: 318.38 g; W tym cukry: 53.97 g; Błonnik pok.: 26.38 g; Sól: 7.39 g; WW: 29.37 Por; : 19.16 %; : 62.57 %; Ener. z T: 20.64 %; Ener. z Bł.: 2.59 %; K: 3867.63 mg;

sobota 2024-08-24		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2024-08-25		
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 mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 80 g (<u>MLE</u>), Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 120 g , Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem b/c 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>GLU PSZ</u> , <u>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</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g ,
		Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać:</u> <u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2022.67 kcal; Białko ogółem: 105.02 g; Tłuszcz: 58.74 g; Kw. tł. nasy.: 14.72 g; Węglowodany ogółem: 280.58 g; W tym cukry: 54.63 g; Błonnik pok.: 26.97 g; Sól: 6.8 g; WW: 25.42 Por; : 20.77 %; : 55.49 %; Ener. z T: 26.13 %; Ener. z Bł.: 2.67 %; K: 4408.89 mg;

niedziela 2024-08-25		
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 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 80 g (<u>MLE</u>), Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 120 g , Surówka z kapusty białej z koperkiem i 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>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</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g ,
II Śniadanie: Surówka z marchwi i jabłka b/c () 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Koktajl z jagód * 200 g (<u>MLE</u>),	Posiłek nocny: Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2199.16 kcal; Białko ogółem: 122.34 g; Tłuszcz: 66.77 g; Kw. tł. nasy.: 19.46 g; Węglowodany ogółem: 296.52 g; W tym cukry: 68.07 g; Błonnik pok.: 36.6 g; Sól: 7.26 g; WW: 26.04 Por; : 22.25 %; : 53.93 %; Ener. z T: 27.33 %; Ener. z Bł.: 3.33 %; K: 5787.09 mg;

niedziela 2024-08-25		
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 , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (<u>MLE</u>), Sałata zielona 20 g , Jabłko 150 g ,	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 120 g , Brokuł gotowany* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU 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</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g ,
		Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać:</u> <u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2076.28 kcal; Białko ogółem: 107.19 g; Tłuszcz: 54.24 g; Kw. tł. nasy.: 14.31 g; Węglowodany ogółem: 301.26 g; W tym cukry: 65.56 g; Błonnik pok.: 22.27 g; Sól: 5.89 g; WW: 27.89 Por; : 20.65 %; : 58.04 %; Ener. z T: 23.51 %; Ener. z Bł.: 2.15 %; K: 4287.57 mg;

niedziela 2024-08-25		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU OW</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (<u>MLE</u>), Sałata zielona 20 g , Jabłko pieczone 150 g ,	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 120 g , Brokuł gotowany* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU 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</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Sałatka z pomidorów i koperku b/skórki 100 g ,

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2076.28 kcal; Białko ogółem: 107.19 g; Tłuszcz: 54.24 g; Kw. tł. nasy.: 14.31 g; Węglowodany ogółem: 301.26 g; W tym cukry: 65.56 g; Błonnik pok.: 22.27 g; Sól: 5.89 g; WW: 27.89 Por; : 20.65 %; : 58.04 %; Ener. z T: 23.51 %; Ener. z Bł.: 2.15 %; K: 4287.57 mg;

niedziela 2024-08-25	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 , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ</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 , Jabłko pieczone 150 g ,	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 120 g , Brokuł gotowany* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ</u>), Sałatka z pomidorów i koperku b/skórki 100 g ,
---	---	--

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1943.17 kcal; Białko ogółem: 86.08 g; Tłuszcz: 57.06 g; Kw. tł. nasy.: 13.99 g; Węglowodany ogółem: 284.04 g; W tym cukry: 49.73 g; Błonnik pok.: 22.2 g; Sól: 6.69 g; WW: 26.15 Por; : 17.72 %; : 58.47 %; Ener. z T: 26.43 %; Ener. z Bł.: 2.29 %; K: 3619.85 mg;