

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2024-08-05		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Plátky pszenne na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ,</u>), Słupki z marchewki 80 g , Salata zielona 20 g ,	Fasolowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tofu w sosie pomidorowym dieta () 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL,</u>), Szpinak baby z olejem 70 g , Arbuz 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>), Pomidor 80 g , Roszponka 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2123.89 kcal; Białko ogółem: 81.69 g; Tłuszcz: 57.42 g; Kw. tł. nasy.: 10.52 g; Węglowodany ogółem: 338.04 g; W tym cukry: 63.77 g; Błonnik pok.: 33.74 g; Sól: 8.89 g; WW: 30.48 Por; : 15.39 %; : 63.66 %; Ener. z T: 24.33 %; Ener. z Bł.: 3.18 %; K: 3851.81 mg;

poniedziałek 2024-08-05		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Plátky pszenne na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ,</u>), Słupki z marchewki 80 g , Salata zielona 20 g ,	Fasolowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tofu w sosie pomidorowym dieta () 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL,</u>), Szpinak baby z olejem 70 g , Arbuz 150 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>), Pomidor 80 g , Roszponka 20 g ,
II Śniadanie: Koktajl truskawkowy* b/c 200 ml (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: Sałatka rubinowa b/c 100 g ,	Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2231.71 kcal; Białko ogółem: 92.89 g; Tłuszcz: 64.5 g; Kw. tł. nasy.: 12.57 g; Węglowodany ogółem: 337.69 g; W tym cukry: 75.43 g; Błonnik pok.: 43.97 g; Sól: 9.01 g; WW: 29.48 Por; : 16.65 %; : 60.53 %; Ener. z T: 26.01 %; Ener. z Bł.: 3.94 %; K: 4794.64 mg;

poniedziałek 2024-08-05		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Plátky pszenne na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ,</u>), Słupki z marchewki 80 g , Salata zielona 20 g ,	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tofu w sosie pomidorowym dieta () 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL,</u>), Szpinak baby z olejem 70 g , Arbuz 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Roszponka 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2104.33 kcal; Białko ogółem: 77.65 g; Tłuszcz: 58.2 g; Kw. tł. nasy.: 10.52 g; Węglowodany ogółem: 330.71 g; W tym cukry: 66.61 g; Błonnik pok.: 23.42 g; Sól: 8.01 g; WW: 30.77 Por; : 14.76 %; : 62.86 %; Ener. z T: 24.89 %; Ener. z Bł.: 2.23 %; K: 3606.44 mg;

poniedziałek 2024-08-05		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
Plátky pszenne na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Roszponka 20 g ,	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tofu w sosie pomidorowym dieta () 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL,</u>), Szpinak gotowany z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml , Jablko pieczone 1szt. 1 szt ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Roszponka 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2267.69 kcal; Białko ogółem: 87.4 g; Tłuszcz: 48.13 g; Kw. tł. nasy.: 8.82 g; Węglowodany ogółem: 387.08 g; W tym cukry: 58.39 g; Błonnik pok.: 26.64 g; Sól: 10.01 g; WW: 36.18 Por; : 15.42 %; : 68.28 %; Ener. z T: 19.1 %; Ener. z Bł.: 2.35 %; K: 3566.4 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-08-05 Jadłospis dla diety: PUŁ- 9 Bogatobiałkowa		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 150 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>), Słupki z marchewki 80 g, Salata zielona 20 g,	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>), Tofu w sosie pomidorowym dieta () 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL</u>), Szpinak baby z olejem 70 g, Kompot owocowy* z/c 250 ml, Arbuż 150 g,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Pomidor b/skórki 80 g, Roszponka 20 g,
II Śniadanie: Koktajl truskawkowy* b/c 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Ser żółty 20 g (<u>MLE</u>),	Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2748.43 kcal; Białko ogółem: 102.28 g; Tłuszcz: 75.44 g; Kw. tł. nasy.: 17.93 g; Węglowodany ogółem: 430.73 g; W tym cukry: 78.42 g; Błonnik pok.: 27.2 g; Sól: 10.07 g; WW: 40.41 Por; : 14.89 %; : 62.69 %; Ener. z T: 24.7 %; Ener. z Bł.: 1.98 %; K: 4110.04 mg;

poniedziałek 2024-08-05 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 50 g, Słupki z marchewki 80 g, Salata zielona 20 g,	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () (bez mleka) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>), Pulpet jarski () 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u>), Sos majerankowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Szpinak baby z olejem 70 g, Kompot owocowy* z/c 250 ml, Arbuż 150 g,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Pomidor b/skórki 80 g, Roszponka 20 g,
II Śniadanie: Chrupki kukurydziane 20 g,		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2378.46 kcal; Białko ogółem: 79.46 g; Tłuszcz: 57.24 g; Kw. tł. nasy.: 9.1 g; Węglowodany ogółem: 401.3 g; W tym cukry: 51.03 g; Błonnik pok.: 30.16 g; Sól: 7.81 g; WW: 37.07 Por; : 13.36 %; : 67.49 %; Ener. z T: 21.66 %; Ener. z Bł.: 2.54 %; K: 3423.47 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2024-08-06		
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, Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE</u>), Rukola 10 g, Pomidor 90 g,	Brokułowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ryż na sypko 200 g, Szyzka wieprzowa gotowana 100 g, Sos meksykański 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Surówka z pora i jabłka () 100 g (<u>MLE</u>), Buraczki gotowane () 100 g, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Kielbasa szynkowa dębowa wieprzowa średnio rozdrobniona wędzona, parzona, z dodatkiem wody w osłonce niejadalnej 50 g, Ogórek świeży 90 g,
		Posiłek nocny: Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona 10 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2105.86 kcal; Białko ogółem: 114.23 g; Tłuszcz: 42.25 g; Kw. tł. nasy.: 12.14 g; Węglowodany ogółem: 328.91 g; W tym cukry: 56.41 g; Błonnik pok.: 26.11 g; Sól: 6.18 g; WW: 30.29 Por; : 21.7 %; : 62.47 %; Ener. z T: 18.06 %; Ener. z Bł.: 2.48 %; K: 4391.2 mg;

wtorek 2024-08-06		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Makaron pełnoziarnisty na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE</u>), Rukola 10 g, Pomidor 90 g,	Brokułowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ryż na sypko (brązowy) 200 g, Szyzka wieprzowa gotowana 100 g, Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Surówka z pora i jabłka () 100 g (<u>MLE</u>), Kalafior gotowany* 100 g, Kompot owocowy* b/c 250 ml,	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Kielbasa szynkowa dębowa wieprzowa średnio rozdrobniona wędzona, parzona, z dodatkiem wody w osłonce niejadalnej 50 g, Ogórek świeży 90 g,
II Śniadanie: Brzoskwinia 1 szt 1 szt,	Podwieczorek: Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Posiłek nocny: Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona 10 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2235.8 kcal; Białko ogółem: 133.21 g; Tłuszcz: 49.15 g; Kw. tł. nasy.: 12.7 g; Węglowodany ogółem: 328.47 g; W tym cukry: 53.01 g; Błonnik pok.: 39.65 g; Sól: 7.15 g; WW: 28.96 Por; : 23.83 %; : 58.77 %; Ener. z T: 19.79 %; Ener. z Bł.: 3.55 %; K: 4564.98 mg;

wtorek 2024-08-06		
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 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE</u>), Rukola 10 g, Pomidor b/skórki 90 g,	Brokułowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ryż na sypko 200 g, Szyzka wieprzowa gotowana 100 g, Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Surówka z marchwi i jabłka () 150 g (<u>MLE</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ</u>), Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem* 100 g (<u>SEL</u>),
		Posiłek nocny: Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona 10 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2203.35 kcal; Białko ogółem: 104.17 g; Tłuszcz: 54.08 g; Kw. tł. nasy.: 14.72 g; Węglowodany ogółem: 336.24 g; W tym cukry: 55.56 g; Błonnik pok.: 23.79 g; Sól: 6.48 g; WW: 31.3 Por; : 18.91 %; : 61.04 %; Ener. z T: 22.09 %; Ener. z Bł.: 2.16 %; K: 3866.57 mg;

wtorek 2024-08-06		
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, Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE</u>), Sałata zielona 20 g, Pomidor b/skórki 80 g,	Brokułowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ryż na sypko 200 g, Szyzka wieprzowa gotowana 100 g, Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Surówka z marchwi i jabłka () 150 g (<u>MLE</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 150 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>), Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem* 100 g (<u>SEL</u>),

Jadłospisy dla oddziałów

		<p>Posiłek nocny: Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (SOJ), Sałata zielona 10 g ,</p>
--	--	--

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2505.89 kcal; Białko ogółem: 116.36 g; Tłuszcz: 56.2 g; Kw. tł. nasy.: 15.12 g; Węglowodany ogółem: 397.64 g; W tym cukry: 53.28 g; Błonnik pok.: 25.56 g; Sól: 7.4 g; WW: 37.3 Por; : 18.57 %; : 63.47 %; Ener. z T: 20.18 %; Ener. z Bł.: 2.04 %; K: 4004.8 mg;

wtorek 2024-08-06	Jadłospis dla diety: PUŁ- 9 Bogatobiałkowa	
--------------------------	---	--

<p>Zacierka na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, JAJ, 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 , Twarożek z koperkiem 80 g (MLE), Rukola 10 g , Pomidor b/skórki 90 g ,</p>	<p>Brokułowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Ryż na sypko 200 g , Szyńka wieprzowa gotowana 100 g , Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL), Surówka z marchwi i jabłka () 150 g (MLE), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,</p>	<p>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 , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ), Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 100 g (SEL),</p>
--	---	---

<p>II Śniadanie: Brzoskwinia 1 szt 1 szt ,</p>		<p>Posiłek nocny: Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (SOJ), Sałata zielona 10 g ,</p>
---	--	--

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2253.35 kcal; Białko ogółem: 105.17 g; Tłuszcz: 54.28 g; Kw. tł. nasy.: 14.74 g; Węglowodany ogółem: 348.14 g; W tym cukry: 63.26 g; Błonnik pok.: 25.69 g; Sól: 6.49 g; WW: 32.3 Por; : 18.67 %; : 61.8 %; Ener. z T: 21.68 %; Ener. z Bł.: 2.28 %; K: 4066.57 mg;

wtorek 2024-08-06	Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna	
--------------------------	--	--

<p>Zacierka na wywarze jarzynowym 400 ml (GLU PSZ, JAJ, 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 , Szyńka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ), Rukola 10 g , Pomidor b/skórki 90 g ,</p>	<p>Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml (GLU PSZ, SEL), Ryż na sypko 200 g , Szyńka wieprzowa gotowana 100 g , Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL), Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 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 , Szyńka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ, SEL), Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 100 g (SEL),</p>
--	---	---

		<p>Posiłek nocny: Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (SOJ), Sałata zielona 10 g ,</p>
--	--	--

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1942.03 kcal; Białko ogółem: 80.33 g; Tłuszcz: 45.7 g; Kw. tł. nasy.: 9.85 g; Węglowodany ogółem: 315.8 g; W tym cukry: 29.68 g; Błonnik pok.: 27.93 g; Sól: 8.5 g; WW: 28.81 Por; : 16.55 %; : 65.04 %; Ener. z T: 21.18 %; Ener. z Bł.: 2.88 %; K: 2936.3 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2024-08-07 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona z jogurtem 20 g (<u>MLE</u>), Pomidor 80 g,	Pieczarkowa z makaronem* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Fasolka szparagowa z wody* 150 g, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Paprykarz szczeciński 80 g (<u>RYB, SOJ</u>), Filet zapiekany drobiowy 30 g (<u>MLE</u>), Pomidor ze szczypiorkiem i olejem 80 g, Sałata zielona 20 g,
		Posiłek nocny: Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2013.4 kcal; Białko ogółem: 91.9 g; Tłuszcz: 53.13 g; Kw. tł. nasy.: 8.37 g; Węglowodany ogółem: 305.09 g; W tym cukry: 36.19 g; Błonnik pok.: 25.13 g; Sól: 8.03 g; WW: 28.23 Por; : 18.26 %; : 60.61 %; Ener. z T: 23.75 %; Ener. z Bł.: 2.5 %; K: 4115.25 mg;		
środa 2024-08-07 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU JEJCZ</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona z jogurtem 20 g (<u>MLE</u>), Pomidor 80 g,	Pieczarkowa z makaronem* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Fasolka szparagowa z wody* 150 g, Kompot owocowy* 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, Paprykarz szczeciński 80 g (<u>RYB, SOJ</u>), Filet zapiekany drobiowy 30 g (<u>MLE</u>), Pomidor ze szczypiorkiem i olejem 80 g, Sałata zielona 20 g,
II Śniadanie: Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Chleb Graham 25 g (<u>GLU PSZ</u>), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ</u>),	Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2068.05 kcal; Białko ogółem: 104.52 g; Tłuszcz: 61.78 g; Kw. tł. nasy.: 12.38 g; Węglowodany ogółem: 290.91 g; W tym cukry: 34.79 g; Błonnik pok.: 30.09 g; Sól: 11.55 g; WW: 26.39 Por; : 20.22 %; : 56.27 %; Ener. z T: 26.89 %; Ener. z Bł.: 2.91 %; K: 4551.26 mg;		
środa 2024-08-07 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona z jogurtem 20 g (<u>MLE</u>), Pomidor b/skórki 80 g,	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Marchew gotowana z olejem* 150 g, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Filet zapiekany drobiowy 30 g (<u>MLE</u>), Pomidor b/s z olejem 80 g, Sałata zielona 20 g,
		Posiłek nocny: Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2029.27 kcal; Białko ogółem: 89.85 g; Tłuszcz: 51.87 g; Kw. tł. nasy.: 9.31 g; Węglowodany ogółem: 311.38 g; W tym cukry: 42.24 g; Błonnik pok.: 20.21 g; Sól: 6.55 g; WW: 29.24 Por; : 17.71 %; : 61.38 %; Ener. z T: 23.01 %; Ener. z Bł.: 1.99 %; K: 3872.12 mg;		
środa 2024-08-07 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona z jogurtem 20 g (<u>MLE</u>), Pomidor b/skórki 80 g,	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Marchew gotowana z olejem* 150 g, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Filet zapiekany drobiowy 30 g (<u>MLE</u>), Pomidor b/s z olejem 80 g, Sałata zielona 20 g,
		Posiłek nocny: Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2029.27 kcal; Białko ogółem: 89.85 g; Tłuszcz: 51.87 g; Kw. tł. nasy.: 9.31 g; Węglowodany ogółem: 311.38 g; W tym cukry: 42.24 g; Błonnik pok.: 20.21 g; Sól: 6.55 g; WW: 29.24 Por; : 17.71 %; : 61.38 %; Ener. z T: 23.01 %; Ener. z Bł.: 1.99 %; K: 3872.12 mg;		
środa 2024-08-07 Jadłospis dla diety: PUŁ- 9 Bogatobiałkowa		

Jadłospisy dla oddziałów

<p>kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (MLE), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), 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), Sałata zielona z jogurtem 20 g (MLE), Pomidor b/skórki 80 g ,</p>	<p>Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ), Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE), Marchew gotowana z olejem* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,</p>	<p>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), Filet zapiekany drobiowy 30 g (MLE), Pomidor b/s z olejem 80 g , Sałata zielona 20 g ,</p>
<p>II Śniadanie: Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE),</p>		<p>Posiłek nocny: Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ),</p>

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2079.27 kcal; Białko ogółem: 93.15 g; Tłuszcz: 53.87 g; Kw. tł. nasy.: 10.5 g; Węglowodany ogółem: 316.08 g; W tym cukry: 46.34 g; Błonnik pok.: 20.21 g; Sól: 6.65 g; WW: 29.74 Por; : 17.92 %; : 60.81 %; Ener. z T: 23.32 %; Ener. z Bł.: 1.94 %; K: 3994.12 mg;

środa 2024-08-07 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
<p>Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Schab gotowany 50 g , Sałata zielona 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,</p>	<p>Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ), Sos pietruszkowy (bez mleka)* 100 ml (GLU PSZ), Marchew gotowana z olejem* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,</p>	<p>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), Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ), Pomidor b/s z olejem 80 g , Sałata zielona 20 g ,</p>
<p>II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200 ml ,</p>		<p>Posiłek nocny: Chrupki kukurydziane 20 g ,</p>

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1959.87 kcal; Białko ogółem: 84.62 g; Tłuszcz: 49.1 g; Kw. tł. nasy.: 10.39 g; Węglowodany ogółem: 307.03 g; W tym cukry: 38.37 g; Błonnik pok.: 23.61 g; Sól: 5.27 g; WW: 28.45 Por; : 17.27 %; : 62.66 %; Ener. z T: 22.55 %; Ener. z Bł.: 2.41 %; K: 3638.39 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2024-08-08		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Plátky owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU OW</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (<u>SOJ, SEL</u>), Sałatka jarzynowa z olejem () 150 g (<u>SEL</u>), Sałata zielona 20 g,	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Fasolka po bretońsku 300 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>), Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 150 g (<u>SEL</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE</u>), Sałatka z pomidora i sałaty lodowej 100 g,
		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt,

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

czwartek 2024-08-08		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Plátky owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU OW</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (<u>SOJ, SEL</u>), Sałatka jarzynowa z olejem () 150 g (<u>SEL</u>), Sałata zielona 20 g,	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 350 g (<u>SEL, GLU JECZ</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 150 g (<u>SEL</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE</u>), Sałatka z pomidora i sałaty lodowej 100 g,
II Śniadanie: Smoothie jarnuż, jabłko, pomarańcza 150 g,	Podwieczorek: Arbuz 150 g,	Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2326.4 kcal; Białko ogółem: 93.55 g; Tłuszcz: 61.41 g; Kw. tł. nasy.: 12.87 g; Węglowodany ogółem: 373.56 g; W tym cukry: 91.1 g; Błonnik pok.: 46.73 g; Sól: 6.16 g; WW: 32.75 Por; : 16.08 %; : 64.23 %; Ener. z T: 23.76 %; Ener. z Bł.: 4.02 %; K: 5677.73 mg;

czwartek 2024-08-08		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Plátky owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU OW</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (<u>SOJ, SEL</u>), Sałatka jarzynowa z olejem () 150 g (<u>SEL</u>), Sałata zielona 20 g,	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 350 g (<u>SEL, GLU JECZ</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Fasolka szparagowa z wody* 150 g, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE</u>), Sałatka z pomidora i sałaty lodowej b/skórki 100 g,
		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2120.49 kcal; Białko ogółem: 84.37 g; Tłuszcz: 55.08 g; Kw. tł. nasy.: 11.19 g; Węglowodany ogółem: 337.72 g; W tym cukry: 59.8 g; Błonnik pok.: 33.29 g; Sól: 4.89 g; WW: 30.55 Por; : 15.91 %; : 63.71 %; Ener. z T: 23.38 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 4597.28 mg;

czwartek 2024-08-08		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
Plátky owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU OW</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (<u>SOJ, SEL</u>), Sałatka jarzynowa z olejem () 150 g (<u>SEL</u>), Sałata zielona 20 g,	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 350 g (<u>SEL, GLU JECZ</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Cukinia pieczona z olejem * 150 g, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE</u>), Sałatka z pomidora i sałaty lodowej b/skórki 100 g,
		Posiłek nocny: Jabłko pieczone 1szt. 1 szt,

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

czwartek 2024-08-08		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 9 Bogatobiałkowa		

Jadłospisy dla oddziałów

<p>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), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szynka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 30 g (SOJ, SEL), Sałatka jarzynowa z olejem () 150 g (SEL), Sałata zielona 20 g,</p>	<p>Ziemniaczana * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 350 g (SEL, GLU JEĆZ), Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ), Fasolka szparagowa z wody* 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, Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (MLE), Sałatka z pomidora i sałaty lodowej b/skórki 100 g,</p>
<p>II Śniadanie: Smoothie jarmuż, jabłko, pomarańcza 150 g,</p>		<p>Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt,</p>

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2192.59 kcal; Białko ogółem: 85.4 g; Tłuszcz: 55.5 g; Kw. tł. nasy.: 11.49 g; Węglowodany ogółem: 354.83 g; W tym cukry: 67.6 g; Błonnik pok.: 35.48 g; Sól: 4.9 g; WW: 32.05 Por.; : 15.58 %; : 64.73 %; Ener. z T: 22.78 %; Ener. z Bł.: 3.24 %; K: 4790.53 mg;

czwartek 2024-08-08 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
<p>Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL, GLU OW), 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 z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 30 g (SOJ, SEL), Sałatka jarzynowa z olejem () 150 g (SEL), Sałata zielona 20 g,</p>	<p>Ziemniaczana *(bez mleka) () 400 ml (GLU PSZ, SEL), Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 350 g (SEL, GLU JEĆZ), Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ), Fasolka szparagowa z wody* 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, Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadanej 50 g (SOJ), Sałatka z pomidora i sałaty lodowej b/skórki 100 g,</p>
<p>II Śniadanie: Smoothie jarmuż, jabłko, pomarańcza 150 g,</p>		<p>Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt,</p>

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2049.71 kcal; Białko ogółem: 67.3 g; Tłuszcz: 51.96 g; Kw. tł. nasy.: 9.37 g; Węglowodany ogółem: 347.55 g; W tym cukry: 48.39 g; Błonnik pok.: 39.72 g; Sól: 7.27 g; WW: 30.89 Por.; : 13.13 %; : 67.82 %; Ener. z T: 22.81 %; Ener. z Bł.: 3.88 %; K: 4127.23 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2024-08-09 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Kasza manna na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, 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, Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE</u>), Miód (25g) 1 szt, Arbuz 100 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Szpinakowa z zacierką * 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Kotlet z ryby (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g, Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>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 JEJCZ</u>),
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2201.27 kcal; Białko ogółem: 93.95 g; Tłuszcz: 59.41 g; Kw. tł. nasy.: 11.08 g; Węglowodany ogółem: 337.69 g; W tym cukry: 72.1 g; Błonnik pok.: 29.99 g; Sól: 7.66 g; WW: 30.81 Por; : 17.07 %; : 61.36%; Ener. z T: 24.29 %; Ener. z Bł.: 2.72 %; K: 4938.22 mg;

piątek 2024-08-09 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU JEJCZ</u>), Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Ser żółty 60 g (<u>MLE</u>), Pomidor 100 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Szpinakowa z zacierką * 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Ryba pieczona w ziołach (Morszczuk) 100 g (<u>RYB</u>), Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g, Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml,	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ</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: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Chleb Graham 25 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Twarożek z natką pietruszki 30 g (<u>MLE</u>), Sałata zielona 10 g,	Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2382.72 kcal; Białko ogółem: 126.88 g; Tłuszcz: 84.07 g; Kw. tł. nasy.: 23.6 g; Węglowodany ogółem: 299.97 g; W tym cukry: 53.03 g; Błonnik pok.: 35.05 g; Sól: 9.2 g; WW: 26.59 Por; : 21.3 %; : 50.36%; Ener. z T: 31.75 %; Ener. z Bł.: 2.94 %; K: 5684.2 mg;

piątek 2024-08-09 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Kasza manna na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE</u>), Miód (25g) 1 szt, Arbuz 100 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Szpinakowa z zacierką * 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Ryba pieczona w ziołach (Morszczuk) 100 g (<u>RYB</u>), Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Bukiet jarzyn oprószony z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ</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: 2259.51 kcal; Białko ogółem: 109.45 g; Tłuszcz: 58.21 g; Kw. tł. nasy.: 11.02 g; Węglowodany ogółem: 336.13 g; W tym cukry: 69.82 g; Błonnik pok.: 21.23 g; Sól: 6.9 g; WW: 31.55 Por; : 19.38 %; : 59.5 %; Ener. z T: 23.19 %; Ener. z Bł.: 1.88 %; K: 4897.84 mg;

piątek 2024-08-09 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
Kasza manna na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE</u>), Miód (25g) 1 szt, Jabłko pieczone 1szt. 1 szt, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Szpinakowa z zacierką * 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Ryba pieczona w ziołach (Morszczuk) 100 g (<u>RYB</u>), Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Bukiet jarzyn oprószony 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, 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,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2153.18 kcal; Białko ogółem: 100.75 g; Tłuszcz: 54.25 g; Kw. tł. nasy.: 9.65 g; Węglowodany ogółem: 327.98 g; W tym cukry: 63.05 g; Błonnik pok.: 23.63 g; Sól: 7.05 g; WW: 30.52 Por; : 18.72 %; : 60.93 %; Ener. z T: 22.67 %; Ener. z Bł.: 2.19 %; K: 4547.59 mg;

piątek 2024-08-09 Jadłospis dla diety: PUŁ- 9 Bogatobiałkowa		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Kasza manna na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE,</u>), Miód (25g) 1 szt, Arbuż 100 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Szpinakowa z zacierką * 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Ryba pieczona w ziołach (Morszczuk) 100 g (<u>RYB,</u>), Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Bukiet jarzyn oprószany z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>), Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>), Salátka wiosenna - diety 100 g,
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>),		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2353.38 kcal; Białko ogółem: 117.09 g; Tłuszcz: 61.85 g; Kw. tł. nasy.: 11.19 g; Węglowodany ogółem: 343.86 g; W tym cukry: 69.82 g; Błonnik pok.: 21.23 g; Sól: 7.51 g; WW: 32.31 Por; : 19.9 %; : 58.45 %; Ener. z T: 23.65 %; Ener. z Bł.: 1.8 %; K: 5080.84 mg;

piątek 2024-08-09 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
Kasza manna na wywarze jarzynowym* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Filet z kurczaka gotowany 50 g, Miód (25g) 1 szt, Jabłko pieczone 1szt. 1 szt, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Szpinakowa z zacierką *(bez mleka) 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Ryba pieczona w ziołach (Morszczuk) 100 g (<u>RYB,</u>), Sos cytrynowy (bez mleka) 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>), Bukiet jarzyn oprószany z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>), Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 30 g (<u>SOJ,</u>), Salátka wiosenna - diety 100 g,
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2073.51 kcal; Białko ogółem: 96 g; Tłuszcz: 56.15 g; Kw. tł. nasy.: 9.33 g; Węglowodany ogółem: 308.61 g; W tym cukry: 44.7 g; Błonnik pok.: 24.57 g; Sól: 6.54 g; WW: 28.45 Por; : 18.52 %; : 59.54 %; Ener. z T: 24.37 %; Ener. z Bł.: 2.37 %; K: 4252.68 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2024-08-10 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Plátky jęczmienna na mleku /p 400 ml (MLE, GLU JEĆZ.), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLUPSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Parówki drobiowo-wieprz (homogenizowane,wędz.parz w osłonce niejadalnej) 80 g (SOJ.), Mix sałat 20 g , Ogórek świeży 80 g ,	Koperkowa z ryżem* 400 ml (MLE, SEL.), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Bigos 300 g (GLU PSZ, SEL, GOR.), Jabłko 1 szt 1 szt , 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 , Pasztet z soczewicy * 80 g (GLU PSZ, JAJ.), Sałata zielona 20 g , Cwikła z jabłkiem b/c () 80 g ,
		Posiłek nocny: Przecier owocowy jablko-morela 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE.</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2364.97 kcal; Białko ogółem: 82.39 g; Tłuszcz: 79.96 g; Kw. tł. nasy.: 20.59 g; Węglowodany ogółem: 341.95 g; W tym cukry: 76.36 g; Błonnik pok.: 32.95 g; Sól: 8.77 g; WW: 30.91 Por; : 13.94 %; : 57.84 %; Ener. z T: 30.43 %; Ener. z Bł.: 2.79 %; K: 4582.44 mg;

sobota 2024-08-10 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Plátky jęczmienna na mleku /p 400 ml (MLE, GLU JEĆZ.), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLUPSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (SOJ.), Mix sałat 20 g , Ogórek świeży 80 g ,	Koperkowa z ryżem* 400 ml (MLE, SEL.), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Gulasz wieprzowy z warzywami* 200 g (GLU PSZ, SEL.), Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 150 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (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 , Pasztet z soczewicy * 80 g (GLU PSZ, JAJ.), Sałata zielona 20 g , Cwikła z jabłkiem b/c () 80 g ,
II Śniadanie: Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.),	Podwieczorek: Budyń o smaku śmietankowym z chipsami kokosowymi b/c 150 ml (MLE, SO2.),	Posiłek nocny: Mus jabłkowo- buraczany 200g OWOLOVO Siła&Moc 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2610.39 kcal; Białko ogółem: 119.92 g; Tłuszcz: 74.7 g; Kw. tł. nasy.: 17.51 g; Węglowodany ogółem: 384.03 g; W tym cukry: 64.53 g; Błonnik pok.: 43.01 g; Sól: 7.48 g; WW: 34.22 Por; : 18.38 %; : 58.85 %; Ener. z T: 25.75 %; Ener. z Bł.: 3.3 %; K: 5248.98 mg;

sobota 2024-08-10 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Plátky jęczmienna na mleku /p 400 ml (MLE, GLU JEĆZ.), 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 , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (SOJ.), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g ,	Koperkowa z ryżem* 400 ml (MLE, SEL.), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Gulasz wieprzowy z warzywami* 200 g (GLU PSZ, SEL.), Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 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 , Szynka Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (SOJ.), Sałata zielona 20 g , Cwikła z jabłkiem b/c () 80 g ,
		Posiłek nocny: Przecier owocowy jablko-morela 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE.</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2000.48 kcal; Białko ogółem: 83.09 g; Tłuszcz: 50.45 g; Kw. tł. nasy.: 12.3 g; Węglowodany ogółem: 314.53 g; W tym cukry: 64.37 g; Błonnik pok.: 26.74 g; Sól: 7.31 g; WW: 28.82 Por; : 16.61 %; : 62.89 %; Ener. z T: 22.7 %; Ener. z Bł.: 2.67 %; K: 4244.55 mg;

sobota 2024-08-10 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
Plátky jęczmienna na mleku /p 400 ml (MLE, GLU JEĆZ.), 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 , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (SOJ.), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g ,	Koperkowa z ryżem* 400 ml (MLE, SEL.), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Gulasz wieprzowy z warzywami* 200 g (GLU PSZ, SEL.), Marchew gotowana z olejem* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (SOJ.), Sałata zielona 20 g , Cwikła z jabłkiem b/c () 80 g ,
		Posiłek nocny: Przecier owocowy jablko-morela 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE.</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1921.01 kcal; Białko ogółem: 78.33 g; Tłuszcz: 50.61 g; Kw. tł. nasy.: 12.1 g; Węglowodany ogółem: 298.16 g; W tym cukry: 57.16 g; Błonnik pok.: 25.15 g; Sól: 7.13 g; WW: 27.43 Por; : 16.31 %; : 62.09 %; Ener. z T: 23.71 %; Ener. z Bł.: 2.62 %; K: 3917.55 mg;

sobota 2024-08-10 Jadłospis dla diety: PUŁ- 9 Bogatobiałkowa		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2024-08-11 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Ser żółty 60 g (<u>MLE</u>), Salátka z pomidorów z cebulką i olejem 100 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 150 g, Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g, Brokuł gotowany* 100 g, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 30 g (<u>SOJ</u>), Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u>), Słupki z marchewki 90 g, Rukola 10 g,
		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLUPSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2309.92 kcal; Białko ogółem: 121.86 g; Tłuszcz: 77.35 g; Kw. tł. nasy.: 25.25 g; Węglowodany ogółem: 296.51 g; W tym cukry: 38.49 g; Błonnik pok.: 26.85 g; Sól: 8.03 g; WW: 26.94 Por; : 21.1 %; : 51.35 %; Ener. z T: 30.14 %; Ener. z Bł.: 2.32 %; K: 4277.87 mg;		
niedziela 2024-08-11 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Ryż pełnoziarnisty na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Chleb Graham 100 g (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Twarożek 80 g (<u>MLE</u>), Salátka z pomidorów z cebulką i olejem 100 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 150 g, Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () b/c 100 g, Brokuł gotowany* 100 g, Kompot owocowy* b/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Chleb Graham 100 g (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 30 g (<u>SOJ</u>), Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u>), Słupki z marchewki 90 g, Rukola 10 g,
II Śniadanie: Jogurt naturalny z płatkami owsianymi 150 g (<u>MLE</u> , <u>GLU OW</u>),	Podwieczorek: Arbuz 100 g,	Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2258.55 kcal; Białko ogółem: 129.1 g; Tłuszcz: 65.9 g; Kw. tł. nasy.: 17.72 g; Węglowodany ogółem: 304.48 g; W tym cukry: 63.94 g; Błonnik pok.: 36.11 g; Sól: 7.89 g; WW: 26.87 Por; : 22.86 %; : 53.92 %; Ener. z T: 26.26 %; Ener. z Bł.: 3.2 %; K: 5922.84 mg;		
niedziela 2024-08-11 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 80 g (<u>MLE</u>), Banan 1szt. 1 szt,	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 150 g, Brokuł gotowany* 150 g, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 30 g (<u>SOJ</u>), Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u>), Słupki z marchewki 90 g, Rukola 10 g,
		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLUPSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2349.16 kcal; Białko ogółem: 117.83 g; Tłuszcz: 55.3 g; Kw. tł. nasy.: 14.27 g; Węglowodany ogółem: 356.47 g; W tym cukry: 76.75 g; Błonnik pok.: 22.05 g; Sól: 5.88 g; WW: 33.46 Por; : 20.06 %; : 60.7 %; Ener. z T: 21.19 %; Ener. z Bł.: 1.88 %; K: 4826.83 mg;		
niedziela 2024-08-11 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 80 g (<u>MLE</u>), Banan 1szt. 1 szt,	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 150 g, Brokuł gotowany* 150 g, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 30 g (<u>SOJ</u>), Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u>), Słupki z marchewki 80 g, Salata zielona 20 g,
		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLUPSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2348.58 kcal; Białko ogółem: 117.97 g; Tłuszcz: 55.31 g; Kw. tł. nasy.: 14.28 g; Węglowodany ogółem: 356.09 g; W tym cukry: 76.42 g; Błonnik pok.: 21.93 g; Sól: 5.86 g; WW: 33.44 Por; : 20.09 %; : 60.65 %; Ener. z T: 21.2 %; Ener. z Bł.: 1.87 %; K: 4821.41 mg;		
niedziela 2024-08-11 Jadłospis dla diety: PUŁ- 9 Bogatobiałkowa		

Jadłospisy dla oddziałów

kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (MLE), 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 dżemem brzoskwińowym 80 g (MLE), Banan 1szt. 1 szt ,	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g , Brokuł gotowany* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 30 g (SOJ), Serek homo. naturalny 50 g (MLE), Słupki z marchewki 90 g , Rukola 10 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny z płatkami owsianymi 150 g (MLE, GLU OW),		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2514.96 kcal; Białko ogółem: 126.69 g; Tłuszcz: 59.74 g; Kw. tł. nasy.: 16.31 g; Węglowodany ogółem: 379.63 g; W tym cukry: 83.23 g; Błonnik pok.: 23.43 g; Sól: 6.12 g; WW: 35.6 Por; : 20.15 %; : 60.38 %; Ener. z T: 21.38 %; Ener. z Bł.: 1.86 %; K: 5202.63 mg;

niedziela 2024-08-11 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (SOJ), Banan 1szt. 1 szt ,	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g , Brokuł gotowany* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ), Słupki z marchewki 80 g , Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2040.05 kcal; Białko ogółem: 97.89 g; Tłuszcz: 50.89 g; Kw. tł. nasy.: 13.02 g; Węglowodany ogółem: 310.65 g; W tym cukry: 65.07 g; Błonnik pok.: 25.62 g; Sól: 8.67 g; WW: 28.59 Por; : 19.19 %; : 60.91 %; Ener. z T: 22.45 %; Ener. z Bł.: 2.51 %; K: 4852.34 mg;