

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2024-11-11 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,	Pieczarkowa z ziemniakami* () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ.</u>), Szyńka wieprzowa pieczona 80 g , Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 100 g , Dynia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu i makreli wędzonej** 80 g (<u>RYB, MLE.</u>), Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2101.35 kcal; Białko ogółem: 103.51 g; Tłuszcz: 43.74 g; Kw. tł. nasy.: 10.85 g; Węglowodany ogółem: 332.83 g; W tym cukry: 40.95 g; Błonnik pok.: 32.38 g; Sól: 10.59 g; WW: 30.11 Por; : 400.47 %; : 778.76 %; Ener. z T: 429.66 %; Ener. z Bł.: 107.46 %; K: 3614.74 mg;

poniedziałek 2024-11-11 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,	Pieczarkowa z ziemniakami* () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ.</u>), Szyńka wieprzowa gotowana 100 g , Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ.</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 PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL.</u>), Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Smoothie (jabłko, szpinak) 200 g ,	Podwieczorek: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),	Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml , Orzechy włoskie łuskane 10 g (<u>ORZ.</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2060.95 kcal; Białko ogółem: 114.91 g; Tłuszcz: 51.89 g; Kw. tł. nasy.: 10.08 g; Węglowodany ogółem: 297.92 g; W tym cukry: 31.49 g; Błonnik pok.: 36.76 g; Sól: 9.33 g; WW: 26.2 Por; : 507.58 %; : 848.35 %; Ener. z T: 567.27 %; Ener. z Bł.: 138.1 %; K: 4088.4 mg;

poniedziałek 2024-11-11 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,	Solferino * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, 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 , Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL.</u>), Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2002.53 kcal; Białko ogółem: 105.59 g; Tłuszcz: 40.37 g; Kw. tł. nasy.: 8.79 g; Węglowodany ogółem: 312.66 g; W tym cukry: 43.92 g; Błonnik pok.: 20.9 g; Sól: 8.29 g; WW: 29.16 Por; : 403.05 %; : 729.14 %; Ener. z T: 442.48 %; Ener. z Bł.: 77.34 %; K: 3801.18 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-11-11		Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>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 , Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ</u>), Pomidor b/skórki 90 g , Roszponka 10 g ,	Solferino * () 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>), Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>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 , Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (<u>RYB</u> , <u>SEL</u>), Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2077.25 kcal; Białko ogółem: 99.02 g; Tłuszcz: 47.63 g; Kw. tł. nasy.: 9.99 g; Węglowodany ogółem: 321.68 g; W tym cukry: 43.96 g; Błonnik pok.: 21.15 g; Sól: 8.4 g; WW: 30.04 Por; : 383.32 %; : 745.72 %; Ener. z T: 470.61 %; Ener. z Bł.: 77.73 %; K: 3635.38 mg;

poniedziałek 2024-11-11		Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna
Płatki jęczminne na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL</u> , <u>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 ,	Solferino (bez mleka)* () 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>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 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: 1868.27 kcal; Białko ogółem: 90.42 g; Tłuszcz: 39.85 g; Kw. tł. nasy.: 9.21 g; Węglowodany ogółem: 294.68 g; W tym cukry: 25.76 g; Błonnik pok.: 20.29 g; Sól: 8.43 g; WW: 27.37 Por; : 403.76 %; : 771.57 %; Ener. z T: 475.25 %; Ener. z Bł.: 78.83 %; K: 3164.71 mg;

poniedziałek 2024-11-11		Jadłospis dla diety: PUŁ- Specjalna
Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>), Twarożek 60 g (<u>MLE</u>), Sałata zielona 10 g , Ogórek kiszony 80 g ,	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 250 ml , Makaron pełnoziarnisty 150 g (<u>GLU PSZ</u>), Szyńka wieprzowa duszona 90 g , Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>), Pasta z ryby gotowanej (mintaj) z warzywami* 60 g (<u>RYB</u> , <u>SEL</u>), Sałata zielona 20 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,
		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1487.41 kcal; Białko ogółem: 61.28 g; Tłuszcz: 60.87 g; Kw. tł. nasy.: 23.37 g; Węglowodany ogółem: 176.75 g; W tym cukry: 31.89 g; Błonnik pok.: 17.49 g; Sól: 6.52 g; WW: 15.91 Por; : 291.66 %; : 696.18 %; Ener. z T: 443.56 %; Ener. z Bł.: 64.38 %; K: 1309.96 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2024-11-12 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</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>SOJ,</u>), Sałata zielona 20 g , Ogórek kiszony 80 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>), Surówka z selera i jabłka () 150 g (<u>MLE, SEL,</u>), Jabłko 1 szt 1 szt , 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 , Szyunka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (<u>SOJ,</u>), Pomidor 80 g ,
		Posiłek nocny: Jabłko 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2001.72 kcal; Białko ogółem: 76.21 g; Tłuszcz: 50.22 g; Kw. tł. nasy.: 12.29 g; Węglowodany ogółem: 327.29 g; W tym cukry: 67.71 g; Błonnik pok.: 35.25 g; Sól: 10.16 g; WW: 29.23 Por.; : 15.23 %; : 65.4 %; Ener. z T: 22.58 %; Ener. z Bł.: 3.52 %; K: 4100.04 mg;

wtorek 2024-11-12 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU JEĆZ,</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 , Szyunka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (<u>SOJ,</u>), Sałata zielona 20 g , Ogórek kiszony 80 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>), Surówka z selera i jabłka () 150 g (<u>MLE, SEL,</u>), Jabłko 1 szt 1 szt , 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 , Szyunka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (<u>SOJ,</u>), Pomidor 80 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: Warzywa pieczone 100 g , Dip zielony 10 g (<u>MLE,</u>),	Posiłek nocny: Kanapka z twarożkiem i sałata (chleb razowy 60g, tłuszcz 5g, twarożek 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE,</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2249.6 kcal; Białko ogółem: 92.88 g; Tłuszcz: 68.05 g; Kw. tł. nasy.: 15.69 g; Węglowodany ogółem: 337.65 g; W tym cukry: 56.93 g; Błonnik pok.: 42.49 g; Sól: 10.75 g; WW: 29.56 Por.; : 16.51 %; : 60.04 %; Ener. z T: 27.23 %; Ener. z Bł.: 3.78 %; K: 4774.75 mg;

wtorek 2024-11-12 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</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>SOJ,</u>), Sałata zielona 20 g , Ogórek kiszony 80 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>), Surówka z selera i jabłka () 150 g (<u>MLE, SEL,</u>), Jabłko 1 szt 1 szt , 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 , Szyunka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (<u>SOJ,</u>), Pomidor 100 g ,
		Posiłek nocny: Jabłko 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2053.84 kcal; Białko ogółem: 76.51 g; Tłuszcz: 50.16 g; Kw. tł. nasy.: 12.28 g; Węglowodany ogółem: 338.38 g; W tym cukry: 69.21 g; Błonnik pok.: 31.61 g; Sól: 9.91 g; WW: 30.7 Por.; : 14.9 %; : 65.9 %; Ener. z T: 21.98 %; Ener. z Bł.: 3.08 %; K: 4058.27 mg;

wtorek 2024-11-12 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (MLE), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (SOJ), Sałata zielona 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,	Brokułowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 90 g , Marchew gotowana z olejem () 150 g , Jabłko 1 szt 1 szt , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ), Pomidor 100 g ,
		Posiłek nocny: Jabłko pieczone 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1925.16 kcal; Białko ogółem: 81.54 g; Tłuszcz: 44.6 g; Kw. tł. nasy.: 10.93 g;
 Węglowodany ogółem: 314.04 g; W tym cukry: 73.53 g; Błonnik pok.: 29.08 g; Sól: 8.18 g; WW: 28.55 Por; : 16.94 %; : 65.25
 %; Ener. z T: 20.85 %; Ener. z Bł.: 3.02 %; K: 4432.84 mg;

wtorek 2024-11-12 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (SOJ), Sałata zielona 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,	Brokułowa z ryżem (bez mleka) * 400 ml (SEL), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Kotlec z jaj-pieczony 90 g (GLU PSZ, JAJ), Surówka z selera i jabłka z olejem () 150 g (SEL), Jabłko 1 szt 1 szt , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ), Pomidor 100 g ,
		Posiłek nocny: Jabłko pieczone 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1916.78 kcal; Białko ogółem: 62.99 g; Tłuszcz: 48.78 g; Kw. tł. nasy.: 9.78 g;
 Węglowodany ogółem: 322.5 g; W tym cukry: 54.64 g; Błonnik pok.: 34.9 g; Sól: 8.05 g; WW: 28.81 Por; : 13.15 %; : 67.3 %;
 Ener. z T: 22.9 %; Ener. z Bł.: 3.64 %; K: 3678.97 mg;

wtorek 2024-11-12 Jadłospis dla diety: PUŁ- Specjalna		
Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ), Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE), Twaróg półtusty 50 g (MLE), Pomidor 70 g ,	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 250 ml , Brokułowa z ryżem * 200 ml (MLE, SEL), Kotlec z jaj-pieczony 80 g (GLU PSZ, JAJ), Ryż na sypko 150 g , Surówka z selera i jabłka () 100 g (MLE, SEL), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ), Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE), Twarożek 80 g (MLE), Miód (25g) 1 szt , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Jabłko 200 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1640.4 kcal; Białko ogółem: 57.36 g; Tłuszcz: 57.22 g; Kw. tł. nasy.: 25.59 g;
 Węglowodany ogółem: 233.38 g; W tym cukry: 57.8 g; Błonnik pok.: 22.06 g; Sól: 2.7 g; WW: 21.23 Por; : 13.99 %; : 56.91 %;
 Ener. z T: 31.39 %; Ener. z Bł.: 2.69 %; K: 1664.85 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2024-11-13		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (<u>MLE,</u>), Szyńka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>), Gruszka 1szt. 150 g , Sałata zielona 20 g ,	Zupa z soczewicy i ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>), Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Surówka z marchwi i rzepy ze śmietaną () 100 g (<u>MLE,</u>), Buraczki oprószane () b/c 100 g (<u>GLU PSZ,</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 , Szyńka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (<u>SOJ, SEL,</u>), Pomidor 90 g , Rukola 10 g ,
		Posiłek nocny: Przecier owocowy jabłko-morela 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE,</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2062.68 kcal; Białko ogółem: 90.27 g; Tłuszcz: 39.5 g; Kw. tł. nasy.: 8.82 g; Węglowodany ogółem: 353.43 g; W tym cukry: 71.96 g; Błonnik pok.: 36.73 g; Sól: 7.2 g; WW: 31.7 Por; : 17.5 %; : 68.54 %; Ener. z T: 17.23 %; Ener. z Bł.: 3.56 %; K: 5131.68 mg;

środa 2024-11-13		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE, 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 , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (<u>MLE,</u>), Szyńka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>), Gruszka 1szt. 150 g , Sałata zielona 20 g ,	Zupa z soczewicy i ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>), Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Surówka z marchwi i rzepy ze śmietaną () 150 g (<u>MLE,</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 , Szyńka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (<u>SOJ, SEL,</u>), Pomidor 90 g , Rukola 10 g ,
II Śniadanie: Budyń o smaku śmietankowym z chipsami kokosowymi b/c 200 ml (<u>MLE, SO2,</u>),	Podwieczorek: Sałatka witaminowa 100 g (<u>SEL,</u>),	Posiłek nocny: Kanapka z jajkiem i sałatą (chleb razowy 60g, tłuszcz 5g, jajko 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2364.98 kcal; Białko ogółem: 107.32 g; Tłuszcz: 56.07 g; Kw. tł. nasy.: 15.59 g; Węglowodany ogółem: 381.87 g; W tym cukry: 71.82 g; Błonnik pok.: 45.8 g; Sól: 7.85 g; WW: 33.65 Por; : 18.15 %; : 64.59 %; Ener. z T: 21.34 %; Ener. z Bł.: 3.87 %; K: 5832.53 mg;

środa 2024-11-13		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (<u>MLE,</u>), Szyńka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>), Banan 120 g , Sałata zielona 20 g ,	Grycikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>), Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Buraczki oprószane () 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 z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (<u>SOJ, SEL,</u>), Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Przecier owocowy jabłko-morela 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE,</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1924.04 kcal; Białko ogółem: 82.77 g; Tłuszcz: 32.02 g; Kw. tł. nasy.: 7.47 g; Węglowodany ogółem: 336 g; W tym cukry: 79.9 g; Błonnik pok.: 21.8 g; Sól: 6.12 g; WW: 31.46 Por; : 17.21 %; : 69.85 %; Ener. z T: 14.98 %; Ener. z Bł.: 2.27 %; K: 4226.6 mg;

środa 2024-11-13		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		

Jadłospisy dla oddziałów

Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (<u>MLE.</u>), Szyunka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>), Banan 120 g , Sałata zielona 20 g ,	Grycikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Buraczki oprószane () 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 , Szyunka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (<u>SOJ, SEL.</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Przecier owocowy jabłko-morela 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE.</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1978.59 kcal; Białko ogółem: 84.52 g; Tłuszcz: 32.32 g; Kw. tł. nasy.: 7.52 g; Węglowodany ogółem: 347.39 g; W tym cukry: 80.04 g; Błonnik pok.: 22.13 g; Sól: 6.3 g; WW: 32.57 Por; : 17.09 %; : 70.23 %; Ener. z T: 14.7 %; Ener. z Bł.: 2.24 %; K: 4239.33 mg;

środa 2024-11-13 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL, 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 , Szyunka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>), Banan 120 g , Sałata zielona 20 g ,	Grycikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Buraczki oprószane () 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 , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalanej 40 g (<u>SOJ.</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1808.08 kcal; Białko ogółem: 65.31 g; Tłuszcz: 36.11 g; Kw. tł. nasy.: 8.94 g; Węglowodany ogółem: 317.92 g; W tym cukry: 67.87 g; Błonnik pok.: 22.1 g; Sól: 6.05 g; WW: 29.6 Por; : 14.45 %; : 70.33 %; Ener. z T: 17.97 %; Ener. z Bł.: 2.44 %; K: 3661.87 mg;

środa 2024-11-13 Jadłospis dla diety: PUŁ- Specjalna		
Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>), Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>), Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (<u>MLE.</u>), Sałata zielona 20 g ,	Budyń o smaku śmietankowym z chipsami kokosowymi b/c 150 ml (<u>MLE, SOJ.</u>), Ryż na sypko 150 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Surówka z marchwi i rzepy ze śmietaną () 100 g (<u>MLE.</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Herbata czarna granulowana	Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>), Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>), Miód (25g) 1 szt , Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE.</u>), Ogórek kiszony 70 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,
		Posiłek nocny: Kanapka z jajkiem i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, jajko 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1514.19 kcal; Białko ogółem: 64.93 g; Tłuszcz: 52.98 g; Kw. tł. nasy.: 27.88 g; Węglowodany ogółem: 203.34 g; W tym cukry: 26.34 g; Błonnik pok.: 18.27 g; Sól: 4.29 g; WW: 18.6 Por; : 17.15 %; : 53.72 %; Ener. z T: 31.49 %; Ener. z Bł.: 2.41 %; K: 1569.65 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2024-11-14 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>GLU PSZ, SOJ, MLE,</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>), Ogórek kiszony 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-dieta * 250 g , Surówka z marchwi i selera () 150 g (<u>MLE, SEL,</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 (*) 150 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>), Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2218.4 kcal; Białko ogółem: 88.88 g; Tłuszcz: 54.48 g; Kw. tł. nasy.: 12.23 g; Węglowodany ogółem: 356.1 g; W tym cukry: 52.04 g; Błonnik pok.: 37.86 g; Sól: 8.24 g; WW: 31.85 Por; : 16.03 %; : 64.21 %; Ener. z T: 22.1 %; Ener. z Bł.: 3.41 %; K: 4160.99 mg;

czwartek 2024-11-14 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 i słonecznika z natką pietruszki 80 g (<u>MLE,</u>), Ogórek kiszony 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-dieta * 250 g , Surówka z marchwi i selera b/c () 150 g (<u>MLE, SEL,</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 (*) 150 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR,</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: 2547.72 kcal; Białko ogółem: 110.96 g; Tłuszcz: 70.56 g; Kw. tł. nasy.: 20.25 g; Węglowodany ogółem: 386.38 g; W tym cukry: 58.02 g; Błonnik pok.: 51.59 g; Sól: 10.46 g; WW: 33.61 Por; : 17.42 %; : 60.66 %; Ener. z T: 24.92 %; Ener. z Bł.: 4.05 %; K: 5199.66 mg;

czwartek 2024-11-14 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>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu z natką pietruszki 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-dieta * 250 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 - dieta (*) 150 g (<u>MLE, SEL,</u>), Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2206.53 kcal; Białko ogółem: 89.6 g; Tłuszcz: 42.98 g; Kw. tł. nasy.: 9.13 g; Węglowodany ogółem: 379.23 g; W tym cukry: 50.39 g; Błonnik pok.: 29.93 g; Sól: 5.93 g; WW: 35.01 Por; : 16.24 %; : 68.75 %; Ener. z T: 17.53 %; Ener. z Bł.: 2.71 %; K: 4319.17 mg;

czwartek 2024-11-14 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

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 kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE,), Pomidor b/skórki 90 g , Roszponka 10 g ,	Ziemniaczana * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Ryż na sypko 200 g , Leczo z drobiem-dieta * 250 g , Seler z pietruszką gotowany z olejem () 150 g (GLU PSZ, SEL,), 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 , Tyrolska kiełbasa wieprzowa drobno rozdrobniona 30 g (GLU PSZ, SOJ,), Sałatka jarzynowa - dieta ()* 150 g (MLE, SEL,), Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ,),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2205.8 kcal; Białko ogółem: 89.58 g; Tłuszcz: 42.98 g; Kw. tł. nasy.: 9.13 g; Węglowodany ogółem: 379.06 g; W tym cukry: 50.27 g; Błonnik pok.: 29.89 g; Sól: 5.92 g; WW: 35 Por; : 16.24 %; : 68.74 %; Ener. z T: 17.54 %; Ener. z Bł.: 2.71 %; K: 4308.29 mg;

czwartek 2024-11-14		Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna	
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 , Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ,), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,	Ziemniaczana *(bez mleka) () 400 ml (GLU PSZ, SEL,), Ryż na sypko 200 g , Leczo z drobiem-dieta * 250 g , Seler z pietruszką gotowany z olejem () 150 g (GLU PSZ, SEL,), 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 , Tyrolska kiełbasa wieprzowa drobno rozdrobniona 30 g (GLU PSZ, SOJ,), Sałatka jarzynowa z olejem* 150 g (SEL,), Sałata zielona 20 g ,	
		Posiłek nocny: Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2091.86 kcal; Białko ogółem: 68.98 g; Tłuszcz: 53.32 g; Kw. tł. nasy.: 7.87 g; Węglowodany ogółem: 348.39 g; W tym cukry: 30.13 g; Błonnik pok.: 31.07 g; Sól: 6.29 g; WW: 31.77 Por; : 13.19 %; : 66.62 %; Ener. z T: 22.94 %; Ener. z Bł.: 2.97 %; K: 3479.59 mg;

czwartek 2024-11-14		Jadłospis dla diety: PUŁ- Specjalna	
Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,), Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 60 g (MLE,), Ogórek kiszony 70 g , Sałata zielona 20 g ,	Ryż na sypko 150 g , Leczo z drobiem 150 g , Surówka z marchwi i selera () 100 g (MLE, SEL,), Kompot owocowy* b/c 250 ml , Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,), Serek a`la homogenizowany z ziołami 40 g (MLE,), Ogórek kiszony 70 g ,	
		Posiłek nocny: Maślanka truskawkowa 250ml 1 szt (MLE,), Wafle ryżowe 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1287.8 kcal; Białko ogółem: 53.4 g; Tłuszcz: 34.24 g; Kw. tł. nasy.: 17.35 g; Węglowodany ogółem: 198.87 g; W tym cukry: 35.73 g; Błonnik pok.: 17.34 g; Sól: 4.91 g; WW: 18.29 Por; : 16.59 %; : 61.77 %; Ener. z T: 23.93 %; Ener. z Bł.: 2.69 %; K: 1468.26 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2024-11-15		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Ser żółty 50 g (<u>MLE,</u>), Miód (25g) 1 szt, Jabłko 150 g,	Dyniowa z makaronem* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Ryba smażona (Morszczuk) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>), Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () b/c 100 g, Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ,</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, Pasta z jaj 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g,
		Posiłek nocny: Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2417.95 kcal; Białko ogółem: 107.34 g; Tłuszcz: 71.98 g; Kw. tł. nasy.: 20.82 g; Węglowodany ogółem: 351.08 g; W tym cukry: 77.93 g; Błonnik pok.: 30.89 g; Sól: 7.45 g; WW: 31.95 Por; : 17.76 %; : 58.08 %; Ener. z T: 26.79 %; Ener. z Bł.: 2.55 %; K: 4525.89 mg;

piątek 2024-11-15		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>), Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE,</u>), Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g,	Dyniowa z makaronem pełnoziarnistym* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Ryba gotowana (Morszczuk) 80 g (<u>RYB,</u>), Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () b/c 100 g, Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ,</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, Pasta z jaj 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g,
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: Kanapka z serem żółtym i sałatą (chleb razowy 60g, tłuszcz do smarowania 5g, ser żółty 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE,</u>),	Posiłek nocny: Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2278.59 kcal; Białko ogółem: 125.84 g; Tłuszcz: 60.14 g; Kw. tł. nasy.: 17.36 g; Węglowodany ogółem: 325.25 g; W tym cukry: 65.27 g; Błonnik pok.: 35.6 g; Sól: 7.33 g; WW: 29 Por; : 22.09 %; : 57.1 %; Ener. z T: 23.76 %; Ener. z Bł.: 3.13 %; K: 5220.32 mg;

piątek 2024-11-15		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE,</u>), Miód (25g) 1 szt, Jabłko 150 g,	Dyniowa z makaronem* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Ryba gotowana (Morszczuk) 80 g (<u>RYB,</u>), Szpinak gotowany 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, Pasta z jaj 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g,
		Posiłek nocny: Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2133.65 kcal; Białko ogółem: 102.27 g; Tłuszcz: 44.08 g; Kw. tł. nasy.: 11.01 g; Węglowodany ogółem: 343.27 g; W tym cukry: 76.98 g; Błonnik pok.: 22.25 g; Sól: 5.37 g; WW: 32.08 Por; : 19.17 %; : 64.35 %; Ener. z T: 18.59 %; Ener. z Bł.: 2.09 %; K: 4309.53 mg;

piątek 2024-11-15		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		

Jadłospisy dla oddziałów

Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (GLUPSZ , MLE), Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE , GLU ŻYT , GLU JĘCZ), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Twaróg półtłusty 50 g (MLE), Miód (25g) 1 szt, Jabłko pieczone 150 g,	Dyniowa z makaronem* 400 ml (GLUPSZ , MLE , SEL), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Ryba gotowana (Morszczuk) 80 g (RYB), Szpinak gotowany z olejem* 150 g (GLUPSZ), 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,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2069.39 kcal; Białko ogółem: 101.35 g; Tłuszcz: 36.81 g; Kw. tł. nasy.: 8.08 g; Węglowodany ogółem: 344.45 g; W tym cukry: 76.54 g; Błonnik pok.: 22.25 g; Sól: 5 g; WW: 32.26 Por; : 19.59 %; : 66.58 %; Ener. z T: 16.01 %; Ener. z Bł.: 2.15 %; K: 4164.07 mg;

piątek 2024-11-15		Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna
Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 400 ml (GLUPSZ , SEL), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ), 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,	Dyniowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (GLUPSZ , SEL), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Ryba gotowana (Morszczuk) 80 g (RYB), Szpinak gotowany z olejem* 150 g (GLUPSZ), 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, 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: 1855.98 kcal; Białko ogółem: 76.31 g; Tłuszcz: 36.69 g; Kw. tł. nasy.: 7.7 g; Węglowodany ogółem: 316.16 g; W tym cukry: 52.39 g; Błonnik pok.: 23.19 g; Sól: 5.79 g; WW: 29.31 Por; : 16.45 %; : 68.14 %; Ener. z T: 17.79 %; Ener. z Bł.: 2.5 %; K: 3380.15 mg;

piątek 2024-11-15		Jadłospis dla diety: PUŁ- Specjalna
Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLUPSZ), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE), Serek homo. naturalny 40 g (MLE), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt,	Kalafiorowa z ryżem * 200 ml (MLE , SEL), Pulpet rybno-warzywny* 80 g (GLUPSZ , JAJ , RYB , SEL), Ryż na sypko (brązowy) 150 g, Warzywa po grecku* 100 g (GLUPSZ , SEL), Sos szpinakowy* 100 ml (GLUPSZ), Kompot owocowy* b/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLUPSZ), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE), Pasta z jaj 60 g (JAJ , MLE), Sałatka witaminowa 60 g (SEL),
		Posiłek nocny: Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1466.71 kcal; Białko ogółem: 55 g; Tłuszcz: 63.99 g; Kw. tł. nasy.: 30.77 g; Węglowodany ogółem: 175.35 g; W tym cukry: 38.23 g; Błonnik pok.: 23.64 g; Sól: 2.81 g; WW: 15 Por; : 15 %; : 47.82 %; Ener. z T: 39.27 %; Ener. z Bł.: 3.22 %; K: 1354.65 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2024-11-16 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Ryż na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Parówki cieszynki- węd. wp. homog. wędz. parz 80 g (<u>SOJ, SEL</u>), Musztarda 10 g (<u>GOR</u>), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i słonecznikiem z olejem* 80 g, Sałata zielona 20 g,	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>), Wątróbka wieprzowa duszona w sosie własnym 180 g (<u>GLU PSZ</u>), Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g, Kalafior 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, GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u>), Szyunka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u>), Pomidor 80 g, Mix sałat 20 g,
		Posiłek nocny: Gruszka 1szt. 150 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2405.13 kcal; Białko ogółem: 107.95 g; Tłuszcz: 78.85 g; Kw. tł. nasy.: 16.07 g; Węglowodany ogółem: 331.96 g; W tym cukry: 52.62 g; Błonnik pok.: 34.78 g; Sól: 9.92 g; WW: 29.76 Por; : 17.95 %; : 55.21 %; Ener. z T: 29.51 %; Ener. z Bł.: 2.89 %; K: 3778.31 mg;

sobota 2024-11-16 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 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szyunka Familijna wieprzowa, z dodatkiem wody i białka wp z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, MLE</u>), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i słonecznikiem z olejem* 80 g, Sałata zielona 20 g,	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>), Gulasz wieprzowy- dieta 180 g (<u>GLU PSZ</u>), Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g, Kalafior 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, Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u>), Szyunka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u>), Pomidor 80 g, Mix sałat 20 g,
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml,	Podwieczorek: Chleb Graham 25 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 0.50 szt, Twarożek 30 g (<u>MLE</u>), Pomidor 15 g,	Posiłek nocny: Gruszka 1szt. 150 g, Migdały 10 g (<u>ORZ</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2435.57 kcal; Białko ogółem: 118.86 g; Tłuszcz: 68.59 g; Kw. tł. nasy.: 13.45 g; Węglowodany ogółem: 355.28 g; W tym cukry: 66.55 g; Błonnik pok.: 43.27 g; Sól: 8.97 g; WW: 31.22 Por; : 19.52 %; : 58.35 %; Ener. z T: 25.35 %; Ener. z Bł.: 3.55 %; K: 4377.61 mg;

sobota 2024-11-16 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Ryż na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szyunka Familijna wieprzowa, z dodatkiem wody i białka wp z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, MLE</u>), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i olejem* 80 g, Sałata zielona 20 g,	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>MLE, SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>), Gulasz wieprzowy- dieta 180 g (<u>GLU PSZ</u>), Kalafior 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, Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u>), Szyunka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u>), Pomidor 80 g, Mix sałat 20 g,
		Posiłek nocny: Banan 120 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2064.16 kcal; Białko ogółem: 97.44 g; Tłuszcz: 46.84 g; Kw. tł. nasy.: 10.61 g; Węglowodany ogółem: 325.82 g; W tym cukry: 61.9 g; Błonnik pok.: 27.56 g; Sól: 7.21 g; WW: 29.89 Por; : 18.88 %; : 63.14 %; Ener. z T: 20.42 %; Ener. z Bł.: 2.67 %; K: 4007.49 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-11-16 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
Ryż na mleku/p 400 ml (MLE), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka Familijna wieprzowa, z dodatkiem wody i białka wp z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i olejem* 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (MLE, SEL), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JEĆZ), Gulasz wieprzowy- dieta 180 g (GLU PSZ), Buraczki gotowane () 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 , Serek homo. naturalny 50 g (MLE), Szyńka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w ostonce niejadalnej 30 g (SOJ), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g ,
		Posiłek nocny: Banan 120 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2112.85 kcal; Białko ogółem: 97.51 g; Tłuszcz: 46.72 g; Kw. tł. nasy.: 10.61 g; Węglowodany ogółem: 338.4 g; W tym cukry: 73.13 g; Błonnik pok.: 28.43 g; Sól: 7.38 g; WW: 31.05 Por; : 18.46 %; : 64.06 %; Ener. z T: 19.9 %; Ener. z Bł.: 2.69 %; K: 4423.58 mg;

sobota 2024-11-16 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
Ryż na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w ostonce niejadalnej 50 g (SOJ), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i olejem* 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* () 400 ml (SEL), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JEĆZ), Gulasz wieprzowy- dieta 180 g (GLU PSZ), Buraczki gotowane () 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w ostonce niejadalnej 50 g (SOJ), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g ,
		Posiłek nocny: Banan 120 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1979.94 kcal; Białko ogółem: 77.43 g; Tłuszcz: 49.18 g; Kw. tł. nasy.: 11.93 g; Węglowodany ogółem: 320.47 g; W tym cukry: 56.71 g; Błonnik pok.: 30.02 g; Sól: 6.95 g; WW: 29.14 Por; : 15.64 %; : 64.74 %; Ener. z T: 22.36 %; Ener. z Bł.: 3.03 %; K: 3854.41 mg;

sobota 2024-11-16 Jadłospis dla diety: PUŁ- Specjalna		
Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE), Twarożek po grecku 60 g (MLE), Pomidor 70 g ,	Kisiel z truskawkami b/c* 200 ml , Ogórkowa z ryżem * 200 ml (MLE, SEL), Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU JEĆZ), Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL), Surówka z marchwi b/c () 100 g (MLE), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE), Sałatka z ryżu i brokułów- dieta 100 g (MLE, SEL), Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Mus jabłkowo- buraczany 200g OWOLOVO Siła&Moc 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1402.14 kcal; Białko ogółem: 39.14 g; Tłuszcz: 50.53 g; Kw. tł. nasy.: 26.11 g; Węglowodany ogółem: 207.31 g; W tym cukry: 22.7 g; Błonnik pok.: 25.75 g; Sól: 3.9 g; WW: 18.19 Por; : 11.17 %; : 59.14 %; Ener. z T: 32.44 %; Ener. z Bł.: 3.67 %; K: 1783.17 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2024-11-17 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , 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, 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, GLU ŻYT,</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ,</u>), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g ,
		Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE,</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2021.38 kcal; Białko ogółem: 104.99 g; Tłuszcz: 58.25 g; Kw. tł. nasy.: 14.72 g; Węglowodany ogółem: 281.46 g; W tym cukry: 54.63 g; Błonnik pok.: 26.97 g; Sól: 6.89 g; WW: 25.52 Por; : 20.78 %; : 55.7 %; Ener. z T: 25.94 %; Ener. z Bł.: 2.67 %; K: 4408.89 mg;

niedziela 2024-11-17 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE, 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 pełnoziarnistym * 400 ml (<u>GLU PSZ, 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 Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ,</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: 2193.97 kcal; Białko ogółem: 122.52 g; Tłuszcz: 66.44 g; Kw. tł. nasy.: 19.49 g; Węglowodany ogółem: 294.46 g; W tym cukry: 68.7 g; Błonnik pok.: 37.98 g; Sól: 7.4 g; WW: 25.72 Por; : 22.34 %; : 53.69 %; Ener. z T: 27.26 %; Ener. z Bł.: 3.46 %; K: 5821.59 mg;

niedziela 2024-11-17 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , 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, 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 Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ,</u>), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g ,
		Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE,</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2074.98 kcal; Białko ogółem: 107.15 g; Tłuszcz: 53.76 g; Kw. tł. nasy.: 14.31 g; Węglowodany ogółem: 302.14 g; W tym cukry: 65.56 g; Błonnik pok.: 22.27 g; Sól: 5.98 g; WW: 27.99 Por; : 20.66 %; : 58.24 %; Ener. z T: 23.32 %; Ener. z Bł.: 2.15 %; K: 4287.57 mg;

niedziela 2024-11-17 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

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 , Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (MLE,), Sałata zielona 20 g , Jabłko pieczone 150 g ,	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL,), 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 (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ,), Sałatka z pomidorów i koperku b/skórki 100 g ,
		Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE,),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2074.98 kcal; Białko ogółem: 107.15 g; Tłuszcz: 53.76 g; Kw. tł. nasy.: 14.31 g; Węglowodany ogółem: 302.14 g; W tym cukry: 65.56 g; Błonnik pok.: 22.27 g; Sól: 5.98 g; WW: 27.99 Por; : 20.66 %; : 58.24 %; Ener. z T: 23.32 %; Ener. z Bł.: 2.15 %; K: 4287.57 mg;

niedziela 2024-11-17		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 , Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (SOJ,), Sałata zielona 20 g , Jabłko pieczone 150 g ,	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL,), 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 (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ,), Sałatka z pomidorów i koperku b/skórki 100 g ,	
		Posiłek nocny: Mus- przecier 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;

niedziela 2024-11-17		Jadłospis dla diety: PUŁ- Specjalna	
Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,), Pasta z twarogu i cebuli 60 g (MLE,), Rzodkiew biała 50 g ,	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml , Schab pieczony w rękawie 70 g , Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL,), Makaron pełnoziarnisty 100 g (GLU PSZ,), Surówka z marchwi i jabłka () 100 g (MLE,), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,), Serek homo. naturalny 60 g (MLE,), Rukola 10 g , Pomidor 70 g ,	
		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1097.98 kcal; Białko ogółem: 60.06 g; Tłuszcz: 30.39 g; Kw. tł. nasy.: 15.61 g; Węglowodany ogółem: 151.24 g; W tym cukry: 35.55 g; Błonnik pok.: 19.63 g; Sól: 2.09 g; WW: 13.23 Por; : 21.88 %; : 55.1 %; Ener. z T: 24.91 %; Ener. z Bł.: 3.58 %; K: 1592.26 mg;