

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2024-11-18</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa</b>		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE</u> ), Ogórek kiszony 100 g ,	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Ryż na sypko (brązowy) 200 g, Sos jogurtowo-truskawkowy* 150 g ( <u>MLE</u> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml, Banan 120 g ,	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, Ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), Pomidor 90 g, Roszponka 10 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Rogal maślany 50g. 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2104.76 kcal; Białko ogółem: 77.7 g; Tłuszcz: 49.31 g; Kw. tł. nasy.: 17.81 g; Węglowodany ogółem: 348.13 g; W tym cukry: 69.58 g; Błonnik pok.: 29.15 g; Sól: 8.38 g; WW: 31.87 Por; : 14.77 %; : 66.16 %; Ener. z T: 21.09%; Ener. z Bł.: 2.77 %; K: 3487.09 mg;

<b>poniedziałek 2024-11-18</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>		
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, Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatkiem mięsa wp 50 g ( <u>SOJ, MLE</u> ), Ogórek kiszony 100 g ,	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Ryż na sypko (brązowy) 200 g, Sos jogurtowo truskawkowy*b/c 150 g ( <u>MLE</u> ), Kompot owocowy* b/c 250 ml, Banan 120 g ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), Pomidor 90 g, Roszponka 10 g ,
<b>II Śniadanie:</b> Budyń o smaku waniliowym/p b/c 200 ml ( <u>MLE</u> ),	<b>Podwieczorek:</b> Chleb Graham 25 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Hummus 30 g ( <u>SEZ</u> ), Pomidor 15 g ,	<b>Posiłek nocny:</b> Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 25 g ( <u>SOJ</u> ), Salata zielona 10 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2217.11 kcal; Białko ogółem: 90.16 g; Tłuszcz: 55.98 g; Kw. tł. nasy.: 18.97 g; Węglowodany ogółem: 353.25 g; W tym cukry: 80.31 g; Błonnik pok.: 35.72 g; Sól: 9.85 g; WW: 31.81 Por; : 16.27 %; : 63.73 %; Ener. z T: 22.73%; Ener. z Bł.: 3.22 %; K: 4213.67 mg;

<b>poniedziałek 2024-11-18</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna</b>		
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, Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatkiem mięsa wp 50 g ( <u>SOJ, MLE</u> ), Warzywa pieczone 100 g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Ryż na sypko 200 g, Sos jogurtowo-truskawkowy* 150 g ( <u>MLE</u> ), Banan 120 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 120 g ( <u>MLE</u> ), Pomidor 90 g, Roszponka 10 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Rogal maślany 50g. 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2133.74 kcal; Białko ogółem: 80.71 g; Tłuszcz: 42.14 g; Kw. tł. nasy.: 6.97 g; Węglowodany ogółem: 367.27 g; W tym cukry: 72.43 g; Błonnik pok.: 18.69 g; Sól: 4.75 g; WW: 34.93 Por; : 15.13 %; : 68.85 %; Ener. z T: 17.78%; Ener. z Bł.: 1.75 %; K: 3579.53 mg;

<b>poniedziałek 2024-11-18</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu</b>		
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, Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatkiem mięsa wp 50 g ( <u>SOJ, MLE</u> ), Warzywa pieczone 100 g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Ryż na sypko 200 g, Sos jogurtowo-truskawkowy* 150 g ( <u>MLE</u> ), Banan 120 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 120 g ( <u>MLE</u> ), Pomidor b/skórki 90 g, Roszponka 10 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Rogal maślany 50g. 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2133.01 kcal; Białko ogółem: 80.68 g; Tłuszcz: 42.14 g; Kw. tł. nasy.: 6.97 g; Węglowodany ogółem: 367.11 g; W tym cukry: 72.31 g; Błonnik pok.: 18.65 g; Sól: 4.74 g; WW: 34.92 Por; : 15.13 %; : 68.84 %; Ener. z T: 17.78%; Ener. z Bł.: 1.75 %; K: 3568.66 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-11-18		Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna
Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 400 ml ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szyńka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g ( <u>SOJ</u> ), Warzywa pieczone 100 g,	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Ryż na sypko 200 g, Klopsik drobiowy z udźca 80 g ( <u>GLUPSZ, JAJ</u> ), Sos ziołowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Surówka z marchwi i jabłka b/c () 150 g ( <u>MLE</u> ), Banan 120 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, Szyńka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g ( <u>SOJ</u> ), Pomidor b/skórki 90 g, Roszponka 10 g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Bułka pszenna długa krojona 30 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 25 g ( <u>SOJ</u> ), Sałata zielona 10 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2112.26 kcal; Białko ogółem: 72.11 g; Tłuszcz: 49.7 g; Kw. tł. nasy.: 9.23 g; Węglowodany ogółem: 358.1 g; W tym cukry: 55.72 g; Błonnik pok.: 26.7 g; Sól: 7.15 g; WW: 33.22 Por.; : 13.66 %; : 67.81 %; Ener. z T: 21.18 %; Ener. z Bł.: 2.53 %; K: 3505.58 mg;

poniedziałek 2024-11-18		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 truskawkowym b/c 250 ml, Brokułowa z ryżem * 200 ml ( <u>MLE, SEL</u> ), Kotlec z jaj-pieczony 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ), Ryż na sypko 150 g, Surówka z pora i jabłka () 100 g ( <u>MLE</u> ), 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 twarogu z natką pietruszki 60 g ( <u>MLE</u> ), Sałata zielona 20 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1476.51 kcal; Białko ogółem: 57.19 g; Tłuszcz: 56.13 g; Kw. tł. nasy.: 24.83 g; Węglowodany ogółem: 192.1 g; W tym cukry: 34.17 g; Błonnik pok.: 15.62 g; Sól: 6.43 g; WW: 17.7 Por.; : 15.49 %; : 52.04 %; Ener. z T: 34.22 %; Ener. z Bł.: 2.12 %; K: 1202.23 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>wtorek 2024-11-19</b> <b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa</b>		
Plátky jęczmienna na mleku /p 400 ml ( <b>MLE, GLU JEĆZ.</b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> ), Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g , Sałatka witaminowa 80 g ( <b>SEL.</b> ), Sałata lodowa 20 g ,	Jarzynowa z zacierką*-dieta 400 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Kotlet drobiowy panierowany 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ), Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g ( <b>SEL.</b> ), Marchew oprószana z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ), Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ), Pomidor 80 g , Mix салат 20 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1949.82 kcal; Białko ogółem: 82.53 g; Tłuszcz: 51.49 g; Kw. tł. nasy.: 9.27 g; Węglowodany ogółem: 303.85 g; W tym cukry: 41.68 g; Błonnik pok.: 30.47 g; Sól: 7.67 g; WW: 27.35 Por; : 16.93 %; : 62.33 %; Ener. z T: 23.77 %; Ener. z Bł.: 3.13 %; K: 3958.1 mg;

<b>wtorek 2024-11-19</b> <b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>		
Plátky jęczmienna na mleku /p 400 ml ( <b>MLE, GLU JEĆZ.</b> ), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g , Sałatka witaminowa 80 g ( <b>SEL.</b> ), Sałata lodowa 20 g ,	Jarzynowa z zacierką*-dieta 400 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Filet z kurczaka gotowany 80 g , Sos pietruszkowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ), Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 150 g ( <b>SEL.</b> ), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ), Pomidor 80 g , Mix салат 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> Jogurt naturalny z musem jabłkowym b/c 150 g ( <b>MLE.</b> ),	<b>Podwieczorek:</b> Chleb Graham 25 g ( <b>GLU PSZ.</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Ser żółty 30 g ( <b>MLE.</b> ), Sałata zielona 10 g ,	<b>Posiłek nocny:</b> Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2023.17 kcal; Białko ogółem: 107.12 g; Tłuszcz: 56.53 g; Kw. tł. nasy.: 16.65 g; Węglowodany ogółem: 290.87 g; W tym cukry: 44.81 g; Błonnik pok.: 34.29 g; Sól: 10.77 g; WW: 25.65 Por; : 21.18 %; : 57.51 %; Ener. z T: 25.15 %; Ener. z Bł.: 3.39 %; K: 4596.88 mg;

<b>wtorek 2024-11-19</b> <b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna</b>		
Plátky jęczmienna na mleku /p 400 ml ( <b>MLE, GLU JEĆZ.</b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ), Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g , Sałatka witaminowa 80 g ( <b>SEL.</b> ), Sałata lodowa 20 g ,	Jarzynowa z zacierką*-dieta 400 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Filet z kurczaka gotowany 80 g , Sos pietruszkowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ), Marchew oprószana z olejem* 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ.</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ), Pomidor 80 g , Mix салат 20 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2031.91 kcal; Białko ogółem: 92.62 g; Tłuszcz: 39.22 g; Kw. tł. nasy.: 8.4 g; Węglowodany ogółem: 340.5 g; W tym cukry: 40.51 g; Błonnik pok.: 26.13 g; Sól: 8.04 g; WW: 31.47 Por; : 18.23 %; : 67.03 %; Ener. z T: 17.37 %; Ener. z Bł.: 2.57 %; K: 3851.81 mg;

<b>wtorek 2024-11-19</b> <b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu</b>		
Plátky jęczmienna na mleku /p 400 ml ( <b>MLE, GLU JEĆZ.</b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ), Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g , Sałatka witaminowa 80 g ( <b>SEL.</b> ), Sałata lodowa 20 g ,	Jarzynowa z zacierką*-dieta 400 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Filet z kurczaka gotowany 80 g , Sos pietruszkowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ), Marchew oprószana z olejem* 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 130 g ( <b>GLU PSZ.</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 50 g ( <b>SOJ.</b> ), Pomidor 80 g , Mix салат 20 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2080.2 kcal; Białko ogółem: 92.53 g; Tłuszcz: 41.91 g; Kw. tł. nasy.: 9.35 g; Węglowodany ogółem: 346.82 g; W tym cukry: 40.63 g; Błonnik pok.: 26.31 g; Sól: 9.16 g; WW: 32.14 Por; : 17.79 %; : 66.69 %; Ener. z T: 18.13 %; Ener. z Bł.: 2.53 %; K: 3796.51 mg;

<b>wtorek 2024-11-19</b> <b>Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna</b>		
---	--	--

## Jadłospisy dla oddziałów

<p>Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 400 ml (<b>SEL, GLU JECZ</b>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<b>GLUPSZ, GLUŻYT</b>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Sałatka witaminowa 80 g (<b>SEL</b>), Sałata lodowa 20 g,</p>	<p>Jarzynowa z zacierką *-dieta (bez mleka) 400 ml (<b>GLU PSZ, JAJ, SEL</b>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Filet z kurczaka gotowany 80 g, Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml (<b>GLU PSZ</b>), Marchew oprószana z olejem* 150 g (<b>GLU PSZ</b>), Kompot owocowy* z/c 250 ml,</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (<b>GLU PSZ</b>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Jajko gotowane kl M 1 szt (<b>JAJ</b>), Pomidor 80 g, Mix sałat 20 g,</p>
		<p><b>Posiłek nocny:</b> Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt,</p>

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1690.41 kcal; Białko ogółem: 74.41 g; Tłuszcz: 35.19 g; Kw. tł. nasy.: 7.63 g; Węglowodany ogółem: 282.27 g; W tym cukry: 24.02 g; Błonnik pok.: 25.66 g; Sól: 6.56 g; WW: 25.68 Por; : 17.61 %; : 66.79 %; Ener. z T: 18.74 %; Ener. z Bł.: 3.04 %; K: 3247.63 mg;

wtorek 2024-11-19 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: PUŁ- Specjalna</span>		
<p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 50 g (<b>GLU PSZ</b>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<b>MLE</b>), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<b>SOJ</b>), Sałata zielona 20 g,</p>	<p>Kisiel o smaku cytrynowym b/c 300 ml, Ryż na sypko 200 g, Filet z kurczaka gotowany 80 g, Marchew gotowana* 150 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml,</p>	<p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 60 g (<b>GLU PSZ</b>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<b>MLE</b>), Twaróg półtłusty 50 g (<b>MLE</b>), Sałata zielona 20 g,</p>
		<p><b>Posiłek nocny:</b> Sok wielowarzywny pasteryzowany 200 ml,</p>

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1420.81 kcal; Białko ogółem: 59.22 g; Tłuszcz: 42.66 g; Kw. tł. nasy.: 21.55 g; Węglowodany ogółem: 205.93 g; W tym cukry: 52.16 g; Błonnik pok.: 11.34 g; Sól: 5.12 g; WW: 19.62 Por; : 16.67 %; : 57.97 %; Ener. z T: 27.02 %; Ener. z Bł.: 1.6 %; K: 1223.14 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>środa 2024-11-20</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa</b>		
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> ), Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE</u> ), Szynka zielonogórska-wp. parzona 30 g ( <u>SOJ</u> ), Pomidor 90 g, Rukola 10 g,	Kapuśniak z kapusty kiszzonej (*) 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL, GOR</u> ), Kasza gryczana 200 g, Pieczeń rzymska drobiowa z indyka 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ), Sos jarzynowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Surówka z marchwi i migdałów () b/c 150 g ( <u>MLE, ORZ</u> ), Jabłko 1 szt 1 szt, 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> ), 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: Przecier owocowy jabłko 120g 1 szt ( <u>może zawierać: MLE</u> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2256.65 kcal; Białko ogółem: 109.29 g; Tłuszcz: 56.54 g; Kw. tł. nasy.: 12.69 g; Węglowodany ogółem: 342.38 g; W tym cukry: 77.16 g; Błonnik pok.: 36.1 g; Sól: 7.42 g; WW: 30.6 Por; : 19.37 %; : 60.69 %; Ener. z T: 22.55%; Ener. z Bł.: 3.2 %; K: 4263.11 mg;		
<b>środa 2024-11-20</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>		
Plátky 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. naturalny 50 g ( <u>MLE</u> ), Szynka zielonogórska-wp. parzona 30 g ( <u>SOJ</u> ), Pomidor 90 g, Rukola 10 g,	Ziemniaczana * () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Kasza gryczana 200 g, Pieczeń rzymska drobiowa z indyka 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ), Sos jarzynowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Surówka z marchwi i migdałów b/c () 150 g ( <u>MLE, ORZ</u> ), Jabłko 1 szt 1 szt, Kompot owocowy* b/c 250 ml,	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ), Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Pasta z twarogu i makreli wędzonej** 80 g ( <u>RYB, MLE</u> ), Sałata zielona 20 g,
II Śniadanie: Sałatka jarzynowa - dieta (*) 100 g ( <u>MLE, SEL</u> ),	Podwieczorek: Koktajl z czarnej porzeczki* b/c 150 ml ( <u>MLE</u> ),	Posiłek nocny: Kanapka z twarogiem i pomidorem (chleb razowy 60g, masło 5g, twarózek 25g, pomidor 15g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2478.41 kcal; Białko ogółem: 129.02 g; Tłuszcz: 58.03 g; Kw. tł. nasy.: 16.26 g; Węglowodany ogółem: 381.52 g; W tym cukry: 69.06 g; Błonnik pok.: 45.43 g; Sól: 7.44 g; WW: 33.62 Por; : 20.82 %; : 61.57 %; Ener. z T: 21.07%; Ener. z Bł.: 3.67 %; K: 5604.12 mg;		
<b>środa 2024-11-20</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna</b>		
Plátky 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. naturalny 50 g ( <u>MLE</u> ), Szynka zielonogórska-wp. parzona 30 g ( <u>SOJ</u> ), Pomidor 90 g, Rukola 10 g,	Ziemniaczana * () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ</u> ), Pieczeń rzymska drobiowa z indyka 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ), Sos jarzynowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Cukinia gotowana z pomidorami* 150 g, Jabłko 1 szt 1 szt, 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, Pasta z twarogu i ryby got. (mintaj) z koperkiem 80 g ( <u>RYB, MLE</u> ), Sałata zielona 20 g,
		Posiłek nocny: Przecier owocowy jabłko 120g 1 szt ( <u>może zawierać: MLE</u> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2189.16 kcal; Białko ogółem: 105.55 g; Tłuszcz: 40.57 g; Kw. tł. nasy.: 8.9 g; Węglowodany ogółem: 360.58 g; W tym cukry: 76.89 g; Błonnik pok.: 23.85 g; Sól: 5.83 g; WW: 33.71 Por; : 19.29 %; : 65.89 %; Ener. z T: 16.68%; Ener. z Bł.: 2.18 %; K: 4087.53 mg;		
<b>środa 2024-11-20</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu</b>		
Plátky 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. naturalny 50 g ( <u>MLE</u> ), Szynka zielonogórska-wp. parzona 30 g ( <u>SOJ</u> ), Pomidor b/skórki 90 g, Sałata zielona 10 g,	Ziemniaczana * () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ</u> ), Pieczeń rzymska drobiowa z indyka 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ), Sos jarzynowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Cukinia gotowana z pomidorami* 150 g, Banan 120 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, Pasta z twarogu i ryby got. (mintaj) z koperkiem 80 g ( <u>RYB, MLE</u> ), Sałata zielona 20 g,
		Posiłek nocny: Przecier owocowy jabłko 120g 1 szt ( <u>może zawierać: MLE</u> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2172.19 kcal; Białko ogółem: 101.78 g; Tłuszcz: 40.18 g; Kw. tł. nasy.: 8.88 g; Węglowodany ogółem: 360.69 g; W tym cukry: 79.18 g; Błonnik pok.: 22.9 g; Sól: 5.67 g; WW: 33.85 Por; : 18.74 %; : 66.42 %; Ener. z T: 16.65%; Ener. z Bł.: 2.11 %; K: 4129.6 mg;		
<b>środa 2024-11-20</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna</b>		

## Jadłospisy dla oddziałów

<p>Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 400 ml ( <b>SEL, GLU OW,</b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g ( <b>SOJ,</b> ), Pomidor b/skórki 90 g , Sałata zielona 10 g ,</p>	<p>Ziemniaczana *(bez mleka) () 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ), Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JE CZ,</b> ), Pieczeń rzymska drobiowa z indyka 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> ), Sos jarzynowy * 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ), Cukinia gotowana z pomidorami* 150 g , Jabłko 1 szt 1 szt , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ,</b> ), Sałata zielona 20 g ,</p>
		<p><b>Posiłek nocny:</b> Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt ,</p>

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1916.2 kcal; Białko ogółem: 78.27 g; Tłuszcz: 36.8 g; Kw. tł. nasy.: 7.62 g; Węglowodany ogółem: 330.49 g; W tym cukry: 54.72 g; Błonnik pok.: 24.17 g; Sól: 6.81 g; WW: 30.67 Por; : 16.34 %; : 68.99 %; Ener. z T: 17.28 %; Ener. z Bł.: 2.52 %; K: 3157.92 mg;

środa 2024-11-20 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: PUŁ- Specjalna</span>		
<p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <b>MLE,</b> ), Serek homo. naturalny 80 g ( <b>MLE,</b> ), Rukola 10 g , Pomidor 70 g ,</p>	<p>Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml , Kasza jęczmienna/sypko 150 g ( <b>GLU JE CZ,</b> ), Pieczeń rzymska drobiowa z indyka 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> ), Cukinia pieczona z olejem * 100 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml ,</p>	<p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ,</b> ), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE,</b> ), Jajko gotowane kl M 2 szt ( <b>JAJ,</b> ), Sałata zielona 20 g ,</p>
		<p><b>Posiłek nocny:</b> Przecier owocowy jabłko 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE,</b> ),</p>

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1381.99 kcal; Białko ogółem: 53.56 g; Tłuszcz: 47.93 g; Kw. tł. nasy.: 21.11 g; Węglowodany ogółem: 187.37 g; W tym cukry: 53.27 g; Błonnik pok.: 10.81 g; Sól: 2.4 g; WW: 17.6 Por; : 15.5 %; : 54.23 %; Ener. z T: 31.21 %; Ener. z Bł.: 1.56 %; K: 1307.53 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>czwartek 2024-11-21</b> <b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa</b>		
Kasza manna na mleku/p 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ,</u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z fasoli 80 g , Salatką z ogórka kons, i papryki konserwowej 100 g ( <u>GOR,</u> ),	Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese z łop wp* 350 g ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Surówka z selera i jabłka () 150 g ( <u>MLE, SEL,</u> ), 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> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek 50 g ( <u>MLE,</u> ), Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g ( <u>SOJ, SEL,</u> ), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2 l 1 szt ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2339.02 kcal; Białko ogółem: 104.17 g; Tłuszcz: 57.61 g; Kw. tł. nasy.: 15.05 g; Węglowodany ogółem: 366.14 g; W tym cukry: 76.33 g; Błonnik pok.: 42.16 g; Sól: 6.8 g; WW: 32.5 Por; : 17.81 %; : 62.61 %; Ener. z T: 22.17 %; Ener. z Bł.: 3.6 %; K: 4881.77 mg;		
<b>czwartek 2024-11-21</b> <b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml ( <u>MLE, GLU JECZ,</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 fasoli 80 g , Salatką z ogórka kons, i papryki konserwowej 100 g ( <u>GOR,</u> ),	Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese z łop wp* 350 g ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Surówka z selera i jabłka () 150 g ( <u>MLE, SEL,</u> ), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ), Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek 50 g ( <u>MLE,</u> ), Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g ( <u>SOJ, SEL,</u> ), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ),	<b>Podwieczorek:</b> Jabłko 150 g , Orzechy włoskie luskane 20 g ( <u>ORZ,</u> ),	<b>Posiłek nocny:</b> Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2 l 1 szt ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2619.38 kcal; Białko ogółem: 115.3 g; Tłuszcz: 73.9 g; Kw. tł. nasy.: 16.67 g; Węglowodany ogółem: 393.47 g; W tym cukry: 86.8 g; Błonnik pok.: 50.94 g; Sól: 7.55 g; WW: 34.4 Por; : 17.61 %; : 60.09 %; Ener. z T: 25.39 %; Ener. z Bł.: 3.89 %; K: 5519.84 mg;		
<b>czwartek 2024-11-21</b> <b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna</b>		
Kasza manna na mleku/p 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ,</u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatk mięsa wp 50 g ( <u>SOJ, MLE,</u> ), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,	Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Makaron z sosem bolognese z łop wp-dieta* 350 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g , 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 , Twarożek 50 g ( <u>MLE,</u> ), Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g ( <u>SOJ, SEL,</u> ), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2 l 1 szt ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2087.5 kcal; Białko ogółem: 94.17 g; Tłuszcz: 45.12 g; Kw. tł. nasy.: 10.41 g; Węglowodany ogółem: 332.04 g; W tym cukry: 63.8 g; Błonnik pok.: 15.94 g; Sól: 5.15 g; WW: 31.73 Por; : 18.05 %; : 63.62 %; Ener. z T: 19.45 %; Ener. z Bł.: 1.53 %; K: 3567.23 mg;		
<b>czwartek 2024-11-21</b> <b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu</b>		
Kasza manna na mleku/p 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ,</u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatk mięsa wp 50 g ( <u>SOJ, MLE,</u> ), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,	Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Makaron z sosem bolognese z łop wp-dieta* 350 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek 50 g ( <u>MLE,</u> ), Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g ( <u>SOJ, SEL,</u> ), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2 l 1 szt ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2029.3 kcal; Białko ogółem: 89.78 g; Tłuszcz: 44.97 g; Kw. tł. nasy.: 10.31 g; Węglowodany ogółem: 322.16 g; W tym cukry: 57.68 g; Błonnik pok.: 15.94 g; Sól: 5.01 g; WW: 30.74 Por; : 17.7 %; : 63.5 %; Ener. z T: 19.94 %; Ener. z Bł.: 1.57 %; K: 3342.48 mg;		
<b>czwartek 2024-11-21</b> <b>Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna</b>		

## Jadłospisy dla oddziałów

Kasza manna na wywarze jarzynowym* 400 ml ( <b>GLUPSZ, SEL</b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLUPSZ</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g ( <b>SOJ</b> ), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ), Makaron z sosem bolognese z łop wp-dieta* 350 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyunka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej 50 g ( <b>SOJ, SEL</b> ), Pomidor b/skórki 80 g , Mix salat 20 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2 l 1 szt ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1934.16 kcal; Białko ogółem: 74.25 g; Tłuszcz: 47.2 g; Kw. tł. nasy.: 10.61 g; Węglowodany ogółem: 309.8 g; W tym cukry: 40.75 g; Błonnik pok.: 17.03 g; Sól: 5.42 g; WW: 29.39 Por; : 15.36 %; : 64.07 %; Ener. z T: 21.96 %; Ener. z Bł.: 1.76 %; K: 2827.07 mg;

**czwartek 2024-11-21**

### Jadłospis dla diety: PUŁ- Specjalna

Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLUPSZ</b> ), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ), Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatk mięsa wp 50 g ( <b>SOJ, MLE</b> ), Ogórek kiszony 90 g , Roszponka 10 g ,	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml , Sos pomidorowy 150 ml ( <b>GLU PSZ</b> ), Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ), Twarożek 80 g ( <b>MLE</b> ), Pomidor 80 g , Mix salat 20 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2 l 1 szt ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1344.27 kcal; Białko ogółem: 49.29 g; Tłuszcz: 30.77 g; Kw. tł. nasy.: 15.05 g; Węglowodany ogółem: 217.86 g; W tym cukry: 47.3 g; Błonnik pok.: 6.91 g; Sól: 4.09 g; WW: 21.17 Por; : 14.67 %; : 64.83 %; Ener. z T: 20.6 %; Ener. z Bł.: 1.03 %; K: 1115.55 mg;



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>piątek 2024-11-22</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa</b>		
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> ), 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> ), Powidła śliwkowe 25 g , Jabłko 150 g ,	Krupnik jęczmienny * 400 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JĘCZ,</u> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba smażona (Morszczuk) 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u> ), Warzywa po grecku* 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ), Surówka z kapusty młodej z olejem () 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 , Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> ), Ogórek kiszony 80 g , Salata zielona 20 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Sok pomidorowy 250 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2100.28 kcal; Białko ogółem: 91.26 g; Tłuszcz: 54.22 g; Kw. tł. nasy.: 9.22 g; Węglowodany ogółem: 327.76 g; W tym cukry: 68.05 g; Błonnik pok.: 32.53 g; Sól: 8.13 g; WW: 29.54 Por; : 17.38 %; : 62.42 %; Ener. z T: 23.23 %; Ener. z Bł.: 3.1 %; K: 4670.27 mg;

<b>piątek 2024-11-22</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>		
Makaron pełnoziarnisty 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 , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g ( <u>MLE,</u> ), Jabłko 150 g ,	Krupnik jęczmienny * 400 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JĘCZ,</u> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba pieczona (Morszczuk) 80 g ( <u>RYB,</u> ), Surówka z kapusty młodej z olejem () 100 g , Warzywa po grecku * (bez cukru) 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	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> ), Ogórek kiszony 80 g , Salata zielona 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 200 ml ,	<b>Podwieczorek:</b> Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE,</u> ),	<b>Posiłek nocny:</b> Sok pomidorowy 250 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2003.7 kcal; Białko ogółem: 99.07 g; Tłuszcz: 47.85 g; Kw. tł. nasy.: 9.61 g; Węglowodany ogółem: 310.17 g; W tym cukry: 69.35 g; Błonnik pok.: 36.09 g; Sól: 7.8 g; WW: 27.45 Por; : 19.78 %; : 61.92 %; Ener. z T: 21.49 %; Ener. z Bł.: 3.6 %; K: 5003.52 mg;

<b>piątek 2024-11-22</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna</b>		
Zacierka na mleku/p 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, 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 , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g ( <u>MLE,</u> ), Dżem 25 g 1 szt , Jabłko pieczone 150 g ,	Krupnik jęczmienny * 400 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JĘCZ,</u> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba pieczona (Morszczuk) 80 g ( <u>RYB,</u> ), Warzywa po grecku* 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> ), Salátka z pomidorów z jogurtem natur i natką pietr 100 g ( <u>MLE,</u> ),
		<b>Posiłek nocny:</b> Sok pomidorowy 250 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1955.79 kcal; Białko ogółem: 90.34 g; Tłuszcz: 40.23 g; Kw. tł. nasy.: 8.09 g; Węglowodany ogółem: 322 g; W tym cukry: 70.79 g; Błonnik pok.: 24.63 g; Sól: 5.72 g; WW: 29.81 Por; : 18.48 %; : 65.85 %; Ener. z T: 18.51 %; Ener. z Bł.: 2.52 %; K: 4608.94 mg;

<b>piątek 2024-11-22</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu</b>		
Zacierka na mleku/p 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, 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 , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g ( <u>MLE,</u> ), Dżem 25 g 1 szt , Jabłko pieczone 150 g ,	Krupnik jęczmienny * 400 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JĘCZ,</u> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba pieczona (Morszczuk) 80 g ( <u>RYB,</u> ), Warzywa po grecku* 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatk mięsa wp 50 g ( <u>SOJ, MLE,</u> ), Salátka z pomidorów z jogurtem natur i natką pietr b/skórki 100 g ( <u>MLE,</u> ),
		<b>Posiłek nocny:</b> Sok pomidorowy 250 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1939.35 kcal; Białko ogółem: 90.43 g; Tłuszcz: 37.82 g; Kw. tł. nasy.: 7.37 g; Węglowodany ogółem: 323.1 g; W tym cukry: 70.79 g; Błonnik pok.: 24.63 g; Sól: 6.53 g; WW: 29.97 Por; : 18.65 %; : 66.64 %; Ener. z T: 17.55 %; Ener. z Bł.: 2.54 %; K: 4542.44 mg;

<b>piątek 2024-11-22</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna</b>		
Zacierka na wywarze jarzynowym 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g ( <u>SOJ,</u> ), Dżem 25 g 1 szt , Jabłko pieczone 150 g ,	Krupnik jęczmienny (bez mleka)* 400 ml ( <u>SEL, GLU JĘCZ,</u> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba pieczona (Morszczuk) 80 g ( <u>RYB,</u> ), Warzywa po grecku* 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> ), Salátka z pomidorów z olejem i natką pietr 100 g ,

## Jadłospisy dla oddziałów

		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,
--	--	--

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1901.92 kcal; Białko ogółem: 75.52 g; Tłuszcz: 51.19 g; Kw. tł. nasy.: 10.46 g; Węglowodany ogółem: 298.34 g; W tym cukry: 54.07 g; Błonnik pok.: 25.39 g; Sól: 6.52 g; WW: 27.38 Por; : 15.88 %; : 62.75 %; Ener. z T: 24.22 %; Ener. z Bł.: 2.67 %; K: 4014.9 mg;

piątek 2024-11-22		
Jadłospis dla diety: PUŁ- Specjalna		
Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLUPSZ.</b> ), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <b>MLE.</b> ), Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g ( <b>MLE.</b> ), Ogórek kiszony 70 g , Roszponka 10 g ,	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml , Ryba pieczona (Morszczuk) 80 g ( <b>RYB.</b> ), Makaron pełnoziarnisty 100 g ( <b>GLUPSZ.</b> ), Kalańior gotowany* 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLUPSZ.</b> ), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <b>MLE.</b> ), Twarożek 80 g ( <b>MLE.</b> ), Jabłko 100 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1266.93 kcal; Białko ogółem: 69.71 g; Tłuszcz: 50.59 g; Kw. tł. nasy.: 25.83 g; Węglowodany ogółem: 137.25 g; W tym cukry: 38.43 g; Błonnik pok.: 15.06 g; Sól: 3.22 g; WW: 12.23 Por; : 22.01 %; : 43.33 %; Ener. z T: 35.93 %; Ener. z Bł.: 2.38 %; K: 1279.84 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>sobota 2024-11-23</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa</b>		
Platkі owsiane na mleku/p 400 ml ( <b>MLE, GLU OW</b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ), Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Parówki cieszynki- węd. wp. homog. wędz. parz 80 g ( <b>SOJ, SEL</b> ), Ketchup saszetka 20g 1 szt, Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g,	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ), Ryż na sypko (brązowy) 200 g, Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g ( <b>SEL</b> ), Surówka z marchwi i jabłka b/c () 150 g ( <b>MLE</b> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo 150 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, GOR</b> ), Sałata zielona 20 g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Kanapka z serkiem naturalnym i pomidorem (chleb graham 60g, masło 5g, serek śniadaniowy 25g, pomidor 15g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2526.52 kcal; Białko ogółem: 90.58 g; Tłuszcz: 89.36 g; Kw. tł. nasy.: 20.08 g; Węglowodany ogółem: 359.04 g; W tym cukry: 46.7 g; Błonnik pok.: 40.23 g; Sól: 8.89 g; WW: 31.92 Por; : 14.34 %; : 56.84 %; Ener. z T: 31.83 %; Ener. z Bł.: 3.18 %; K: 3783.31 mg;

<b>sobota 2024-11-23</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>		
Platkі owsiane na mleku/p 400 ml ( <b>MLE, GLU OW</b> ), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szyńka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ</b> ), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g,	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ), Ryż na sypko (brązowy) 200 g, Potrawka drobiowa z warzywami* 180 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ), Surówka z marchwi i jabłka b/c () 150 g ( <b>MLE</b> ), Kompot owocowy* b/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo 150 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, GOR</b> ), Sałata zielona 20 g,
<b>II Śniadanie:</b> Kanapka z jajkiem i sałata (chleb razowy 40g, masło 5g, jajko 25g, sałata 5g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b> ),	<b>Podwieczorek:</b> Serek homo. naturalny 150 g ( <b>MLE</b> ), Mus z truskawek* b/c 50 g,	<b>Posiłek nocny:</b> Kanapka z serkiem naturalnym i pomidorem (chleb graham 60g, masło 5g, serek śniadaniowy 25g, pomidor 15g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2574.87 kcal; Białko ogółem: 115.08 g; Tłuszcz: 76.43 g; Kw. tł. nasy.: 17.27 g; Węglowodany ogółem: 375.45 g; W tym cukry: 42.27 g; Błonnik pok.: 44.87 g; Sól: 8.11 g; WW: 33.07 Por; : 17.88 %; : 58.33 %; Ener. z T: 26.71 %; Ener. z Bł.: 3.49 %; K: 4012.58 mg;

<b>sobota 2024-11-23</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna</b>		
Platkі owsiane na mleku/p 400 ml ( <b>MLE, GLU OW</b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szyńka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ</b> ), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g,	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ), Ryż na sypko 200 g, Potrawka drobiowa z warzywami* 180 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ), Buraczki oprószane () 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową- dieta* 150 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL</b> ), Sałata zielona 20 g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Kanapka z serkiem naturalnym i pomidorem (bułka pszenna 45g, masło 5g, serek śniadaniowy 25g, pomidor 15g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2178.77 kcal; Białko ogółem: 85.99 g; Tłuszcz: 47.75 g; Kw. tł. nasy.: 11.19 g; Węglowodany ogółem: 363.56 g; W tym cukry: 49.18 g; Błonnik pok.: 24.89 g; Sól: 6.28 g; WW: 33.85 Por; : 15.79 %; : 66.75 %; Ener. z T: 19.72 %; Ener. z Bł.: 2.28 %; K: 3551.49 mg;

<b>sobota 2024-11-23</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu</b>		
Platkі owsiane na mleku/p 400 ml ( <b>MLE, GLU OW</b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szyńka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ</b> ), Pasta warzywna* 100 g ( <b>SEL</b> ),	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ), Ryż na sypko 200 g, Potrawka drobiowa z warzywami* 180 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ), Buraczki oprószane () 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową- dieta* 150 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL</b> ), Sałata zielona 20 g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Kanapka z serkiem naturalnym i pomidorem b/skórki (bułka pszenna 45g, masło 5g, serek śniadaniowy 25g, pomidor 15g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2206.54 kcal; Białko ogółem: 86.12 g; Tłuszcz: 49.8 g; Kw. tł. nasy.: 11.27 g; Węglowodany ogółem: 366.39 g; W tym cukry: 51.31 g; Błonnik pok.: 26.01 g; Sól: 6.48 g; WW: 34.01 Por; : 15.61 %; : 66.42 %; Ener. z T: 20.31 %; Ener. z Bł.: 2.36 %; K: 3645.33 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-11-23		Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna
Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>GLU OW</u> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt., Szyńka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ</u> ), Pasta warzywna* 100 g ( <u>SEL</u> ),	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)*() 400 ml ( <u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u> ), Ryż na sypko 200 g, Potrawka drobiowa z warzywami* 180 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u> ), Buraczki oprószone () 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, Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową- dieta* 150 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> ), Sałata zielona 20 g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Kanapka z szynką i pomidorem (bułka pszenna 45g, tłuszcz 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2084.07 kcal; Białko ogółem: 75.52 g; Tłuszcz: 46.97 g; Kw. tł. nasy.: 8.4 g; Węglowodany ogółem: 353.45 g; W tym cukry: 33.72 g; Błonnik pok.: 28.6 g; Sól: 7.44 g; WW: 32.42 Por; : 14.49 %; : 67.84 %; Ener. z T: 20.28 %; Ener. z Bł.: 2.74 %; K: 3074.91 mg;

sobota 2024-11-23		Jadłospis dla diety: PUŁ- Specjalna
Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <u>MLE</u> ), Szyńka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ</u> ), Pomidor 70 g, Roszponka 10 g,	Kisiel z truskawkami b/c* 200 ml, Potrawka drobiowa z warzywami* 150 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u> ), Ryż na sypko (brązowy) 150 g, Mizeria 100 g ( <u>MLE</u> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <u>MLE</u> ), Jajko w majonezie ze szczypiorkiem kl M 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>GOR</u> ), Sałatka witaminowa 60 g ( <u>SEL</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1307.39 kcal; Białko ogółem: 45.47 g; Tłuszcz: 65.21 g; Kw. tł. nasy.: 28.5 g; Węglowodany ogółem: 140.3 g; W tym cukry: 15.99 g; Błonnik pok.: 18.53 g; Sól: 3.47 g; WW: 12.07 Por; : 13.91 %; : 42.92 %; Ener. z T: 44.89 %; Ener. z Bł.: 2.83 %; K: 1454.92 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>niedziela 2024-11-24</b> <b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa</b>		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml ( <b>MLE, GLU JEĆZ.</b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ), Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g, Pomidor 80 g, Mix sałat 20 g,	Pomidorowa z zacierką * 400 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Kotlet schabowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ), Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g ( <b>SEL.</b> ), Fasolka szparagowa z wody* 100 g, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Kakao/p 250 ml ( <b>MLE.</b> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ), Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g ( <b>MLE.</b> ), Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g ( <b>SOJ.</b> ), Banan 120 g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE.</b> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2135.67 kcal; Białko ogółem: 100.01 g; Tłuszcz: 52.25 g; Kw. tł. nasy.: 11.19 g; Węglowodany ogółem: 330.01 g; W tym cukry: 75.04 g; Błonnik pok.: 29.16 g; Sól: 8.2 g; WW: 30.22 Por.; : 18.73 %; : 61.81 %; Ener. z T: 22.02 %; Ener. z Bł.: 2.73 %; K: 4883.01 mg;

<b>niedziela 2024-11-24</b> <b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml ( <b>MLE, GLU JEĆZ.</b> ), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g, Pomidor 80 g, Mix sałat 20 g,	Pomidorowa z zacierką * 400 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Schab pieczony w rękawie 100 g, Sos własny () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ), Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g ( <b>SEL.</b> ), Fasolka szparagowa z wody* 100 g, Kompot owocowy* b/c 250 ml,	Kakao/p b/c 250 ml ( <b>MLE.</b> ), Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g ( <b>MLE.</b> ), Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g ( <b>SOJ.</b> ), Banan 120 g,
<b>II Śniadanie:</b> Maślanka 150 ml ( <b>MLE.</b> ),	<b>Podwieczorek:</b> Chleb Graham 25 g ( <b>GLU PSZ.</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 0.50 szt, Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 25 g ( <b>SOJ.</b> ), Pomidor 15 g	<b>Posiłek nocny:</b> Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> ), Hummus 50 g ( <b>SEZ.</b> ), Sałata zielona 10 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2262.45 kcal; Białko ogółem: 123.72 g; Tłuszcz: 54.58 g; Kw. tł. nasy.: 11.57 g; Węglowodany ogółem: 335.19 g; W tym cukry: 70.6 g; Błonnik pok.: 33.9 g; Sól: 9.98 g; WW: 30.36 Por.; : 21.87 %; : 59.26 %; Ener. z T: 21.71 %; Ener. z Bł.: 3 %; K: 5509.14 mg;

<b>niedziela 2024-11-24</b> <b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna</b>		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml ( <b>MLE, GLU JEĆZ.</b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g, Cukinia pieczona z olejem * 100 g,	Pomidorowa z zacierką * 400 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Schab pieczony w rękawie 100 g, Sos własny () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g ( <b>SEL.</b> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Kakao/p 250 ml ( <b>MLE.</b> ), Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g ( <b>MLE.</b> ), Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g ( <b>SOJ.</b> ), Banan 120 g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE.</b> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2143.25 kcal; Białko ogółem: 111.81 g; Tłuszcz: 48.03 g; Kw. tł. nasy.: 11.33 g; Węglowodany ogółem: 327.8 g; W tym cukry: 80.88 g; Błonnik pok.: 22.6 g; Sól: 7.21 g; WW: 30.5 Por.; : 20.87 %; : 61.18 %; Ener. z T: 20.17 %; Ener. z Bł.: 2.11 %; K: 5145.96 mg;

<b>niedziela 2024-11-24</b> <b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu</b>		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml ( <b>MLE, GLU JEĆZ.</b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g, Cukinia pieczona z olejem * 100 g,	Pomidorowa z zacierką * 400 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Pulpet wieprzowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ), Sos własny () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g ( <b>SEL.</b> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g ( <b>MLE.</b> ), Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g ( <b>SOJ.</b> ), Banan 120 g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE.</b> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2172.91 kcal; Białko ogółem: 98.7 g; Tłuszcz: 55.64 g; Kw. tł. nasy.: 12.54 g; Węglowodany ogółem: 331.44 g; W tym cukry: 76.41 g; Błonnik pok.: 22.79 g; Sól: 7.15 g; WW: 30.84 Por.; : 18.17 %; : 61.01 %; Ener. z T: 23.04 %; Ener. z Bł.: 2.1 %; K: 4712.58 mg;

<b>niedziela 2024-11-24</b> <b>Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna</b>		
--	--	--

## Jadłospisy dla oddziałów

<p>Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 400 ml ( <u>SEL</u>, <u>GLU</u> <u>JECZ</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szyunkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g , Cukinia pieczona z olejem * 100 g</p>	<p>Pomidorowa z zacierką (bez mleka)* 400 ml ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>JAJ</u>, <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Schab pieczony w rękawie 100 g , Sos własny () 100 ml ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>SEL</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g ( <u>SEL</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szyunka konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g ( <u>SOJ</u>), Banan 120 g ,</p>
<p><b>II Śniadanie:</b> Kisiel o smaku wiśniowym b/c 150 ml ,</p>		<p><b>Posiłek nocny:</b> Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt</p>

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1983.96 kcal; Białko ogółem: 84.08 g; Tłuszcz: 42.65 g; Kw. tł. nasy.: 8.64 g; Węglowodany ogółem: 329.02 g; W tym cukry: 78.58 g; Błonnik pok.: 23.46 g; Sól: 6.98 g; WW: 30.55 Por; : 16.95 %; : 66.34 %; Ener. z T: 19.35 %; Ener. z Bł.: 2.36 %; K: 4013.46 mg;

<p style="text-align: center;"><b>niedziela 2024-11-24</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: PUŁ- Specjalna</b></span></p>		
<p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <u>MLE</u>), Szyunka szkolna- wp. parzona 50 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>SOJ</u>, <u>MLE</u>), Pomidor 70 g ,</p>	<p>Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml , Kotlec z jaj-pieczony 90 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>JAJ</u>), Sos własny () 100 ml ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>SEL</u>), Makaron pełnoziarnisty 100 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u>), Cukinia grillowana z ziołami* 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,</p>	<p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <u>MLE</u>), Twarożek ze słonecznikiem 60 g ( <u>MLE</u>), Sałata zielona z sosem vinegrett 100 g ( <u>GOR</u>),</p>

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1563.62 kcal; Białko ogółem: 55.9 g; Tłuszcz: 79.96 g; Kw. tł. nasy.: 29.88 g; Węglowodany ogółem: 158.44 g; W tym cukry: 35.44 g; Błonnik pok.: 16.03 g; Sól: 4.49 g; WW: 14.28 Por; : 14.3 %; : 40.53 %; Ener. z T: 46.02 %; Ener. z Bł.: 2.05 %; K: 1373.21 mg;