

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2026-02-16 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,</u>), Ogórek kiszony 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Pieczarkowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, S02,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>), Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Fasolka szparagowa z wody* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g , Dżem 30 g , Pomidor 80 g , Roszponka 20 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1741.3 kcal; Białko ogółem: 82.58 g; Tłuszcz: 36.69 g; Kw. tł. nasy.: 8.01 g; Węglowodany ogółem: 283.9 g; W tym cukry: 47.07 g; Błonnik pok.: 25.7 g; Sól: 9.24 g; WW: 25.9 Por; : 18.97 %; : 65.22 %; Ener. z T: 18.97 %; Ener. z Bł.: 2.95 %; K: 3664.65 mg;

poniedziałek 2026-02-16 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,</u>), Ogórek kiszony 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Pieczarkowa z makaronem pełnoziarnistym * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, S02,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>), Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Fasolka szparagowa z wody* 150 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g , Serek homo. naturalny 30 g (<u>MLE,</u>), Pomidor 80 g , Roszponka 20 g ,
II Śniadanie: Koktajl truskawkowy* b/c 200 ml (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: Sałatka rubinowa b/c 100 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1842.37 kcal; Białko ogółem: 98.73 g; Tłuszcz: 44.35 g; Kw. tł. nasy.: 10.01 g; Węglowodany ogółem: 279.53 g; W tym cukry: 45.89 g; Błonnik pok.: 33.83 g; Sól: 9.29 g; WW: 24.73 Por; : 21.44 %; : 60.69 %; Ener. z T: 21.66 %; Ener. z Bł.: 3.67 %; K: 4649.63 mg;

poniedziałek 2026-02-16 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>), Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Marchew gotowana z olejem* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g , Dżem 30 g , Pomidor b/skórki 80 g , Roszponka 20 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1841.47 kcal; Białko ogółem: 83.41 g; Tłuszcz: 40.38 g; Kw. tł. nasy.: 8.14 g; Węglowodany ogółem: 299.2 g; W tym cukry: 55.36 g; Błonnik pok.: 22.84 g; Sól: 7.39 g; WW: 27.73 Por; : 18.12 %; : 64.99 %; Ener. z T: 19.74 %; Ener. z Bł.: 2.48 %; K: 3902.75 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-02-16 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>), Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Marchew gotowana z olejem* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g , Dżem 30g , Pomidor b/skórki 80 g , Roszponka 20 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1841.47 kcal; Białko ogółem: 83.41 g; Tłuszcz: 40.38 g; Kw. tł. nasy.: 8.14 g; Węglowodany ogółem: 299.2 g; W tym cukry: 55.36 g; Błonnik pok.: 22.84 g; Sól: 7.39 g; WW: 27.73 Por; : 18.12 %; : 64.99 %; Ener. z T: 19.74 %; Ener. z Bł.: 2.48 %; K: 3902.75 mg;

poniedziałek 2026-02-16 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 50 g , Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>), Sos pietruszkowy (bez mleka)* 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>), Marchew gotowana z olejem* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g , Dżem 30g , Pomidor b/skórki 80 g , Roszponka 20 g ,
II Śniadanie: Chrupki kukurydziane 20 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1814.42 kcal; Białko ogółem: 79.3 g; Tłuszcz: 41.14 g; Kw. tł. nasy.: 8.46 g; Węglowodany ogółem: 295.39 g; W tym cukry: 38.94 g; Błonnik pok.: 25.3 g; Sól: 6.07 g; WW: 27.1 Por; : 17.48 %; : 65.12 %; Ener. z T: 20.41 %; Ener. z Bł.: 2.79 %; K: 3613.35 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2026-02-17 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Zacierka 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 , Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE</u>), Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ</u>), Rukola 10 g , Pomidor 90 g ,	Ogórkowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ryż na sypko 200 g , Szyunka wieprzowa gotowana 100 g , Sos meksykański 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Surówka z kapusty białej z olejem () 100 g , Buraczki gotowane () 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Galaretki drobiowa z udźcem z kurczaka* 80 g (<u>SEL</u>), Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 80 g (<u>SEL</u>), Sałata zielona 20 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1988.23 kcal; Białko ogółem: 103.01 g; Tłuszcz: 41.29 g; Kw. tł. nasy.: 9.7 g; Węglowodany ogółem: 311.45 g; W tym cukry: 62.17 g; Błonnik pok.: 24.4 g; Sól: 5.53 g; WW: 28.77 Por; : 20.72 %; : 62.66 %; Ener. z T: 18.69 %; Ener. z Bł.: 2.45 %; K: 4298.5 mg;

wtorek 2026-02-17 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Makaron pełnoziarnisty na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE</u>), Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ</u>), Rukola 10 g , Pomidor 90 g ,	Ogórkowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ryż na sypko (brązowy) 200 g , Szyunka wieprzowa gotowana 100 g , Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g , Kalafior gotowany* 100 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Galaretki drobiowa z udźcem z kurczaka* 80 g (<u>SEL</u>), Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 80 g (<u>SEL</u>), Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Chleb Graham 25 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyunka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 25 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR</u>), Sałata zielona 10 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2181.75 kcal; Białko ogółem: 126.38 g; Tłuszcz: 55.55 g; Kw. tł. nasy.: 11.96 g; Węglowodany ogółem: 307.73 g; W tym cukry: 48.04 g; Błonnik pok.: 38.41 g; Sól: 7.37 g; WW: 27.07 Por; : 23.17 %; : 56.42 %; Ener. z T: 22.91 %; Ener. z Bł.: 3.52 %; K: 4409.79 mg;

wtorek 2026-02-17 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Zacierka 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 , Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE</u>), Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ</u>), Rukola 10 g , Pomidor b/skórki 90 g ,	Brokułowa z ziemniakami ()* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ryż na sypko 200 g , Szyunka wieprzowa gotowana 100 g , Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	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>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyunka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR</u>), Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 100 g (<u>SEL</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1999.84 kcal; Białko ogółem: 97.04 g; Tłuszcz: 41.55 g; Kw. tł. nasy.: 9.91 g; Węglowodany ogółem: 318.82 g; W tym cukry: 55.14 g; Błonnik pok.: 21.7 g; Sól: 5.93 g; WW: 29.75 Por; : 19.41 %; : 63.77 %; Ener. z T: 18.7 %; Ener. z Bł.: 2.17 %; K: 3717.66 mg;

wtorek 2026-02-17 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE,</u>), Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ,</u>), Sałata zielona 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,	Brokułowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ryż na sypko 200 g , Szynka wieprzowa gotowana 100 g , Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,</u>), Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 100 g (<u>SEL,</u>),
---	---	--

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2020.38 kcal; Białko ogółem: 99.5 g; Tłuszcz: 42.11 g; Kw. tł. nasy.: 10.06 g; Węglowodany ogółem: 322.1 g; W tym cukry: 51.29 g; Błonnik pok.: 22.11 g; Sól: 6.09 g; WW: 30.05 Por; : 19.7 %; : 63.77 %; Ener. z T: 18.76 %; Ener. z Bł.: 2.19 %; K: 3710.29 mg;

wtorek 2026-02-17 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
Zacierka na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ,</u>), Rukola 10 g , Pomidor b/skórki 90 g ,	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Ryż na sypko 200 g , Szynka wieprzowa gotowana 100 g , Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (<u>SOJ,</u>), Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 100 g (<u>SEL,</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1783.01 kcal; Białko ogółem: 74.81 g; Tłuszcz: 38.6 g; Kw. tł. nasy.: 8.58 g; Węglowodany ogółem: 296.22 g; W tym cukry: 30.64 g; Błonnik pok.: 25.88 g; Sól: 7.53 g; WW: 27.05 Por; : 16.78 %; : 66.45 %; Ener. z T: 19.48 %; Ener. z Bł.: 2.9 %; K: 2860.55 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2026-02-18 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Roszponka 20 g , Papryka świeża 80 g ,	Fasolowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>), Sos jogurtowy z twarogiem z/c 150 g (<u>MLE</u>), Pomarańcza 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasztet rybno- warzywny (Morszczuk) 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>), Serek śmietankowy naturalny 30 g (<u>MLE</u>), Pomidor ze szczypiorkiem i olejem 80 g , Sałata zielona 20 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2145.29 kcal; Białko ogółem: 103.14 g; Tłuszcz: 52.3 g; Kw. tł. nasy.: 16.55 g; Węglowodany ogółem: 329.53 g; W tym cukry: 63.36 g; Błonnik pok.: 29.55 g; Sól: 5.24 g; WW: 30 Por; : 19.23 %; : 61.44 %; Ener. z T: 21.94 %; Ener. z Bł.: 2.75 %; K: 3692.41 mg;

środa 2026-02-18 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ</u>), 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 2 szt (<u>JAJ</u>), Roszponka 20 g , Papryka świeża 80 g ,	Fasolowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ</u>), Sos jogurtowy z twarogiem b/c 150 g (<u>MLE</u>), Pomarańcza 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 , Pasztet rybno-warzywny (Morszczuk) 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>), Serek śmietankowy naturalny 30 g (<u>MLE</u>), Pomidor ze szczypiorkiem i olejem 80 g , Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Sałatka z brokułu i pomidora 100 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2172.82 kcal; Białko ogółem: 111.61 g; Tłuszcz: 60.76 g; Kw. tł. nasy.: 18.26 g; Węglowodany ogółem: 308.78 g; W tym cukry: 58.47 g; Błonnik pok.: 39.05 g; Sól: 5.17 g; WW: 27.03 Por; : 20.55 %; : 56.84 %; Ener. z T: 25.17 %; Ener. z Bł.: 3.59 %; K: 4499.17 mg;

środa 2026-02-18 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Roszponka 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,	Dyniowa z ziemniakami*() 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>), Sos jogurtowy z twarogiem z/c 150 g (<u>MLE</u>), Pomarańcza 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 , Pasztet rybno- warzywny (Morszczuk) 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>), Serek śmietankowy naturalny 30 g (<u>MLE</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2067.06 kcal; Białko ogółem: 98.48 g; Tłuszcz: 47.35 g; Kw. tł. nasy.: 16.19 g; Węglowodany ogółem: 319.6 g; W tym cukry: 64.76 g; Błonnik pok.: 18.2 g; Sól: 4.35 g; WW: 30.09 Por; : 19.06 %; : 61.85 %; Ener. z T: 20.62 %; Ener. z Bł.: 1.76 %; K: 3440.45 mg;

środa 2026-02-18 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z białek z koperkiem 60 g (<u>JAJ, MLE</u>), Roszponka 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,	Dyniowa z ziemniakami*() 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>), Sos jogurtowy z twarogiem z/c 150 g (<u>MLE</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml , Banan 120 g ,	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 , Pasztet rybno- warzywny (Morszczuk) 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>), Serek śmietankowy naturalny 30 g (<u>MLE</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2119.13 kcal; Białko ogółem: 98.76 g; Tłuszcz: 47.61 g; Kw. tł. nasy.: 16.42 g; Węglowodany ogółem: 331.5 g; W tym cukry: 75.17 g; Błonnik pok.: 17.41 g; Sól: 4.44 g; WW: 31.44 Por; : 18.64 %; : 62.57 %; Ener. z T: 20.22 %; Ener. z Bł.: 1.64 %; K: 3661.93 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-02-18		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 , Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Roszponka 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)*() 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>), Pulpet jarski () 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u>), Sos majerankowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Szpinak gotowany z olejem* 80 g (<u>GLU PSZ</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml , Pomarańcza	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 , Miód 30 g , Pasztet rybno- warzywny (Morszczuk) 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 150 ml ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2098.82 kcal; Białko ogółem: 71.34 g; Tłuszcz: 46.37 g; Kw. tł. nasy.: 8.81 g; Węglowodany ogółem: 359.52 g; W tym cukry: 49.61 g; Błonnik pok.: 26.7 g; Sól: 4.22 g; WW: 33.23 Por; : 13.6 %; : 68.52 %; Ener. z T: 19.88 %; Ener. z Bł.: 2.54 %; K: 3161.57 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2026-02-19 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 Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,</u>), Sałatka jarzynowa (*) 150 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>), Sałata zielona 20 g ,	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Fasolka po bretońsku 300 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>), Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 150 g (<u>SEL,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE,</u>), Sałatka z pomidora i sałaty lodowej 100 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2008.1 kcal; Białko ogółem: 79.14 g; Tłuszcz: 61 g; Kw. tł. nasy.: 13.36 g; Węglowodany ogółem: 301.13 g; W tym cukry: 47.31 g; Błonnik pok.: 34.17 g; Sól: 6.31 g; WW: 26.79 Por; : 15.76 %; : 59.98 %; Ener. z T: 27.34 %; Ener. z Bł.: 3.4 %; K: 4289.46 mg;

czwartek 2026-02-19 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 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,</u>), Sałatka jarzynowa (*) 150 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>), Sałata zielona 20 g ,	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 350 g (<u>SEL, GLU JĘCZ,</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>), Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 150 g (<u>SEL,</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE,</u>), Sałatka z pomidora i sałaty lodowej 100 g ,
II Śniadanie: Smoothie szpinak, jabłko 150 g ,	Podwieczorek: Chleb Graham 25 g (<u>GLU PSZ,</u>), Sałata zielona 20 g , Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2320.52 kcal; Białko ogółem: 99.02 g; Tłuszcz: 78.45 g; Kw. tł. nasy.: 17.55 g; Węglowodany ogółem: 326.32 g; W tym cukry: 46.27 g; Błonnik pok.: 43.26 g; Sól: 8.05 g; WW: 28.43 Por; : 17.07 %; : 56.25 %; Ener. z T: 30.43 %; Ener. z Bł.: 3.73 %; K: 4832.01 mg;

czwartek 2026-02-19 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 , 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 , Szyńka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,</u>), Sałatka jarzynowa - dieta (*) 150 g (<u>MLE, SEL,</u>), Sałata zielona 20 g ,	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 350 g (<u>SEL, GLU JĘCZ,</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>), Cukinia pieczona z olejem * 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE,</u>), Sałatka z pomidora i sałaty lodowej b/skórki 100 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2013.99 kcal; Białko ogółem: 82.93 g; Tłuszcz: 54.73 g; Kw. tł. nasy.: 11.27 g; Węglowodany ogółem: 309.97 g; W tym cukry: 46.11 g; Błonnik pok.: 27.14 g; Sól: 4.89 g; WW: 28.24 Por; : 16.47 %; : 61.56 %; Ener. z T: 24.46 %; Ener. z Bł.: 2.69 %; K: 4420.73 mg;

czwartek 2026-02-19 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 , 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 , Szyńka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</u>), Sałatka jarzynowa - dieta (*) 150 g (<u>MLE, SEL.</u>), Sałata zielona 20 g ,	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 350 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>), Cukinia pieczona z olejem * 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>), Sałatka z pomidora i sałaty lodowej b/skórki 100 g ,
--	--	---

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2013.99 kcal; Białko ogółem: 82.93 g; Tłuszcz: 54.73 g; Kw. tł. nasy.: 11.27 g; Węglowodany ogółem: 309.97 g; W tym cukry: 46.11 g; Błonnik pok.: 27.14 g; Sól: 4.89 g; WW: 28.24 Por; : 16.47 %; : 61.56 %; Ener. z T: 24.46 %; Ener. z Bł.: 2.69 %; K: 4420.73 mg;

czwartek 2026-02-19 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 , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g , Sałatka jarzynowa z olejem () 150 g (<u>SEL.</u>), Sałata zielona 20 g ,	Ziemniaczana *(bez mleka) () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 350 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>), Cukinia pieczona z olejem * 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>), Sałatka z pomidora i sałaty lodowej b/skórki 100 g ,
II Śniadanie: Smoothie szpinak, jabłko 150 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1993.02 kcal; Białko ogółem: 68.5 g; Tłuszcz: 58.71 g; Kw. tł. nasy.: 9.99 g; Węglowodany ogółem: 314.29 g; W tym cukry: 27.84 g; Błonnik pok.: 34.57 g; Sól: 7.48 g; WW: 27.91 Por; : 13.75 %; : 63.08 %; Ener. z T: 26.51 %; Ener. z Bł.: 3.47 %; K: 3942.88 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2026-02-20 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Kasza manna na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>), Miód (25g) 1 szt , Jabłko 150 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Szpinakowa z zacierką * 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Kotlet z ryby (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u>), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g , Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 50 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona 20 g , Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JĘCZ</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2046.42 kcal; Białko ogółem: 88.82 g; Tłuszcz: 49.94 g; Kw. tł. nasy.: 10.23 g; Węglowodany ogółem: 323.6 g; W tym cukry: 60.72 g; Błonnik pok.: 28.13 g; Sól: 6.45 g; WW: 29.51 Por; : 17.36 %; : 63.25 %; Ener. z T: 21.96 %; Ener. z Bł.: 2.75 %; K: 4008.91 mg;

piątek 2026-02-20 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>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 100 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	Szpinakowa z zacierką * 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba pieczona w ziołach (Morszczuk) 100 g (<u>RYB</u>), Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u>), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g , Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL</u>), Kompot owocowy* b/c	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JĘCZ</u>), Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ</u>), Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 50 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Chleb Graham 25 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek z natką pietruszki 25 g (<u>MLE</u>), Sałata zielona 10 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2085.08 kcal; Białko ogółem: 120.35 g; Tłuszcz: 59.22 g; Kw. tł. nasy.: 14.39 g; Węglowodany ogółem: 283.33 g; W tym cukry: 49.11 g; Błonnik pok.: 30.79 g; Sól: 6.72 g; WW: 25.34 Por; : 23.09 %; : 54.35 %; Ener. z T: 25.56 %; Ener. z Bł.: 2.95 %; K: 4847.9 mg;

piątek 2026-02-20 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Kasza manna na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</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 pieczone 1szt. 1 szt , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Szpinakowa z zacierką * 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba pieczona w ziołach (Morszczuk) 100 g (<u>RYB</u>), Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u>), Bukiet jarzyn oprószany z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JĘCZ</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 50 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona 20 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2104.66 kcal; Białko ogółem: 104.32 g; Tłuszcz: 48.74 g; Kw. tł. nasy.: 10.18 g; Węglowodany ogółem: 322.04 g; W tym cukry: 58.44 g; Błonnik pok.: 19.38 g; Sól: 5.69 g; WW: 30.25 Por; : 19.83 %; : 61.2 %; Ener. z T: 20.84 %; Ener. z Bł.: 1.84 %; K: 3968.53 mg;

piątek 2026-02-20 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
Kasza manna na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</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 pieczone 1szt. 1 szt , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Szpinakowa z zacierką * 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba pieczona w ziołach (Morszczuk) 100 g (<u>RYB</u>), Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u>), Bukiet jarzyn oprószany z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona 20 g ,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1986.9 kcal; Białko ogółem: 95.65 g; Tłuszcz: 43.93 g; Kw. tł. nasy.: 8.6 g; Węglowodany ogółem: 312.04 g; W tym cukry: 51.78 g; Błonnik pok.: 19.34 g; Sól: 5.78 g; WW: 29.29 Por; : 19.26 %; : 62.82 %; Ener. z T: 19.9 %; Ener. z Bł.: 1.95 %; K: 3646.49 mg;

piątek 2026-02-20		Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna
Kasza manna na wywarze jarzynowym* 400 ml (GLU PSZ, SEL₊), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ₊), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Filet z kurczaka gotowany 50 g, Miód (25g) 1 szt, Jabłko pieczone 1szt. 1 szt, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Szpinakowa z zacierką *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL₊), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Ryba pieczona w ziołach (Morszczuk) 100 g (RYB₊), Sos cytrynowy (bez mleka) 100 ml (GLU PSZ₊), Bukiet jarzyn oprószany 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, Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ₊), Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ₊), Sałata zielona 20 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1921.53 kcal; Białko ogółem: 93.4 g; Tłuszcz: 46.48 g; Kw. tł. nasy.: 8.48 g; Węglowodany ogółem: 291.94 g; W tym cukry: 33.76 g; Błonnik pok.: 20.29 g; Sól: 5.22 g; WW: 27.12 Por; : 19.44 %; : 60.77 %; Ener. z T: 21.77 %; Ener. z Bł.: 2.11 %; K: 3362.87 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2026-02-21 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 Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Parówki drobiowo-wieprz (homogenizowane, wędz., parz w osłonce niejadalnej) 80 g (<u>SOJ.</u>), Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Koperkowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Bigos z kapusty białej 300 g (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z soczewicy czerwonej 80 g , Mix sałat 20 g , Rzodkiew biała 80 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2097.08 kcal; Białko ogółem: 79.01 g; Tłuszcz: 70.35 g; Kw. tł. nasy.: 19.52 g; Węglowodany ogółem: 302.01 g; W tym cukry: 49.75 g; Błonnik pok.: 30.23 g; Sól: 7.82 g; WW: 27.32 Por; : 15.07 %; : 57.61 %; Ener. z T: 30.19 %; Ener. z Bł.: 2.88 %; K: 4488.21 mg;

sobota 2026-02-21 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 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>), Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Koperkowa z ryżem brązowym * 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Gulasz wieprzowy z warzywami* 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Surówka z marchwi i jabłka b/c () 150 g (<u>MLE.</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>), Chleb Graham 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 soczewicy czerwonej 80 g , Mix sałat 20 g , Rzodkiew biała 80 g ,
II Śniadanie: Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),	Podwieczorek: Budyń o smaku śmietankowym z chipsami kokosowymi b/c 150 ml (<u>MLE, SOJ.</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2257.96 kcal; Białko ogółem: 117.82 g; Tłuszcz: 58.73 g; Kw. tł. nasy.: 15.31 g; Węglowodany ogółem: 335.71 g; W tym cukry: 61.28 g; Błonnik pok.: 42.09 g; Sól: 7.58 g; WW: 29.58 Por; : 20.87 %; : 59.47 %; Ener. z T: 23.41 %; Ener. z Bł.: 3.73 %; K: 5402.68 mg;

sobota 2026-02-21 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 , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Koperkowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Gulasz wieprzowy z warzywami* 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Surówka z marchwi i jabłka b/c () 150 g (<u>MLE.</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	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>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 50 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>), Mix sałat 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1839.59 kcal; Białko ogółem: 84.34 g; Tłuszcz: 42.88 g; Kw. tł. nasy.: 10.97 g; Węglowodany ogółem: 291.36 g; W tym cukry: 48.71 g; Błonnik pok.: 24.5 g; Sól: 7.71 g; WW: 26.75 Por; : 18.34 %; : 63.35 %; Ener. z T: 20.98 %; Ener. z Bł.: 2.66 %; K: 4169.44 mg;

sobota 2026-02-21 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU JĘCZ.</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (<u>SOJ</u> , <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Koperkowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Gulasz wieprzowy z warzywami* 200 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL.</u>), Marchew gotowana z olejem* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 50 g (<u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>), Mix sałat 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,
--	--	---

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1776.17 kcal; Białko ogółem: 79.15 g; Tłuszcz: 44.59 g; Kw. tł. nasy.: 10.12 g; Węglowodany ogółem: 276.07 g; W tym cukry: 40.92 g; Błonnik pok.: 23.21 g; Sól: 7.51 g; WW: 25.43 Por; : 17.82 %; : 62.17 %; Ener. z T: 22.6 %; Ener. z Bł.: 2.61 %; K: 3818.74 mg;

sobota 2026-02-21 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 , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 50 g , Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Koperkowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Gulasz wieprzowy z warzywami* 200 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL.</u>), Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 50 g , Mix sałat 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1756.82 kcal; Białko ogółem: 80.04 g; Tłuszcz: 48.74 g; Kw. tł. nasy.: 11.48 g; Węglowodany ogółem: 261.44 g; W tym cukry: 25.53 g; Błonnik pok.: 25.73 g; Sól: 4.57 g; WW: 23.61 Por; : 18.22 %; : 59.53 %; Ener. z T: 24.97 %; Ener. z Bł.: 2.93 %; K: 3828.97 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2026-02-22 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₁</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Ser żółty 50 g (<u>MLE₁</u>), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g ,	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g , Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g , Brokuł gotowany* 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₁</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR₁</u>), Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE₁</u>), Pomidor 90 g , Rukola 10 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2091.72 kcal; Białko ogółem: 114.9 g; Tłuszcz: 70.69 g; Kw. tł. nasy.: 23.22 g; Węglowodany ogółem: 263.01 g; W tym cukry: 36.47 g; Błonnik pok.: 24.77 g; Sól: 7.68 g; WW: 23.84 Por; : 21.97 %; : 50.3 %; Ener. z T: 30.41 %; Ener. z Bł.: 2.37 %; K: 4315.06 mg;

niedziela 2026-02-22 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Ryż pełnoziarnisty na mleku/p 400 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek 80 g (<u>MLE₁</u>), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g ,	Rosół z makaronem pełnoziarnistym* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g , Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () b/c 100 g , Brokuł gotowany* 100 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR₁</u>), Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE₁</u>), Pomidor 90 g , Rukola 10 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny z płatkami owsianymi 150 g (<u>MLE, GLU OW₁</u>),	Podwieczorek: Sałatka jarzynowa () 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR₁</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2256.37 kcal; Białko ogółem: 128.34 g; Tłuszcz: 72.65 g; Kw. tł. nasy.: 18.67 g; Węglowodany ogółem: 287.06 g; W tym cukry: 44.3 g; Błonnik pok.: 35.68 g; Sól: 7.09 g; WW: 25.16 Por; : 22.75 %; : 50.89 %; Ener. z T: 28.98 %; Ener. z Bł.: 3.16 %; K: 5489.75 mg;

niedziela 2026-02-22 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 80 g (<u>MLE₁</u>), Jabłko 1 szt 1 szt ,	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g , Brokuł gotowany* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR₁</u>), Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE₁</u>), Pomidor b/skórki 90 g , Rukola 10 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2057.29 kcal; Białko ogółem: 112.08 g; Tłuszcz: 52.46 g; Kw. tł. nasy.: 14.1 g; Węglowodany ogółem: 294.49 g; W tym cukry: 51.02 g; Błonnik pok.: 19.54 g; Sól: 5.71 g; WW: 27.49 Por; : 21.79 %; : 57.26 %; Ener. z T: 22.95 %; Ener. z Bł.: 1.9 %; K: 4248.7 mg;

niedziela 2026-02-22 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 80 g (<u>MLE₁</u>), Jabłko 1 szt 1 szt ,	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g , Brokuł gotowany* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR₁</u>), Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE₁</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2058.03 kcal; Białko ogółem: 112.22 g; Tłuszcz: 52.47 g; Kw. tł. nasy.: 14.11 g; Węglowodany ogółem: 294.55 g; W tym cukry: 50.9 g; Błonnik pok.: 19.66 g; Sól: 5.71 g; WW: 27.49 Por; : 21.81 %; : 57.25 %; Ener. z T: 22.95 %; Ener. z Bł.: 1.91 %; K: 4242.08 mg;

niedziela 2026-02-22		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 , Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ</u>), Jabłko 1 szt 1 szt ,	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g , Brokuł gotowany* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g , Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1873 kcal; Białko ogółem: 97.17 g; Tłuszcz: 50.17 g; Kw. tł. nasy.: 13.03 g; Węglowodany ogółem: 268.42 g; W tym cukry: 33.42 g; Błonnik pok.: 20.59 g; Sól: 6.74 g; WW: 24.73 Por; : 20.75 %; : 57.32 %; Ener. z T: 24.11 %; Ener. z Bł.: 2.2 %; K: 3623.01 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2026-02-23 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 , Szyunka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (<u>SOJ,</u>), Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Kapuśniak z kapusty kiszzonej (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR,</u>), Ryż brązowy z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g , Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE,</u>), Mandarynka 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu i papryki 80 g (<u>MLE,</u>), Sałatka z pomidorów i koperku 90 g , Rukola 10 g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1781.31 kcal; Białko ogółem: 66.9 g; Tłuszcz: 40.72 g; Kw. tł. nasy.: 10.34 g; Węglowodany ogółem: 299.37 g; W tym cukry: 65.15 g; Błonnik pok.: 31.55 g; Sól: 6.23 g; WW: 26.8 Por; : 15.02 %; : 67.23 %; Ener. z T: 20.57 %; Ener. z Bł.: 3.54 %; K: 3483.16 mg;		
poniedziałek 2026-02-23 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 , Szyunka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (<u>SOJ,</u>), Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Wielowarzywna z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ryż brązowy z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g , Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE,</u>), Mandarynka 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 twarogu i papryki 80 g (<u>MLE,</u>), Sałatka z pomidorów i koperku 90 g , Rukola 10 g ,
II Śniadanie: Chleb Graham 25 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 0.50 szt (<u>JAJ,</u>), Sałata zielona 10 g ,	Podwieczorek: Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g ,	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1872.34 kcal; Białko ogółem: 76 g; Tłuszcz: 44.89 g; Kw. tł. nasy.: 10.84 g; Węglowodany ogółem: 307.5 g; W tym cukry: 64.97 g; Błonnik pok.: 38.15 g; Sól: 5.68 g; WW: 26.99 Por; : 16.24 %; : 65.69 %; Ener. z T: 21.58 %; Ener. z Bł.: 4.07 %; K: 4024.18 mg;		
poniedziałek 2026-02-23 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 , Szyunka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (<u>SOJ,</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Wielowarzywna z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g , Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE,</u>), Mandarynka 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 , Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>), Sałatka z pomidorów i koperku 90 g , Rukola 10 g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1783.87 kcal; Białko ogółem: 70.67 g; Tłuszcz: 32.04 g; Kw. tł. nasy.: 8.47 g; Węglowodany ogółem: 314.61 g; W tym cukry: 65.99 g; Błonnik pok.: 20.24 g; Sól: 4.59 g; WW: 29.51 Por; : 15.85 %; : 70.55 %; Ener. z T: 16.17 %; Ener. z Bł.: 2.27 %; K: 3292.03 mg;		
poniedziałek 2026-02-23 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 100 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>), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Wielowarzywna z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g , Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE.</u>), Banan 1szt. 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 , Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>), Sałatka z pomidorów i koperku 80 g , Sałata zielona 20 g ,
---	---	---

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1934.37 kcal; Białko ogółem: 71.92 g; Tłuszcz: 32.05 g; Kw. tł. nasy.: 8.65 g; Węglowodany ogółem: 351.36 g; W tym cukry: 96.96 g; Błonnik pok.: 20.89 g; Sól: 4.59 g; WW: 33.19 Por; : 14.87 %; : 72.66 %; Ener. z T: 14.91 %; Ener. z Bł.: 2.16 %; K: 3792.44 mg;

poniedziałek 2026-02-23 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 , Schab gotowany 50 g , Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Wielowarzywna z ziemniakami *(bez mleka) () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Ryż na sypko 200 g , Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Sos majerankowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Marchew gotowana z olejem* 150 g , Mandarynka 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 , Szyunka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (<u>SOJ.</u>), Sałatka z pomidorów i koperku 80 g , Sałata zielona 20 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1913.89 kcal; Białko ogółem: 80.83 g; Tłuszcz: 43.86 g; Kw. tł. nasy.: 8.48 g; Węglowodany ogółem: 312.97 g; W tym cukry: 46.75 g; Błonnik pok.: 25.79 g; Sól: 5.17 g; WW: 28.84 Por; : 16.89 %; : 65.41 %; Ener. z T: 20.62 %; Ener. z Bł.: 2.7 %; K: 3397.57 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2026-02-24 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Makaron na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (<u>SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR,</u>), Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), kasza pęczak/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ,</u>), Pieczeń rzymska drobiowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>), Sos chrzanowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, S02,</u>), Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 100 g (<u>MLE,</u>), Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 80 g (<u>RYB, SEL,</u>), Ogórek kiszony 80 g , Mix sałat 20 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2224.64 kcal; Białko ogółem: 99.86 g; Tłuszcz: 62.03 g; Kw. tł. nasy.: 12.75 g; Węglowodany ogółem: 324.24 g; W tym cukry: 43.96 g; Błonnik pok.: 39.02 g; Sól: 8.34 g; WW: 28.57 Por; : 17.95 %; : 58.3 %; Ener. z T: 25.1 %; Ener. z Bł.: 3.51 %; K: 3815.57 mg;

wtorek 2026-02-24 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 , Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (<u>SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR,</u>), Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), kasza pęczak/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ,</u>), Pieczeń rzymska drobiowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>), Sos chrzanowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, S02,</u>), Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 100 g (<u>MLE,</u>), Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Ogórek kiszony 80 g , Mix sałat 20 g , Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL,</u>),
II Śniadanie: Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: Jabłko 1 szt 1 szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2242.8 kcal; Białko ogółem: 111.06 g; Tłuszcz: 50.05 g; Kw. tł. nasy.: 11.01 g; Węglowodany ogółem: 348.93 g; W tym cukry: 60.4 g; Błonnik pok.: 50.79 g; Sól: 8.45 g; WW: 29.97 Por; : 19.81 %; : 62.23 %; Ener. z T: 20.09 %; Ener. z Bł.: 4.53 %; K: 4446.25 mg;

wtorek 2026-02-24 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Makaron na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (<u>SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR,</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Solferino * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ,</u>), Pieczeń rzymska drobiowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>), Sos ziołowy 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Marchew oprószana z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL,</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1978.03 kcal; Białko ogółem: 89.43 g; Tłuszcz: 41.51 g; Kw. tł. nasy.: 8.45 g; Węglowodany ogółem: 323.72 g; W tym cukry: 50.32 g; Błonnik pok.: 23.8 g; Sól: 6.04 g; WW: 30.13 Por; : 18.08 %; : 65.46 %; Ener. z T: 18.89 %; Ener. z Bł.: 2.41 %; K: 3683.04 mg;

wtorek 2026-02-24 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Makaron na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (<u>SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR,</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Solferino * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ,</u>), Pieczeń rzymaska drobiowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>), Sos ziołowy 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Marchew oprószana z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	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 , Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL,</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g ,
--	---	---

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1887.13 kcal; Białko ogółem: 84.29 g; Tłuszcz: 38.51 g; Kw. tł. nasy.: 6.66 g; Węglowodany ogółem: 313.21 g; W tym cukry: 42.97 g; Błonnik pok.: 23.8 g; Sól: 5.87 g; WW: 29.06 Por; : 17.87 %; : 66.39 %; Ener. z T: 18.36 %; Ener. z Bł.: 2.52 %; K: 3471.67 mg;

wtorek 2026-02-24 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
Makaron na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 50 g , Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Solferino (bez mleka)*() 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ,</u>), Pieczeń rzymaska drobiowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>), Sos ziołowy 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Marchew oprószana z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL,</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1845.04 kcal; Białko ogółem: 79.75 g; Tłuszcz: 40.2 g; Kw. tł. nasy.: 7.7 g; Węglowodany ogółem: 303.89 g; W tym cukry: 27.24 g; Błonnik pok.: 27.24 g; Sól: 6.02 g; WW: 27.78 Por; : 17.29 %; : 65.88 %; Ener. z T: 19.61 %; Ener. z Bł.: 2.95 %; K: 3091.41 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2026-02-25 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Ryż na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>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 wanilinowym 80 g (<u>MLE</u>), Jabłko 150 g ,	Grycikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Eskalopka z kurczaka 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g , Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki z olejem* 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 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 , Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 50 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR</u>), Sałatka jarzynowa (*) 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2079.68 kcal; Białko ogółem: 87.03 g; Tłuszcz: 59.93 g; Kw. tł. nasy.: 9.97 g; Węglowodany ogółem: 309.71 g; W tym cukry: 58.65 g; Błonnik pok.: 26.09 g; Sól: 8.41 g; WW: 28.35 Por; : 16.74 %; : 59.57 %; Ener. z T: 25.93 %; Ener. z Bł.: 2.51 %; K: 3980.86 mg;

środa 2026-02-25 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Ryż pełnoziarnisty na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE</u>), Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Grycikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g , Sos bazyliowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Fasolka szparagowa z wody* 100 g , Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem 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 , Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 50 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR</u>), Sałatka jarzynowa (*) 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR</u>),
II Śniadanie: Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Warzywa pieczone 100 g , Dip zielony 10 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2073.78 kcal; Białko ogółem: 103.78 g; Tłuszcz: 60.97 g; Kw. tł. nasy.: 12.76 g; Węglowodany ogółem: 292.43 g; W tym cukry: 46.82 g; Błonnik pok.: 31.85 g; Sól: 8.59 g; WW: 26.1 Por; : 20.02 %; : 56.4 %; Ener. z T: 26.46 %; Ener. z Bł.: 3.07 %; K: 4956.98 mg;

środa 2026-02-25 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Ryż na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo o smaku wanilinowym 80 g (<u>MLE</u>), Jabłko 150 g ,	Grycikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g , Sos bazyliowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki z olejem* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 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 , Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 50 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR</u>), Sałatka jarzynowa - dieta (*) 100 g (<u>MLE, SEL</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1991.59 kcal; Białko ogółem: 93.66 g; Tłuszcz: 41.41 g; Kw. tł. nasy.: 9.31 g; Węglowodany ogółem: 320.02 g; W tym cukry: 60.79 g; Błonnik pok.: 21.01 g; Sól: 6.47 g; WW: 29.89 Por; : 18.81 %; : 64.27 %; Ener. z T: 18.72 %; Ener. z Bł.: 2.11 %; K: 4213.96 mg;

środa 2026-02-25 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu	
---	--

Jadłospisy dla oddziałów

Ryż na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo o smaku wanilinowym 80 g (<u>MLE</u>), Jabłko 150 g ,	Grycikowa * 400 ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g , Sos bazyliowy* 100 ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>SEL</u>), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki z olejem* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 50 g (<u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: GLUPSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), Sałatka jarzynowa - dieta ()* 100 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>),
---	---	---

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1908.67 kcal; Białko ogółem: 88.52 g; Tłuszcz: 38.41 g; Kw. tł. nasy.: 7.52 g; Węglowodany ogółem: 311.51 g; W tym cukry: 55.44 g; Błonnik pok.: 21.01 g; Sól: 6.3 g; WW: 29.02 Por; : 18.55 %; : 65.28 %; Ener. z T: 18.11 %; Ener. z Bł.: 2.2 %; K: 4002.63 mg;

środa 2026-02-25 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
Ryż na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 50 g , Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Grycikowa * 400 ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g , Sos bazyliowy* 100 ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>SEL</u>), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki z olejem* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g , Sałatka jarzynowa z olejem* 100 g (<u>SEL</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1818.95 kcal; Białko ogółem: 82.38 g; Tłuszcz: 49.81 g; Kw. tł. nasy.: 9.16 g; Węglowodany ogółem: 268.74 g; W tym cukry: 23.4 g; Błonnik pok.: 20.22 g; Sól: 6.1 g; WW: 24.82 Por; : 18.12 %; : 59.1 %; Ener. z T: 24.65 %; Ener. z Bł.: 2.22 %; K: 3662.53 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2026-02-26 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka dębowa łopatka wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem wody i białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR</u>), Papryka świeża 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Łazanki z kapustą i mięs wp z łopatki 350 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR</u>), Brokuł gotowany* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z tofu i marchewki 50 g (<u>SOJ</u>), Serek a`la homogenizowany z ziołami 30 g (<u>MLE</u>), Roszponka 20 g , Pomidor 80 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1935.49 kcal; Białko ogółem: 83.92 g; Tłuszcz: 58.8 g; Kw. tł. nasy.: 14.36 g; Węglowodany ogółem: 280.26 g; W tym cukry: 53.04 g; Błonnik pok.: 27.49 g; Sól: 6.04 g; WW: 25.31 Por; : 17.34 %; : 57.92 %; Ener. z T: 27.34 %; Ener. z Bł.: 2.84 %; K: 3896.48 mg;

czwartek 2026-02-26 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka dębowa łopatka wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem wody i białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR</u>), Papryka świeża 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Makaron pełnoziarnisty z sosem mięsno-warzywnym, z miesa wieprzowego () 350 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 150 g (<u>SEL</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z tofu i marchewki 50 g (<u>SOJ</u>), Serek a`la homogenizowany z ziołami 30 g (<u>MLE</u>), Roszponka 20 g , Pomidor 80 g ,
II Śniadanie: Owsianka z jabłkiem i cynamonem 150 g (<u>MLE, GLU OW</u>),	Podwieczorek: Kefir 2% tł 150 ml (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2150.55 kcal; Białko ogółem: 98.64 g; Tłuszcz: 59.35 g; Kw. tł. nasy.: 14.38 g; Węglowodany ogółem: 320.93 g; W tym cukry: 60.53 g; Błonnik pok.: 41.18 g; Sól: 6.89 g; WW: 28.2 Por; : 18.35 %; : 59.69 %; Ener. z T: 24.84 %; Ener. z Bł.: 3.83 %; K: 4476.57 mg;

czwartek 2026-02-26 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 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka dębowa łopatka wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem wody i białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (<u>SEL</u>), Sałata zielona 20 g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z miesa wieprzowego () 350 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Brokuł gotowany* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z tofu i marchewki 50 g (<u>SOJ</u>), Serek a`la homogenizowany z ziołami 30 g (<u>MLE</u>), Roszponka 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1967.72 kcal; Białko ogółem: 81.85 g; Tłuszcz: 51.09 g; Kw. tł. nasy.: 10.91 g; Węglowodany ogółem: 305.47 g; W tym cukry: 47.26 g; Błonnik pok.: 23.95 g; Sól: 5.64 g; WW: 28.1 Por; : 16.64 %; : 62.1 %; Ener. z T: 23.37 %; Ener. z Bł.: 2.43 %; K: 3772.17 mg;

czwartek 2026-02-26 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka dębowa łopatka wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem wody i białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (<u>SEL</u>), Sałata zielona 20 g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z miesa wieprzowego () 350 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Brokuł gotowany* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z tofu i marchewki 50 g (<u>SOJ</u>), Serek a`la homogenizowany z ziołami 30 g (<u>MLE</u>), Roszponka 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,
--	--	---

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1967.72 kcal; Białko ogółem: 81.85 g; Tłuszcz: 51.09 g; Kw. tł. nasy.: 10.91 g;
Węglowodany ogółem: 305.47 g; W tym cukry: 47.26 g; Błonnik pok.: 23.95 g; Sól: 5.64 g; WW: 28.1 Por; : 16.64 %; : 62.1 %;
Ener. z T: 23.37 %; Ener. z Bł.: 2.43 %; K: 3772.17 mg;

czwartek 2026-02-26 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (<u>SOJ</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (<u>SEL</u>), Sałata zielona 20 g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z miesa wieprzowego () 350 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Brokuł gotowany* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z tofu i marchewki 60 g (<u>SOJ</u>), Roszponka 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1779.22 kcal; Białko ogółem: 64.35 g; Tłuszcz: 42.59 g; Kw. tł. nasy.: 8.06 g;
Węglowodany ogółem: 297.85 g; W tym cukry: 30.17 g; Błonnik pok.: 28.36 g; Sól: 6.35 g; WW: 26.91 Por; : 14.47 %; : 66.96
%; Ener. z T: 21.54 %; Ener. z Bł.: 3.19 %; K: 3103.21 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2026-02-27 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE,</u>), Dżem 25 g 1 szt , Jabłko 150 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>), Surówka żydowska z olejem b/c () 100 g , Warzywa po grecku * (bez cukru) 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z jaj z koperkiem -dieta 50 g (<u>JAJ, MLE,</u>), Szyunka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 30 g (<u>SOJ,</u>), Pomidor 100 g , Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2119.48 kcal; Białko ogółem: 98.6 g; Tłuszcz: 54.96 g; Kw. tł. nasy.: 9.66 g; Węglowodany ogółem: 320.55 g; W tym cukry: 67.78 g; Błonnik pok.: 26.96 g; Sól: 7.15 g; WW: 29.36 Por; : 18.61 %; : 60.5 %; Ener. z T: 23.34 %; Ener. z Bł.: 2.54 %; K: 4269.21 mg;

piątek 2026-02-27 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Makaron pełnoziarnisty na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE,</u>), Sałata zielona 20 g , Jabłko 150 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	Kalafiorowa z ryżem brązowym * 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Pulpet rybno-warzywny* 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,</u>), Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>), Surówka żydowska z olejem b/c () 100 g , Warzywa po grecku * (bez cukru) 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>), Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyunka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 30 g (<u>SOJ,</u>), Pasta z jaj z koperkiem -dieta 50 g (<u>JAJ, MLE,</u>), Pomidor 100 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: Chleb Graham 25 g (<u>GLU PSZ,</u>), Twarożek z natką pietruszki 30 g (<u>MLE,</u>), Sałata zielona 10 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2039.18 kcal; Białko ogółem: 104.88 g; Tłuszcz: 48.09 g; Kw. tł. nasy.: 11.35 g; Węglowodany ogółem: 311.57 g; W tym cukry: 61.29 g; Błonnik pok.: 36.17 g; Sól: 7.3 g; WW: 27.5 Por; : 20.57 %; : 61.12 %; Ener. z T: 21.23 %; Ener. z Bł.: 3.55 %; K: 4697.71 mg;

piątek 2026-02-27 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE,</u>), Dżem 25 g 1 szt , Jabłko 150 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Pulpet rybno-warzywny* 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,</u>), Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>), Warzywa po grecku * (bez cukru) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z jaj z koperkiem -dieta 50 g (<u>JAJ, MLE,</u>), Szyunka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 30 g (<u>SOJ,</u>), Pomidor b/skórki 100 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1986.32 kcal; Białko ogółem: 86.86 g; Tłuszcz: 39.01 g; Kw. tł. nasy.: 8.33 g; Węglowodany ogółem: 333.5 g; W tym cukry: 72.05 g; Błonnik pok.: 22.39 g; Sól: 5.49 g; WW: 31.1 Por; : 17.49 %; : 67.16 %; Ener. z T: 17.67 %; Ener. z Bł.: 2.25 %; K: 3864.42 mg;

piątek 2026-02-27 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE,</u>), Dżem 25 g 1 szt , Jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Pulpet rybno-warzywny* 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,</u>), Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>), Warzywa po grecku * (bez cukru) 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 , Szyunka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (<u>SOJ,</u>), Pomidor b/skórki 100 g ,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1868.83 kcal; Białko ogółem: 77.8 g; Tłuszcz: 34.39 g; Kw. tł. nasy.: 6.79 g; Węglowodany ogółem: 323.7 g; W tym cukry: 65.41 g; Błonnik pok.: 22.37 g; Sól: 5.56 g; WW: 30.16 Por; : 16.65 %; : 69.28 %; Ener. z T: 16.56 %; Ener. z Bł.: 2.39 %; K: 3546.52 mg;

piątek 2026-02-27 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
Zacierka na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>), Dżem 25 g 1 szt , Jabłko 150 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Kalafiorowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Pulpet rybno-warzywny* 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL.</u>), Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>), Warzywa po grecku * (bez cukru) 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 2 szt (<u>JAJ.</u>), Pomidor b/skórki 100 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1808.6 kcal; Białko ogółem: 71.69 g; Tłuszcz: 40.77 g; Kw. tł. nasy.: 9.28 g; Węglowodany ogółem: 300.02 g; W tym cukry: 49.35 g; Błonnik pok.: 23.3 g; Sól: 5.58 g; WW: 27.62 Por; : 15.85 %; : 66.35 %; Ener. z T: 20.29 %; Ener. z Bł.: 2.58 %; K: 2977.36 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2026-02-28 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>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 , Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>), Sałatka z pomidorów z olejem i natką pietr 100 g ,	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>), Potrawka drobiowa () 200 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Buraczki gotowane () b/c 100 g , Sałatka z dyni pieczonej z natką pietruszki i olejem* 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JECZ</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drobiu wieprz - dieta 150 g (<u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Sałata zielona 20 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1968.95 kcal; Białko ogółem: 94.25 g; Tłuszcz: 42.15 g; Kw. tł. nasy.: 7.94 g; Węglowodany ogółem: 318.21 g; W tym cukry: 58.8 g; Błonnik pok.: 34.23 g; Sól: 5.97 g; WW: 28.39 Por; : 19.15 %; : 64.65 %; Ener. z T: 19.27 %; Ener. z Bł.: 3.48 %; K: 4617.95 mg;

sobota 2026-02-28 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <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 , Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>), Sałatka z pomidorów z olejem i natką pietr 100 g ,	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>), Potrawka drobiowa () 200 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g , Sałatka z dyni pieczonej z natką pietruszki i olejem* 100 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drobiu wieprz - dieta 150 g (<u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Jabłko 150 g ,	Podwieczorek: Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2148.16 kcal; Białko ogółem: 108.98 g; Tłuszcz: 51.68 g; Kw. tł. nasy.: 8.49 g; Węglowodany ogółem: 334.01 g; W tym cukry: 61.37 g; Błonnik pok.: 45.82 g; Sól: 7.19 g; WW: 28.94 Por; : 20.29 %; : 62.19 %; Ener. z T: 21.65 %; Ener. z Bł.: 4.27 %; K: 4732.98 mg;

sobota 2026-02-28 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>), Sałatka z pomidorów z olejem i natką pietr b/skórki 100 g ,	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>), Potrawka drobiowa () 200 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Buraczki gotowane () b/c 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JECZ</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drobiu wieprz - dieta 150 g (<u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Sałata zielona 20 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1960.25 kcal; Białko ogółem: 91.3 g; Tłuszcz: 37.8 g; Kw. tł. nasy.: 7.59 g; Węglowodany ogółem: 328.6 g; W tym cukry: 59.12 g; Błonnik pok.: 31.02 g; Sól: 5.98 g; WW: 29.75 Por; : 18.63 %; : 67.05 %; Ener. z T: 17.35 %; Ener. z Bł.: 3.16 %; K: 4339 mg;

sobota 2026-02-28 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>), Sałatka z pomidorów z olejem i natką pietr b/skórki 100 g ,	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>), Potrawka drobiowa () 200 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Buraczki gotowane () b/c 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drobiu wieprz - dieta 150 g (<u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Sałata zielona 20 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1902.05 kcal; Białko ogółem: 86.91 g; Tłuszcz: 37.65 g; Kw. tł. nasy.: 7.49 g; Węglowodany ogółem: 318.72 g; W tym cukry: 53 g; Błonnik pok.: 31.02 g; Sól: 5.84 g; WW: 28.76 Por; : 18.28 %; : 67.03 %; Ener. z T: 17.81 %; Ener. z Bł.: 3.26 %; K: 4114.25 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2026-02-28		Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna
Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 400 ml (GLU PSZ, SEL₁), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT₁), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 50 g , Sałatka z pomidorów z olejem i natką pietr b/skórki 100 g ,	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)*() 400 ml (SEL₁), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ₁), Potrawka drobiowa () 200 g (GLU PSZ, SEL₁), Buraczki gotowane () b/c 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT₁), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz - dieta (bez mleka) 150 g (SOJ, SEL₁), Sałata zielona 20 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1978.21 kcal; Białko ogółem: 75.78 g; Tłuszcz: 51.65 g; Kw. tł. nasy.: 8.66 g; Węglowodany ogółem: 319.87 g; W tym cukry: 35.55 g; Błonnik pok.: 35.55 g; Sól: 6.48 g; WW: 28.42 Por; : 15.32 %; : 64.68 %; Ener. z T: 23.5 %; Ener. z Bł.: 3.59 %; K: 3747.53 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2026-03-01 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
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>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Ser żółty 50 g (<u>MLE,</u>), Papryka świeża 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Kotle schabowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>), Kapusta zasmażana () 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Kielbasa Krakowska wieprzowa parzona grubo rozdrobniona wędzona w osłonce niejadalnej 30 g (<u>GOR,</u>), Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE,</u>), Pomidor 90 g , Rukola 10 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2116.22 kcal; Białko ogółem: 99.54 g; Tłuszcz: 63.96 g; Kw. tł. nasy.: 19.04 g; Węglowodany ogółem: 298.02 g; W tym cukry: 42.82 g; Błonnik pok.: 25.67 g; Sól: 6.95 g; WW: 27.39 Por; : 18.81 %; : 56.33 %; Ener. z T: 27.2 %; Ener. z Bł.: 2.43 %; K: 3992.83 mg;

niedziela 2026-03-01 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kasza manna 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 , Ser żółty 50 g (<u>MLE,</u>), Papryka świeża 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Schab gotowany 100 g , Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g , Bukiet warzyw gotowanych królewski* 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 , Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ,</u>), Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE,</u>), Pomidor 90 g , Rukola 10 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny z musem truskawkowym 150 g (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: Sałatka jarzynowa () 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2140.31 kcal; Białko ogółem: 119.57 g; Tłuszcz: 60.82 g; Kw. tł. nasy.: 20.86 g; Węglowodany ogółem: 294.27 g; W tym cukry: 50.93 g; Błonnik pok.: 33.18 g; Sól: 7.25 g; WW: 26.29 Por; : 22.35 %; : 55 %; Ener. z T: 25.57 %; Ener. z Bł.: 3.1 %; K: 5233.34 mg;

niedziela 2026-03-01 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Kasza manna na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>), Warzywa pieczone (buraki, pietruszka, cukinia) 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Schab gotowany 100 g , Sos własny () 100 ml (<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 , Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ,</u>), Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE,</u>), Pomidor b/skórki 90 g , Rukola 10 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1944.62 kcal; Białko ogółem: 110.14 g; Tłuszcz: 42.44 g; Kw. tł. nasy.: 10.37 g; Węglowodany ogółem: 287.29 g; W tym cukry: 41.66 g; Błonnik pok.: 15.85 g; Sól: 5.07 g; WW: 27.27 Por; : 22.66 %; : 59.1 %; Ener. z T: 19.64 %; Ener. z Bł.: 1.63 %; K: 3996 mg;

niedziela 2026-03-01 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
Kasza manna na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>), Warzywa pieczone (buraki, pietruszka, cukinia) 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Schab gotowany 100 g , Sos własny () 100 ml (<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 , Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ,</u>), Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE,</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1945.36 kcal; Białko ogółem: 110.29 g; Tłuszcz: 42.45 g; Kw. tł. nasy.: 10.37 g; Węglowodany ogółem: 287.36 g; W tym cukry: 41.54 g; Błonnik pok.: 15.97 g; Sól: 5.07 g; WW: 27.27 Por; : 22.68 %; : 59.09 %; Ener. z T: 19.64 %; Ener. z Bł.: 1.64 %; K: 3989.37 mg;

niedziela 2026-03-01		Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna
Kasza manna na wywarze jarzynowym* 400 ml (GLU PSZ, SEL.), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Schab gotowany 50 g , Warzywa pieczone (buraki, pietruszka, cukinia) 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Schab gotowany 100 g , Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ.), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1786.97 kcal; Białko ogółem: 97.48 g; Tłuszcz: 39.84 g; Kw. tł. nasy.: 9.2 g; Węglowodany ogółem: 266.39 g; W tym cukry: 22.37 g; Błonnik pok.: 16.83 g; Sól: 5.2 g; WW: 25.06 Por; : 21.82 %; : 59.63 %; Ener. z T: 20.07 %; Ener. z Bł.: 1.88 %; K: 3613.83 mg;