

### Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2023-11-13</b> <b>Jadłospis dla diety: PUŁ- Podstawowa/Normalna</b>		
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> ), Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g ( <u>SOJ.</u> ), Pomidor 80 g , Roszponka 20 g ,	Brokułowa z ryżem * 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ), Ziemniaki z koperkiem () 200 g , Gulasz warzywny z ciecierzycą * 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ), Surówka z marchwi () 150 g ( <u>MLE.</u> ), Gruszka 1szt. 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 smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Pasta z makreli wędzonej z warzywami* 80 g ( <u>RYB, SEL.</u> ), Sałata zielona 20 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

**Wartości odżywcze:** E: 2060.56 kcal; B: 72.53 g; T: 55.6 g; Kw. tł. nasy.: 12.72 g; W: 335.99 g; W tym cukry: 83.84 g; Bł.: 36.02 g; Sól: 11.84 g; WW: 30.03 Por; Ener. z B: 14.08 %; Ener. z W: 58.23 %; Ener. z T: 24.29 %; Ener. z Bł.: 3.5 %; K: 4323.29 mg;

<b>poniedziałek 2023-11-13</b> <b>Jadłospis dla diety: PUŁ- Cukrzycowa</b>		
Płatki 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 smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g ( <u>SOJ.</u> ), Pomidor 80 g , Roszponka 20 g ,	Brokułowa z ryżem * 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ), Ziemniaki z koperkiem () 200 g , Gulasz warzywny z ciecierzycą * 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ), Surówka z marchwi b/c () 150 g ( <u>MLE.</u> ), Gruszka 1szt. 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 smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Pasta z makreli wędzonej z warzywami* 80 g ( <u>RYB, SEL.</u> ), Sałata zielona 20 g
<b>II Śniadanie:</b> Smoothie (jabłko, pomarańcza, szpinak) 200 g ,	<b>Podwieczorek:</b> Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ),	<b>Posiłek nocny:</b> Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

**Wartości odżywcze:** E: 2063.29 kcal; B: 81.65 g; T: 59.41 g; Kw. tł. nasy.: 13.06 g; W: 322.11 g; W tym cukry: 60.5 g; Bł.: 41.45 g; Sól: 11.72 g; WW: 28.08 Por; Ener. z B: 15.83 %; Ener. z W: 54.41 %; Ener. z T: 25.91 %; Ener. z Bł.: 4.02 %; K: 4865.32 mg;

<b>poniedziałek 2023-11-13</b> <b>Jadłospis dla diety: PUŁ- Łatwo strawna</b>		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml ( <u>MLE, GLU JĘCZ.</u> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 2 szt , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g ( <u>SOJ.</u> ), Pomidor 80 g , Roszponka 20 g ,	Brokułowa z ryżem * 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ), Ziemniaki z koperkiem () 200 g , Gulasz warzywny dieta* 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ), Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ), Surówka z marchwi () drobno tarta 150 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 smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 80 g ( <u>RYB, SEL.</u> ), Sałata zielona 20 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

**Wartości odżywcze:** E: 2225.41 kcal; B: 76.58 g; T: 53.45 g; Kw. tł. nasy.: 11.62 g; W: 377.46 g; W tym cukry: 110.52 g; Bł.: 31.68 g; Sól: 9.21 g; WW: 34.69 Por; Ener. z B: 13.76 %; Ener. z W: 62.15 %; Ener. z T: 21.62 %; Ener. z Bł.: 2.85 %; K: 5247.54 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2023-11-13		Jadłospis dla diety: PUŁ- Bezmleczna
Płatki jęczminne na wywarze jarzynowym 400 ml ( <b>SEL</b> , <b>GLU JĘCZ</b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 2 szt, Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 50 g ( <b>SOJ</b> ), Pomidor 80 g, Roszponka 20 g,	Brokułowa z ryżem (bez mleka) * 400 ml ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki z koperkiem () 200 g, Gulasz warzywny dieta* 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ), Surówka z marchwi () drobno tarta (z olejem) 150 g, Banan 1szt. 1 szt, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt, Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 80 g ( <b>RYB, SEL</b> ), Salata zielona 20 g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml,

**Wartości odżywcze:** E: 2064.79 kcal; B: 59.24 g; T: 54.17 g; Kw. tł. nasy.: 10.38 g; W: 352.49 g; W tym cukry: 93.64 g; Bł.: 32.62 g; Sól: 8.68 g; WW: 32.09 Por; Ener. z B: 11.48 %; Ener. z W: 61.97 %; Ener. z T: 23.61 %; Ener. z Bł.: 3.16 %; K: 4480.88 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny

wtorek 2023-11-14 Jadłospis dla diety: PUŁ- Podstawowa/Normalna		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> ), Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Szyнка z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g ( <u>SOJ</u> ), Sałata zielona 20 g , Talarki z marchewki 80 g ,	Pieczarkowa z ziemniakami * () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Makaron pełnoziarnisty 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Szyнка wieprzowa pieczona 80 g , Sos szpinakowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ</u> ), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g , Dynia duszona z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Galaretka drobiowa z udźca kurczaka* 150 g ( <u>SEL</u> ), Sałatka z pomidora i ogórka z cebulą 80 g , Cytryna 20 g ,
		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt , Mieszanka studencka 30 g ( <u>OZI, ORZ</u> ),

**Wartości odżywcze:** E: 2173.17 kcal; B: 100.07 g; T: 50.12 g; Kw. tł. nasy.: 9.12 g; W: 341.98 g; W tym cukry: 78.34 g; Bł.: 34.68 g; Sól: 7.04 g; WW: 30.77 Por; Ener. z B: 18.42 %; Ener. z W: 56.56 %; Ener. z T: 20.76 %; Ener. z Bł.: 3.19 %; K: 4115.5 mg;

wtorek 2023-11-14 Jadłospis dla diety: PUŁ- Cukrzycowa		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> ), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Szyнка z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g ( <u>SOJ</u> ), Sałata zielona 20 g , Talarki z marchewki 80 g ,	Pieczarkowa z ziemniakami * () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Makaron pełnoziarnisty 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Szyнка wieprzowa gotowana 100 g , Sos szpinakowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ</u> ), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g , Dynia duszona z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Galaretka drobiowa z udźca kurczaka* 150 g ( <u>SEL</u> ), Sałatka z pomidora i ogórka z cebulą 80 g , Cytryna 20 g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: Warzywa pieczone 100 g , Dip ziołowy 10 g ( <u>MLE</u> ),	Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt , Mieszanka studencka 30 g ( <u>OZI, ORZ</u> ),

**Wartości odżywcze:** E: 2263.3 kcal; B: 114.27 g; T: 64.49 g; Kw. tł. nasy.: 11.57 g; W: 321.78 g; W tym cukry: 61.51 g; Bł.: 40.29 g; Sól: 6.97 g; WW: 28.16 Por; Ener. z B: 20.19 %; Ener. z W: 49.75 %; Ener. z T: 25.65 %; Ener. z Bł.: 3.56 %; K: 4894.59 mg;

wtorek 2023-11-14 Jadłospis dla diety: PUŁ- 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 smarownia (59% tł) 10g 2 szt , Szyнка z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g ( <u>SOJ</u> ), Sałata zielona 20 g , Talarki z marchewki 80 g ,	Solferino * () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Szyнка wieprzowa gotowana 100 g , Sos szpinakowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ</u> ), Dynia duszona z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <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 smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <u>SOJ</u> ), Sałatka z pomidora i sałaty lodowej 100 g ,
		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt ,

**Wartości odżywcze:** E: 2209.83 kcal; B: 96.51 g; T: 51.65 g; Kw. tł. nasy.: 10.77 g; W: 350.51 g; W tym cukry: 80.39 g; Bł.: 26.47 g; Sól: 7.29 g; WW: 32.38 Por; Ener. z B: 17.47 %; Ener. z W: 58.65 %; Ener. z T: 21.04 %; Ener. z Bł.: 2.4 %; K: 4001.88 mg;

wtorek 2023-11-14 Jadłospis dla diety: PUŁ- Bezmleczna		
--	--	--

### Jadłospisy dla oddziałów

Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 400 ml ( <u>SEL</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 smarownia (59% tł) 10g 2 szt , Szyńka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g ( <u>SOJ</u> ), Sałata zielona 20 g , Talarki z marchewki 80 g ,	Solferino (bez mleka)*() 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Szyńka wieprzowa gotowana 100 g , Sos szpinakowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ</u> ), Dynia duszona z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <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 smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <u>SOJ</u> ), Sałatka z pomidora i sałaty lodowej 100 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Jabłko pieczone 1szt. 1 szt ,

**Wartości odżywcze:** E: 2079.96 kcal; B: 84.58 g; T: 50.12 g; Kw. tł. nasy.: 10.38 g; W: 333.04 g; W tym cukry: 63.96 g; Bł.: 27.4 g; Sól: 6.91 g; WW: 30.53 Por; Ener. z B: 16.27 %; Ener. z W: 58.78 %; Ener. z T: 21.69 %; Ener. z Bł.: 2.64 %; K: 3432.71 mg;



### Jadłospisy dla oddziałów

Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 400 ml ( <b>SEL</b> , <b>GLU OW</b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 2 szt , Szyńka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ</b> ), Banan 1szt. 1 szt , Sałata zielona 20 g ,	Grycikowa * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ), Ziemniaki z koperkiem () 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ), Sos jarzynowy * 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ), Buraczki oprószane () 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt , Kompot owocowy z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 40 g ( <b>SOJ</b> ), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt ,

**Wartości odżywcze:** E: 2079.6 kcal; B: 66.81 g; T: 42.35 g; Kw. tł. nasy.: 10.3 g; W: 370.31 g; W tym cukry: 101.22 g; Bł.: 28.26 g; Sól: 6.08 g; WW: 34.21 Por; Ener. z B: 12.85 %; Ener. z W: 65.79 %; Ener. z T: 18.33 %; Ener. z Bł.: 2.72 %; K: 4179.26 mg;

### Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2023-11-16                      Jadłospis dla diety: PUŁ- Podstawowa/Normalna</b>		
Zacierka na mleku/p 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ,</u> ), Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Pasta z twarogu z koperkiem 80 g ( <u>MLE,</u> ), Pomidor 80 g , Roszponka 20 g ,	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u> ), Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 400 g ( <u>SEL,</u> ), Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ,</u> ), Surówka z selera i jabłka z olejem () 150 g ( <u>SEL,</u> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Tyrolska kielbasa wieprzowa drobno rozdrobniona 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ,</u> ), Sałatka jarzynowa z jajkiem () 150 g ( <u>JAJ, MLE, SEL, GOR,</u> ), Sałata zielona 20 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> E: 2442.9 kcal; B: 98.69 g; T: 63.71 g; Kw. tł. nasy.: 15.73 g; W: 386.56 g; W tym cukry: 70.83 g; Bł.: 38.57 g; Sól: 6.74 g; WW: 34.91 Por; Ener. z B: 16.16 %; Ener. z W: 56.98 %; Ener. z T: 23.47 %; Ener. z Bł.: 3.16 %; K: 4709 mg;		
<b>czwartek 2023-11-16                      Jadłospis dla diety: PUŁ- Cukrzycowa</b>		
Zacierka na mleku/p 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, 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 smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Pasta z twarogu z koperkiem 80 g ( <u>MLE,</u> ), Pomidor 80 g , Roszponka 20 g ,	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u> ), Risotto (ryż brązowy) z mięsem wieprz i warzywami* 400 g ( <u>SEL,</u> ), Sos pomidorowy 80 ml ( <u>GLU PSZ,</u> ), Kompot owocowy* b/c 250 ml , Surówka z selera i jabłka z olejem () b/c 130 g ( <u>SEL,</u> ),	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Tyrolska kielbasa wieprzowa drobno rozdrobniona 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ,</u> ), Sałatka jarzynowa z jajkiem () 150 g ( <u>JAJ, MLE, SEL, GOR,</u> ), Sałata zielona 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> Maślanka 150 ml ( <u>MLE,</u> ),	<b>Podwieczorek:</b> Koktajl z jagód * b/c 250 g ( <u>MLE,</u> ),	<b>Posiłek nocny:</b> Pomarańcza 250g 1 szt ,
<b>Wartości odżywcze:</b> E: 2444.16 kcal; B: 112.92 g; T: 65.56 g; Kw. tł. nasy.: 18.55 g; W: 376.9 g; W tym cukry: 84.12 g; Bł.: 52.28 g; Sól: 6.48 g; WW: 32.48 Por; Ener. z B: 18.48 %; Ener. z W: 53.13 %; Ener. z T: 24.14 %; Ener. z Bł.: 4.28 %; K: 6116.27 mg;		
<b>czwartek 2023-11-16                      Jadłospis dla diety: PUŁ- Łatwo strawna</b>		
Zacierka na mleku/p 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ,</u> ), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 2 szt , Pasta z twarogu z koperkiem 80 g ( <u>MLE,</u> ), Pomidor 80 g , Roszponka 20 g ,	Ziemniaczana * () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 400 g ( <u>SEL,</u> ), Sos pomidorowy 80 ml ( <u>GLU PSZ,</u> ), Seler z pietruszką gotowany z olejem () 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Tyrolska kielbasa wieprzowa drobno rozdrobniona 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ,</u> ), Sałatka jarzynowa z jajkiem- diety () 150 g ( <u>JAJ, MLE, SEL,</u> ), Sałata zielona 20 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> E: 2499.86 kcal; B: 100.77 g; T: 62.21 g; Kw. tł. nasy.: 14.78 g; W: 399.83 g; W tym cukry: 71.05 g; Bł.: 33.01 g; Sól: 6.12 g; WW: 36.71 Por; Ener. z B: 16.12 %; Ener. z W: 58.69 %; Ener. z T: 22.4 %; Ener. z Bł.: 2.64 %; K: 4759.47 mg;		
<b>czwartek 2023-11-16                      Jadłospis dla diety: PUŁ- Bezmleczna</b>		

### Jadłospisy dla oddziałów

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 smarownia (59% tł) 10g 2 szt , Szyńka zielonogórska- wp. parzona 50 g ( <u>SOJ.</u> ), Pomidor 80 g , Roszponka 20 g , Zacierka na wywarze jarzynowym 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u> ),	Ziemniaczana *(bez mleka) () 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ), Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 400 g ( <u>SEL.</u> ), Sos pomidorowy 80 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ), Seler z pietruszką gotowany z olejem () 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Tyrolska kielbasa wieprzowa drobno rozdrobniona 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> ), Sałatka jarzynowa z jajkiem- diety () (bez mleka) 150 g ( <u>JAJ, SEL.</u> ), Sałata zielona 20 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ),

**Wartości odżywcze:** E: 2482.68 kcal; B: 80.68 g; T: 80.62 g; Kw. tł. nasy.: 14.09 g; W: 373.69 g; W tym cukry: 50.99 g; Bł.: 33.74 g; Sól: 6.57 g; WW: 34 Por; Ener. z B: 13 %; Ener. z W: 54.77 %; Ener. z T: 29.23 %; Ener. z Bł.: 2.72 %; K: 4038.87 mg;



### Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny

piątek 2023-11-17      Jadłospis dla diety: PUŁ- Podstawowa/Normalna		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, ŻYT, GLU JEĆZ, _</u> ), Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE, GLU PSZ, _</u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u> ), Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ, _</u> ), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Ser żółty 50 g ( <u>MLE, _</u> ), Miód (25g) 1 szt , Śliwka szt 2 szt ,	Dyniowa z makaronem* 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u> ), Ziemniaki z koperkiem () 200 g , Ryba smażona (Morszczuk) 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB, _</u> ), Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 100 g , Szpinak gotowany z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ, _</u> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u> ), Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ, _</u> ), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 80 g ( <u>JAJ, GOR, _</u> ), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Sok pomidorowy 250 ml ,

**Wartości odżywcze:** E: 2447.55 kcal; B: 100.62 g; T: 74.63 g; Kw. tł. nasy.: 20.36 g; W: 359.94 g; W tym cukry: 85.54 g; Bł.: 32.78 g; Sól: 8.69 g; WW: 32.77 Por; Ener. z B: 16.44 %; Ener. z W: 53.47 %; Ener. z T: 27.44 %; Ener. z Bł.: 2.68 %; K: 5102.1 mg;

piątek 2023-11-17      Jadłospis dla diety: PUŁ- Cukrzycowa		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ, _</u> ), Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU PSZ, _</u> ), Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ, _</u> ), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Ser żółty 50 g ( <u>MLE, _</u> ), Sałata zielona 20 g ,	Dyniowa z makaronem* 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u> ), Ziemniaki z koperkiem () 200 g , Ryba gotowana (Morszczuk) 70 g ( <u>RYB, _</u> ), Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () b/c 100 g , Szpinak gotowany z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ, _</u> ), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ, _</u> ), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 80 g ( <u>JAJ, GOR, _</u> ), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g ,
<b>II Śniadanie:</b> Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <u>MLE, _</u> ),	<b>Podwieczorek:</b> Śliwka szt 2 szt ,	<b>Posiłek nocny:</b> Sok pomidorowy 250 ml ,

**Wartości odżywcze:** E: 2115.14 kcal; B: 105.14 g; T: 63.54 g; Kw. tł. nasy.: 19.19 g; W: 299.49 g; W tym cukry: 60.13 g; Bł.: 34.59 g; Sól: 8.3 g; WW: 26.56 Por; Ener. z B: 19.88 %; Ener. z W: 50.1 %; Ener. z T: 27.04 %; Ener. z Bł.: 3.27 %; K: 5479.14 mg;

piątek 2023-11-17      Jadłospis dla diety: PUŁ- Łatwo strawna		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, ŻYT, GLU JEĆZ, _</u> ), Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE, GLU PSZ, _</u> ), Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ, _</u> ), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 2 szt , Twaróg półtłusty 50 g ( <u>MLE, _</u> ), Miód (25g) 1 szt , Jabłko 1 szt 1 szt ,	Dyniowa z makaronem* 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u> ), Ziemniaki z koperkiem () 200 g , Ryba gotowana (Morszczuk) 70 g ( <u>RYB, _</u> ), Szpinak gotowany z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ, _</u> ), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <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 smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <u>JAJ, MLE, _</u> ), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Sok pomidorowy 250 ml ,

**Wartości odżywcze:** E: 2237.53 kcal; B: 95.4 g; T: 52.37 g; Kw. tł. nasy.: 12 g; W: 360.06 g; W tym cukry: 90.47 g; Bł.: 27.95 g; Sól: 6.66 g; WW: 33.25 Por; Ener. z B: 17.05 %; Ener. z W: 59.37 %; Ener. z T: 21.06 %; Ener. z Bł.: 2.5 %; K: 5048.59 mg;

piątek 2023-11-17      Jadłospis dla diety: PUŁ- Bezmleczna		
---	--	--

### Jadłospisy dla oddziałów

Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 400 ml ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SEL</u> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> ), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 2 szt, Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g ( <u>SOJ</u> ), Miód (25g) 1 szt, Jabłko pieczone 1szt. 1 szt,	Dyniowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SEL</u> ), Ziemniaki z koperkiem () 200 g, Ryba gotowana (Morszczuk) 70 g ( <u>RYB</u> ), Szpinak gotowany z olejem* 100 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> ), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <u>SEL</u> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> ), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt, Pasta z jaj z koperkiem -dieta (bez mleka) 80 g ( <u>JAJ</u> ), Salatka z pomidorów i koperku b/skórki 100 g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Sok pomidorowy 250 ml,

**Wartości odżywcze:** E: 2014.93 kcal; B: 74.46 g; T: 49 g; Kw. tł. nasy.: 9.87 g; W: 332.63 g; W tym cukry: 65.48 g; Bł.: 28.88 g; Sól: 7.28 g;  
WW: 30.42 Por; Ener. z B: 14.78 %; Ener. z W: 60.3 %; Ener. z T: 21.89 %; Ener. z Bł.: 2.87 %; K: 4158.17 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2023-11-18</b> <b>Jadłospis dla diety: PUŁ- Podstawowa/Normalna</b>		
Ryż na mleku/p 400 ml ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> ), Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Parówki cieszynki-węd. wp. homog. wędz. parz 80 g ( <u>SOJ, SEL</u> ), Musztarda 15g saszetka 1 szt ( <u>GOR</u> ), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i słonecznikiem z olejem* 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Kasza bulgur 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Wątróbka wieprzowa duszona w sosie własnym 180 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Sałatka szwedzka z olejem 100 g ( <u>GOR</u> ), Fasolka szparagowa z wody* 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Serek wiejski ziarnisty 100 g ( <u>MLE</u> ), Szyunka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g ( <u>SOJ</u> ), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Mandarynki 2 szt ,
<b>Wartości odżywcze:</b> E: 2659.68 kcal; B: 117.66 g; T: 87.79 g; Kw. tł. nasy.: 18.78 g; W: 361.54 g; W tym cukry: 78.71 g; Bł.: 31.15 g; Sól: 10.92 g; WW: 33.12 Por; Ener. z B: 17.7 %; Ener. z W: 49.69 %; Ener. z T: 29.71 %; Ener. z Bł.: 2.34 %; K: 3920.9 mg;		
<b>sobota 2023-11-18</b> <b>Jadłospis dla diety: PUŁ- Cukrzycowa</b>		
Ryż na mleku/p 400 ml ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> ), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Szyunka Familijna wieprzowa, z dodatkiem wody i białka wp z połączonych kawałków mięsa 50 g ( <u>SOJ, MLE</u> ), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i słonecznikiem z olejem* 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Kasza bulgur 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Gulasz wieprzowy-dieta 180 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g ( <u>GOR</u> ), Fasolka szparagowa z wody* 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 smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Serek wiejski ziarnisty 100 g ( <u>MLE</u> ), Szyunka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g ( <u>SOJ</u> ), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml ,	<b>Podwieczorek:</b> Chleb Graham 25 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 0.50 szt , Twarożek 30 g ( <u>MLE</u> ), Pomidor 15 g ,	<b>Posiłek nocny:</b> Mandarynki 2 szt ,
<b>Wartości odżywcze:</b> E: 2530.88 kcal; B: 125.76 g; T: 71.47 g; Kw. tł. nasy.: 15.61 g; W: 361.29 g; W tym cukry: 72.64 g; Bł.: 36.42 g; Sól: 9.93 g; WW: 32.58 Por; Ener. z B: 19.88 %; Ener. z W: 51.35 %; Ener. z T: 25.42 %; Ener. z Bł.: 2.88 %; K: 4409.08 mg;		
<b>sobota 2023-11-18</b> <b>Jadłospis dla diety: PUŁ- Łatwo strawna</b>		
Ryż na mleku/p 400 ml ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> ), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 2 szt , Szyunka Familijna wieprzowa, z dodatkiem wody i białka wp z połączonych kawałków mięsa 50 g ( <u>SOJ, MLE</u> ), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i olejem* 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml ( <u>MLE, SEL</u> ), Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JE CZ</u> ), Gulasz wieprzowy-dieta 180 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Buraczki gotowane () 100 g , Fasolka szparagowa z wody* 100 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 smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Serek wiejski ziarnisty 100 g ( <u>MLE</u> ), Szyunka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g ( <u>SOJ</u> ), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Mandarynki 2 szt ,
<b>Wartości odżywcze:</b> E: 2294.48 kcal; B: 103.74 g; T: 58.56 g; Kw. tł. nasy.: 14.44 g; W: 353.51 g; W tym cukry: 88.63 g; Bł.: 31.28 g; Sól: 8.45 g; WW: 32.28 Por; Ener. z B: 18.09 %; Ener. z W: 56.17 %; Ener. z T: 22.97 %; Ener. z Bł.: 2.73 %; K: 4418.13 mg;		
<b>sobota 2023-11-18</b> <b>Jadłospis dla diety: PUŁ- Bezmleczna</b>		

### Jadłospisy dla oddziałów

Ryż na mleku/p 400 ml ( <u>MLE,</u> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ,</u> ), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 2 szt , Szynka Familijna wieprzowa, z dodatkiem wody i białka wp z połączonych kawałków mięsa 50 g ( <u>SOJ, MLE,</u> ), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i olejem* 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ), Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JEĆZ,</u> ), Gulasz wieprzowy-dieta 180 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Buraczki gotowane () 100 g , Fasolka szparagowa z wody* 100 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 smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Serek wiejski ziarnisty 100 g ( <u>MLE,</u> ), Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g ( <u>SOJ,</u> ), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Mandarynki 2 szt ,

**Wartości odżywcze:** E: 2294.48 kcal; B: 103.74 g; T: 58.56 g; Kw. tł. nasy.: 14.44 g; W: 353.51 g; W tym cukry: 88.63 g; Bł.: 31.28 g; Sól: 8.45 g; WW: 32.28 Por; Ener. z B: 18.09 %; Ener. z W: 56.17 %; Ener. z T: 22.97 %; Ener. z Bł.: 2.73 %; K: 4418.13 mg;

### Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2023-11-19                      Jadłospis dla diety: PUŁ- Podstawowa/Normalna</b>		
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 smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 80 g ( <u>MLE, _</u> ), Papryka świeża 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Rosół z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL, _</u> ), Ziemniaki z koperkiem () 200 g , udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 120 g , Surówka Colesław () 100 g ( <u>JAJ, MLE, GOR, _</u> ), Brokuł gotowany* 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml , Babka cytrynowa 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, _</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 smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, _</u> ), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt ,
<b>Wartości odżywcze:</b> E: 2274.01 kcal; B: 107.77 g; T: 58.44 g; Kw. tł. nasy.: 14.74 g; W: 320.49 g; W tym cukry: 66.6 g; Bł.: 29.17 g; Sól: 6.89 g; WW: 29.21 Por; Ener. z B: 18.96 %; Ener. z W: 51.24 %; Ener. z T: 23.13 %; Ener. z Bł.: 2.57 %; K: 4422.07 mg;		
<b>niedziela 2023-11-19                      Jadłospis dla diety: PUŁ- Cukrzycowa</b>		
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 smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 80 g ( <u>MLE, _</u> ), Papryka świeża 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Rosół z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL, _</u> ), Ziemniaki z koperkiem () 200 g , udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 120 g , Surówka Colesław b/c () 100 g ( <u>JAJ, MLE, GOR, _</u> ), Brokuł gotowany* 100 g , Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ, _</u> ), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, _</u> ), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g ,
<b>II Śniadanie:</b> Jabłko 1 szt 1 szt ,	<b>Podwieczorek:</b> Koktajl wielowocowy* b/c 200 ml ( <u>MLE, _</u> ),	<b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt ,
<b>Wartości odżywcze:</b> E: 2182.44 kcal; B: 117.39 g; T: 62.64 g; Kw. tł. nasy.: 16.81 g; W: 305.02 g; W tym cukry: 63.58 g; Bł.: 36.85 g; Sól: 9.2 g; WW: 26.85 Por; Ener. z B: 21.52 %; Ener. z W: 49.15 %; Ener. z T: 25.83 %; Ener. z Bł.: 3.38 %; K: 5222.3 mg;		
<b>niedziela 2023-11-19                      Jadłospis dla diety: PUŁ- Łatwo strawna</b>		
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 smarownia (59% tł) 10g 2 szt , Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g ( <u>MLE, _</u> ), Sałata zielona 20 g , Pomidorki koktajlowe 80 g ,	Rosół z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL, _</u> ), Ziemniaki z koperkiem () 200 g , udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 120 g , Brokuł gotowany* 100 g , Marchew gotowana z olejem* 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml , Babka cytrynowa 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, _</u> ),	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ, _</u> ), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, _</u> ), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt ,
<b>Wartości odżywcze:</b> E: 2341.86 kcal; B: 109.06 g; T: 62.83 g; Kw. tł. nasy.: 15.76 g; W: 325.21 g; W tym cukry: 63.25 g; Bł.: 23.55 g; Sól: 6.01 g; WW: 30.24 Por; Ener. z B: 18.63 %; Ener. z W: 51.52 %; Ener. z T: 24.15 %; Ener. z Bł.: 2.01 %; K: 4398.95 mg;		
<b>niedziela 2023-11-19                      Jadłospis dla diety: PUŁ- Bezmleczna</b>		

### Jadłospisy dla oddziałów

Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 400 ml ( <b>SEL, GLU OW.</b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLUPSZ.</b> ), Tłuszcz do smarowania 73% 10 g , Szyńka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 40 g ( <b>SOJ.</b> ), Sałata zielona 20 g ,	Rosół z makaronem * 400 ml ( <b>GLUPSZ, SEL.</b> ), Ziemniaki z koperkiem () 200 g , Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 120 g , Brokuł gotowany* 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml , Marchew gotowana z olejem* 100 g ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLUPSZ.</b> ), Tłuszcz do smarowania 73% 10 g , Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 40 g ( <b>SOJ.</b> ), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt ,

**Wartości odżywcze:** E: 2237.23 kcal; B: 91.76 g; T: 60.86 g; Kw. tł. nasy.: 17.39 g; W: 342.01 g; W tym cukry: 43.47 g; Bł.: 24.87 g; Sól: 7.27 g; WW: 31.74 Por; Ener. z B: 16.41 %; Ener. z W: 56.7 %; Ener. z T: 24.48 %; Ener. z Bł.: 2.22 %; K: 3606.35 mg;