

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2025-03-24 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW,), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (SOJ,), Ogórek kiszony 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Kapuśniak z kapusty białej () 400 ml (GLU PSZ, SEL, GOR,), Ryż brązowy z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g , Polewka truskawkowa 100 g (MLE,), Mandarynka 2 szt , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu i papryki 80 g (MLE,), Sałatka z pomidorów i koperku 90 g , Rukola 10 g ,
		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1926.26 kcal; Białko ogółem: 67.5 g; Tłuszcz: 44.25 g; Kw. tł. nasy.: 11.78 g; Węglowodany ogółem: 328.79 g; W tym cukry: 85.51 g; Błonnik pok.: 34.16 g; Sól: 9.66 g; WW: 29.5 Por; : 14.02 %; : 68.28 %; Ener. z T: 20.68 %; Ener. z Bł.: 3.55 %; K: 3422.19 mg;

poniedziałek 2025-03-24 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW,), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (SOJ,), Ogórek kiszony 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Wielowarzywna z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Ryż brązowy z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g , Polewka truskawkowa 100 g (MLE,), Mandarynka 2 szt , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu i papryki 80 g (MLE,), Sałatka z pomidorów i koperku 90 g , Rukola 10 g ,
II Śniadanie: Chleb Graham 25 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 0.50 szt (JAJ,), Sałata zielona 10 g ,	Podwieczorek: Surówka Colesław b/c () 100 g (JAJ, MLE, GOR,),	Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2000.92 kcal; Białko ogółem: 75.78 g; Tłuszcz: 48.92 g; Kw. tł. nasy.: 12.37 g; Węglowodany ogółem: 331.58 g; W tym cukry: 81.42 g; Błonnik pok.: 39.16 g; Sól: 9.53 g; WW: 29.28 Por; : 15.15 %; : 66.29 %; Ener. z T: 22.01 %; Ener. z Bł.: 3.91 %; K: 3841.92 mg;

poniedziałek 2025-03-24 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW,), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (SOJ,), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Wielowarzywna z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g , Polewka truskawkowa 100 g (MLE,), Banan 1szt. 1 szt , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE,), Sałatka z pomidorów b/skórki i koperku 90 g , Rukola 10 g ,
		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2019.22 kcal; Białko ogółem: 71.2 g; Tłuszcz: 35.8 g; Kw. tł. nasy.: 10.12 g; Węglowodany ogółem: 365.79 g; W tym cukry: 105.04 g; Błonnik pok.: 21.8 g; Sól: 6.97 g; WW: 34.59 Por; : 14.1 %; : 72.46 %; Ener. z T: 15.96 %; Ener. z Bł.: 2.16 %; K: 3708.33 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-03-24		Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW,), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (SOJ,), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Wielowarzywna z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g , Polewka truskawkowa 100 g (MLE,), Banan 1szt. 1 szt , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE,), Sałatka z pomidorów b/skórki i koperku 80 g , Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2043.21 kcal; Białko ogółem: 71.35 g; Tłuszcz: 35.51 g; Kw. tł. nasy.: 10.1 g; Węglowodany ogółem: 372.34 g; W tym cukry: 111.41 g; Błonnik pok.: 21.92 g; Sól: 6.96 g; WW: 35.23 Por; : 13.97 %; : 72.89 %; Ener. z T: 15.64 %; Ener. z Bł.: 2.15 %; K: 3702.25 mg;

poniedziałek 2025-03-24		Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna
Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL, GLU OW,), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Schab gotowany 50 g , Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Wielowarzywna z ziemniakami *(bez mleka) () 400 ml (GLU PSZ, SEL,), Ryż na sypko 200 g , Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ,), Sos majerankowy * 100 ml (GLU PSZ, SEL,), Marchew gotowana 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 (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL,), Sałatka z pomidorów b/skórki i koperku 80 g , Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2091.16 kcal; Białko ogółem: 84.99 g; Tłuszcz: 45.26 g; Kw. tł. nasy.: 8.93 g; Węglowodany ogółem: 350.32 g; W tym cukry: 71.35 g; Błonnik pok.: 26.33 g; Sól: 7.59 g; WW: 32.59 Por; : 16.26 %; : 67.01 %; Ener. z T: 19.48 %; Ener. z Bł.: 2.52 %; K: 3904.07 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2025-03-25 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 , Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w ostonce niejadanej 50 g (<u>SOJ, SEL,</u>), Pomidor 100 g , Sałata zielona 20 g ,	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), kasza pęczak/sypko 200 g (<u>GLU PSZ,</u>), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>), Sos chrzanowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SO2,</u>), Surówka z rzepy białej i jabłka () 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** 50 g (<u>RYB, SEL,</u>), Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE,</u>), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2307.31 kcal; Białko ogółem: 104.97 g; Tłuszcz: 60.05 g; Kw. tł. nasy.: 15.18 g; Węglowodany ogółem: 344.42 g; W tym cukry: 61.93 g; Błonnik pok.: 42.35 g; Sól: 6.02 g; WW: 30.32 Por; : 18.2 %; : 59.71 %; Ener. z T: 23.42 %; Ener. z Bł.: 3.67 %; K: 4279.57 mg;

wtorek 2025-03-25 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 , Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w ostonce niejadanej 50 g (<u>SOJ, SEL,</u>), Pomidor 100 g , Sałata zielona 20 g ,	Solferino * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), kasza pęczak/sypko 200 g (<u>GLU PSZ,</u>), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>), Sos chrzanowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SO2,</u>), Surówka z rzepy białej i jabłka () 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 , Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ,</u>), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
II Śniadanie: Koktajl wielowocowy* b/c 200 ml (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: Jabłko 1 szt 1 szt ,	Posiłek nocny: Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Ser żółty 25 g (<u>MLE,</u>), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2409.5 kcal; Białko ogółem: 113.38 g; Tłuszcz: 61.3 g; Kw. tł. nasy.: 20.78 g; Węglowodany ogółem: 361.63 g; W tym cukry: 71.39 g; Błonnik pok.: 49.1 g; Sól: 8.59 g; WW: 31.45 Por; : 18.82 %; : 60.03 %; Ener. z T: 22.9 %; Ener. z Bł.: 4.08 %; K: 4953.16 mg;

wtorek 2025-03-25 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 , Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w ostonce niejadanej 50 g (<u>SOJ, SEL,</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 wieprzowa 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 , Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ,</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g ,
		Posiłek nocny: Jabłko pieczone 1szt. 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2039.84 kcal; Białko ogółem: 86.98 g; Tłuszcz: 41.41 g; Kw. tł. nasy.: 11.04 g; Węglowodany ogółem: 341.19 g; W tym cukry: 63.25 g; Błonnik pok.: 25.35 g; Sól: 6.59 g; WW: 31.72 Por; : 17.06 %; : 66.9 %; Ener. z T: 18.27 %; Ener. z Bł.: 2.49 %; K: 3794.37 mg;

wtorek 2025-03-25 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

<p>Makaron na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (<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- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (<u>SOJ, SEL,</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,</p>	<p>Solferino * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ,</u>), Pieczeń rzymska wieprzowa 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 ,</p>	<p>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 , Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ,</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g ,</p>
		<p>Posiłek nocny: Jabłko pieczone 1szt. 1 szt ,</p>

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1948.94 kcal; Białko ogółem: 81.84 g; Tłuszcz: 38.41 g; Kw. tł. nasy.: 9.25 g; Węglowodany ogółem: 330.68 g; W tym cukry: 55.9 g; Błonnik pok.: 25.35 g; Sól: 6.42 g; WW: 30.65 Por; : 16.8 %; : 67.87 %; Ener. z T: 17.74 %; Ener. z Bł.: 2.6 %; K: 3583 mg;

wtorek 2025-03-25		Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna	
<p>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 ,</p>	<p>Solferino (bez mleka)*() 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ,</u>), Pieczeń rzymska wieprzowa 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 ,</p>	<p>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>), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g ,</p>	
		<p>Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt ,</p>	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1902.39 kcal; Białko ogółem: 77.79 g; Tłuszcz: 39.99 g; Kw. tł. nasy.: 9.76 g; Węglowodany ogółem: 321.34 g; W tym cukry: 40.17 g; Błonnik pok.: 28.78 g; Sól: 6.78 g; WW: 29.37 Por; : 16.36 %; : 67.56 %; Ener. z T: 18.92 %; Ener. z Bł.: 3.03 %; K: 3202.74 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2025-03-26		
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 , Szynka w siatce-wieprzowa, parzona, wędzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>), Sałatka jarzynowa (*) 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR</u>),	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>), Surówka Colesław b/c () 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR</u>), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki z olejem* 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE</u>), Sałata zielona 20 g , Ogórek kiszony 80 g ,
		Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2068.28 kcal; Białko ogółem: 87.47 g; Tłuszcz: 63.28 g; Kw. tł. nasy.: 11.57 g; Węglowodany ogółem: 298.34 g; W tym cukry: 51.17 g; Błonnik pok.: 26.21 g; Sól: 9.97 g; WW: 27.23 Por; : 16.92 %; : 57.7 %; Ener. z T: 27.54 %; Ener. z Bł.: 2.53 %; K: 3952.92 mg;

środa 2025-03-26		
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 , Szynka w siatce-wieprzowa, parzona, wędzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>), Sałatka jarzynowa (*) 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR</u>),	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 , Surówka Colesław b/c () 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona 20 g , Ogórek kiszony 80 g ,
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Warzywa pieczone 100 g , Dip ziołowy 10 g (<u>MLE</u>),	Posiłek nocny: Sok pomidorowy 200 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1996.14 kcal; Białko ogółem: 98.04 g; Tłuszcz: 57.63 g; Kw. tł. nasy.: 9.97 g; Węglowodany ogółem: 288.65 g; W tym cukry: 39.85 g; Błonnik pok.: 35.51 g; Sól: 11.08 g; WW: 25.44 Por; : 19.65 %; : 57.84 %; Ener. z T: 25.99 %; Ener. z Bł.: 3.56 %; K: 5140.97 mg;

środa 2025-03-26		
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 , Szynka w siatce-wieprzowa, parzona, wędzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>), Sałatka jarzynowa - dieta (*) 100 g (<u>MLE, SEL</u>),	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 ,	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 wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,
		Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1884.68 kcal; Białko ogółem: 88.41 g; Tłuszcz: 38.56 g; Kw. tł. nasy.: 8.49 g; Węglowodany ogółem: 304.47 g; W tym cukry: 51.75 g; Błonnik pok.: 19.4 g; Sól: 7.85 g; WW: 28.53 Por; : 18.76 %; : 64.62 %; Ener. z T: 18.41 %; Ener. z Bł.: 2.06 %; K: 4073 mg;

środa 2025-03-26		
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>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka w siatce-wieprzowa, parzona, wędzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>), Sałatka jarzynowa - dieta (*) 100 g (<u>MLE, SEL</u>),	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 ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,
		Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1884.68 kcal; Białko ogółem: 88.41 g; Tłuszcz: 38.56 g; Kw. tł. nasy.: 8.49 g; Węglowodany ogółem: 304.47 g; W tym cukry: 51.75 g; Błonnik pok.: 19.4 g; Sól: 7.85 g; WW: 28.53 Por; : 18.76 %; : 64.62 %; Ener. z T: 18.41 %; Ener. z Bł.: 2.06 %; K: 4073 mg;

środa 2025-03-26 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>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z kurczaka 80 g , Sałatka jarzynowa - dieta (bez mleka) () 100 g (<u>SEL</u>),	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 ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 50 g (<u>SOJ, SEL</u>), Sałata zielona 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,
		Posiłek nocny: Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1942.51 kcal; Białko ogółem: 90.68 g; Tłuszcz: 48.86 g; Kw. tł. nasy.: 10.04 g; Węglowodany ogółem: 293.42 g; W tym cukry: 36.9 g; Błonnik pok.: 21.41 g; Sól: 6.21 g; WW: 27.23 Por; : 18.67 %; : 60.42 %; Ener. z T: 22.64 %; Ener. z Bł.: 2.2 %; K: 4037.29 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2025-03-27 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 czerwony 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>), Jabłko 1 szt 1 szt , 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 , Pasztet z ciecierzycy* 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Serek a`la homogenizowany z ziołami 30 g (<u>MLE</u>), Roszponka 20 g , Pomidor 80 g ,
		Posiłek nocny: Słonecznik łuskany 15 g , Jabłko 1 szt 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2265 kcal; Białko ogółem: 85.84 g; Tłuszcz: 72.84 g; Kw. tł. nasy.: 15.51 g; Węglowodany ogółem: 328.95 g; W tym cukry: 76.38 g; Błonnik pok.: 32.71 g; Sól: 5.54 g; WW: 29.69 Por; : 15.16 %; : 58.09 %; Ener. z T: 28.94 %; Ener. z Bł.: 2.89 %; K: 3986.82 mg;

czwartek 2025-03-27 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 czerwony z ziemniakami (*) b/c 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 , Pasztet z ciecierzycy* 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Serek a`la homogenizowany z ziołami 30 g (<u>MLE</u>), Roszponka 20 g , Pomidor 80 g ,
II Śniadanie: Owsianka z jabłkiem pieczonym i cynamonem 200 g (<u>MLE, GLU OW</u>),	Podwieczorek: Jabłko 1 szt 1 szt ,	Posiłek nocny: Słonecznik łuskany 15 g , Jabłko 1 szt 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2491.22 kcal; Białko ogółem: 101.53 g; Tłuszcz: 71.97 g; Kw. tł. nasy.: 14.17 g; Węglowodany ogółem: 376.69 g; W tym cukry: 81.03 g; Błonnik pok.: 50.85 g; Sól: 6.74 g; WW: 32.72 Por; : 16.3 %; : 60.48 %; Ener. z T: 26 %; Ener. z Bł.: 4.08 %; K: 4937.76 mg;

czwartek 2025-03-27 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 , Szynka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (<u>SOJ</u>), Serek a`la homogenizowany z ziołami 30 g (<u>MLE</u>), Roszponka 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,
		Posiłek nocny: Banan 1szt. 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2157.2 kcal; Białko ogółem: 87.41 g; Tłuszcz: 50.65 g; Kw. tł. nasy.: 11.29 g; Węglowodany ogółem: 349.88 g; W tym cukry: 83.82 g; Błonnik pok.: 26.55 g; Sól: 7.27 g; WW: 32.32 Por; : 16.21 %; : 64.88 %; Ener. z T: 21.13 %; Ener. z Bł.: 2.46 %; K: 4429.04 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-03-27		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 , 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 łopata 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 , Szyńka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (<u>SOJ</u>), Serek a`la homogenizowany z ziołami 30 g (<u>MLE</u>), Roszponka 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,
		Posiłek nocny: Banan 1szt. 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2157.2 kcal; Białko ogółem: 87.41 g; Tłuszcz: 50.65 g; Kw. tł. nasy.: 11.29 g;
 Węglowodany ogółem: 349.88 g; W tym cukry: 83.82 g; Błonnik pok.: 26.55 g; Sól: 7.27 g; WW: 32.32 Por; : 16.21 %; : 64.88
 %; Ener. z T: 21.13 %; Ener. z Bł.: 2.46 %; K: 4429.04 mg;

czwartek 2025-03-27		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 , Szyńka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (<u>SOJ</u>), Roszponka 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,
		Posiłek nocny: Banan 1szt. 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1958.85 kcal; Białko ogółem: 69.1 g; Tłuszcz: 41.65 g; Kw. tł. nasy.: 8.37 g;
 Węglowodany ogółem: 341.67 g; W tym cukry: 66.35 g; Błonnik pok.: 30.8 g; Sól: 7.94 g; WW: 31.08 Por; : 14.11 %; : 69.77 %;
 Ener. z T: 19.14 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 3733.46 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczerek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2025-03-28 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Zacierka na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE,), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 50 g (MLE,), Dżem 25 g 1 szt , Jabłko 150 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL,), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,), Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g , Warzywa po grecku* 100 g (GLU PSZ, SEL,), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,), Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 30 g (SOJ,), Pomidor 100 g , Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,),
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2181.26 kcal; Białko ogółem: 100.07 g; Tłuszcz: 56.34 g; Kw. tł. nasy.: 9.71 g; Węglowodany ogółem: 333.23 g; W tym cukry: 77.47 g; Błonnik pok.: 30.24 g; Sól: 8.16 g; WW: 30.38 Por; : 18.35 %; : 61.11 %; Ener. z T: 23.25 %; Ener. z Bł.: 2.77 %; K: 4853.29 mg;

piątek 2025-03-28 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Makaron pełnoziarnisty na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE,), Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 80 g (MLE,), Papryka konserwowa 50 g , Jabłko 150 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	Kalafiorowa z ryżem brązowym * 400 ml (MLE, SEL,), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Pulpet rybno-warzywny* 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,), Sos szpinakowy* 100 ml (GLU PSZ,), Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g , Warzywa po grecku * (bez cukru) 100 g (GLU PSZ, SEL,), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,), Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 30 g (SOJ,), Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,), Pomidor 100 g ,
II Śniadanie: Koktajl wieloowocowy* b/c 200 ml (MLE,),	Podwieczerek: Chleb Graham 25 g (GLU PSZ,), Hummus 30 g (SEZ,), Sałata zielona 10 g ,	Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2199.93 kcal; Białko ogółem: 104.89 g; Tłuszcz: 57.58 g; Kw. tł. nasy.: 11.46 g; Węglowodany ogółem: 332.57 g; W tym cukry: 72.65 g; Błonnik pok.: 42.22 g; Sól: 9.17 g; WW: 29.05 Por; : 19.07 %; : 60.47 %; Ener. z T: 23.55 %; Ener. z Bł.: 3.84 %; K: 5565.47 mg;

piątek 2025-03-28 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Zacierka na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE,), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 50 g (MLE,), Dżem 25 g 1 szt , Jabłko pieczone 1szt. 1 szt , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL,), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Pulpet rybno-warzywny* 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,), Sos szpinakowy* 100 ml (GLU PSZ,), Warzywa po grecku* 150 g (GLU PSZ, SEL,), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,), Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 30 g (SOJ,), Pomidor b/skórki 100 g ,
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2039.91 kcal; Białko ogółem: 89.38 g; Tłuszcz: 39.69 g; Kw. tł. nasy.: 8.25 g; Węglowodany ogółem: 344.2 g; W tym cukry: 80.33 g; Błonnik pok.: 25.12 g; Sól: 6.71 g; WW: 31.98 Por; : 17.53 %; : 67.49 %; Ener. z T: 17.51 %; Ener. z Bł.: 2.46 %; K: 4657.56 mg;

piątek 2025-03-28 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Zacierka na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE,), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 50 g (MLE,), Dżem 25 g 1 szt , Jabłko pieczone 1szt. 1 szt , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL,), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Pulpet rybno-warzywny* 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,), Sos szpinakowy* 100 ml (GLU PSZ,), Warzywa po grecku* 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 , Szyńka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (SOJ,), Pomidor b/skórki 100 g ,
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1930.56 kcal; Białko ogółem: 80.85 g; Tłuszcz: 35.33 g; Kw. tł. nasy.: 6.86 g; Węglowodany ogółem: 335.2 g; W tym cukry: 73.91 g; Błonnik pok.: 25.12 g; Sól: 6.87 g; WW: 31.11 Por; : 16.75 %; : 69.45 %; Ener. z T: 16.47 %; Ener. z Bł.: 2.6 %; K: 4432.81 mg;

piątek 2025-03-28		Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna
Zacierka na wywarze jarzynowym 400 ml (GLU PSZ, SEL,), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ,), Dżem 25 g 1 szt , Jabłko 150 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Kalafiorowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (SEL,), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Pulpet rybno-warzywny* 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,), Sos szpinakowy* 100 ml (GLU PSZ,), Warzywa po grecku* 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,), Szyńka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 30 g (SOJ,), Pomidor b/skórki 100 g ,
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1828.35 kcal; Białko ogółem: 71.65 g; Tłuszcz: 37.8 g; Kw. tł. nasy.: 8.17 g; Węglowodany ogółem: 313 g; W tym cukry: 57.55 g; Błonnik pok.: 26.05 g; Sól: 7.43 g; WW: 28.76 Por; : 15.68 %; : 68.48 %; Ener. z T: 18.61 %; Ener. z Bł.: 2.85 %; K: 3863.65 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczerek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2025-03-29 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 jogurtem natur i natką pietr 100 g (<u>MLE</u>),	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ</u>), Potrawka drobiowa 200 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Buraczki gotowane () 100 g , Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i słonecznikiem z 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 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 , Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz - dieta 150 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u>), Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2311.59 kcal; Białko ogółem: 95.77 g; Tłuszcz: 66.05 g; Kw. tł. nasy.: 9.02 g; Węglowodany ogółem: 348.9 g; W tym cukry: 58.26 g; Błonnik pok.: 34.71 g; Sól: 5.89 g; WW: 31.4 Por; : 16.57 %; : 60.37 %; Ener. z T: 25.72 %; Ener. z Bł.: 3 %; K: 4538.3 mg;

sobota 2025-03-29 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 jogurtem natur i natką pietr 100 g (<u>MLE</u>),	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ</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, natką pietruszki i słonecznikiem z olejem* 100 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>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 , Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz - dieta 150 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u>), Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 szt ,	Podwieczerek: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,	Posiłek nocny: Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g , Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2493.65 kcal; Białko ogółem: 110.81 g; Tłuszcz: 77.72 g; Kw. tł. nasy.: 11.94 g; Węglowodany ogółem: 361.9 g; W tym cukry: 66.9 g; Błonnik pok.: 48.1 g; Sól: 10.77 g; WW: 31.45 Por; : 17.77 %; : 58.05 %; Ener. z T: 28.05 %; Ener. z Bł.: 3.86 %; K: 5055.15 mg;

sobota 2025-03-29 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 jogurtem natur i natką pietr b/skórki 100 g (<u>MLE</u>),	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ</u>), Potrawka drobiowa () 200 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Buraczki gotowane () 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JĘCZ</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 drob wieprz - dieta 150 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u>), Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2281.99 kcal; Białko ogółem: 95.28 g; Tłuszcz: 59.14 g; Kw. tł. nasy.: 8.68 g; Węglowodany ogółem: 356.52 g; W tym cukry: 59.1 g; Błonnik pok.: 31.02 g; Sól: 5.96 g; WW: 32.51 Por; : 16.7 %; : 62.49 %; Ener. z T: 23.32 %; Ener. z Bł.: 2.72 %; K: 4302.35 mg;

sobota 2025-03-29 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

<p>Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE,), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE,), Sałatka z pomidorów z jogurtem natur i natką pietr b/skórki 100 g (MLE,),</p>	<p>Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (MLE, SEL,), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ,), Potrawka drobiowa () 200 g (GLU PSZ, SEL,), Buraczki gotowane () 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz - dieta 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL,), Sałata zielona 20 g ,</p>
		<p>Posiłek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE,),</p>

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2223.79 kcal; Białko ogółem: 90.89 g; Tłuszcz: 58.99 g; Kw. tł. nasy.: 8.58 g; Węglowodany ogółem: 346.64 g; W tym cukry: 52.98 g; Błonnik pok.: 31.02 g; Sól: 5.82 g; WW: 31.52 Por; : 16.35 %; : 62.35 %; Ener. z T: 23.87 %; Ener. z Bł.: 2.79 %; K: 4077.6 mg;

sobota 2025-03-29 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
<p>Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 400 ml (GLU PSZ, SEL,), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 50 g , Sałatka z pomidorów z olejem i natką pietr b/skórki 100 g ,</p>	<p>Selerowa z ziemniakami (bez mleka)*() 400 ml (SEL,), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ,), Potrawka drobiowa () 200 g (GLU PSZ, SEL,), Buraczki gotowane () 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz - dieta 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL,), Sałata zielona 20 g ,</p>
		<p>Posiłek nocny: Chrupki kukurydziane 20 g ,</p>

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2126.93 kcal; Białko ogółem: 77.13 g; Tłuszcz: 65.18 g; Kw. tł. nasy.: 9.63 g; Węglowodany ogółem: 325.68 g; W tym cukry: 36.28 g; Błonnik pok.: 36.77 g; Sól: 6.49 g; WW: 28.85 Por; : 14.51 %; : 61.25 %; Ener. z T: 27.58 %; Ener. z Bł.: 3.46 %; K: 3774.87 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2025-03-30 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>), Ogórek kiszony 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Kotlec 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 ostonce niejadalnej 30 g (<u>GOR,</u>), Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE,</u>), Pomidor 90 g , Rukola 10 g ,
		Posiłek nocny: Migdały 10 g (<u>ORZ,</u>), Jabłka prażone b/c 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2258 kcal; Białko ogółem: 102.23 g; Tłuszcz: 69.55 g; Kw. tł. nasy.: 20.25 g; Węglowodany ogółem: 319.74 g; W tym cukry: 38.51 g; Błonnik pok.: 29.42 g; Sól: 8.35 g; WW: 29.09 Por; : 18.11 %; : 56.64 %; Ener. z T: 27.72 %; Ener. z Bł.: 2.61 %; K: 3887.54 mg;

niedziela 2025-03-30 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>), Ogórek kiszony 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Pomidorowa z makaronem pełnoziarnisty * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Schab pieczony w rękawie 100 g , Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kapusta zasmażana () 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), 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 ostonce 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 mussem truskawkowym 150 g (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: Sałatka jarzynowa z olejem* 100 g (<u>SEL,</u>),	Posiłek nocny: Migdały 10 g (<u>ORZ,</u>), Jabłka prażone b/c 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2291.14 kcal; Białko ogółem: 120.22 g; Tłuszcz: 68.22 g; Kw. tł. nasy.: 21.61 g; Węglowodany ogółem: 315.49 g; W tym cukry: 44.81 g; Błonnik pok.: 35.63 g; Sól: 8.29 g; WW: 28.05 Por; : 20.99 %; : 55.08 %; Ener. z T: 26.8 %; Ener. z Bł.: 3.11 %; K: 4994.85 mg;

niedziela 2025-03-30 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 pieczony w rękawie 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 ostonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ,</u>), Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE,</u>), Pomidor b/skórki 90 g , Rukola 10 g ,
		Posiłek nocny: Banan 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2073.88 kcal; Białko ogółem: 110.03 g; Tłuszcz: 42.6 g; Kw. tł. nasy.: 10.41 g; Węglowodany ogółem: 320.74 g; W tym cukry: 68.77 g; Błonnik pok.: 18.35 g; Sól: 5.02 g; WW: 30.39 Por; : 21.22 %; : 61.86 %; Ener. z T: 18.49 %; Ener. z Bł.: 1.77 %; K: 4503.19 mg;

niedziela 2025-03-30 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Kasza manna na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE,), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek z koperkiem 80 g (MLE,), Warzywa pieczone (buraki, pietruszka, cukinia) 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Schab pieczony w rękawie 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 30 g (SOJ,), Serek homo. naturalny 50 g (MLE,), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Banan 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2074.62 kcal; Białko ogółem: 110.18 g; Tłuszcz: 42.61 g; Kw. tł. nasy.: 10.42 g; Węglowodany ogółem: 320.81 g; W tym cukry: 68.65 g; Błonnik pok.: 18.47 g; Sól: 5.02 g; WW: 30.39 Por; : 21.24 %; : 61.85 %; Ener. z T: 18.49 %; Ener. z Bł.: 1.78 %; K: 4496.56 mg;

niedziela 2025-03-30		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 pieczony w rękawie 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 ,	
II Śniadanie: Kisiel o smaku wiśniowym b/c 150 ml ,		Posiłek nocny: Banan 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1990.43 kcal; Białko ogółem: 97.41 g; Tłuszcz: 40 g; Kw. tł. nasy.: 9.25 g; Węglowodany ogółem: 318.38 g; W tym cukry: 62.23 g; Błonnik pok.: 19.35 g; Sól: 5.19 g; WW: 30.04 Por; : 19.58 %; : 63.98 %; Ener. z T: 18.09 %; Ener. z Bł.: 1.94 %; K: 4122.22 mg;