

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2025-07-28 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 , Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatk mięsa wp 50 g (<u>SOJ, MLE</u>), Sałatka wiosenna 100 g , Warzywa pieczone 100 g ,	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Naleśniki z serem 200 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE</u>), Jabłko 1 szt 1 szt , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,
		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2275.83 kcal; Białko ogółem: 91.13 g; Tłuszcz: 65.29 g; Kw. tł. nasy.: 19.66 g; Węglowodany ogółem: 344.91 g; W tym cukry: 82.05 g; Błonnik pok.: 26.88 g; Sól: 6.72 g; WW: 31.85 Por; : 16.02 %; : 60.62 %; Ener. z T: 25.82 %; Ener. z Bł.: 2.36 %; K: 3417.54 mg;

poniedziałek 2025-07-28 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU JECZ</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatk mięsa wp 50 g (<u>SOJ, MLE</u>), Sałatka wiosenna 100 g ,	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ryż na sypko (brązowy) 200 g , Sos jogurtowo truskawkowy*b/c 100 g (<u>MLE</u>), Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE</u>), Jabłko 1 szt 1 szt , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,
II Śniadanie: Budyń o smaku waniliowym/p b/c 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Chleb Graham 25 g (<u>GLU PSZ</u>), Hummus 30 g (<u>SEZ</u>), Pomidor 15 g ,	Posiłek nocny: Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 25 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2302.84 kcal; Białko ogółem: 106.44 g; Tłuszcz: 61.75 g; Kw. tł. nasy.: 21.4 g; Węglowodany ogółem: 345.92 g; W tym cukry: 75.1 g; Błonnik pok.: 37.31 g; Sól: 8.22 g; WW: 30.97 Por; : 18.49 %; : 60.09 %; Ener. z T: 24.13 %; Ener. z Bł.: 3.24 %; K: 4113.63 mg;

poniedziałek 2025-07-28 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 , Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatk mięsa wp 50 g (<u>SOJ, MLE</u>), Warzywa pieczone 100 g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ryż na sypko 200 g , Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE</u>), Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE</u>), Banan 120 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE</u>), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,
		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2197.4 kcal; Białko ogółem: 91.83 g; Tłuszcz: 44.88 g; Kw. tł. nasy.: 9.34 g; Węglowodany ogółem: 365.46 g; W tym cukry: 72.29 g; Błonnik pok.: 18.42 g; Sól: 4.72 g; WW: 34.81 Por; : 16.72 %; : 66.53 %; Ener. z T: 18.38 %; Ener. z Bł.: 1.68 %; K: 3602.56 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-07-28 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 , Blok drobiowy-wędlina dro. parzona z dodatk mięsa wp 50 g (<u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), Warzywa pieczone 100 g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ryż na sypko 200 g , Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE</u>), Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE</u>), Banan 120 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE</u>), Pomidor b/skórki 90 g , Roszponka 10 g ,
		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2196.67 kcal; Białko ogółem: 91.81 g; Tłuszcz: 44.88 g; Kw. tł. nasy.: 9.34 g; Węglowodany ogółem: 365.3 g; W tym cukry: 72.17 g; Błonnik pok.: 18.38 g; Sól: 4.7 g; WW: 34.8 Por; : 16.72 %; : 66.52 %; Ener. z T: 18.39 %; Ener. z Bł.: 1.67 %; K: 3591.69 mg;

poniedziałek 2025-07-28 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 , Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (<u>SOJ</u>), Warzywa pieczone 100 g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Ryż na sypko 200 g , Klopsik drobiowy z udźca 80 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u>), Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 150 g , Banan 120 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (<u>SOJ</u>), Pomidor b/skórki 90 g , Roszponka 10 g ,
		Posiłek nocny: Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 25 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2128.31 kcal; Białko ogółem: 71.68 g; Tłuszcz: 51.26 g; Kw. tł. nasy.: 8.58 g; Węglowodany ogółem: 359.18 g; W tym cukry: 55.13 g; Błonnik pok.: 27 g; Sól: 7.13 g; WW: 33.29 Por; : 13.47 %; : 67.51 %; Ener. z T: 21.68 %; Ener. z Bł.: 2.54 %; K: 3481.88 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2025-07-29 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU JĘCZ</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u> , <u>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 , Nektarynka 1 szt 1 szt , Sałata lodowa 20 g ,	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Kotlet drobiowy panierowany 80 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u>), Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g , Marchew oprószana 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</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u>), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2083.87 kcal; Białko ogółem: 85.82 g; Tłuszcz: 60.56 g; Kw. tł. nasy.: 10.79 g; Węglowodany ogółem: 312.35 g; W tym cukry: 51.17 g; Błonnik pok.: 28.34 g; Sól: 7.69 g; WW: 28.53 Por; : 16.47 %; : 59.96 %; Ener. z T: 26.16 %; Ener. z Bł.: 2.72 %; K: 3918.85 mg;

wtorek 2025-07-29 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>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 , Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g , Nektarynka 1 szt 1 szt , Sałata lodowa 20 g ,	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Filet z kurczaka gotowany 80 g , Sos pietruszkowy () 80 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Surówka wykwinna z olejem b/c 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 , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u>), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny z musem jabłkowym b/c 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Chleb Graham 25 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Ser żółty 30 g (<u>MLE</u>), Sałata zielona 10 g ,	Posiłek nocny: Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2222.11 kcal; Białko ogółem: 113.99 g; Tłuszcz: 70.74 g; Kw. tł. nasy.: 20.21 g; Węglowodany ogółem: 299.88 g; W tym cukry: 64.42 g; Błonnik pok.: 31.92 g; Sól: 8.51 g; WW: 26.89 Por; : 20.52 %; : 53.98 %; Ener. z T: 28.65 %; Ener. z Bł.: 2.87 %; K: 4833.48 mg;

wtorek 2025-07-29 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
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 kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g , Nektarynka 1 szt 1 szt , Sałata lodowa 20 g ,	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Filet z kurczaka gotowany 80 g , Sos pietruszkowy () 80 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>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 , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u>), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1920.96 kcal; Białko ogółem: 91.05 g; Tłuszcz: 40.39 g; Kw. tł. nasy.: 9.25 g; Węglowodany ogółem: 309.7 g; W tym cukry: 49.52 g; Błonnik pok.: 22.36 g; Sól: 7.46 g; WW: 28.88 Por; : 18.96 %; : 64.49 %; Ener. z T: 18.92 %; Ener. z Bł.: 2.33 %; K: 3802.46 mg;

wtorek 2025-07-29	Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu
--------------------------	---

Jadłospisy dla oddziałów

Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g , Banan 120 g , Sałata lodowa 20 g ,	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Filet z kurczaka gotowany 80 g , Sos pietruszkowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, 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 , 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>), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ.</u>), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2100.86 kcal; Białko ogółem: 97.12 g; Tłuszcz: 38.56 g; Kw. tł. nasy.: 9.43 g; Węglowodany ogółem: 353.44 g; W tym cukry: 63.06 g; Błonnik pok.: 24.61 g; Sól: 8.1 g; WW: 33.05 Por; : 18.49 %; : 67.3 %; Ener. z T: 16.52 %; Ener. z Bł.: 2.34 %; K: 4076.16 mg;

wtorek 2025-07-29 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
Płatki jęczminne na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL, GLU JĘCZ.</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 , Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g , Nektarynka 1 szt 1 szt , Sałata lodowa 20 g ,	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Filet z kurczaka gotowany 80 g , Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>), Marchew oprószana z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ.</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ.</u>), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1757.65 kcal; Białko ogółem: 77.67 g; Tłuszcz: 37.61 g; Kw. tł. nasy.: 8.87 g; Węglowodany ogółem: 290.06 g; W tym cukry: 32.45 g; Błonnik pok.: 24.5 g; Sól: 7.19 g; WW: 26.67 Por; : 17.68 %; : 66.01 %; Ener. z T: 19.26 %; Ener. z Bł.: 2.79 %; K: 3263.93 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2025-07-30 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>), Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (<u>SOJ.</u>), Pomidor 90 g, Rukola 10 g,	Kapuśniak z kapusty białej * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>), Kasza gryczana 200 g, Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Surówka z marchwi z olejem () 150 g, Jabłko 1 szt 1 szt, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU 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, Paprykarz szczeciński 80 g (<u>RYB, SOJ.</u>), Sałata zielona 20 g,
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 200 ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2236.37 kcal; Białko ogółem: 103.09 g; Tłuszcz: 60.92 g; Kw. tł. nasy.: 12.21 g; Węglowodany ogółem: 338.05 g; W tym cukry: 73.81 g; Błonnik pok.: 37.65 g; Sól: 8.8 g; WW: 30.09 Por; : 18.44 %; : 60.46 %; Ener. z T: 24.51 %; Ener. z Bł.: 3.37 %; K: 4700.27 mg;

środa 2025-07-30 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>), Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (<u>SOJ.</u>), Pomidor 90 g, Rukola 10 g,	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Kasza gryczana 200 g, Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Surówka z marchwi z olejem b/c () 150 g, Jabłko 1 szt 1 szt, Kompot owocowy* b/c 250 ml,	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>), Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Paprykarz szczeciński 80 g (<u>RYB, SOJ.</u>), Sałata zielona 20 g,
II Śniadanie: Sałatka jarzynowa - dieta (*) 100 g (<u>MLE, SEL.</u>),	Podwieczorek: Koktajl z czarnej porzeczki* b/c 150 ml (<u>MLE.</u>),	Posiłek nocny: Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ.</u>), Twaróg półtłusty 25 g (<u>MLE.</u>), Pomidor 15 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2504.21 kcal; Białko ogółem: 121.78 g; Tłuszcz: 62.13 g; Kw. tł. nasy.: 15.67 g; Węglowodany ogółem: 387.69 g; W tym cukry: 67.71 g; Błonnik pok.: 45.39 g; Sól: 8.2 g; WW: 34.22 Por; : 19.45 %; : 61.93 %; Ener. z T: 22.33 %; Ener. z Bł.: 3.63 %; K: 5692.93 mg;

środa 2025-07-30 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>), Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (<u>SOJ.</u>), Pomidor 90 g, Rukola 10 g,	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Cukinia gotowana z pomidorami* 150 g, Jabłko pieczone 1szt. 1 szt, 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, Polędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>), Sałata zielona 20 g,
		Posiłek nocny: Przecier owocowy-jabłko 100g 1 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2193.8 kcal; Białko ogółem: 99.54 g; Tłuszcz: 44.52 g; Kw. tł. nasy.: 10.32 g; Węglowodany ogółem: 360.04 g; W tym cukry: 74.35 g; Błonnik pok.: 23.23 g; Sól: 6.9 g; WW: 33.73 Por; : 18.15 %; : 65.65 %; Ener. z T: 18.27 %; Ener. z Bł.: 2.12 %; K: 3902.03 mg;

środa 2025-07-30 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 , Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>), Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (<u>SOJ.</u>), Pomidor b/skórki 90 g , Sałata zielona 10 g ,	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JEĆZ.</u>), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Cukinia gotowana z pomidorami* 150 g , Banan 120 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>), Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Przecier owocowy-jabłko 100g 1 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2176.83 kcal; Białko ogółem: 95.77 g; Tłuszcz: 44.14 g; Kw. tł. nasy.: 10.3 g; Węglowodany ogółem: 360.14 g; W tym cukry: 76.64 g; Błonnik pok.: 22.28 g; Sól: 6.74 g; WW: 33.87 Por; : 17.6 %; : 66.18 %; Ener. z T: 18.25 %; Ener. z Bł.: 2.05 %; K: 3944.09 mg;

środa 2025-07-30 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 , Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ.</u>), Pomidor b/skórki 90 g , Sałata zielona 10 g ,	Ziemniaczana *(bez mleka) () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JEĆZ.</u>), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Cukinia gotowana z pomidorami* 150 g , Jabłko 1 szt 1 szt , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	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 wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>), Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1979.2 kcal; Białko ogółem: 79.17 g; Tłuszcz: 42.2 g; Kw. tł. nasy.: 10.08 g; Węglowodany ogółem: 331.49 g; W tym cukry: 51.72 g; Błonnik pok.: 24.17 g; Sól: 6.77 g; WW: 30.77 Por; : 16 %; : 66.99 %; Ener. z T: 19.19 %; Ener. z Bł.: 2.44 %; K: 3101.92 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2025-07-31 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 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 fasoli* 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>), Sałatka z pomidora i ogórka z olejem 100 g ,	Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese z łop wp* 350 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Surówka z selera i jabłka () 150 g (<u>MLE, SEL,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek 50 g (<u>MLE,</u>), Szyńka z piersią indyczą-wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonke niejadalanej 30 g (<u>SOJ, SEL,</u>), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2 l 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2360.3 kcal; Białko ogółem: 102.33 g; Tłuszcz: 65.3 g; Kw. tł. nasy.: 15.95 g; Węglowodany ogółem: 354.57 g; W tym cukry: 75.45 g; Błonnik pok.: 39.46 g; Sól: 5.5 g; WW: 31.62 Por; : 17.34 %; : 60.09 %; Ener. z T: 24.9 %; Ener. z Bł.: 3.34 %; K: 4832.78 mg;

czwartek 2025-07-31 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 , Pasztet z fasoli* 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>), Sałatka z pomidora i ogórka z olejem 100 g ,	Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese z łop wp* 350 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Surówka z selera i jabłka () 150 g (<u>MLE, SEL,</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek 50 g (<u>MLE,</u>), Szyńka z piersią indyczą-wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonke niejadalanej 30 g (<u>SOJ, SEL,</u>), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: Jabłko 150 g ,	Posiłek nocny: Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ,</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>), Jajko gotowane kl M 0.50 szt (<u>JAJ,</u>), Sałata zielona 5 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2633.29 kcal; Białko ogółem: 118.01 g; Tłuszcz: 76.86 g; Kw. tł. nasy.: 19.9 g; Węglowodany ogółem: 387.18 g; W tym cukry: 67.51 g; Błonnik pok.: 50.46 g; Sól: 7.05 g; WW: 33.81 Por; : 17.93 %; : 58.81 %; Ener. z T: 26.27 %; Ener. z Bł.: 3.83 %; K: 5295.35 mg;

czwartek 2025-07-31 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 , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Blok drobiowy-wędlina dro. parzona z dodatk mięsa wp 50 g (<u>SOJ, MLE,</u>), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,	Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Makaron z sosem bolognese z łop wp-dieta* 350 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek 50 g (<u>MLE,</u>), Szyńka z piersią indyczą-wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonke niejadalanej 30 g (<u>SOJ, SEL,</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2 l 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2087.5 kcal; Białko ogółem: 94.17 g; Tłuszcz: 45.12 g; Kw. tł. nasy.: 10.41 g; Węglowodany ogółem: 332.04 g; W tym cukry: 63.8 g; Błonnik pok.: 15.94 g; Sól: 5.15 g; WW: 31.73 Por; : 18.05 %; : 63.62 %; Ener. z T: 19.45 %; Ener. z Bł.: 1.53 %; K: 3567.23 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-07-31 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 , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Blok drobiowy-wędlina dro. parzona z dodatk mięsa wp 50 g (<u>SOJ, MLE,</u>), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,	Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Makaron z sosem bolognese z łop wp-dieta* 350 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek 50 g (<u>MLE,</u>), Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (<u>SOJ, SEL,</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2 l 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2029.3 kcal; Białko ogółem: 89.78 g; Tłuszcz: 44.97 g; Kw. tł. nasy.: 10.31 g; Węglowodany ogółem: 322.16 g; W tym cukry: 57.68 g; Błonnik pok.: 15.94 g; Sól: 5.01 g; WW: 30.74 Por; : 17.7 %; : 63.5 %; Ener. z T: 19.94 %; Ener. z Bł.: 1.57 %; K: 3342.48 mg;

czwartek 2025-07-31 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
Kasza manna 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 , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ,</u>), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Makaron z sosem bolognese z łop wp-dieta* 350 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (<u>SOJ, SEL,</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2 l 1 szt ,

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2025-08-01 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Zacierka na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE₁), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT₁), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ₁), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE₁), Powidła śliwkowe 25 g , Jabłko 150 g ,	Krupnik jęczmienny * 400 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ₁), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba smażona (Morszczuk) 90 g (GLU PSZ, JAJ, RYB₁), Warzywa po grecku* 100 g (GLU PSZ, SEL₁), Surówka z kapusty młodej z olejem () 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT₁), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ₁), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ₁), Pasta warzywna* 50 g (SEL₁), Ogórek świeży 80 g , Salata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2138.96 kcal; Białko ogółem: 91.17 g; Tłuszcz: 56.28 g; Kw. tł. nasy.: 9.32 g; Węglowodany ogółem: 332.79 g; W tym cukry: 73.56 g; Błonnik pok.: 33.59 g; Sól: 6.9 g; WW: 29.91 Por; : 17.05 %; : 62.23 %; Ener. z T: 23.68 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 4745.4 mg;

piątek 2025-08-01 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Makaron pełnoziarnisty na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE₁), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (GLU PSZ₁), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (MLE₁), Jabłko 150 g ,	Krupnik jęczmienny * 400 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ₁), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba pieczona (Morszczuk) 80 g (RYB₁), Surówka z kapusty młodej z olejem () 100 g , Warzywa po grecku * (bez cukru) 100 g (GLU PSZ, SEL₁), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (GLU PSZ₁), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ₁), Pasta warzywna* 50 g (SEL₁), Ogórek świeży 80 g , Salata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 200 ml ,	Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE₁),	Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2026.72 kcal; Białko ogółem: 99.01 g; Tłuszcz: 50.41 g; Kw. tł. nasy.: 9.79 g; Węglowodany ogółem: 311.81 g; W tym cukry: 73.37 g; Błonnik pok.: 37.73 g; Sól: 6.57 g; WW: 27.42 Por; : 19.54 %; : 61.54 %; Ener. z T: 22.39 %; Ener. z Bł.: 3.72 %; K: 5130.24 mg;

piątek 2025-08-01 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Zacierka na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE₁), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ₁), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE₁), Dżem 25 g 1 szt , Jabłko pieczone 150 g ,	Krupnik jęczmienny * 400 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ₁), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba pieczona (Morszczuk) 80 g (RYB₁), Warzywa po grecku* 150 g (GLU PSZ, SEL₁), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ₁), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ₁), Pasta warzywna* 50 g (SEL₁), Sałatka z pomidorów z olejem i natką pietr 100 g ,
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2044.08 kcal; Białko ogółem: 89.97 g; Tłuszcz: 48.79 g; Kw. tł. nasy.: 8.55 g; Węglowodany ogółem: 324.82 g; W tym cukry: 74.31 g; Błonnik pok.: 25.53 g; Sól: 5.85 g; WW: 29.99 Por; : 17.61 %; : 63.56 %; Ener. z T: 21.48 %; Ener. z Bł.: 2.5 %; K: 4607.07 mg;

piątek 2025-08-01 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Zacierka 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 , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE), Dżem 25 g 1 szt , Jabłko pieczone 150 g ,	Krupnik jęczmienny * 400 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba pieczona (Morszczuk) 80 g (RYB), 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 , Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatk mięsa wp 30 g (SOJ, MLE), Pasta warzywna* 50 g (SEL), Sałatka z pomidorów z olejem i natką pietr b/skórki 100 g ,
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2006.71 kcal; Białko ogółem: 87.53 g; Tłuszcz: 45.4 g; Kw. tł. nasy.: 7.51 g; Węglowodany ogółem: 325.36 g; W tym cukry: 74.01 g; Błonnik pok.: 25.53 g; Sól: 6.26 g; WW: 30.09 Por; : 17.45 %; : 64.85 %; Ener. z T: 20.36 %; Ener. z Bł.: 2.54 %; K: 4607.07 mg;

piątek 2025-08-01 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
Zacierka 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 , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonke niejadalnej 50 g (SOJ), Dżem 25 g 1 szt , Jabłko pieczone 150 g ,	Krupnik jęczmienny (bez mleka)* 400 ml (SEL, GLU JĘCZ), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba pieczona (Morszczuk) 80 g (RYB), 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), Pasta warzywna* 50 g (SEL), Sałatka z pomidorów z olejem i natką pietr 100 g ,
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1935.53 kcal; Białko ogółem: 75.58 g; Tłuszcz: 53.32 g; Kw. tł. nasy.: 10.57 g; Węglowodany ogółem: 301.76 g; W tym cukry: 57.64 g; Błonnik pok.: 26.46 g; Sól: 6.66 g; WW: 27.61 Por; : 15.62 %; : 62.36 %; Ener. z T: 24.79 %; Ener. z Bł.: 2.73 %; K: 4037.9 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2025-08-02 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>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 , Parówki cieszynki- węd. wp. homog. wędz. parz 80 g (<u>SOJ</u> , <u>SEL</u>), Ketchup saszetka 20g 1 szt , Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g ,	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ryż na sypko (brązowy) 200 g , Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g (<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 Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), Sałata zielona 20 g , Pomidor 80 g ,
		Posiłek nocny: Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Pomidor 15 g , Serek homo. naturalny 25 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2319.22 kcal; Białko ogółem: 93.35 g; Tłuszcz: 75.18 g; Kw. tł. nasy.: 18.86 g; Węglowodany ogółem: 335.62 g; W tym cukry: 46.54 g; Błonnik pok.: 40.31 g; Sól: 8.91 g; WW: 29.55 Por; : 16.1 %; : 57.88 %; Ener. z T: 29.17 %; Ener. z Bł.: 3.48 %; K: 3985.18 mg;

sobota 2025-08-02 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>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 , Szynka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g ,	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ryż na sypko (brązowy) 200 g , Potrawka drobiowa z warzywami * 180 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 150 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Sałata zielona 20 g , Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (<u>SOJ</u>), Pomidor 80 g ,
II Śniadanie: Jajko gotowane kl M 0.50 szt (<u>JAJ</u>), Chleb Graham 40 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Sałata zielona 5 g ,	Podwieczorek: Serek homo. naturalny 150 g (<u>MLE</u>), Mus z truskawek* b/c 50 g ,	Posiłek nocny: Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Pomidor 15 g , Serek homo. naturalny 25 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2305.97 kcal; Białko ogółem: 114.64 g; Tłuszcz: 57.32 g; Kw. tł. nasy.: 14.58 g; Węglowodany ogółem: 351.77 g; W tym cukry: 42.08 g; Błonnik pok.: 44.77 g; Sól: 8.39 g; WW: 30.72 Por; : 19.89 %; : 61.02 %; Ener. z T: 22.37 %; Ener. z Bł.: 3.88 %; K: 4091.04 mg;

sobota 2025-08-02 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU OW</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 luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g ,	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ryż na sypko 200 g , Potrawka drobiowa z warzywami * 180 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Buraczki oprószane () 150 g (<u>GLU PSZ</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Sałata zielona 20 g , Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (<u>SOJ</u>), Pomidor 80 g ,
		Posiłek nocny: Bułka pszenna długa krojona 45 g (<u>GLU PSZ</u>), Serek homo. naturalny 25 g (<u>MLE</u>), Pomidor b/skórki 15 g , Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>),

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2022.17 kcal; Białko ogółem: 84.89 g; Tłuszcz: 41.01 g; Kw. tł. nasy.: 10.06 g; Węglowodany ogółem: 340.42 g; W tym cukry: 48.87 g; Błonnik pok.: 23.71 g; Sól: 6.56 g; WW: 31.67 Por; : 16.79 %; : 67.34 %; Ener. z T: 18.25 %; Ener. z Bł.: 2.35 %; K: 3628.93 mg;

sobota 2025-08-02		Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU OW.</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 luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ.</u>), Pomidor 100 g ,	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL.</u>), Ryż na sypko 200 g , Potrawka drobiowa z warzywami * 180 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL.</u>), Buraczki oprószone () 150 g (<u>GLU PSZ.</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Sałata zielona 20 g , Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (<u>SOJ.</u>), Pomidor 80 g ,
		Posiłek nocny: Bułka pszenna długa krojona 45 g (<u>GLU PSZ.</u>), Serek homo. naturalny 25 g (<u>MLE.</u>), Pomidor b/skórki 15 g , Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 0.50 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1978.15 kcal; Białko ogółem: 84.38 g; Tłuszcz: 36.77 g; Kw. tł. nasy.: 7.74 g; Węglowodany ogółem: 338.96 g; W tym cukry: 49.66 g; Błonnik pok.: 22.27 g; Sól: 6.47 g; WW: 31.7 Por; : 17.06 %; : 68.54 %; Ener. z T: 16.73 %; Ener. z Bł.: 2.25 %; K: 3733.35 mg;

sobota 2025-08-02		Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna
Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL.</u> , <u>GLU OW.</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ.</u>), Pomidor 100 g ,	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL.</u>), Ryż na sypko 200 g , Potrawka drobiowa z warzywami * 180 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL.</u>), Buraczki oprószone () 150 g (<u>GLU PSZ.</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Sałata zielona 20 g , Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (<u>SOJ.</u>), Pomidor 80 g ,
		Posiłek nocny: Pomidor 15 g , Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 0.50 szt , Szynka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 25 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ.</u>), Bułka pszenna długa krojona 45 g (<u>GLU PSZ.</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1869.09 kcal; Białko ogółem: 72.57 g; Tłuszcz: 35.77 g; Kw. tł. nasy.: 7.79 g; Węglowodany ogółem: 326.48 g; W tym cukry: 33.26 g; Błonnik pok.: 24.86 g; Sól: 7.46 g; WW: 30.18 Por; : 15.53 %; : 69.87 %; Ener. z T: 17.23 %; Ener. z Bł.: 2.66 %; K: 3166 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2025-08-03 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Kasza 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>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g , Pomidor 60 g , Kalarepa 40 g ,	Pomidorowa z zacierką * 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Kotlet schabowy 100 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u>), Mizeria 100 g (<u>MLE</u>), Fasolka szparagowa z wody* 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kakao/p z/c 250 ml (<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 , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (<u>MLE</u>), Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u>), Banan 120 g ,
		Posiłek nocny: Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2115.19 kcal; Białko ogółem: 99.69 g; Tłuszcz: 50.31 g; Kw. tł. nasy.: 11.84 g; Węglowodany ogółem: 327.78 g; W tym cukry: 75.5 g; Błonnik pok.: 26.77 g; Sól: 7.83 g; WW: 30.17 Por; : 18.85 %; : 61.99 %; Ener. z T: 21.4 %; Ener. z Bł.: 2.53 %; K: 4838.19 mg;

niedziela 2025-08-03 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>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 , Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g , Pomidor 60 g , Kalarepa 40 g ,	Pomidorowa z zacierką * 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Schab pieczony w rękawie 100 g , Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Mizeria 100 g (<u>MLE</u>), Fasolka szparagowa z wody* 100 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Kakao/p b/c 250 ml (<u>MLE</u>), Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (<u>MLE</u>), Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u>), Jabłko 150 g ,
II Śniadanie: Maślanka 150 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Chleb Graham 25 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 0.50 szt , Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 25 g (<u>SOJ</u>), Pomidor 15 g ,	Posiłek nocny: Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2058.01 kcal; Białko ogółem: 122.22 g; Tłuszcz: 41.82 g; Kw. tł. nasy.: 12.67 g; Węglowodany ogółem: 313.38 g; W tym cukry: 72.34 g; Błonnik pok.: 30.57 g; Sól: 8.66 g; WW: 28.38 Por; : 23.75 %; : 60.91 %; Ener. z T: 18.29 %; Ener. z Bł.: 2.97 %; K: 5390.72 mg;

niedziela 2025-08-03 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU JĘCZ</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g , Cukinia pieczona z olejem * 100 g ,	Pomidorowa z zacierką * 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Schab pieczony w rękawie 100 g , Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (<u>SEL</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kakao/p z/c 250 ml (<u>MLE</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (<u>MLE</u>), Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt ,
		Posiłek nocny: Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2095.85 kcal; Białko ogółem: 110.55 g; Tłuszcz: 47.79 g; Kw. tł. nasy.: 11.17 g; Węglowodany ogółem: 316.91 g; W tym cukry: 73.38 g; Błonnik pok.: 22.78 g; Sól: 7.21 g; WW: 29.36 Por; : 21.1 %; : 60.48 %; Ener. z T: 20.52 %; Ener. z Bł.: 2.17 %; K: 4821.06 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-08-03		Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU JĘCZ.</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g , Cukinia pieczona z olejem * 100 g ,	Pomidorowa z zacierką * 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ.</u>), Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL.</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 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 smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (<u>MLE</u>), Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ.</u>), Banan 120 g ,
		Posiłek nocny: Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2166.91 kcal; Białko ogółem: 98.04 g; Tłuszcz: 55.16 g; Kw. tł. nasy.: 12.46 g; Węglowodany ogółem: 330.6 g; W tym cukry: 77.4 g; Błonnik pok.: 22.01 g; Sól: 7.14 g; WW: 30.84 Por; : 18.1 %; : 61.03 %; Ener. z T: 22.91 %; Ener. z Bł.: 2.03 %; K: 4660.68 mg;

niedziela 2025-08-03		Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna
Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL</u> , <u>GLU JĘCZ.</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g , Cukinia pieczona z olejem * 100 g ,	Pomidorowa z zacierką (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Schab pieczony w rękawie 100 g , Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL.</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 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 smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</u>), Banan 120 g ,
II Śniadanie: Kisiel o smaku wiśniowym b/c 150 ml ,		Posiłek nocny: Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1983.96 kcal; Białko ogółem: 83.12 g; Tłuszcz: 41.77 g; Kw. tł. nasy.: 8.56 g; Węglowodany ogółem: 329.18 g; W tym cukry: 76.57 g; Błonnik pok.: 22.68 g; Sól: 6.97 g; WW: 30.65 Por; : 16.76 %; : 66.37 %; Ener. z T: 18.95 %; Ener. z Bł.: 2.29 %; K: 3961.56 mg;