

Jadłospisy dla oddziałów

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

poniedziałek 2023-11-27 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ,</u>), Słupki z warzyw () 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Fasolowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i serem żółtym * 300 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Surówka z selera i jabłka () 150 g (<u>MLE, SEL,</u>), Mandarynka 2 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 smarownia (59% tł) 10g 1 szt , pasztet drobiowy 50g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL, SOJ,</u>), Pomidorki koktajlowe 80 g , Roszponka 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: E: 2218.22 kcal; B: 83.39 g; T: 58.5 g; Kw. tł. nasy.: 17.77 g; W: 358.77 g; W tym cukry: 83.41 g; Bł.: 45.96 g; Sól: 9.81 g; WW: 31.33 Por; Ener. z B: 15.04 %; Ener. z W: 56.41 %; Ener. z T: 23.74 %; Ener. z Bł.: 4.14 %; K: 4094.5 mg;

poniedziałek 2023-11-27 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ,</u>), Słupki z warzyw () 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Fasolowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i serem żółtym * 300 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Surówka z selera i jabłka b/c () 150 g (<u>MLE, SEL,</u>), Mandarynka 2 szt , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , szynka gotowana (<u>SOJ,</u>), Pomidorki koktajlowe 80 g , Roszponka 20 g ,
II Śniadanie: Koktajl z jagód * b/c 200 g (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: Sałatka rubinowa b/c 100 g ,	Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: E: 2255.86 kcal; B: 94.54 g; T: 65.11 g; Kw. tł. nasy.: 19.78 g; W: 346.11 g; W tym cukry: 70.62 g; Bł.: 53.23 g; Sól: 9.84 g; WW: 29.34 Por; Ener. z B: 16.76 %; Ener. z W: 51.93 %; Ener. z T: 25.97 %; Ener. z Bł.: 4.72 %; K: 5025.52 mg;

poniedziałek 2023-11-27 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 2 szt , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ,</u>), Słupki z marchewki 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Dyniowa z ziemniakami*() 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta 300 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Surówka z selera i jabłka () 150 g (<u>MLE, SEL,</u>), Mandarynka 2 szt , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 2 szt , szynka gotowana (<u>SOJ,</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Roszponka 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: E: 2141.84 kcal; B: 77.73 g; T: 52.45 g; Kw. tł. nasy.: 14.23 g; W: 356.48 g; W tym cukry: 87 g; Bł.: 32.37 g; Sól: 8.18 g; WW: 32.43 Por; Ener. z B: 14.52 %; Ener. z W: 60.53 %; Ener. z T: 22.04 %; Ener. z Bł.: 3.02 %; K: 3812.59 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2023-11-27 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ,</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Salata zielona 20 g ,	Dyniowa z ziemniakami*() 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta 300 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Surówka z selera i jabłka () 150 g (<u>MLE, SEL,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml , Jabłko pieczone 1szt. 1 szt ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (<u>SOJ,</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Roszponka 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: E: 2258.28 kcal; B: 86.06 g; T: 38.83 g; Kw. tł. nasy.: 10.43 g; W: 408.67 g; W tym cukry: 82.68 g; Bł.: 31.49 g; Sól: 10.09 g; WW: 37.84 Por; Ener. z B: 15.24 %; Ener. z W: 66.81 %; Ener. z T: 15.48 %; Ener. z Bł.: 2.79 %; K: 3690.76 mg;

poniedziałek 2023-11-27 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ,</u>), Słupki z marchewki 80 g , Salata zielona 20 g ,	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)*() 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>), Pulpet jarski () 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>), Sos majerankowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Surówka z selera i jabłka z olejem () 150 g (<u>SEL,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml , Mandarynka 2 szt ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , szynka gotowana (<u>SOJ,</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Roszponka 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: E: 2379.41 kcal; B: 71.2 g; T: 53.07 g; Kw. tł. nasy.: 10.17 g; W: 423.22 g; W tym cukry: 74.16 g; Bł.: 40.35 g; Sól: 9.11 g; WW: 38.27 Por; Ener. z B: 11.97 %; Ener. z W: 64.36 %; Ener. z T: 20.07 %; Ener. z Bł.: 3.39 %; K: 3607.09 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2023-11-28 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, 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 smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>), Rukola 20 g , Pomidor 80 g ,	Brokułowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Kasza bulgur 200 g (<u>GLU PSZ,</u>), Karczek pieczony 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Sos meksykański 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g , Kalafior gotowany* 50 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Galaretką drobiową z udźca kurczaka* 150 g (<u>SEL,</u>), Rzodkiew biała 90 g , Cytryna 10 g ,
		Posiłek nocny: Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 0.50 szt , Polędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (<u>SOJ,</u>), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: E: 2444.48 kcal; B: 119.07 g; T: 65.52 g; Kw. tł. nasy.: 18.22 g; W: 352.81 g; W tym cukry: 72.61 g; Bł.: 27.92 g; Sól: 7.61 g; WW: 32.55 Por; Ener. z B: 19.48 %; Ener. z W: 53.16 %; Ener. z T: 24.12 %; Ener. z Bł.: 2.28 %; K: 4360.37 mg;

wtorek 2023-11-28 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 smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>), Rukola 20 g , Pomidor 80 g ,	Brokułowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Kasza bulgur 200 g (<u>GLU PSZ,</u>), Szyńka wieprzowa gotowana 100 g , Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g , Kalafior gotowany* 50 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Galaretką drobiową z udźca kurczaka* 150 g (<u>SEL,</u>), Rzodkiew biała 90 g , Cytryna 10 g ,
II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 szt ,	Podwieczorek: Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>),	Posiłek nocny: Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 0.50 szt , Polędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (<u>SOJ,</u>), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: E: 2332.45 kcal; B: 138.26 g; T: 52.11 g; Kw. tł. nasy.: 12.05 g; W: 339.59 g; W tym cukry: 63.7 g; Bł.: 36.12 g; Sól: 6.87 g; WW: 30.51 Por; Ener. z B: 23.71 %; Ener. z W: 52.04 %; Ener. z T: 20.11 %; Ener. z Bł.: 3.1 %; K: 4773.28 mg;

wtorek 2023-11-28 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 2 szt , Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>), Rukola 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,	Brokułowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ,</u>), Szyńka wieprzowa gotowana 100 g , Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g , Kalafior gotowany* 50 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 2 szt , Galaretką drobiową z udźca kurczaka* 150 g (<u>SEL,</u>), Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 100 g (<u>SEL,</u>),
		Posiłek nocny: Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 0.50 szt , Polędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (<u>SOJ,</u>), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: E: 2411.67 kcal; B: 114.26 g; T: 63.55 g; Kw. tł. nasy.: 15.27 g; W: 357.76 g; W tym cukry: 72.83 g; Bł.: 27.42 g; Sól: 8.22 g; WW: 33.03 Por; Ener. z B: 18.95 %; Ener. z W: 54.79 %; Ener. z T: 23.71 %; Ener. z Bł.: 2.27 %; K: 4215.01 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2023-11-28 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>), Rukola 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,	Brokułowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ,</u>), Szynka wieprzowa gotowana 100 g , Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g , Kalafior gotowany* 50 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 150 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Galaretką drobiowa z udźca kurczaka* 150 g (<u>SEL,</u>), Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 100 g (<u>SEL,</u>),
		Posiłek nocny: Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 0.50 szt , Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (<u>SOJ,</u>), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: E: 2589.47 kcal; B: 127.4 g; T: 52.21 g; Kw. tł. nasy.: 12.51 g; W: 416.98 g; W tym cukry: 76.79 g; Bł.: 27.07 g; Sól: 7.44 g; WW: 39.02 Por; Ener. z B: 19.68 %; Ener. z W: 60.23 %; Ener. z T: 18.15 %; Ener. z Bł.: 2.09 %; K: 4584.61 mg;

wtorek 2023-11-28 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
Zacierka na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ,</u>), Rukola 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ,</u>), Szynka wieprzowa gotowana 100 g , Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g , Kalafior gotowany* 50 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 smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Galaretką drobiowa z udźca kurczaka* 150 g (<u>SEL,</u>), Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 100 g (<u>SEL,</u>),
		Posiłek nocny: Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 0.50 szt , Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (<u>SOJ,</u>), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: E: 2037.91 kcal; B: 89.23 g; T: 47.49 g; Kw. tł. nasy.: 10.07 g; W: 325.11 g; W tym cukry: 47.53 g; Bł.: 28.11 g; Sól: 8.71 g; WW: 29.68 Por; Ener. z B: 17.51 %; Ener. z W: 58.29 %; Ener. z T: 20.97 %; Ener. z Bł.: 2.76 %; K: 3308.44 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2023-11-29 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 smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Polędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona z jogurtem 20 g (<u>MLE</u>), Pomidor 80 g ,	Pieczarkowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem () 200 g , Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Surówka z marchwi i chrzanu () 150 g (<u>MLE, SO2</u>), Gruszka 1szt. 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 80 g (<u>RYB, SEL</u>), Szyńka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (<u>SOJ, SEL</u>), Pomidor ze szczypiorkiem i olejem 80 g , Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>),

Wartości odżywcze: E: 2290.35 kcal; B: 89.36 g; T: 65.75 g; Kw. tł. nasy.: 12.74 g; W: 349.96 g; W tym cukry: 79.67 g; Bł.: 30.67 g; Sól: 8.95 g; WW: 31.96 Por; Ener. z B: 15.61 %; Ener. z W: 55.76 %; Ener. z T: 25.84 %; Ener. z Bł.: 2.68 %; K: 4230.74 mg;

środa 2023-11-29 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Polędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona z jogurtem 20 g (<u>MLE</u>), Pomidor 80 g ,	Pieczarkowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem () 200 g , Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Surówka z marchwi i chrzanu b/c () 150 g (<u>MLE, SO2</u>), Gruszka 1szt. 150 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 80 g , Szyńka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (<u>SOJ, SEL</u>), Pomidor ze szczypiorkiem i olejem 80 g , Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Koktajl truskawkowy* b/c 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Chleb Graham 25 g (<u>GLU PSZ</u>), Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 50 g (<u>SEL</u>),	Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: E: 2071.78 kcal; B: 97.37 g; T: 52.65 g; Kw. tł. nasy.: 11.87 g; W: 320.41 g; W tym cukry: 61.29 g; Bł.: 35.47 g; Sól: 9.88 g; WW: 28.57 Por; Ener. z B: 18.8 %; Ener. z W: 55.02 %; Ener. z T: 22.87 %; Ener. z Bł.: 3.42 %; K: 4945.28 mg;

środa 2023-11-29 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 smarownia (59% tł) 10g 2 szt , Polędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona z jogurtem 20 g (<u>MLE</u>), Pomidor b/skórki 80 g ,	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem () 200 g , Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Marchew gotowana z olejem* 150 g , 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 smarownia (59% tł) 10g 2 szt , Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL</u>), Szyńka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (<u>SOJ, SEL</u>), Pomidor b/s z olejem 80 g , Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>),

Wartości odżywcze: E: 2322.39 kcal; B: 93.08 g; T: 65.33 g; Kw. tł. nasy.: 11.63 g; W: 353.2 g; W tym cukry: 77.85 g; Bł.: 24.71 g; Sól: 7.05 g; WW: 32.98 Por; Ener. z B: 16.03 %; Ener. z W: 56.58 %; Ener. z T: 25.32 %; Ener. z Bł.: 2.13 %; K: 4309.95 mg;

środa 2023-11-29 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

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

czwartek 2023-11-30 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 smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Polędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 30 g (<u>SOJ</u> ,), Sałatka jarzynowa z jajkiem () 150 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ,), Sałata zielona 20 g ,	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,), Ziemniaki z koperkiem () 200 g , Fasolka po bretońsku 300 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ,), Surówka wielowarzywna z olejem () 150 g (<u>SEL</u> ,), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u> ,), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u> ,), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Ser topiony 50 g (<u>MLE</u> ,), Sałatka z pomidora i sałaty lodowej 100 g ,
		Posiłek nocny: Migdały 30 g (<u>ORZ</u> ,), Jabłko 1 szt 1 szt ,

Wartości odżywcze: E: 2641.91 kcal; B: 89.65 g; T: 87.98 g; Kw. tł. nasy.: 22.99 g; W: 395.85 g; W tym cukry: 84.9 g; Bł.: 48.16 g; Sól: 9.72 g; WW: 34.89 Por; Ener. z B: 13.57 %; Ener. z W: 52.64 %; Ener. z T: 29.97 %; Ener. z Bł.: 3.65 %; K: 6155.82 mg;

czwartek 2023-11-30 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 smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Polędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 30 g (<u>SOJ</u> ,), Sałatka jarzynowa z jajkiem () 150 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ,), Sałata zielona 20 g ,	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,), Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 400 g (<u>SEL</u> , <u>GLU JĘCZ</u> ,), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u> ,), Fasolka szparagowa z wody* 150 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u> ,), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u> ,), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Serek a`la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE</u> ,), Sałatka z pomidora i sałaty lodowej 100 g ,
II Śniadanie: Smoothie jaruż, jabłko, pomarańcza 200 g ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt. 150 g ,	Posiłek nocny: Migdały 30 g (<u>ORZ</u> ,), Jabłko 1 szt 1 szt ,

Wartości odżywcze: E: 2501.49 kcal; B: 107.25 g; T: 75.36 g; Kw. tł. nasy.: 16.1 g; W: 375.27 g; W tym cukry: 79.68 g; Bł.: 53.66 g; Sól: 6.2 g; WW: 32.29 Por; Ener. z B: 17.15 %; Ener. z W: 51.43 %; Ener. z T: 27.11 %; Ener. z Bł.: 4.29 %; K: 5650.77 mg;

czwartek 2023-11-30 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 smarownia (59% tł) 10g 2 szt , Polędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 30 g (<u>SOJ</u> ,), Sałatka jarzynowa z jajkiem-diety () 150 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,), Sałata zielona 20 g ,	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,), Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 400 g (<u>SEL</u> , <u>GLU JĘCZ</u> ,), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u> ,), Fasolka szparagowa z wody* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u> ,), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 2 szt , Serek a`la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE</u> ,), Sałatka z pomidora i sałaty lodowej b/skórki 100 g ,
		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt ,

Wartości odżywcze: E: 2398.91 kcal; B: 94.66 g; T: 65.66 g; Kw. tł. nasy.: 15.22 g; W: 373.91 g; W tym cukry: 80.62 g; Bł.: 36.1 g; Sól: 6.95 g; WW: 33.87 Por; Ener. z B: 15.78 %; Ener. z W: 56.33 %; Ener. z T: 24.63 %; Ener. z Bł.: 3.01 %; K: 4693.11 mg;

czwartek 2023-11-30 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 150 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt, Polędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 30 g (<u>SOJ,</u>), Sałatka jarzynowa - dieta () 150 g (<u>MLE, SEL,</u>), Sałata zielona 20 g,	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 400 g (<u>SEL, GLU JĘCZ,</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>), Fasolka szparagowa z wody* 150 g, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt, Serek a`la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE,</u>), Sałatka z pomidora i sałaty lodowej b/skórki 100 g,
		Posiłek nocny: Jabłko pieczone 1szt. 1 szt,

Wartości odżywcze: E: 2543.48 kcal; B: 104.45 g; T: 52.4 g; Kw. tł. nasy.: 11.9 g; W: 432.51 g; W tym cukry: 84.34 g; Bł.: 36.05 g; Sól: 6.3 g; WW: 39.77 Por; Ener. z B: 16.43 %; Ener. z W: 62.35 %; Ener. z T: 18.54 %; Ener. z Bł.: 2.83 %; K: 4992.54 mg;

czwartek 2023-11-30 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, Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt, Polędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 30 g (<u>SOJ,</u>), Sałatka jarzynowa z jajkiem-diety () (bez mleka) 150 g (<u>JAJ, SEL,</u>), Sałata zielona 20 g,	Ziemniaczana *(bez mleka) () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 400 g (<u>SEL, GLU JĘCZ,</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>), Fasolka szparagowa z wody* 150 g, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt, Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ,</u>), Sałatka z pomidora i sałaty lodowej 100 g,
		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt,

Wartości odżywcze: E: 2300.84 kcal; B: 74.51 g; T: 72.07 g; Kw. tł. nasy.: 11.43 g; W: 354.93 g; W tym cukry: 60.46 g; Bł.: 37.03 g; Sól: 7.65 g; WW: 31.88 Por; Ener. z B: 12.95 %; Ener. z W: 55.27 %; Ener. z T: 28.19 %; Ener. z Bł.: 3.22 %; K: 3984.81 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2023-12-01 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Kasza manna na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE,</u>), Miód (25g) 1 szt , Śliwka szt 2 szt , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Szpinakowa z zacierką * 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem () 200 g , Kotlet z ryby (Dorsz) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>), Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g , Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 50 g (<u>SEL,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1.50 szt (<u>JAJ,</u>), Sos tatarski 50 ml (<u>JAJ, GOR, S02,</u>), Sałatka warzywna (ogórek,rzodkiewka,papryka) () 100 g (<u>MLE,</u>), Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>),
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: E: 2239.15 kcal; B: 92.38 g; T: 56.54 g; Kw. tł. nasy.: 11.35 g; W: 356.26 g; W tym cukry: 87.12 g; Bł.: 32.37 g; Sól: 7.42 g; WW: 32.42 Por; Ener. z B: 16.5 %; Ener. z W: 57.86 %; Ener. z T: 22.72 %; Ener. z Bł.: 2.89 %; K: 5058.18 mg;

piątek 2023-12-01 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kasza manna na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Ser żółty 60 g (<u>MLE,</u>), Pomidorki koktajlowe 100 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	Szpinakowa z zacierką * 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem () 200 g , Ryba pieczona w ziołach (Dorsz) 100 g (<u>RYB,</u>), Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g , Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 50 g (<u>SEL,</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>), Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1.50 szt (<u>JAJ,</u>), Sos tatarski 50 ml (<u>JAJ, GOR, S02,</u>), Sałatka warzywna (ogórek,rzodkiewka,papryka) () 100 g (<u>MLE,</u>),
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: Chleb Graham 25 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 0.50 szt , Twarożek z natką 30 g (<u>MLE,</u>), Sałata zielona 10 g ,	Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: E: 2265.67 kcal; B: 117.38 g; T: 74.88 g; Kw. tł. nasy.: 22.55 g; W: 301.21 g; W tym cukry: 51.48 g; Bł.: 35.42 g; Sól: 8.83 g; WW: 26.63 Por; Ener. z B: 20.72 %; Ener. z W: 46.93 %; Ener. z T: 29.74 %; Ener. z Bł.: 3.13 %; K: 5699.28 mg;

piątek 2023-12-01 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Kasza manna na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE,</u>), Miód (25g) 1 szt , Jabłko 1 szt 1 szt , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Szpinakowa z zacierką * 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem () 200 g , Ryba pieczona w ziołach (Dorsz) 100 g (<u>RYB,</u>), Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Bukiet jarzyn oprószany z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>), Sałatka wiosenna - diety 100 g ,
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: E: 2301.05 kcal; B: 99.34 g; T: 57.3 g; Kw. tł. nasy.: 11.03 g; W: 360.38 g; W tym cukry: 90.89 g; Bł.: 25.1 g; Sól: 6.34 g; WW: 33.56 Por; Ener. z B: 17.27 %; Ener. z W: 58.28 %; Ener. z T: 22.41 %; Ener. z Bł.: 2.18 %; K: 5011.23 mg;

piątek 2023-12-01 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
--	--	--

Wartości odżywcze: E: 2352.69 kcal; B: 85.12 g; T: 56.6 g; Kw. tł. nasy.: 9.56 g; W: 390.17 g; W tym cukry: 66.78 g; Bł.: 27.84 g; Sól: 7.92 g; WW: 36.27 Por; Ener. z B: 14.47 %; Ener. z W: 61.6 %; Ener. z T: 21.65 %; Ener. z Bł.: 2.37 %; K: 4222.07 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

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

sobota 2023-12-02 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Parówki drobiowo-wieprz (homogenizowane,wędz,parz w osłonce niejadalnej) 80 g (<u>SOJ,</u>), Mix sałat 20 g , Ogórek kiszony 80 g ,	Koperkowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem () 200 g , Bigos 300 g (<u>GLU PSZ, SEL, GOR,</u>), Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Salátka z brokułem, ciecierzycą, pestkami słonecznika i koperkiem 150 g , Salata zielona z oliwą 20 g ,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt ,

Wartości odżywcze: E: 2460.8 kcal; B: 78.33 g; T: 93.26 g; Kw. tł. nasy.: 23.29 g; W: 340.65 g; W tym cukry: 72.52 g; Bł.: 35.05 g; Sól: 11.99 g; WW: 30.52 Por; Ener. z B: 12.73 %; Ener. z W: 49.68 %; Ener. z T: 34.11 %; Ener. z Bł.: 2.85 %; K: 4383.82 mg;

sobota 2023-12-02 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ,</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ,</u>), Mix sałat 20 g , Ogórek kiszony 80 g ,	Koperkowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem () 200 g , Gulasz wieprzowy z warzywami* 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 150 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Salátka z brokułem, ciecierzycą, pestkami słonecznika i koperkiem 150 g , Salata zielona z oliwą 20 g ,
II Śniadanie: Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: Budyń o smaku śmietankowym z chipsami kokosowymi b/c 150 ml (<u>MLE, S02,</u>),	Posiłek nocny: Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt ,

Wartości odżywcze: E: 2437.38 kcal; B: 109.87 g; T: 83.47 g; Kw. tł. nasy.: 19.24 g; W: 328.86 g; W tym cukry: 56.56 g; Bł.: 37.37 g; Sól: 8.33 g; WW: 29.26 Por; Ener. z B: 18.03 %; Ener. z W: 47.84 %; Ener. z T: 30.82 %; Ener. z Bł.: 3.07 %; K: 4785.61 mg;

sobota 2023-12-02 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 2 szt , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ,</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g ,	Koperkowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem () 200 g , Gulasz wieprzowy z warzywami* 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 2 szt , Salátka z brokułu i tofu 150 g (<u>SOJ,</u>), Salata zielona z oliwą 20 g ,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt ,

Wartości odżywcze: E: 2337.6 kcal; B: 86.53 g; T: 76.52 g; Kw. tł. nasy.: 16.85 g; W: 338.03 g; W tym cukry: 70.88 g; Bł.: 30.46 g; Sól: 7.88 g; WW: 30.78 Por; Ener. z B: 14.81 %; Ener. z W: 52.63 %; Ener. z T: 29.46 %; Ener. z Bł.: 2.61 %; K: 4320.37 mg;

sobota 2023-12-02 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2023-12-03 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 smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Ser żółty 60 g (<u>MLE</u>), Sałatka z pomidorów z cebulką i olejem 100 g ,	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem () 200 g , udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g , Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g , Bukiet warzyw gotowanych królewski* 50 g , Babka cytrynowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Salami kielbasa wieprzowo-wołowa drobno rozdrobniona surowo wędzona, dojrzewająca, wędzona. 30 g (<u>SOJ, SEL, GOR</u>), Ser mozzarella kulki 50 g (<u>MLE</u>), Słupki z marchewki 80 g , Rukola 20 g ,
		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>),
Wartości odżywcze: E: 2739.63 kcal; B: 126.4 g; T: 94.84 g; Kw. tł. nasy.: 34.99 g; W: 335.99 g; W tym cukry: 56.47 g; Bł.: 24.47 g; Sól: 8.41 g; WW: 31.24 Por; Ener. z B: 18.45 %; Ener. z W: 45.48 %; Ener. z T: 31.16 %; Ener. z Bł.: 1.79 %; K: 4031.49 mg;		
niedziela 2023-12-03 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Twarożek 80 g (<u>MLE</u>), Sałatka z pomidorów z cebulką i olejem 100 g ,	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem () 200 g , udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g , Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () b/c 100 g , Bukiet warzyw gotowanych królewski* 50 g , Sok pomidorowy 250 ml , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Polędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 30 g (<u>SOJ</u>), Ser mozzarella kulki 50 g (<u>MLE</u>), Słupki z marchewki 80 g , Rukola 20 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny z płatkami owsianymi 150 g (<u>MLE, GLU OW</u>),	Podwieczorek: Kiwi 1 szt 1 szt ,	Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,
Wartości odżywcze: E: 2366.55 kcal; B: 131.91 g; T: 74.31 g; Kw. tł. nasy.: 24.28 g; W: 309.93 g; W tym cukry: 61.36 g; Bł.: 35.57 g; Sól: 9.3 g; WW: 27.7 Por; Ener. z B: 22.3 %; Ener. z W: 46.37 %; Ener. z T: 28.26 %; Ener. z Bł.: 3.01 %; K: 6200.25 mg;		
niedziela 2023-12-03 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 smarownia (59% tł) 10g 2 szt , Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 80 g (<u>MLE</u>), Banan 1szt. 1 szt ,	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem () 200 g , Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g , Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g , Buraczki gotowane drobno tarte () 50 g , Babka cytrynowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 2 szt , Polędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 30 g (<u>SOJ</u>), Ser mozzarella kulki 50 g (<u>MLE</u>), Słupki z marchewki 80 g , Rukola 20 g ,
		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>),
Wartości odżywcze: E: 2843.99 kcal; B: 122.12 g; T: 76.53 g; Kw. tł. nasy.: 23.41 g; W: 403.45 g; W tym cukry: 98.41 g; Bł.: 19.93 g; Sól: 6.14 g; WW: 38.51 Por; Ener. z B: 17.18 %; Ener. z W: 53.94 %; Ener. z T: 24.22 %; Ener. z Bł.: 1.4 %; K: 4582.85 mg;		
niedziela 2023-12-03 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		

Jadłospisy dla oddziałów

kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 80 g (<u>MLE</u>), Banan 1szt. 1 szt ,	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem () 200 g , Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g , Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g , Buraczki gotowane drobno tarte () 50 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml , Babka cytrynowa 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u>),	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Polędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 30 g (<u>SOJ</u>), Marchew gotowana z olejem 80 g , Salata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: E: 2882.5 kcal; B: 121.33 g; T: 58.34 g; Kw. tł. nasy.: 14.76 g; W: 455.71 g; W tym cukry: 98.65 g; Bł.: 21.56 g; Sól: 6.25 g; WW: 43.55 Por; Ener. z B: 16.84 %; Ener. z W: 60.25 %; Ener. z T: 18.22 %; Ener. z Bł.: 1.5 %; K: 4672.29 mg;

niedziela 2023-12-03 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 150 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (<u>SOJ</u>), Banan 1szt. 1 szt ,	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem () 200 g , Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g , Sos koperkowy *(bez mleka) 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g , Buraczki gotowane drobno tarte () 50 g , Babka cytrynowa 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Polędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 30 g (<u>SOJ</u>), Słupki z marchewki 80 g , Rukola 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: E: 2604.32 kcal; B: 105.76 g; T: 52.8 g; Kw. tł. nasy.: 13.2 g; W: 415.87 g; W tym cukry: 87.25 g; Bł.: 25.41 g; Sól: 8.4 g; WW: 39.24 Por; Ener. z B: 16.24 %; Ener. z W: 59.97 %; Ener. z T: 18.25 %; Ener. z Bł.: 1.95 %; K: 4718.74 mg;