

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2024-09-09		
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., Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (SOJ.), Ogórek świeży 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.), Arbuz 150 g , 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 rzodkiewki 80 g (MLE.), Sałatka z pomidorów i koperku 90 g , Rukola 10 g ,
		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1947.86 kcal; Białko ogółem: 68.04 g; Tłuszcz: 44.12 g; Kw. tł. nasy.: 11.73 g; Węglowodany ogółem: 332.95 g; W tym cukry: 91.06 g; Błonnik pok.: 31.54 g; Sól: 8.29 g; WW: 30.18 Por; : 13.97 %; : 68.37 %; Ener. z T: 20.39 %; Ener. z Bł.: 3.24 %; K: 3494.05 mg;

poniedziałek 2024-09-09		
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 , Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (SOJ.), Ogórek świeży 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.), Arbuz 150 g , 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 rzodkiewki 80 g (MLE.), Sałatka z pomidorów i koperku 80 g , Rukola 20 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: 2019.7 kcal; Białko ogółem: 76.36 g; Tłuszcz: 48.49 g; Kw. tł. nasy.: 12.3 g; Węglowodany ogółem: 335.6 g; W tym cukry: 86.64 g; Błonnik pok.: 36.56 g; Sól: 8.15 g; WW: 29.95 Por; : 15.12 %; : 66.47 %; Ener. z T: 21.61 %; Ener. z Bł.: 3.62 %; K: 3931.44 mg;

poniedziałek 2024-09-09		
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 , Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (SOJ.), Pomidor 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.), Arbuz 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 , 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: 1933.87 kcal; Białko ogółem: 71.02 g; Tłuszcz: 35.5 g; Kw. tł. nasy.: 9.88 g; Węglowodany ogółem: 344.14 g; W tym cukry: 89.55 g; Błonnik pok.: 19.34 g; Sól: 6.97 g; WW: 32.6 Por; : 14.69 %; : 71.18 %; Ener. z T: 16.52 %; Ener. z Bł.: 2 %; K: 3318 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-09-09	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 (GLUPSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szyńka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (SOJ.), Bukiet jarzyn oprószony z olejem* 80 g (GLUPSZ, SEL.), Sałata zielona 20 g ,	Wielowarzywna z ziemniakami * () 400 ml (GLUPSZ, 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 (GLUPSZ.), 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: 2098.36 kcal; Białko ogółem: 71.94 g; Tłuszcz: 39.58 g; Kw. tł. nasy.: 10.36 g; Węglowodany ogółem: 376.94 g; W tym cukry: 111.65 g; Błonnik pok.: 23.25 g; Sól: 7.12 g; WW: 35.53 Por; : 13.71 %; : 71.85 %; Ener. z T: 16.98 %; Ener. z Bł.: 2.22 %; K: 3638.42 mg;

poniedziałek 2024-09-09	Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci	
Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL, GLU OW.), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Schab gotowany 50 g , Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Wielowarzywna z ziemniakami *(bez mleka) () 400 ml (GLUPSZ, SEL.), Ryż na sypko 200 g , Pulpet drobiowy 100 g (GLUPSZ, JAJ.), Sos majerankowy * 100 ml (GLUPSZ, SEL.), Marchew gotowana z olejem* 150 g , Arbus 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ.), 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 ,
II Śniadanie: Bułka pszenna długa krojona 25 g (GLUPSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 0.50 szt (JAJ.), Sałata zielona 10 g ,		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2165.07 kcal; Białko ogółem: 90.35 g; Tłuszcz: 53.68 g; Kw. tł. nasy.: 10.81 g; Węglowodany ogółem: 343.63 g; W tym cukry: 56.29 g; Błonnik pok.: 24.51 g; Sól: 7.94 g; WW: 32.02 Por; : 16.69 %; : 63.49 %; Ener. z T: 22.32 %; Ener. z Bł.: 2.26 %; K: 3593.08 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2024-09-10 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Makaron 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, Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (<u>SOJ</u> , <u>SEL</u>), Pomidor 100 g, Sałata zielona 20 g,	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), kasza pęczak/sypko 200 g (<u>GLU PSZ</u>), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u>), Sos chrzanowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>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</u> , <u>GLU</u> , <u>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, Szprot w sosie pomidorowym 40 g (<u>RYB</u> , <u>SEL</u>), Twaróg półtłusty 40 g (<u>MLE</u>), Pomidor 80 g, Mix sałat 20 g,
		Posiłek nocny: Nektarynka 1 szt 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2224.54 kcal; Białko ogółem: 106.43 g; Tłuszcz: 51.28 g; Kw. tł. nasy.: 14.68 g; Węglowodany ogółem: 341.14 g; W tym cukry: 57.75 g; Błonnik pok.: 40.21 g; Sól: 4.98 g; WW: 30.27 Por; : 19.14 %; : 61.34 %; Ener. z T: 20.75 %; Ener. z Bł.: 3.62 %; K: 4301.54 mg;

wtorek 2024-09-10 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Makaron pełnoziarnisty 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, Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (<u>SOJ</u> , <u>SEL</u>), Pomidor 100 g, Sałata zielona 20 g,	Solferino * () 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kasza pęczak/sypko 200 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u>), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u>), Sos chrzanowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>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</u> , <u>GLU</u> , <u>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, Polędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ</u>), Pomidor 80 g, Mix sałat 20 g,
II Śniadanie: Koktajl wieloowocowy* b/c 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Śliwka szt 2 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: 2393.3 kcal; Białko ogółem: 113.5 g; Tłuszcz: 61.06 g; Kw. tł. nasy.: 20.76 g; Węglowodany ogółem: 357.52 g; W tym cukry: 67.4 g; Błonnik pok.: 48.02 g; Sól: 8.58 g; WW: 31.15 Por; : 18.97 %; : 59.75 %; Ener. z T: 22.96 %; Ener. z Bł.: 4.01 %; K: 5001.76 mg;

wtorek 2024-09-10 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Makaron 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, Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (<u>SOJ</u> , <u>SEL</u>), Pomidor b/skórki 80 g, Sałata zielona 20 g,	Solferino * () 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ</u>), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u>), Sos ziołowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>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</u> , <u>GLU</u> , <u>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, Polędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ</u>), Pomidor b/skórki 80 g, Mix sałat 20 g,
		Posiłek nocny: Nektarynka 1 szt 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2024.84 kcal; Białko ogółem: 87.46 g; Tłuszcz: 41.05 g; Kw. tł. nasy.: 10.98 g; Węglowodany ogółem: 337.2 g; W tym cukry: 59.5 g; Błonnik pok.: 23.79 g; Sól: 6.58 g; WW: 31.54 Por; : 17.28 %; : 66.61 %; Ener. z T: 18.25 %; Ener. z Bł.: 2.35 %; K: 3850.17 mg;

wtorek 2024-09-10 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
Makaron 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, Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (<u>SOJ</u> , <u>SEL</u>), Pomidor b/skórki 80 g, Sałata zielona 20 g,	Solferino * () 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ</u>), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u>), Sos ziołowy 100 ml (<u>GLU PSZ</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, 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, Polędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ</u>), Pomidor b/skórki 80 g, Mix sałat 20 g,

Jadłospisy dla oddziałów

		Posiłek nocny: Jabłko pieczone 1szt. 1 szt ,
--	--	---

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 2024-09-10	Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci	
--------------------------	--	--

Makaron na wywarze jarzynowym 400 ml (GLU PSZ. JAJ. 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 , Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Solferino (bez mleka)*() 400 ml (GLU PSZ. SEL.), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ. JAJ.), Sos ziołowy 100 ml (GLU PSZ. SEL.), Marchew oprószana z olejem* 150 g (GLU PSZ.), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	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 , Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g ,
--	---	---

II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml ,		Posiłek nocny: Nektarynka 1 szt 1 szt ,
---	--	--

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1961.59 kcal; Białko ogółem: 78.31 g; Tłuszcz: 39.63 g; Kw. tł. nasy.: 9.7 g; Węglowodany ogółem: 335.89 g; W tym cukry: 49.16 g; Błonnik pok.: 27.24 g; Sól: 6.81 g; WW: 31.05 Por; : 15.97 %; : 68.49 %; Ener. z T: 18.18 %; Ener. z Bł.: 2.78 %; K: 3259.74 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2024-09-11 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>GLUPSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo o smaku wanilinowym 60 g (<u>MLE</u>), Szynka w siatce- wieprzowa, parzona, wędzona z poł. kaw. mięsa 30 g (<u>GLUPSZ, SOJ</u>), Sałatka wiosenna - diety 100 g ,	Grycikowa * 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Eskalopka z kurczaka 100 g (<u>GLUPSZ, JAJ, MLE</u>), Surówka Colesław b/c () 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR</u>), Fasolka szparagowa z bułką tartą i z olejem* 100 g (<u>GLUPSZ</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 50 g (<u>GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE</u>), Sałata zielona 20 g , Ogórek świeży 80 g ,
		Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2081.59 kcal; Białko ogółem: 90.11 g; Tłuszcz: 61.11 g; Kw. tł. nasy.: 9.98 g; Węglowodany ogółem: 303.76 g; W tym cukry: 58.25 g; Błonnik pok.: 25.76 g; Sól: 7.02 g; WW: 27.91 Por; : 17.32 %; : 58.37 %; Ener. z T: 26.42 %; Ener. z Bł.: 2.48 %; K: 3838.88 mg;

środa 2024-09-11 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>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE</u>), Szynka w siatce- wieprzowa, parzona, wędzona z poł. kaw. mięsa 30 g (<u>GLUPSZ, SOJ</u>), Sałatka wiosenna - diety 100 g ,	Grycikowa * 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g , Sos bazyliowy* 100 ml (<u>GLUPSZ, 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>GLUPSZ</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 świeży 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: 2007.26 kcal; Białko ogółem: 101.62 g; Tłuszcz: 58.88 g; Kw. tł. nasy.: 9.23 g; Węglowodany ogółem: 284.53 g; W tym cukry: 44.23 g; Błonnik pok.: 33.96 g; Sól: 8.79 g; WW: 25.19 Por; : 20.25 %; : 56.7 %; Ener. z T: 26.4 %; Ener. z Bł.: 3.38 %; K: 5081.3 mg;

środa 2024-09-11 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>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo o smaku wanilinowym 60 g (<u>MLE</u>), Szynka w siatce- wieprzowa, parzona, wędzona z poł. kaw. mięsa 30 g (<u>GLUPSZ, SOJ</u>), Sałatka wiosenna - diety 100 g ,	Grycikowa * 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g , Sos bazyliowy* 100 ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki z olejem* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,
		Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1968.09 kcal; Białko ogółem: 91.18 g; Tłuszcz: 46.81 g; Kw. tł. nasy.: 8.27 g; Węglowodany ogółem: 301.71 g; W tym cukry: 58.81 g; Błonnik pok.: 18.51 g; Sól: 7.13 g; WW: 28.38 Por; : 18.53 %; : 61.32 %; Ener. z T: 21.41 %; Ener. z Bł.: 1.88 %; K: 3895.27 mg;

środa 2024-09-11 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
Ryż na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo o smaku wanilinowym 60 g (<u>MLE</u>), Szynka w siatce- wieprzowa, parzona, wędzona z poł. kaw. mięsa 30 g (<u>GLUPSZ, SOJ</u>), Sałatka wiosenna - diety b/skórki 100 g ,	Grycikowa * 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g , Sos bazyliowy* 100 ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki z olejem* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,

Jadłospisy dla oddziałów

		Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE</u>),
--	--	---

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1968.09 kcal; Białko ogółem: 91.18 g; Tłuszcz: 46.81 g; Kw. tł. nasy.: 8.27 g; Węglowodany ogółem: 301.71 g; W tym cukry: 58.81 g; Błonnik pok.: 18.51 g; Sól: 7.13 g; WW: 28.38 Por; : 18.53 %; : 61.32 %; Ener. z T: 21.41 %; Ener. z Bł.: 1.88 %; K: 3895.27 mg;

środa 2024-09-11 Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci		
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 wiosenna - diety 100 g ,	Grysikowa * 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 z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 50 g (<u>SOJ, SEL</u>), Sałata zielona 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,
II Śniadanie: Biszkoty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ</u>),		Posiłek nocny: Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2033.84 kcal; Białko ogółem: 92.44 g; Tłuszcz: 54.64 g; Kw. tł. nasy.: 10.2 g; Węglowodany ogółem: 301.84 g; W tym cukry: 42.53 g; Błonnik pok.: 18.9 g; Sól: 6.12 g; WW: 28.36 Por; : 18.18 %; : 59.36 %; Ener. z T: 24.18 %; Ener. z Bł.: 1.86 %; K: 3794.74 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2024-09-12		
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, Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g , Rzodkiew biała 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* 60 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: Orzechy włoskie łuskane 20 g (<u>ORZ</u>), Jabłko 1 szt 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2309.55 kcal; Białko ogółem: 87.71 g; Tłuszcz: 73.51 g; Kw. tł. nasy.: 14.26 g; Węglowodany ogółem: 336.55 g; W tym cukry: 74.93 g; Błonnik pok.: 35.78 g; Sól: 5.8 g; WW: 30.13 Por; : 15.19 %; : 58.29 %; Ener. z T: 28.65 %; Ener. z Bł.: 3.1 %; K: 4059.57 mg;

czwartek 2024-09-12		
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 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g , Rzodkiew biała 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* 60 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: Orzechy włoskie łuskane 20 g (<u>ORZ</u>), Jabłko 1 szt 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2535.77 kcal; Białko ogółem: 103.4 g; Tłuszcz: 72.65 g; Kw. tł. nasy.: 12.92 g; Węglowodany ogółem: 384.28 g; W tym cukry: 79.57 g; Błonnik pok.: 53.92 g; Sól: 7 g; WW: 33.16 Por; : 16.31 %; : 60.62 %; Ener. z T: 25.79 %; Ener. z Bł.: 4.25 %; K: 5010.51 mg;

czwartek 2024-09-12		
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, Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g , 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 , Szynekowa 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: 2102.95 kcal; Białko ogółem: 87.66 g; Tłuszcz: 44.04 g; Kw. tł. nasy.: 9.23 g; Węglowodany ogółem: 350.86 g; W tym cukry: 83.82 g; Błonnik pok.: 26.55 g; Sól: 7.42 g; WW: 32.42 Por; : 16.67 %; : 66.74 %; Ener. z T: 18.85 %; Ener. z Bł.: 2.52 %; K: 4429.04 mg;

czwartek 2024-09-12		
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, Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g , 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, Szynekowa 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 ,

Jadłospisy dla oddziałów

		Posiłek nocny: Banan 1szt. 1 szt ,
--	--	---

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2102.95 kcal; Białko ogółem: 87.66 g; Tłuszcz: 44.04 g; Kw. tł. nasy.: 9.23 g; Węglowodany ogółem: 350.86 g; W tym cukry: 83.82 g; Błonnik pok.: 26.55 g; Sól: 7.42 g; WW: 32.42 Por; : 16.67 %; : 66.74 %; Ener. z T: 18.85 %; Ener. z Bł.: 2.52 %; K: 4429.04 mg;

czwartek 2024-09-12	Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci	
----------------------------	--	--

Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 400 ml (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 , Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g , Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (SEL), Sałata zielona 20 g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml (GLU PSZ, SEL), Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego () 350 g (GLU PSZ, SEL), Brokuł gotowany* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	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 , Szynka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ), Roszponka 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,
---	--	--

II Śniadanie: Owsianka na wodzie z jabłkiem pieczonym i cynamonem 200 g (GLU OW),		Posiłek nocny: Banan 1szt. 1 szt ,
---	--	---

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2104.68 kcal; Białko ogółem: 75.81 g; Tłuszcz: 43.91 g; Kw. tł. nasy.: 8.95 g; Węglowodany ogółem: 367.26 g; W tym cukry: 66.62 g; Błonnik pok.: 33.87 g; Sól: 8.37 g; WW: 33.28 Por; : 14.41 %; : 69.8 %; Ener. z T: 18.78 %; Ener. z Bł.: 3.22 %; K: 3847.16 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2024-09-13		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE,</u>), Dżem 25 g 1 szt , Arbuz 150 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>), Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g , Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>), Szyńka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 30 g (<u>SOJ,</u>), Sałatka wiosenna - diety 100 g , Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>),
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2317.53 kcal; Białko ogółem: 103.65 g; Tłuszcz: 65.25 g; Kw. tł. nasy.: 10.3 g; Węglowodany ogółem: 344.28 g; W tym cukry: 86.59 g; Błonnik pok.: 29.15 g; Sól: 8.28 g; WW: 31.58 Por; : 17.89 %; : 59.42 %; Ener. z T: 25.34 %; Ener. z Bł.: 2.52 %; K: 5104.55 mg;

piątek 2024-09-13		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Makaron pełnoziarnisty na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE,</u>), Arbuz 150 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Pulpet rybno-warzywny* 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,</u>), Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>), Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g , Warzywa po grecku * (bez cukru) 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>), Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 30 g (<u>SOJ,</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>), Sałatka wiosenna - diety 100 g ,
II Śniadanie: Koktajl wieloowocowy* b/c 200 ml (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: Chleb Graham 25 g (<u>GLU PSZ,</u>), Hummus 30 g (<u>SEZ,</u>), Sałata zielona 10 g ,	Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2283.52 kcal; Białko ogółem: 102.94 g; Tłuszcz: 64.01 g; Kw. tł. nasy.: 11.71 g; Węglowodany ogółem: 340.17 g; W tym cukry: 82.9 g; Błonnik pok.: 37.81 g; Sól: 8.89 g; WW: 30.27 Por; : 18.03 %; : 59.59 %; Ener. z T: 25.23 %; Ener. z Bł.: 3.31 %; K: 5675.76 mg;

piątek 2024-09-13		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE,</u>), Dżem 25 g 1 szt , Arbuz 150 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Pulpet rybno-warzywny* 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,</u>), Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>), Warzywa po grecku* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>), Szyńka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 30 g (<u>SOJ,</u>), Sałatka wiosenna - diety 100 g ,
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2177 kcal; Białko ogółem: 92.98 g; Tłuszcz: 48.6 g; Kw. tł. nasy.: 8.84 g; Węglowodany ogółem: 355.43 g; W tym cukry: 89.58 g; Błonnik pok.: 24.07 g; Sól: 6.84 g; WW: 33.19 Por; : 17.08 %; : 65.31 %; Ener. z T: 20.09 %; Ener. z Bł.: 2.21 %; K: 4920.91 mg;

piątek 2024-09-13		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE,</u>), Dżem 25 g 1 szt , Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Pulpet rybno-warzywny* 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,</u>), Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>), Warzywa po grecku* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (<u>SOJ,</u>), Sałatka wiosenna - diety 100 g ,
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2034.15 kcal; Białko ogółem: 83.25 g; Tłuszcz: 44.54 g; Kw. tł. nasy.: 7.51 g; Węglowodany ogółem: 339.38 g; W tym cukry: 75.21 g; Błonnik pok.: 26.17 g; Sól: 7.01 g; WW: 31.43 Por; : 16.37 %; : 66.74 %; Ener. z T: 19.7 %; Ener. z Bł.: 2.57 %; K: 4440.66 mg;

piątek 2024-09-13		Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci
Zacierka na wywarze jarzynowym 400 ml (GLU PSZ. JAJ. 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 , Arbuż 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 , Szyńka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 30 g (SOJ.), Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.), Sałatka wiosenna - diety 100 g ,
II Śniadanie: Kisiel o smaku cytrynowym b/c 150 ml ,		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2029.2 kcal; Białko ogółem: 73.75 g; Tłuszcz: 46.36 g; Kw. tł. nasy.: 8.73 g; Węglowodany ogółem: 342.28 g; W tym cukry: 79.76 g; Błonnik pok.: 24.85 g; Sól: 7.6 g; WW: 31.8 Por; : 14.54 %; : 67.47 %; Ener. z T: 20.56 %; Ener. z Bł.: 2.45 %; K: 4116.66 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2024-09-14 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Plątki pszenne na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE,), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW,), Sałatka z pomidorów z jogurtem natur i natką pietr 100 g (MLE,),	Ogórkowa z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JEJCZ,), Potrawka drobiowa 200 g (GLU PSZ, SEL,), 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 (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ,), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,), 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 (SOJ, SEL,), Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE,),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2326.29 kcal; Białko ogółem: 87.3 g; Tłuszcz: 73.21 g; Kw. tł. nasy.: 11.72 g; Węglowodany ogółem: 342.72 g; W tym cukry: 56.63 g; Błonnik pok.: 30.59 g; Sól: 6.92 g; WW: 31.16 Por; : 15.01 %; : 58.93 %; Ener. z T: 28.32 %; Ener. z Bt.: 2.63 %; K: 4193.31 mg;

sobota 2024-09-14 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Plątki pszenne na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE,), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW,), Musztarda 15g saszetka 1 szt (GOR,), Sałatka z pomidorów z jogurtem natur i natką pietr 100 g (MLE,),	Ogórkowa z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JEJCZ,), Potrawka drobiowa () 200 g (GLU PSZ, SEL,), 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 (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ,), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,), Bułka graham-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 (SOJ, SEL,), Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 szt ,	Podwieczorek: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,	Posiłek nocny: Chleb Graham 30 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g , Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2533.1 kcal; Białko ogółem: 103.2 g; Tłuszcz: 85.83 g; Kw. tł. nasy.: 14.64 g; Węglowodany ogółem: 359.02 g; W tym cukry: 65.27 g; Błonnik pok.: 43.98 g; Sól: 12.09 g; WW: 31.51 Por; : 16.3 %; : 56.69 %; Ener. z T: 30.5 %; Ener. z Bt.: 3.47 %; K: 4710.16 mg;

sobota 2024-09-14 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Plątki 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 , Szyńka Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW,), Sałatka z pomidorów z jogurtem natur i natką pietr b/skórki 100 g (MLE,),	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (MLE, SEL,), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JEJCZ,), Potrawka drobiowa () 200 g (GLU PSZ, SEL,), Buraczki gotowane () 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ,), 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 (SOJ, SEL,), Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE,),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2324.48 kcal; Białko ogółem: 87.82 g; Tłuszcz: 66.48 g; Kw. tł. nasy.: 11.4 g; Węglowodany ogółem: 358.01 g; W tym cukry: 59.42 g; Błonnik pok.: 31.02 g; Sól: 6.24 g; WW: 32.66 Por; : 15.11 %; : 61.61 %; Ener. z T: 25.74 %; Ener. z Bt.: 2.67 %; K: 4302.35 mg;

sobota 2024-09-14 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 , Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW,), 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 JĘCZ,), 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 (SOJ, SEL,), Sałata zielona 20 g ,</p>
		<p>Posiłek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE,),</p>

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2266.28 kcal; Białko ogółem: 83.43 g; Tłuszcz: 66.33 g; Kw. tł. nasy.: 11.3 g; Węglowodany ogółem: 348.13 g; W tym cukry: 53.3 g; Błonnik pok.: 31.02 g; Sól: 6.1 g; WW: 31.67 Por; : 14.73 %; : 61.44 %; Ener. z T: 26.34 %; Ener. z Bł.: 2.74 %; K: 4077.6 mg;

sobota 2024-09-14 Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci		
<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 JĘCZ,), 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 (SOJ, SEL,), Sałata zielona 20 g ,</p>
<p>II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 szt ,</p>		<p>Posiłek nocny: Chrupki kukurydziane 20 g ,</p>

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2198.18 kcal; Białko ogółem: 77.28 g; Tłuszcz: 65.26 g; Kw. tł. nasy.: 9.59 g; Węglowodany ogółem: 344.68 g; W tym cukry: 50.83 g; Błonnik pok.: 39.77 g; Sól: 6.5 g; WW: 30.45 Por; : 14.06 %; : 62.72 %; Ener. z T: 26.72 %; Ener. z Bł.: 3.62 %; K: 3975.87 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2024-09-15 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Kasza manna 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,), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Ser żółty 60 g (MLE,), Rzodkiew biała 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Kotlet schabowy 100 g (GLU PSZ, JAJ,), Mizeria 100 g (MLE,), 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Kiełbasa Krakowska wieprzowa parzona grubo rozdrobniona wędzona w osłonce niejadalnej 30 g (GOR,), Serek homo. naturalny 50 g (MLE,), Pomidor 90 g , Rukola 10 g ,
		Posiłek nocny: Migdały 30 g (ORZ,), Arbuź 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2399.25 kcal; Białko ogółem: 110.25 g; Tłuszcz: 81.01 g; Kw. tł. nasy.: 23.12 g; Węglowodany ogółem: 322.12 g; W tym cukry: 62.03 g; Błonnik pok.: 29.32 g; Sól: 7.19 g; WW: 29.31 Por; : 18.38 %; : 53.7 %; Ener. z T: 30.39 %; Ener. z Bł.: 2.44 %; K: 4577.38 mg;

niedziela 2024-09-15 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kasza manna na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE,), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Ser żółty 50 g (MLE,), Rzodkiew biała 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,), Mizeria 100 g (MLE,), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g , 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 , Szyunka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ,), Serek homo. naturalny 50 g (MLE,), Pomidor 90 g , Rukola 10 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny z musem truskawkowym 150 g (MLE,),	Podwieczorek: Sałatka jarzynowa z olejem* 100 g (SEL,),	Posiłek nocny: Migdały 30 g (ORZ,), Arbuź 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2398.67 kcal; Białko ogółem: 125.39 g; Tłuszcz: 76.56 g; Kw. tł. nasy.: 22.47 g; Węglowodany ogółem: 320.48 g; W tym cukry: 67.7 g; Błonnik pok.: 34.15 g; Sól: 6.88 g; WW: 28.66 Por; : 20.91 %; : 53.44 %; Ener. z T: 28.73 %; Ener. z Bł.: 2.85 %; K: 5650.19 mg;

niedziela 2024-09-15 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
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 , Szyunka 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 90 g , Rukola 10 g ,
		Posiłek nocny: Arbuź 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2036.38 kcal; Białko ogółem: 110.33 g; Tłuszcz: 42.45 g; Kw. tł. nasy.: 10.24 g; Węglowodany ogółem: 310.69 g; W tym cukry: 62.77 g; Błonnik pok.: 16.7 g; Sól: 5.03 g; WW: 29.49 Por; : 21.67 %; : 61.03 %; Ener. z T: 18.76 %; Ener. z Bł.: 1.64 %; K: 4300.69 mg;

niedziela 2024-09-15 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
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 , Szyunka 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 1szt. 1 szt ,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2123.12 kcal; Białko ogółem: 110.68 g; Tłuszcz: 42.76 g; Kw. tł. nasy.: 10.49 g; Węglowodany ogółem: 332.56 g; W tym cukry: 78.25 g; Błonnik pok.: 19.32 g; Sól: 5.03 g; WW: 31.49 Por; : 20.85 %; : 62.66 %; Ener. z T: 18.13 %; Ener. z Bł.: 1.82 %; K: 4694.06 mg;

niedziela 2024-09-15		Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci	
Kasza manna na wywarze jarzynowym* 400 ml (GLU PSZ, SEL.), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ.), 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 (GLUPSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka 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: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,		Posiłek nocny: Arbuz 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1928.73 kcal; Białko ogółem: 100.17 g; Tłuszcz: 41.1 g; Kw. tł. nasy.: 9.32 g; Węglowodany ogółem: 297.29 g; W tym cukry: 43.49 g; Błonnik pok.: 17.68 g; Sól: 7.66 g; WW: 28.03 Por; : 20.77 %; : 61.66 %; Ener. z T: 19.18 %; Ener. z Bł.: 1.83 %; K: 3918.52 mg;