

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2024-09-16		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Plátky jęczmienna na mleku /p 400 ml (MLE, GLU JECZ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Chleb Graham 50 g (GLUPSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ), Pomidor 90 g, Roszponka 10 g,	Brokułowa z ryżem* 400 ml (MLE, SEL), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Kotlec z jaj-pieczony 90 g (GLU PSZ, JAJ), Surówka z selera i jabłka () 150 g (MLE, SEL), Jabłko 1 szt 1 szt, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Chleb Graham 50 g (GLUPSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Pasta z łwarogu i makreli wędzonej** 80 g (RYB, MLE), Sałata zielona 20 g,
		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2235.02 kcal; Białko ogółem: 87.72 g; Tłuszcz: 56.02 g; Kw. tł. nasy.: 14.57 g; Węglowodany ogółem: 363.19 g; W tym cukry: 56.23 g; Błonnik pok.: 37.62 g; Sól: 11.64 g; WW: 32.62 Por; : 15.7 %; : 65 %; Ener. z T: 22.56 %; Ener. z Bł.: 3.37 %; K: 4033.03 mg;

poniedziałek 2024-09-16		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Plátky jęczmienna na mleku /p 400 ml (MLE, GLU JECZ), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Chleb Graham 120 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ), Pomidor 90 g, Roszponka 10 g,	Brokułowa z ryżem* 400 ml (MLE, SEL), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Kotlec z jaj-pieczony 90 g (GLU PSZ, JAJ), Surówka z selera i jabłka () 150 g (MLE, SEL), Jabłko 1 szt 1 szt, Kompot owocowy* b/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Chleb Graham 100 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (RYB, SEL), Sałata zielona 20 g,
II Śniadanie: Smoothie (jabłko, szpinak) 200 g,	Podwieczorek: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE),	Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml, Orzechy włoskie luskane 10 g (ORZ),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2210.37 kcal; Białko ogółem: 94.4 g; Tłuszcz: 63.66 g; Kw. tł. nasy.: 13.35 g; Węglowodany ogółem: 336.66 g; W tym cukry: 50.18 g; Błonnik pok.: 43.36 g; Sól: 10.35 g; WW: 29.39 Por; : 17.08 %; : 60.92 %; Ener. z T: 25.92 %; Ener. z Bł.: 3.92 %; K: 4602.81 mg;

poniedziałek 2024-09-16		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Plátky jęczmienna na mleku /p 400 ml (MLE, GLU JECZ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ), Pomidor 90 g, Roszponka 10 g,	Brokułowa z ryżem* 400 ml (MLE, SEL), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Kotlec z jaj-pieczony 90 g (GLU PSZ, JAJ), Surówka z selera i jabłka () 150 g (MLE, SEL), Jabłko 1 szt 1 szt, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (RYB, SEL), Sałata zielona 20 g,
		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2080.68 kcal; Białko ogółem: 84.85 g; Tłuszcz: 53.57 g; Kw. tł. nasy.: 12.11 g; Węglowodany ogółem: 330.36 g; W tym cukry: 57.52 g; Błonnik pok.: 31.05 g; Sól: 9.44 g; WW: 29.97 Por; : 16.31 %; : 63.51 %; Ener. z T: 23.17 %; Ener. z Bł.: 2.98 %; K: 4079.2 mg;

poniedziałek 2024-09-16		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
Plátky jęczmienna na mleku /p 400 ml (MLE, GLU JECZ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ), Pomidor b/skórki 90 g, Roszponka 10 g,	Brokułowa z ryżem* 400 ml (MLE, SEL), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 90 g, 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 (GLU PSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (RYB, SEL), Sałata zielona 20 g,
		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1945.01 kcal; Białko ogółem: 89.91 g; Tłuszcz: 47.91 g; Kw. tł. nasy.: 10.75 g; Węglowodany ogółem: 303.96 g; W tym cukry: 59.38 g; Błonnik pok.: 27.87 g; Sól: 9.09 g; WW: 27.63 Por; : 18.49 %; : 62.51 %; Ener. z T: 22.17 %; Ener. z Bł.: 2.87 %; K: 4286.82 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-09-16	Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna	
Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL</u> , <u>GLU</u> , <u>JECZ</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, Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Pomidor b/skórki 90 g, Roszponka 10 g,	Brokułowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Kotlet z jaj-pieczony 90 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u>), Surówka z selera i jabłka z olejem () 150 g (<u>SEL</u>), 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, Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona 20 g,
		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1951.96 kcal; Białko ogółem: 69.25 g; Tłuszcz: 53.86 g; Kw. tł. nasy.: 10.58 g; Węglowodany ogółem: 312.92 g; W tym cukry: 38.87 g; Błonnik pok.: 31.54 g; Sól: 9.6 g; WW: 28.11 Por.; : 14.19 %; : 64.13%; Ener. z T: 24.84 %; Ener. z Bł.: 3.23 %; K: 3476.52 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2024-09-17 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (MLE), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE), 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), Salata zielona 20 g , Ogórek kiszony 80 g ,	Pieczarkowa z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ), Szynka wieprzowa pieczona 80 g , Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ), Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 100 g , Dynia duszona z olejem* 100 g (GLU PSZ), 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 , Szynka wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ), Pomidor 80 g ,
		Posiłek nocny: Jabłko 150 g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1868.05 kcal; Białko ogółem: 92.01 g; Tłuszcz: 37.94 g; Kw. tł. nasy.: 8.57 g; Węglowodany ogółem: 296.93 g; W tym cukry: 52.42 g; Błonnik pok.: 30.01 g; Sól: 9.11 g; WW: 26.72 Por; : 19.7 %; : 63.58 %; Ener. z T: 18.28 %; Ener. z Bł.: 3.21 %; K: 3681.75 mg;		
wtorek 2024-09-17 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (MLE, GLU JEJCZ), 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 , Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (SOJ), Salata zielona 20 g , Ogórek kiszony 80 g ,	Pieczarkowa z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ), Szynka wieprzowa gotowana 100 g , Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ), Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 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 , Szynka wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ), Pomidor 80 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE),	Podwieczorek: Warzywa pieczone 100 g , Dip zielony 10 g (MLE),	Posiłek nocny: Kanapka z twarogiem i sałatą (chleb razowy 60g, tłuszcz 5g, twaróg 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2100.18 kcal; Białko ogółem: 113.39 g; Tłuszcz: 56.27 g; Kw. tł. nasy.: 12.41 g; Węglowodany ogółem: 298.92 g; W tym cukry: 38.24 g; Błonnik pok.: 35.89 g; Sól: 9.73 g; WW: 26.37 Por; : 21.6 %; : 56.93 %; Ener. z T: 24.12 %; Ener. z Bł.: 3.42 %; K: 4260.34 mg;		
wtorek 2024-09-17 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (MLE), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (SOJ), Salata zielona 20 g , Ogórek kiszony 80 g ,	Solferino * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Makaron 200 g (GLU PSZ), Szynka wieprzowa gotowana 100 g , Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ), Dynia duszona z olejem* 150 g (GLU PSZ), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ), Pomidor 100 g ,
		Posiłek nocny: Jabłko 150 g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1975.7 kcal; Białko ogółem: 97.25 g; Tłuszcz: 36.96 g; Kw. tł. nasy.: 8.96 g; Węglowodany ogółem: 320.67 g; W tym cukry: 55.62 g; Błonnik pok.: 21.46 g; Sól: 8.76 g; WW: 29.89 Por; : 19.69 %; : 64.92 %; Ener. z T: 16.84 %; Ener. z Bł.: 2.17 %; K: 3780.25 mg;		
wtorek 2024-09-17 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (MLE), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (SOJ), Salata zielona 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,	Solferino * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Makaron 200 g (GLU PSZ), Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ), Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ), Dynia duszona z olejem* 150 g (GLU PSZ), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ), Pomidor 100 g ,
		Posiłek nocny: Jabłko pieczone 150 g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2057.4 kcal; Białko ogółem: 90.66 g; Tłuszcz: 44.32 g; Kw. tł. nasy.: 10.18 g; Węglowodany ogółem: 331.76 g; W tym cukry: 58.1 g; Błonnik pok.: 22.36 g; Sól: 7.49 g; WW: 30.95 Por; : 17.63 %; : 64.5 %; Ener. z T: 19.39 %; Ener. z Bł.: 2.17 %; K: 3781.4 mg;		
wtorek 2024-09-17 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		

Jadłospisy dla oddziałów

<p>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, Szyńka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (SOJ), Sałata zielona 20 g, Pomidor b/skórki 80 g,</p>	<p>Solferino (bez mleka)*() 400 ml (GLU PSZ, SEL), Makaron 200 g (GLU PSZ), Szyńka wieprzowa gotowana 100 g, Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ), Dynia duszona z olejem* 150 g (GLU PSZ), Kompot owocowy* z/c 250 ml,</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szyńka wiśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ), Pomidor 100 g,</p>
		<p>Posiłek nocny: Jabłko pieczone 150 g,</p>

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1833.09 kcal; Białko ogółem: 84.17 g; Tłuszcz: 34.77 g; Kw. tł. nasy.: 8.41 g; Węglowodany ogółem: 304.25 g; W tym cukry: 41.53 g; Błonnik pok.: 23.65 g; Sól: 6.88 g; WW: 28.06 Por; : 18.37 %; : 66.39 %; Ener. z T: 17.07 %; Ener. z Bł.: 2.58 %; K: 3367.15 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2024-09-18 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.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (<u>MLE</u>), Szynka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>), Gruszka 1szt. 150 g, Salata zielona 20 g,	Zupa z soczewicy i ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Surówka z marchwi i rzepy ze śmietaną () 100 g (<u>MLE</u>), Buraczki oprószane () b/c 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do 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 90 g, Rukola 10 g,
		Posiłek nocny: Przecier owocowy jablko-morela 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2062.68 kcal; Białko ogółem: 90.27 g; Tłuszcz: 39.5 g; Kw. tł. nasy.: 8.82 g; Węglowodany ogółem: 353.43 g; W tym cukry: 71.96 g; Błonnik pok.: 36.73 g; Sól: 7.2 g; WW: 31.7 Por; : 17.5 %; : 68.54 %; Ener. z T: 17.23 %; Ener. z Bł.: 3.56 %; K: 5131.68 mg;

środa 2024-09-18 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.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (<u>MLE</u>), Szynka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>), Gruszka 1szt. 150 g, Salata zielona 20 g,	Zupa z soczewicy i ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Surówka z marchwi i rzepy ze śmietaną () 150 g (<u>MLE</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (<u>SOJ, SEL</u>), Pomidor 90 g, Rukola 10 g,
II Śniadanie: Budyń o smaku śmietankowym z chipsami kokosowymi b/c 200 ml (<u>MLE, SOJ</u>),	Podwieczorek: Sałatka witaminowa 100 g (<u>SEL</u>),	Posiłek nocny: Kanapka z jajkiem i sałatą (chleb razowy 60g, tłuszcz 5g, jajko 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2364.98 kcal; Białko ogółem: 107.32 g; Tłuszcz: 56.07 g; Kw. tł. nasy.: 15.59 g; Węglowodany ogółem: 381.87 g; W tym cukry: 71.82 g; Błonnik pok.: 45.8 g; Sól: 7.85 g; WW: 33.65 Por; : 18.15 %; : 64.59 %; Ener. z T: 21.34 %; Ener. z Bł.: 3.87 %; K: 5832.53 mg;

środa 2024-09-18 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.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (<u>MLE</u>), Szynka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>), Banan 120 g, Salata zielona 20 g,	Grysikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, 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, Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (<u>SOJ, SEL</u>), Pomidor 80 g, Salata zielona 20 g,
		Posiłek nocny: Przecier owocowy jablko-morela 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1924.04 kcal; Białko ogółem: 82.77 g; Tłuszcz: 32.02 g; Kw. tł. nasy.: 7.47 g; Węglowodany ogółem: 336 g; W tym cukry: 79.9 g; Błonnik pok.: 21.8 g; Sól: 6.12 g; WW: 31.46 Por; : 17.21 %; : 69.85 %; Ener. z T: 14.98 %; Ener. z Bł.: 2.27 %; K: 4226.6 mg;

środa 2024-09-18 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU OW</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 120 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 luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>), Banan 120 g, Salata zielona 20 g,	Grysikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, 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, Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (<u>SOJ, SEL</u>), Pomidor b/skórki 80 g, Salata zielona 20 g,
		Posiłek nocny: Przecier owocowy jablko-morela 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1978.59 kcal; Białko ogółem: 84.52 g; Tłuszcz: 32.32 g; Kw. tł. nasy.: 7.52 g; Węglowodany ogółem: 347.39 g; W tym cukry: 80.04 g; Błonnik pok.: 22.13 g; Sól: 6.3 g; WW: 32.57 Por; : 17.09 %; : 70.23 %; Ener. z T: 14.7 %; Ener. z Bł.: 2.24 %; K: 4239.33 mg;

środa 2024-09-18 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

<p>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 luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>), Banan 120 g, Sałata zielona 20 g,</p>	<p>Grycikowa * 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (<u>GLUPSZ, JAJ.</u>), Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>), Buraczki oprószane () 150 g (<u>GLU PSZ.</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml,</p>	<p>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 osłonce niejadalnej 40 g (<u>SOJ.</u>), Pomidor b/skórki 80 g, Sałata zielona 20 g,</p>
		<p>Posiłek nocny: Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt,</p>

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1808.08 kcal; Białko ogółem: 65.31 g; Tłuszcz: 36.11 g; Kw. tł. nasy.: 8.94 g; Węglowodany ogółem: 317.92 g; W tym cukry: 67.87 g; Błonnik pok.: 22.1 g; Sól: 6.05 g; WW: 29.6 Por; : 14.45 %; : 70.33 %; Ener. z T: 17.97 %; Ener. z Bł.: 2.44 %; K: 3661.87 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2024-09-19		
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 , Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 80 g (<u>MLE,</u>), Ogórek kiszony 90 g , Roszponka 10 g ,	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u>), Ryż na sypko (brązowy) 200 g , Leczo z drobiem-dieta * 250 g , Surówka z marchwi i selera () 150 g (<u>MLE, SEL,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Tyrolska kielbasa wieprzowa drobno rozdrobniona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>), Sałatka jarzynowa (*) 150 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>), Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2218.4 kcal; Białko ogółem: 88.88 g; Tłuszcz: 54.48 g; Kw. tł. nasy.: 12.23 g; Węglowodany ogółem: 356.1 g; W tym cukry: 52.04 g; Błonnik pok.: 37.86 g; Sól: 8.24 g; WW: 31.85 Por; : 16.03 %; : 64.21 %; Ener. z T: 22.1 %; Ener. z Bł.: 3.41 %; K: 4160.99 mg;

czwartek 2024-09-19		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Makaron pełnoziarnisty na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 80 g (<u>MLE,</u>), Ogórek kiszony 90 g , Roszponka 10 g ,	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u>), Ryż na sypko (brązowy) 200 g , Leczo z drobiem-dieta * 250 g , Surówka z marchwi i selera b/c () 150 g (<u>MLE, SEL,</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Tyrolska kielbasa wieprzowa drobno rozdrobniona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>), Sałatka jarzynowa (*) 150 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>), Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Kanapka z szynką i sałata (chleb razowy 60g, tłuszcz do smarowania 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>),	Podwieczorek: Koktajl z jagód * b/c 250 g (<u>MLE,</u>),	Posiłek nocny: Kanapka z szynką i pomidorem (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2547.72 kcal; Białko ogółem: 110.96 g; Tłuszcz: 70.56 g; Kw. tł. nasy.: 20.25 g; Węglowodany ogółem: 386.38 g; W tym cukry: 58.02 g; Błonnik pok.: 51.59 g; Sól: 10.46 g; WW: 33.61 Por; : 17.42 %; : 60.66 %; Ener. z T: 24.92 %; Ener. z Bł.: 4.05 %; K: 5199.66 mg;

czwartek 2024-09-19		
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 kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (<u>MLE,</u>), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ryż na sypko 200 g , Leczo z drobiem-dieta * 250 g , Seler z pietruszką gotowany z olejem () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Tyrolska kielbasa wieprzowa drobno rozdrobniona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>), Sałatka jarzynowa - dieta (*) 150 g (<u>MLE, SEL,</u>), Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2206.53 kcal; Białko ogółem: 89.6 g; Tłuszcz: 42.98 g; Kw. tł. nasy.: 9.13 g; Węglowodany ogółem: 379.23 g; W tym cukry: 50.39 g; Błonnik pok.: 29.93 g; Sól: 5.93 g; WW: 35.01 Por; : 16.24 %; : 68.75 %; Ener. z T: 17.53 %; Ener. z Bł.: 2.71 %; K: 4319.17 mg;

czwartek 2024-09-19		
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 , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (<u>MLE,</u>), Pomidor b/skórki 90 g , Roszponka 10 g ,	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ryż na sypko 200 g , Leczo z drobiem-dieta * 250 g , Seler z pietruszką gotowany z olejem () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Tyrolska kielbasa wieprzowa drobno rozdrobniona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>), Sałatka jarzynowa - dieta (*) 150 g (<u>MLE, SEL,</u>), Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2205.8 kcal; Białko ogółem: 89.58 g; Tłuszcz: 42.98 g; Kw. tł. nasy.: 9.13 g; Węglowodany ogółem: 379.06 g; W tym cukry: 50.27 g; Błonnik pok.: 29.89 g; Sól: 5.92 g; WW: 35 Por; : 16.24 %; : 68.74 %; Ener. z T: 17.54 %; Ener. z Bł.: 2.71 %; K: 4308.29 mg;

czwartek 2024-09-19		
Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		

Jadłospisy dla oddziałów

<p>Zacierka na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szyńka zielonogórska-wp. parzona 50 g (<u>SOJ</u>), Pomidor 90 g, Roszponka 10 g,</p>	<p>Ziemniaczana *(bez mleka) () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ryż na sypko 200 g, Leczo z drobiem-dieta * 250 g, Seler z pietruszką gotowany z olejem () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml,</p>	<p>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, Tyrolska kielbasa wieprzowa drobno rozdrobniona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>), Sałatka jarzynowa z olejem* 150 g (<u>SEL</u>), Sałata zielona 20 g,</p>
		<p>Posiłek nocny: Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>),</p>

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2091.86 kcal; Białko ogółem: 68.98 g; Tłuszcz: 53.32 g; Kw. tł. nasy.: 7.87 g; Węglowodany ogółem: 348.39 g; W tym cukry: 30.13 g; Błonnik pok.: 31.07 g; Sól: 6.29 g; WW: 31.77 Por; : 13.19 %; : 66.62 %; Ener. z T: 22.94 %; Ener. z Bł.: 2.97 %; K: 3479.59 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2024-09-20		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Plátky pszenne na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), 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 , Ser żółty 50 g (<u>MLE,</u>), Miód (25g) 1 szt , Jabłko 150 g ,	Dyniowa z makaronem* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba smażona (Morszczuk) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>), Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () b/c 100 g , Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z jaj 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g ,
		Posiłek nocny: Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2417.95 kcal; Białko ogółem: 107.34 g; Tłuszcz: 71.98 g; Kw. tł. nasy.: 20.82 g; Węglowodany ogółem: 351.08 g; W tym cukry: 77.93 g; Błonnik pok.: 30.89 g; Sól: 7.45 g; WW: 31.95 Por; : 17.76 %; : 58.08 %; Ener. z T: 26.79 %; Ener. z Bł.: 2.55 %; K: 4525.89 mg;

piątek 2024-09-20		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Plátky pszenne na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), 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 , Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE,</u>), Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Dyniowa z makaronem* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba gotowana (Morszczuk) 80 g (<u>RYB,</u>), Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () b/c 100 g , Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z jaj 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g ,
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: Kanapka z serem żółtym i sałata (chleb razowy 60g, tłuszcz do smarowania 5g, ser żółty 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE,</u>),	Posiłek nocny: Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2282.49 kcal; Białko ogółem: 125.63 g; Tłuszcz: 59.99 g; Kw. tł. nasy.: 17.33 g; Węglowodany ogółem: 328.19 g; W tym cukry: 64.64 g; Błonnik pok.: 34.22 g; Sól: 7.28 g; WW: 29.42 Por; : 22.02 %; : 57.52 %; Ener. z T: 23.66 %; Ener. z Bł.: 3 %; K: 5185.82 mg;

piątek 2024-09-20		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Plátky pszenne na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), 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 , Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE,</u>), Miód (25g) 1 szt , Jabłko 150 g ,	Dyniowa z makaronem* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba gotowana (Morszczuk) 80 g (<u>RYB,</u>), Szpinak gotowany 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 , Pasta z jaj 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g ,
		Posiłek nocny: Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2133.65 kcal; Białko ogółem: 102.27 g; Tłuszcz: 44.08 g; Kw. tł. nasy.: 11.01 g; Węglowodany ogółem: 343.27 g; W tym cukry: 76.98 g; Błonnik pok.: 22.25 g; Sól: 5.37 g; WW: 32.08 Por; : 19.17 %; : 64.35 %; Ener. z T: 18.59 %; Ener. z Bł.: 2.09 %; K: 4309.53 mg;

piątek 2024-09-20		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
Plátky pszenne na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), 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 , Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE,</u>), Miód (25g) 1 szt , Jabłko pieczone 150 g ,	Dyniowa z makaronem* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba gotowana (Morszczuk) 80 g (<u>RYB,</u>), Szpinak gotowany 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 , Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE,</u>), Sałatka z pomidorów i koperku b/skórki 100 g ,
		Posiłek nocny: Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2069.39 kcal; Białko ogółem: 101.35 g; Tłuszcz: 36.81 g; Kw. tł. nasy.: 8.08 g; Węglowodany ogółem: 344.45 g; W tym cukry: 76.54 g; Błonnik pok.: 22.25 g; Sól: 5 g; WW: 32.26 Por; : 19.59 %; : 66.58 %; Ener. z T: 16.01 %; Ener. z Bł.: 2.15 %; K: 4164.07 mg;

piątek 2024-09-20		
Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		

Jadłospisy dla oddziałów

<p>Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 400 ml (GLUPSZ, SEL), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), 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), Miód (25g) 1 szt, Jabłko pieczone 150 g,</p>	<p>Dyniowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Ryba gotowana (Morszczuk) 80 g (RYB), Szpinak gotowany z olejem* 150 g (GLU PSZ), Kompot owocowy* z/c 250 ml,</p>	<p>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), Sałatka z pomidorów i koperku b/skórki 100 g,</p>
		<p>Posiłek nocny: Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt,</p>

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1855.98 kcal; Białko ogółem: 76.31 g; Tłuszcz: 36.69 g; Kw. tł. nasy.: 7.7 g; Węglowodany ogółem: 316.16 g; W tym cukry: 52.39 g; Błonnik pok.: 23.19 g; Sól: 5.79 g; WW: 29.31 Por; : 16.45 %; : 68.14 %; Ener. z T: 17.79 %; Ener. z Bł.: 2.5 %; K: 3380.15 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2024-09-21		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Ryż na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Parówki cieszynki-węd. wp. homog. wędz. parz 80 g (<u>SOJ, SEL</u>), Musztarda 10 g (<u>GOR</u>), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i słonecznikiem z olejem* 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JE CZ</u>), Wątróbka wieprzowa duszona w sosie własnym 180 g (<u>GLU PSZ</u>), Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g , Kalaflor gotowany* 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u>), Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u>), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
		Posiłek nocny: Gruszka 1szt. 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2405.13 kcal; Białko ogółem: 107.95 g; Tłuszcz: 78.85 g; Kw. tł. nasy.: 16.07 g; Węglowodany ogółem: 331.96 g; W tym cukry: 52.62 g; Błonnik pok.: 34.78 g; Sól: 9.92 g; WW: 29.76 Por; : 17.95 %; : 55.21 %; Ener. z T: 29.51 %; Ener. z Bł.: 2.89 %; K: 3778.31 mg;

sobota 2024-09-21		
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 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 Familijna wieprzowa, z dodatkiem wody i białka wp z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, MLE</u>), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i słonecznikiem z olejem* 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JE CZ</u>), Gulasz wieprzowy- dieta 180 g (<u>GLU PSZ</u>), Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g , Kalaflor gotowany* 100 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u>), Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u>), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml ,	Podwieczorek: Chleb Graham 25 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 0.50 szt , Twarożek 30 g (<u>MLE</u>), Pomidor 15 g ,	Posiłek nocny: Gruszka 1szt. 150 g , Migdały 10 g (<u>ORZ</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2435.57 kcal; Białko ogółem: 118.86 g; Tłuszcz: 68.59 g; Kw. tł. nasy.: 13.45 g; Węglowodany ogółem: 355.28 g; W tym cukry: 66.55 g; Błonnik pok.: 43.27 g; Sól: 8.97 g; WW: 31.22 Por; : 19.52 %; : 58.35 %; Ener. z T: 25.35 %; Ener. z Bł.: 3.55 %; K: 4377.61 mg;

sobota 2024-09-21		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Ryż na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka Familijna wieprzowa, z dodatkiem wody i białka wp z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, MLE</u>), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i olejem* 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>MLE, SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JE CZ</u>), Gulasz wieprzowy- dieta 180 g (<u>GLU PSZ</u>), Kalaflor gotowany* 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 , Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u>), Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u>), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
		Posiłek nocny: Banan 120 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2064.16 kcal; Białko ogółem: 97.44 g; Tłuszcz: 46.84 g; Kw. tł. nasy.: 10.61 g; Węglowodany ogółem: 325.82 g; W tym cukry: 61.9 g; Błonnik pok.: 27.56 g; Sól: 7.21 g; WW: 29.89 Por; : 18.88 %; : 63.14 %; Ener. z T: 20.42 %; Ener. z Bł.: 2.67 %; K: 4007.49 mg;

sobota 2024-09-21		
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 , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka Familijna wieprzowa, z dodatkiem wody i białka wp z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, MLE</u>), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i olejem* 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>MLE, SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JE CZ</u>), Gulasz wieprzowy- dieta 180 g (<u>GLU PSZ</u>), Buraczki gotowane () 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 , Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u>), Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g ,
		Posiłek nocny: Banan 120 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2112.85 kcal; Białko ogółem: 97.51 g; Tłuszcz: 46.72 g; Kw. tł. nasy.: 10.61 g; Węglowodany ogółem: 338.4 g; W tym cukry: 73.13 g; Błonnik pok.: 28.43 g; Sól: 7.38 g; WW: 31.05 Por; : 18.46 %; : 64.06 %; Ener. z T: 19.9 %; Ener. z Bł.: 2.69 %; K: 4423.58 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-09-21	Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna	
Ryż na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL</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, Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ</u>), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i olejem* 80 g , Salata zielona 20 g ,	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)*() 400 ml (<u>SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>), Gulasz wieprzowy- dieta 180 g (<u>GLU PSZ</u>), Buraczki gotowane () 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g ,
		Posiłek nocny: Banan 120 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1979.94 kcal; Białko ogółem: 77.43 g; Tłuszcz: 49.18 g; Kw. tł. nasy.: 11.93 g; Węglowodany ogółem: 320.47 g; W tym cukry: 56.71 g; Błonnik pok.: 30.02 g; Sól: 6.95 g; WW: 29.14 Por; : 15.64 %; : 64.74 %; Ener. z T: 22.36 %; Ener. z Bł.: 3.03 %; K: 3854.41 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2024-09-22 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, Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 80 g (MLE), Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g,	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 120 g, Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem b/c 100 g, Brokuł gotowany* 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, Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g,
		Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2021.38 kcal; Białko ogółem: 104.99 g; Tłuszcz: 58.25 g; Kw. tł. nasy.: 14.72 g; Węglowodany ogółem: 281.46 g; W tym cukry: 54.63 g; Błonnik pok.: 26.97 g; Sól: 6.89 g; WW: 25.52 Por; : 20.78 %; : 55.7 %; Ener. z T: 25.94 %; Ener. z Bł.: 2.67 %; K: 4408.89 mg;		
niedziela 2024-09-22 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb Graham 100 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 80 g (MLE), Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g,	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 120 g, Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem b/c 100 g, Brokuł gotowany* 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, Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g,
II Śniadanie: Surówka z marchwi i jabłka b/c () 150 g (MLE),	Podwieczorek: Koktajl z jagód * 200 g (MLE),	Posiłek nocny: Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2197.87 kcal; Białko ogółem: 122.31 g; Tłuszcz: 66.29 g; Kw. tł. nasy.: 19.46 g; Węglowodany ogółem: 297.4 g; W tym cukry: 68.07 g; Błonnik pok.: 36.6 g; Sól: 7.35 g; WW: 26.14 Por; : 22.26 %; : 54.13 %; Ener. z T: 27.15 %; Ener. z Bł.: 3.33 %; K: 5787.09 mg;		
niedziela 2024-09-22 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, Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (MLE), Sałata zielona 20 g, Jabłko 150 g,	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 120 g, Brokuł gotowany* 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, Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g,
		Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2074.98 kcal; Białko ogółem: 107.15 g; Tłuszcz: 53.76 g; Kw. tł. nasy.: 14.31 g; Węglowodany ogółem: 302.14 g; W tym cukry: 65.56 g; Błonnik pok.: 22.27 g; Sól: 5.98 g; WW: 27.99 Por; : 20.66 %; : 58.24 %; Ener. z T: 23.32 %; Ener. z Bł.: 2.15 %; K: 4287.57 mg;		
niedziela 2024-09-22 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (MLE), Sałata zielona 20 g, Jabłko pieczone 150 g,	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 120 g, Brokuł gotowany* 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, Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ), Sałatka z pomidorów i koperku b/skórki 100 g,
		Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2074.98 kcal; Białko ogółem: 107.15 g; Tłuszcz: 53.76 g; Kw. tł. nasy.: 14.31 g; Węglowodany ogółem: 302.14 g; W tym cukry: 65.56 g; Błonnik pok.: 22.27 g; Sól: 5.98 g; WW: 27.99 Por; : 20.66 %; : 58.24 %; Ener. z T: 23.32 %; Ener. z Bł.: 2.15 %; K: 4287.57 mg;		
niedziela 2024-09-22 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		

Jadłospisy dla oddziałów

<p>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 Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (<u>SOJ.</u>), Sałata zielona 20 g, Jabłko pieczone 150 g,</p>	<p>Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 120 g, Brokuł gotowany* 150 g, Kompot owocowy* z/c 250 ml,</p>	<p>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 osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</u>), Sałatka z pomidorów i koperku b/skórki 100 g,</p>
		<p>Posiłek nocny: Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt</p>

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1943.17 kcal; Białko ogółem: 86.08 g; Tłuszcz: 57.06 g; Kw. tł. nasy.: 13.99 g; Węglowodany ogółem: 284.04 g; W tym cukry: 49.73 g; Błonnik pok.: 22.2 g; Sól: 6.69 g; WW: 26.15 Por; : 17.72 %; : 58.47 %; Ener. z T: 26.43 %; Ener. z Bł.: 2.29 %; K: 3619.85 mg;