

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2025-08-25 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₁</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Blok drobiowy- wędlna dro. parzona z dodatk mięsa wp 50 g (<u>SOJ, MLE₁</u>), Sałatka wiosenna 100 g ,	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁ SEL₁</u>), Naleśniki z serem 200 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE₁</u>), Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE₁</u>), Jabłko 1 szt 1 szt , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₁</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Ser żółty 50 g (<u>MLE₁</u>), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,
		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2162.56 kcal; Białko ogółem: 89.46 g; Tłuszcz: 55.08 g; Kw. tł. nasy.: 18.96 g; Węglowodany ogółem: 340.24 g; W tym cukry: 79.56 g; Błonnik pok.: 24.82 g; Sól: 6.57 g; WW: 31.62 Por; : 16.55 %; : 62.93 %; Ener. z T: 22.92 %; Ener. z Bł.: 2.3 %; K: 3192.54 mg;

poniedziałek 2025-08-25 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU JEĆZ₁</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Blok drobiowy- wędlna dro. parzona z dodatk mięsa wp 50 g (<u>SOJ, MLE₁</u>), Sałatka wiosenna 100 g ,	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁ SEL₁</u>), Ryż na sypko (brązowy) 200 g , Sos jogurtowo truskawkowy*b/c 100 g (<u>MLE₁</u>), Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE₁</u>), Jabłko 1 szt 1 szt , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Ser żółty 50 g (<u>MLE₁</u>), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,
II Śniadanie: Budyń o smaku waniliowym/p b/c 200 ml (<u>MLE₁</u>),	Podwieczorek: Chleb Graham 25 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Hummus 30 g (<u>SEZ₁</u>), Pomidor 15 g ,	Posiłek nocny: Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 25 g (<u>SOJ₁</u>), Sałata zielona 10 g ,

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

poniedziałek 2025-08-25 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Blok drobiowy- wędlna dro. parzona z dodatk mięsa wp 50 g (<u>SOJ, MLE₁</u>), Warzywa pieczone 100 g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁ SEL₁</u>), Ryż na sypko 200 g , Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE₁</u>), Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE₁</u>), Banan 120 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE₁</u>), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,
		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE₁</u>),

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2025-08-26 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (MLE, GLU JEĆZ.), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g , Nektarynka 1 szt 1 szt , Sałata lodowa 20 g ,	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Kotlet drobiowy panierowany 80 g (GLU PSZ, JAJ.), Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g , Marchew oprószana 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 , Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt ,

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

wtorek 2025-08-26 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (MLE, GLU JEĆZ.), 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 , Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g , Nektarynka 1 szt 1 szt , Sałata lodowa 20 g ,	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Filet z kurczaka gotowany 80 g , Sos pietruszkowy 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Surówka wykwinna z olejem b/c 150 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny z musem jabłkowym b/c 150 g (MLE.),	Podwieczorek: Chleb Graham 25 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Ser żółty 30 g (MLE.), Sałata zielona 10 g ,	Posiłek nocny: Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2221.85 kcal; Białko ogółem: 113.98 g; Tłuszcz: 70.74 g; Kw. tł. nasy.: 20.21 g; Węglowodany ogółem: 299.8 g; W tym cukry: 64.38 g; Błonnik pok.: 31.89 g; Sól: 8.51 g; WW: 26.88 Por; : 20.52 %; : 53.97 %; Ener. z T: 28.65 %; Ener. z Bł.: 2.87 %; K: 4831.22 mg;

wtorek 2025-08-26 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (MLE, GLU JEĆZ.), 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, GLU ŻYT.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g , Nektarynka 1 szt 1 szt , Sałata lodowa 20 g ,	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Filet z kurczaka gotowany 80 g , Sos pietruszkowy 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Marchew oprószana 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 , Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,

Jadłospisy dla oddziałów

		Posiłek nocny: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt ,
--	--	--

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1920.7 kcal; Białko ogółem: 91.04 g; Tłuszcz: 40.39 g; Kw. tł. nasy.: 9.25 g; Węglowodany ogółem: 309.63 g; W tym cukry: 49.48 g; Błonnik pok.: 22.33 g; Sól: 7.46 g; WW: 28.87 Por; : 18.96 %; : 64.48 %; Ener. z T: 18.93 %; Ener. z Bł.: 2.33 %; K: 3800.2 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2025-08-27 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>), Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (<u>SOJ.</u>), Pomidor 90 g, Rukola 10 g,	Kapuśniak z kapusty białej * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>), Kasza gryczana 200 g, Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Surówka z marchwi z olejem () 150 g, Jabłko 1 szt 1 szt, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Paprykarz szczeciński 80 g (<u>RYB, SOJ.</u>), Sałata zielona 20 g,
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 200 ml,

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

środa 2025-08-27 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>), Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (<u>SOJ.</u>), Pomidor 90 g, Rukola 10 g,	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Kasza gryczana 200 g, Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Surówka z marchwi z olejem b/c () 150 g, Jabłko 1 szt 1 szt, Kompot owocowy* b/c 250 ml,	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>), Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Paprykarz szczeciński 80 g (<u>RYB, SOJ.</u>), Sałata zielona 20 g,
II Śniadanie: Sałatka jarzynowa - dieta (*) 100 g (<u>MLE, SEL.</u>),	Podwieczorek: Koktajl z czarnej porzeczki* b/c 150 ml (<u>MLE.</u>),	Posiłek nocny: Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ.</u>), Twaróg półtłusty 25 g (<u>MLE.</u>), Pomidor 15 g,

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

środa 2025-08-27 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>), Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (<u>SOJ.</u>), Pomidor 90 g, Rukola 10 g,	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Cukinia gotowana z pomidorami* 150 g, Jabłko pieczone 1szt. 1 szt,	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, Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>), Sałata zielona 20 g,
		Posiłek nocny: Przecier owocowy-jabłko 100g 1 g,

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2025-08-28 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Kasza manna na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasztet z fasoli* 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>), Sałatka z pomidora i ogórka z olejem 100 g ,	Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese z łop wp* 350 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Surówka z selera i jabłka () 150 g (<u>MLE, SEL,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek 50 g (<u>MLE,</u>), Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 30 g (<u>SOJ, SEL,</u>), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2 l 1 szt ,

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

czwartek 2025-08-28 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ,</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasztet z fasoli* 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>), Sałatka z pomidora i ogórka z olejem 100 g ,	Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese z łop wp* 350 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Surówka z selera i jabłka () 150 g (<u>MLE, SEL,</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek 50 g (<u>MLE,</u>), Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 30 g (<u>SOJ, SEL,</u>), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: Jabłko 150 g ,	Posiłek nocny: Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ,</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>), Jajko gotowane kl M 0.50 szt (<u>JAJ,</u>), Sałata zielona 5 g ,

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

czwartek 2025-08-28 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Kasza manna na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatkiem mięsa wp 50 g (<u>SOJ, MLE,</u>), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,	Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Makaron z sosem bolognese z łop wp-dieta* 350 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek 50 g (<u>MLE,</u>), Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 30 g (<u>SOJ, SEL,</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g ,

Jadłospisy dla oddziałów

		Posiłek nocny: Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2 l 1 szt ,
--	--	--

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2025-08-29 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Zacierka 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>), 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>), Powidła śliwkowe 25 g , Jabłko 150 g ,	Krupnik jęczmienny * 400 ml (<u>MLE.</u> , <u>SEL.</u> , <u>GLU JĘCZ.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba smażona (Morszczuk) 90 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>JAJ.</u> , <u>RYB.</u>), Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>SEL.</u>), Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ŻYT.</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>), Pasta warzywna* 50 g (<u>SEL.</u>), Ogórek świeży 80 g , Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2128.72 kcal; Białko ogółem: 90.4 g; Tłuszcz: 56.26 g; Kw. tł. nasy.: 9.33 g; Węglowodany ogółem: 330.54 g; W tym cukry: 71.94 g; Błonnik pok.: 32.84 g; Sól: 7.37 g; WW: 29.72 Por; : 16.99 %; : 62.11 %; Ener. z T: 23.78 %; Ener. z Bł.: 3.09 %; K: 4688 mg;

piątek 2025-08-29 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 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>), Jabłko 150 g ,	Krupnik jęczmienny * 400 ml (<u>MLE.</u> , <u>SEL.</u> , <u>GLU JĘCZ.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba pieczona (Morszczuk) 80 g (<u>RYB.</u>), Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 100 g , Warzywa po grecku * (bez cukru) 100 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>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 , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>), Pasta warzywna* 50 g (<u>SEL.</u>), Ogórek świeży 80 g , Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 200 ml ,	Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>),	Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2008.5 kcal; Białko ogółem: 98.24 g; Tłuszcz: 50.39 g; Kw. tł. nasy.: 9.8 g; Węglowodany ogółem: 307.56 g; W tym cukry: 69.75 g; Błonnik pok.: 36.98 g; Sól: 7.04 g; WW: 27.03 Por; : 19.56 %; : 61.25 %; Ener. z T: 22.58 %; Ener. z Bł.: 3.68 %; K: 5072.8 mg;

piątek 2025-08-29 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ.</u> , <u>MLE.</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (<u>MLE.</u>), Dżem 25 g 1 szt , Jabłko pieczone 150 g ,	Krupnik jęczmienny * 400 ml (<u>MLE.</u> , <u>SEL.</u> , <u>GLU JĘCZ.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba pieczona (Morszczuk) 80 g (<u>RYB.</u>), Warzywa po grecku* 150 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>SEL.</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>), Pasta warzywna* 50 g (<u>SEL.</u>), Sałatka z pomidorów z olejem i natką pietr 100 g ,
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2025-08-30 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Parówki cieszyński- węd. wp. homog. wędz. parz 80 g (<u>SOJ, SEL.</u>), Ketchup saszetka 20g 1 szt, Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g ,	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ryż na sypko (brązowy) 200 g , Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g (<u>SEL.</u>), Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>), Sałata zielona 20 g , Pomidor 80 g ,
		Posiłek nocny: Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Pomidor 15 g , Serek homo. naturalny 25 g (<u>MLE.</u>),

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

sobota 2025-08-30 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szyńka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g ,	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ryż na sypko (brązowy) 200 g , Potrawka drobiowa z warzywami * 180 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 150 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Sałata zielona 20 g , Szyńka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (<u>SOJ.</u>), Pomidor 80 g ,
II Śniadanie: Jajko gotowane kl M 0.50 szt (<u>JAJ.</u>), Chleb Graham 40 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Sałata zielona 5g ,	Podwieczorek: Serek homo. naturalny 150 g (<u>MLE.</u>), Mus z truskawek* b/c 50 g ,	Posiłek nocny: Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ.</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>), Pomidor 15 g , Serek homo. naturalny 25 g (<u>MLE.</u>),

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

sobota 2025-08-30 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szyńka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g ,	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ryż na sypko 200 g , Potrawka drobiowa z warzywami * 180 g (<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, Sałata zielona 20 g , Szyńka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (<u>SOJ.</u>), Pomidor 80 g ,

Jadłospisy dla oddziałów

		Posiłek nocny: Bułka pszenna długa krojona 45 g (GLU PSZ.), Serek homo. naturalny 25 g (MLE.), Pomidor b/skórki 15 g , Masło extra 82% 5 g (MLE.),
--	--	--

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2025-08-31 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (MLE, GLU JĘCZ.), 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 , Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g , Pomidor 60 g , Kalarepa 40 g ,	Pomidorowa z zacierką * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Kotlet schabowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.), Mizeria 100 g (MLE.), Fasolka szparagowa z wody* 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kakao/p z/c 250 ml (MLE.), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE.), Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.), Banan 120 g ,
		Posiłek nocny: Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.),

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

niedziela 2025-08-31 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (MLE, GLU JĘCZ.), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g , Pomidor 60 g , Kalarepa 40 g ,	Pomidorowa z zacierką * 400 ml (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.), Fasolka szparagowa z wody* 100 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Kakao/p b/c 250 ml (MLE.), Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE.), Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.), Jabłko 150 g ,
II Śniadanie: Maślanka 150 ml (MLE.),	Podwieczorek: Chleb Graham 25 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 0.50 szt , Szynka Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 25 g (SOJ.), Pomidor	Posiłek nocny: Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.),

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

niedziela 2025-08-31 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (MLE, GLU JĘCZ.), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g , Cukinia pieczona z olejem * 100 g ,	Pomidorowa z zacierką * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Schab pieczony w rękawie 100 g , Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (SEL.), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kakao/p z/c 250 ml (MLE.), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE.), Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt ,

Jadłospisy dla oddziałów

		Posiłek nocny: Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE</u>),
--	--	---

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