

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2025-05-05 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), Ogórek kiszony 100 g ,	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Naleśniki z serem 200 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE</u>), Jabłko 1 szt 1 szt , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,
		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2193.42 kcal; Białko ogółem: 91.47 g; Tłuszcz: 57.36 g; Kw. tł. nasy.: 20.04 g; Węglowodany ogółem: 339.76 g; W tym cukry: 77.35 g; Błonnik pok.: 24.12 g; Sól: 8.16 g; WW: 31.56 Por; : 16.68 %; : 61.96 %; Ener. z T: 23.54 %; Ener. z Bł.: 2.2 %; K: 3135.12 mg;

poniedziałek 2025-05-05 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU JECZ</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Blok drobiowy-wędlina dro. parzona z dodatk mięsa wp 50 g (<u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), Ogórek kiszony 100 g ,	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ryż na sypko (brązowy) 200 g , Sos jogurtowo truskawkowy*b/c 100 g (<u>MLE</u>), Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE</u>), Jabłko 1 szt 1 szt , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,
II Śniadanie: Budyń o smaku waniliowym/p b/c 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Chleb Graham 25 g (<u>GLU PSZ</u>), Hummus 30 g (<u>SEZ</u>), Pomidor 15 g ,	Posiłek nocny: Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 25 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2279.76 kcal; Białko ogółem: 106.29 g; Tłuszcz: 59.96 g; Kw. tł. nasy.: 21.27 g; Węglowodany ogółem: 343.59 g; W tym cukry: 72.68 g; Błonnik pok.: 36.41 g; Sól: 9.84 g; WW: 30.77 Por; : 18.65 %; : 60.29 %; Ener. z T: 23.67 %; Ener. z Bł.: 3.19 %; K: 3963.72 mg;

poniedziałek 2025-05-05 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Blok drobiowy-wędlina dro. parzona z dodatk mięsa wp 50 g (<u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), Warzywa pieczone 100 g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ryż na sypko 200 g , Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE</u>), Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE</u>), Banan 120 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE</u>), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,
		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 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 2025-05-06 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g , Sałatka witaminowa 80 g (<u>SEL.</u>), Sałata lodowa 20 g ,	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Kotlet drobiowy panierowany 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (<u>SEL.</u>), Marchew oprószana z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ.</u>), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2008.74 kcal; Białko ogółem: 85.69 g; Tłuszcz: 55.62 g; Kw. tł. nasy.: 10.53 g; Węglowodany ogółem: 305.46 g; W tym cukry: 42.8 g; Błonnik pok.: 29.87 g; Sól: 8.18 g; WW: 27.61 Por; : 17.06 %; : 60.83 %; Ener. z T: 24.92 %; Ener. z Bł.: 2.97 %; K: 3848.35 mg;

wtorek 2025-05-06 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g , Sałatka witaminowa 80 g (<u>SEL.</u>), Sałata lodowa 20 g ,	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Filet z kurczaka gotowany 80 g , Sos pietruszkowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), 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 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ.</u>), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny z musem jabłkowym b/c 150 g (<u>MLE.</u>),	Podwieczorek: Chleb Graham 25 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Ser żółty 30 g (<u>MLE.</u>), Sałata zielona 10 g ,	Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2072.08 kcal; Białko ogółem: 109.74 g; Tłuszcz: 60.56 g; Kw. tł. nasy.: 18.05 g; Węglowodany ogółem: 290.68 g; W tym cukry: 45.93 g; Błonnik pok.: 33.64 g; Sól: 11.48 g; WW: 25.72 Por; : 21.18 %; : 56.11 %; Ener. z T: 26.31 %; Ener. z Bł.: 3.25 %; K: 4487.13 mg;

wtorek 2025-05-06 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g , Sałatka witaminowa 80 g (<u>SEL.</u>), Sałata lodowa 20 g ,	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Filet z kurczaka gotowany 80 g , Sos pietruszkowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Marchew oprószana z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ.</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ.</u>), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1907.63 kcal; Białko ogółem: 90.95 g; Tłuszcz: 42.4 g; Kw. tł. nasy.: 9.46 g; Węglowodany ogółem: 302.42 g; W tym cukry: 41.39 g; Błonnik pok.: 23.52 g; Sól: 7.56 g; WW: 27.96 Por; : 19.07 %; : 63.41 %; Ener. z T: 20.01 %; Ener. z Bł.: 2.47 %; K: 3719.66 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2025-05-07 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 drobiowa 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: Przecier owocowy-jabłko 100g 1 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2237.37 kcal; Białko ogółem: 98.89 g; Tłuszcz: 58.02 g; Kw. tł. nasy.: 10.35 g; Węglowodany ogółem: 347.45 g; W tym cukry: 81.61 g; Błonnik pok.: 35.45 g; Sól: 7.92 g; WW: 31.19 Por; : 17.68 %; : 62.12 %; Ener. z T: 23.34 %; Ener. z Bł.: 3.17 %; K: 4156.27 mg;

środa 2025-05-07 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 drobiowa 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: Kanapka z twarogiem i pomidorem (chleb razowy 60g, masło 5g, twaróg 25g, pomidor 15g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2468.97 kcal; Białko ogółem: 118.99 g; Tłuszcz: 59.54 g; Kw. tł. nasy.: 13.81 g; Węglowodany ogółem: 387.65 g; W tym cukry: 67.68 g; Błonnik pok.: 45.37 g; Sól: 8.27 g; WW: 34.23 Por; : 19.28 %; : 62.8 %; Ener. z T: 21.7 %; Ener. z Bł.: 3.68 %; K: 5665.31 mg;

środa 2025-05-07 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 drobiowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Cukinia gotowana z pomidorami* 150 g , Jabłko pieczone 1szt. 1 szt , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>), Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Przecier owocowy-jabłko 100g 1 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2158.8 kcal; Białko ogółem: 96.74 g; Tłuszcz: 41.92 g; Kw. tł. nasy.: 8.46 g; Węglowodany ogółem: 360.04 g; W tym cukry: 74.35 g; Błonnik pok.: 23.23 g; Sól: 6.98 g; WW: 33.73 Por; : 17.92 %; : 66.71 %; Ener. z T: 17.48 %; Ener. z Bł.: 2.15 %; K: 3878.03 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2025-05-08 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>), Salatką z ogórka kons, i papryki konserwowej 100 g (<u>GOR,</u>),	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 osłonke 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: 2375.7 kcal; Białko ogółem: 101.85 g; Tłuszcz: 66.44 g; Kw. tł. nasy.: 16.02 g; Węglowodany ogółem: 356.05 g; W tym cukry: 76.71 g; Błonnik pok.: 39 g; Sól: 6.34 g; WW: 31.8 Por; : 17.15 %; : 59.95 %; Ener. z T: 25.17 %; Ener. z Bł.: 3.28 %; K: 4654.28 mg;

czwartek 2025-05-08 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>), Salatką z ogórka kons, i papryki konserwowej 100 g (<u>GOR,</u>),	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 osłonke 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 , Orzechy włoskie łuskane 20 g (<u>ORZ,</u>),	Posiłek nocny: Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2 l 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2656.06 kcal; Białko ogółem: 112.97 g; Tłuszcz: 82.73 g; Kw. tł. nasy.: 17.65 g; Węglowodany ogółem: 383.38 g; W tym cukry: 87.19 g; Błonnik pok.: 47.78 g; Sól: 7.09 g; WW: 33.69 Por; : 17.01 %; : 57.74 %; Ener. z T: 28.03 %; Ener. z Bł.: 3.6 %; K: 5292.34 mg;

czwartek 2025-05-08 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Kasza manna na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Blok drobiowy-wędlina dro. parzona z dodatk mięsa wp 50 g (<u>SOJ, MLE,</u>), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,	Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Makaron z sosem bolognese z łop wp-dieta* 350 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek 50 g (<u>MLE,</u>), Szynka z piersią indyczą-wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonke niejadanej 30 g (<u>SOJ, SEL,</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2 l 1 szt ,

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2025-05-09 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do 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, SEL, GLU JĘCZ</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba smażona (Morszczuk) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>), Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Surówka z kapusty kiszonej 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, 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 , Salata 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 2025-05-09 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 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>), Papryka konserwowa 50 g , Jabłko 150 g ,	Krupnik jęczmienny * 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba pieczona (Morszczuk) 80 g (<u>RYB</u>), Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c () 100 g , Warzywa po grecku * (bez cukru) 100 g (<u>GLU PSZ, 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 , Salata 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: 2025 kcal; Białko ogółem: 98.64 g; Tłuszcz: 51.14 g; Kw. tł. nasy.: 9.95 g; Węglowodany ogółem: 310.06 g; W tym cukry: 69.8 g; Błonnik pok.: 37.88 g; Sól: 7.41 g; WW: 27.18 Por; : 19.48 %; : 61.25 %; Ener. z T: 22.73 %; Ener. z Bł.: 3.74 %; K: 5111.8 mg;

piątek 2025-05-09 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do 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, SEL, 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, 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>), Salatka z pomidorów z jogurtem natur i natką pietr 100 g (<u>MLE</u>),
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1988.08 kcal; Białko ogółem: 90.25 g; Tłuszcz: 42.25 g; Kw. tł. nasy.: 8.18 g; Węglowodany ogółem: 325.24 g; W tym cukry: 74.59 g; Błonnik pok.: 25.53 g; Sól: 5.86 g; WW: 30.03 Por; : 18.16 %; : 65.44 %; Ener. z T: 19.13 %; Ener. z Bł.: 2.57 %; K: 4620.4 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2025-05-10 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU OW</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Parówki cieszynki- węd. wp. homog. wędz. parz 80 g (<u>SOJ</u> , <u>SEL</u>), Ketchup saszetka 20g 1 szt , Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g ,	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ryż na sypko (brązowy) 200 g , Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g (<u>SEL</u>), Surówka z marchwi i jabłka b/c () 150 g (<u>MLE</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową 150 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>GOR</u>), Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Kanapka z serkiem naturalnym i pomidorem (chleb graham 60g, masło 5g, serek śniadaniowy 25g, pomidor 15g) 1 szt (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2524.52 kcal; Białko ogółem: 90.58 g; Tłuszcz: 89.06 g; Kw. tł. nasy.: 20.01 g; Węglowodany ogółem: 359.04 g; W tym cukry: 46.7 g; Błonnik pok.: 40.23 g; Sól: 8.86 g; WW: 31.92 Por; : 14.35 %; : 56.89 %; Ener. z T: 31.75 %; Ener. z Bł.: 3.19 %; K: 3783.31 mg;

sobota 2025-05-10 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU OW</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g ,	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ryż na sypko (brązowy) 200 g , Potrawka drobiowa z warzywami * 180 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Surówka z marchwi i jabłka b/c () 150 g (<u>MLE</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową 150 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>GOR</u>), Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Kanapka z jajkiem i sałatą (chleb razowy 40g, masło 5g, jajko 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),	Podwieczorek: Serek homo. naturalny 150 g (<u>MLE</u>), Mus z truskawek* b/c 50 g ,	Posiłek nocny: Kanapka z serkiem naturalnym i pomidorem (chleb graham 60g, masło 5g, serek śniadaniowy 25g, pomidor 15g) 1 szt (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2572.87 kcal; Białko ogółem: 115.08 g; Tłuszcz: 76.13 g; Kw. tł. nasy.: 17.2 g; Węglowodany ogółem: 375.45 g; W tym cukry: 42.27 g; Błonnik pok.: 44.87 g; Sól: 8.08 g; WW: 33.07 Por; : 17.89 %; : 58.37 %; Ener. z T: 26.63 %; Ener. z Bł.: 3.49 %; K: 4012.58 mg;

sobota 2025-05-10 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU OW</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g ,	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ryż na sypko 200 g , Potrawka drobiowa z warzywami * 180 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Buraczki oprószane () 150 g (<u>GLU PSZ</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową- dieta* 150 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u>), Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Kanapka z serkiem naturalnym i pomidorem (bułka pszenna 45g, masło 5g, serek śniadaniowy 25g, pomidor 15g) 1 szt (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u>),

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2178.77 kcal; Białko ogółem: 85.99 g; Tłuszcz: 47.75 g; Kw. tł. nasy.: 11.19 g; Węglowodany ogółem: 363.56 g; W tym cukry: 49.18 g; Błonnik pok.: 24.89 g; Sól: 6.28 g; WW: 33.85 Por; : 15.79 %; : 66.75 %; Ener. z T: 19.72 %; Ener. z Bł.: 2.28 %; K: 3551.49 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2025-05-11 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU JĘCZ</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g , Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,	Pomidorowa z zacierką * 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Kotlet schabowy 100 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u>), Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (<u>SEL</u>), Fasolka szparagowa z wody* 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kakao/p z/c 250 ml (<u>MLE</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (<u>MLE</u>), Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u>), Banan 120 g ,
		Posiłek nocny: Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2129.67 kcal; Białko ogółem: 99.35 g; Tłuszcz: 51.77 g; Kw. tł. nasy.: 11.11 g; Węglowodany ogółem: 329.17 g; W tym cukry: 76.03 g; Błonnik pok.: 28.38 g; Sól: 8.19 g; WW: 30.22 Por; : 18.66 %; : 61.83 %; Ener. z T: 21.88 %; Ener. z Bł.: 2.66 %; K: 4831.11 mg;

niedziela 2025-05-11 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU JĘCZ</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g , Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,	Pomidorowa z zacierką * 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Schab pieczony w rękawie 100 g , Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (<u>SEL</u>), Fasolka szparagowa z wody* 100 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Kakao/p b/c 250 ml (<u>MLE</u>), Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (<u>MLE</u>), Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u>), Jabłko 150 g ,
II Śniadanie: Maślanka 150 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Chleb Graham 25 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 0.50 szt , Szynka Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 25 g (<u>SOJ</u>), Pomidor 15 g ,	Posiłek nocny: Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>), Hummus 50 g (<u>SEZ</u>), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2215.05 kcal; Białko ogółem: 122.46 g; Tłuszcz: 54.34 g; Kw. tł. nasy.: 11.42 g; Węglowodany ogółem: 324.3 g; W tym cukry: 63.1 g; Błonnik pok.: 34.08 g; Sól: 9.98 g; WW: 29.22 Por; : 22.11 %; : 58.56 %; Ener. z T: 22.08 %; Ener. z Bł.: 3.08 %; K: 5184.24 mg;

niedziela 2025-05-11 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU JĘCZ</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g , Cukinia pieczona z olejem * 100 g ,	Pomidorowa z zacierką * 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Schab pieczony w rękawie 100 g , Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (<u>SEL</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kakao/p z/c 250 ml (<u>MLE</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (<u>MLE</u>), Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u>), Banan 120 g ,
		Posiłek nocny: Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2137.25 kcal; Białko ogółem: 111.15 g; Tłuszcz: 47.55 g; Kw. tł. nasy.: 11.25 g; Węglowodany ogółem: 326.96 g; W tym cukry: 81.87 g; Błonnik pok.: 21.82 g; Sól: 7.2 g; WW: 30.5 Por; : 20.8 %; : 61.19 %; Ener. z T: 20.02 %; Ener. z Bł.: 2.04 %; K: 5094.06 mg;