

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2025-03-24		
Jadłospis dla diety: PUŁ- P3 Łatwo strawna częściowo rozdrobniona 1-3 lat		
Płatki owsiane na mleku/p 200 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>), Herbata czarna granulowana z/c 200 ml , Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 40 g (<u>SOJ.</u>), Pomidor b/skórki 40 g , Sałata zielona 10 g ,	Wielowarzywna z ziemniakami * () 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 200 g , Polewka truskawkowa 50 g (<u>MLE.</u>), Banan 1szt. 1 szt , Kompot owocowy* z/c 200 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 200 ml , Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu z koperkiem 40 g (<u>MLE.</u>), Sałatka z pomidorów b/skórki i koperku 40 g , Sałata zielona 10 g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna długa krojona 25 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 0.50 szt (<u>JAJ.</u>), Sałata zielona 5 g ,		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 150 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1422.02 kcal; Białko ogółem: 44.94 g; Tłuszcz: 33.71 g; Kw. tł. nasy.: 8.84 g; Węglowodany ogółem: 242.86 g; W tym cukry: 81.06 g; Błonnik pok.: 14.08 g; Sól: 4.47 g; WW: 22.99 Por. : 12.64 %; : 68.31 %; Ener. z T: 21.33 %; Ener. z Bł.: 1.98 %; K: 2362.05 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2025-03-25		
Jadłospis dla diety: PUŁ- P3 Łatwo strawna częściowo rozdrobniona 1-3 lat		
Makaron na mleku/p 200 ml (GLU PSZ, MLE,), Herbata czarna granulowana z/c 200 ml , Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 40 g (SOJ, SEL,), Pomidor b/skórki 40 g , Sałata zielona 10 g ,	Solferino * () 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Kasza jęczmienna/sypko 100 g (GLU JĘCZ,), Pieczeń rzymska wieprzowa 60 g (GLU PSZ, JAJ,), Sos ziołowy 50 ml (GLU PSZ, SEL,), Marchew oprószana z olejem* 100 g (GLU PSZ,), Kompot owocowy* z/c 200 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 200 ml , Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (SOJ,), Pomidor b/skórki 40 g , Mix sałat 10 g ,
II Śniadanie: Koktajl wieloowocowy* 150 ml (MLE,),		Posiłek nocny: Jabłko pieczone 1szt. 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1294.47 kcal; Białko ogółem: 55.74 g; Tłuszcz: 30.7 g; Kw. tł. nasy.: 8.14 g; Węglowodany ogółem: 207.52 g; W tym cukry: 53.31 g; Błonnik pok.: 17.04 g; Sól: 4.36 g; WW: 19.11 Por; : 17.22 %; : 64.13 %; Ener. z T: 21.34 %; Ener. z Bł.: 2.63 %; K: 2390.63 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2025-03-26		
Jadłospis dla diety: PUŁ- P3 Łatwo strawna częściowo rozdrobniona 1-3 lat		
Ryż na mleku/p 200 ml (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 200 ml , Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka w siatce- wieprzowa, parzona, wędzona z poł. kaw. mięsa 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>), Sałatka jarzynowa - dieta (*) 100 g (<u>MLE, SEL</u>),	Grysikowa * 200 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka mielone 60 g , Sos bazyliowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki z olejem* 100 g , Kompot owocowy* z/c 200 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 200 ml , Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 40 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona 10 g , Pomidor b/skórki 40 g ,
II Śniadanie: Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1191.26 kcal; Białko ogółem: 56.67 g; Tłuszcz: 30.62 g; Kw. tł. nasy.: 7.54 g; Węglowodany ogółem: 177.04 g; W tym cukry: 40.36 g; Błonnik pok.: 11.85 g; Sól: 5.19 g; WW: 16.54 Por; : 19.03 %; : 59.44 %; Ener. z T: 23.13 %; Ener. z Bł.: 1.99 %; K: 2497.58 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2025-03-27		
Jadłospis dla diety: PUŁ- P3 Łatwo strawna częściowo rozdrobniona 1-3 lat		
kasza kukurydziana na ml/p 200 ml (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 200 ml , Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka dębowa łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem wody i białka wieprzowego 40 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u> , <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 40 g (<u>SEL</u>), Sałata zielona 10 g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z miesa wieprzowego () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Brokuł gotowany* 100 g , Kompot owocowy* z/c 200 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 200 ml , Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka wiśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 20 g (<u>SOJ</u>), Serek a'la homogenizowany z ziołami 20 g (<u>MLE</u>), Roszponka 10 g , Pomidor b/skórki 40 g ,
II Śniadanie: Owsianka z jabłkiem pieczonym i cynamonem 150 g (<u>MLE, GLU OW</u>),		Posiłek nocny: Banan 1szt. 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1490.12 kcal; Białko ogółem: 57.79 g; Tłuszcz: 38.57 g; Kw. tł. nasy.: 9.37 g; Węglowodany ogółem: 237.38 g; W tym cukry: 68.05 g; Błonnik pok.: 18.57 g; Sól: 4.24 g; WW: 21.88 Por; : 15.51 %; : 63.72 %; Ener. z T: 23.3 %; Ener. z Bł.: 2.49 %; K: 3017.64 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2025-03-28		
Jadłospis dla diety: PUŁ- P3 Łatwo strawna częściowo rozdrobniona 1-3 lat		
Zacierka na mleku/p 200 ml (GLUPSZ, MLE,), Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 20 g (MLE,), Dżem 25 g 1 szt , Jabłko pieczone 1szt. 1 szt , Herbata czarna granulowana z/c 200 ml , Koktajl wieloowocowy* b/c 150 ml (MLE,),	Kalafiorowa z ryżem * 200 ml (MLE, SEL,), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g , Pulpet rybno-warzywny* 60 g (GLUPSZ, JAJ, RYB, SEL,), Sos szpinakowy* 50 ml (GLUPSZ,), Warzywa po grecku* 100 g (GLUPSZ, SEL,), Kompot owocowy* z/c 200 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 200 ml , Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,), Szyńka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 20 g (SOJ,), Pomidor b/skórki 50 g ,
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 150 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1271.6 kcal; Białko ogółem: 52.98 g; Tłuszcz: 32.18 g; Kw. tł. nasy.: 7.72 g; Węglowodany ogółem: 201.29 g; W tym cukry: 61.08 g; Błonnik pok.: 17.24 g; Sól: 3.89 g; WW: 18.42 Por; : 16.66 %; : 63.32 %; Ener. z T: 22.78 %; Ener. z Bł.: 2.71 %; K: 2852.87 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2025-03-29		
Jadłospis dla diety: PUŁ- P3 Łatwo strawna częściowo rozdrobniona 1-3 lat		
Płatki pszenne na mleku/p 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 200 ml , Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE,</u>) Sałatka z pomidorów z jogurtem natur i natką pietr b/skórki 50 g (<u>MLE,</u>)	Selerowa z ziemniakami * () 200 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 100 g (<u>GLU JEĆZ,</u>) Potrawka drobiowa () 80 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Buraczki gotowane () 100 g , Kompot owocowy* z/c 200 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 200 ml , Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz - dieta 100 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL,</u>) Sałata zielona 10 g ,
II Śniadanie: Jabłko pieczone 1szt. 1 szt ,		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>)

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1441.05 kcal; Białko ogółem: 54.57 g; Tłuszcz: 41.76 g; Kw. tł. nasy.: 6.04 g; Węglowodany ogółem: 221.43 g; W tym cukry: 46.71 g; Błonnik pok.: 19.72 g; Sól: 3.45 g; WW: 20.12 Por; : 15.15 %; : 61.46 %; Ener. z T: 26.08 %; Ener. z Bł.: 2.74 %; K: 2447.6 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2025-03-30		
Jadłospis dla diety: PUŁ- P3 Łatwo strawna częściowo rozdrobniona 1-3 lat		
Kasza manna na mleku/p 200 ml (GLU PSZ, MLE), Herbata czarna granulowana z/c 200 ml , Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek z koperkiem 40 g (MLE), Warzywa pieczone (buraki, pietruszka, cukinia) 40 g , Sałata zielona 10 g ,	Pomidorowa z makaronem * 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g , Klopsik wieprzowy 60 g (GLU PSZ, JAJ), Sos własny () 50 ml (GLU PSZ, SEL), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g , Kompot owocowy* z/c 200 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 200 ml , Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 20 g (SOJ), Serek homo. naturalny 20 g (MLE), Pomidor b/skórki 40 g , Sałata zielona 10 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny z musem truskawkowym 150 g (MLE),		Posiłek nocny: Banan 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1375.63 kcal; Białko ogółem: 61.1 g; Tłuszcz: 37.52 g; Kw. tł. nasy.: 9.71 g; Węglowodany ogółem: 203.27 g; W tym cukry: 60.02 g; Błonnik pok.: 11.88 g; Sól: 2.99 g; WW: 19.22 Por; : 17.77 %; : 59.1 %; Ener. z T: 24.55 %; Ener. z Bł.: 1.73 %; K: 2873.95 mg;