

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: SZPITAL PUŁAWY | | |
|--|--|---|
| Śniadanie - II Śniadanie | Obiad - Podwieczorek | Kolacja - Posiłek nocny |
| poniedziałek 2024-10-21 | | |
| Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci | | |
| kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 50 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE₁</u>), Ogórek kiszony 100 g , | Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL₁</u>), Racuchy z jabłkiem i cukrem pudrem 200 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE₁</u>), Sos jogurtowo-truskawkowy* 150 g (<u>MLE₁</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml, Banan 120 g , | Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLUPSZ</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>), | | Posiłek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLUPSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE₁</u>), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2388.63 kcal; Białko ogółem: 88.41 g; Tłuszcz: 63.91 g; Kw. tł. nasy.: 19.98 g; Węglowodany ogółem: 377.98 g; W tym cukry: 103.42 g; Błonnik pok.: 24.5 g; Sól: 8.46 g; WW: 35.35 Por; : 14.8 %; : 63.3 %; Ener. z T: 24.08 %; Ener. z Bł.: 2.05 %; K: 3833.08 mg;

| | | |
|--|--|--|
| poniedziałek 2024-10-21 | | |
| Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci | | |
| Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL₁</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (<u>SOJ</u>), Warzywa pieczone 100 g , | Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>SEL₁</u>), Ryż na sypko 200 g , Klopsik drobiowy z udźca 80 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>JAJ</u>), Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>SEL₁</u>), Surówka z marchwi i jabłka b/c () 150 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>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (<u>SOJ</u>), Pomidor b/skórki 90 g , Roszponka 10 g , |
| II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml , | | Posiłek nocny: Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLUPSZ</u>), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 25 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona 10 g , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2211.19 kcal; Białko ogółem: 72.17 g; Tłuszcz: 49.7 g; Kw. tł. nasy.: 9.23 g; Węglowodany ogółem: 382.82 g; W tym cukry: 72.7 g; Błonnik pok.: 26.73 g; Sól: 7.2 g; WW: 35.7 Por; : 13.06 %; : 69.25 %; Ener. z T: 20.23 %; Ener. z Bł.: 2.42 %; K: 3507.18 mg;

| | | |
|--|---|---|
| poniedziałek 2024-10-21 | | |
| Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci | | |
| kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatkiem mięsa wp 50 g (<u>SOJ</u> , <u>MLE₁</u>), Warzywa pieczone 100 g , | Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL₁</u>), Ryż na sypko 200 g , Sos jogurtowo-truskawkowy* 150 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>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 120 g (<u>MLE₁</u>), Pomidor b/skórki 90 g , Roszponka 10 g , |
| II Śniadanie: Budyń o smaku waniliowym/p b/c 200 ml (<u>MLE₁</u>), | | Posiłek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLUPSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE₁</u>), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2278.81 kcal; Białko ogółem: 87.75 g; Tłuszcz: 42.42 g; Kw. tł. nasy.: 7.15 g; Węglowodany ogółem: 396.41 g; W tym cukry: 91.06 g; Błonnik pok.: 18.69 g; Sól: 4.98 g; WW: 37.84 Por; : 15.4 %; : 69.58 %; Ener. z T: 16.75 %; Ener. z Bł.: 1.64 %; K: 3945.26 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: SZPITAL PUŁAWY | | |
|---|--|---|
| Śniadanie - II Śniadanie | Obiad - Podwieczorek | Kolacja - Posiłek nocny |
| wtorek 2024-10-22 | | |
| Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci | | |
| Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU JĘCZ.</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLUPSZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLUPSZ</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>GLUPSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Kotlet drobiowy panierowany 80 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>JAJ</u>), Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (<u>SEL</u>), Marchew oprószana z olejem* 100 g (<u>GLUPSZ</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml , | Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g , |
| II Śniadanie: Jogurt naturalny z musem jabłkowym b/c 150 g (<u>MLE</u>), | | Posiłek nocny: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2034.82 kcal; Białko ogółem: 86.93 g; Tłuszcz: 53.69 g; Kw. tł. nasy.: 10.48 g; Węglowodany ogółem: 316.1 g; W tym cukry: 50.73 g; Błonnik pok.: 31.47 g; Sól: 7.83 g; WW: 28.45 Por; : 17.09 %; : 62.14 %; Ener. z T: 23.75 %; Ener. z Bł.: 3.09 %; K: 4225.1 mg;

| | | |
|---|--|--|
| wtorek 2024-10-22 | | |
| Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci | | |
| Płatki jęczminne na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL</u> , <u>GLU JĘCZ.</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>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 (bez mleka) 400 ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Filet z kurczaka gotowany 80 g , Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml (<u>GLUPSZ</u>), Marchew oprószana z olejem* 150 g (<u>GLUPSZ</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml , | Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g , |
| II Śniadanie: Wafle ryżowe 30 g , | | Posiłek nocny: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1803.81 kcal; Białko ogółem: 76.87 g; Tłuszcz: 35.88 g; Kw. tł. nasy.: 7.78 g; Węglowodany ogółem: 306.12 g; W tym cukry: 24.44 g; Błonnik pok.: 26.65 g; Sól: 6.57 g; WW: 27.96 Por; : 17.05 %; : 67.88 %; Ener. z T: 17.9 %; Ener. z Bł.: 2.95 %; K: 3247.63 mg;

| | | |
|---|---|--|
| wtorek 2024-10-22 | | |
| Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci | | |
| Płatki 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>GLUPSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u>), Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLUPSZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</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>GLUPSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Filet z kurczaka gotowany 80 g , Sos pietruszkowy () 80 ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Marchew oprószana z olejem* 150 g (<u>GLUPSZ</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml , | Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g , |
| II Śniadanie: Jogurt naturalny z musem jabłkowym b/c 150 g (<u>MLE</u>), | | Posiłek nocny: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1933.71 kcal; Białko ogółem: 92.19 g; Tłuszcz: 40.47 g; Kw. tł. nasy.: 9.4 g; Węglowodany ogółem: 313.06 g; W tym cukry: 49.32 g; Błonnik pok.: 25.12 g; Sól: 7.21 g; WW: 28.8 Por; : 19.07 %; : 64.76 %; Ener. z T: 18.84 %; Ener. z Bł.: 2.6 %; K: 4096.41 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: SZPITAL PUŁAWY | | |
|--|--|--|
| Śniadanie - II Śniadanie | Obiad - Podwieczorek | Kolacja - Posiłek nocny |
| środa 2024-10-23 | | |
| Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci | | |
| 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, Serek homo. naturalny 50 g (MLE.), Szyunka zielonogórska- wp. parzona 30 g (SOJ.), Pomidor 90 g, Rukola 10 g, | Ziemniaczana * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Kasza gryczana 200 g, Pieczeń rzymska drobiowa z indyka 100 g (GLU PSZ, JAJ.), Sos jarzynowy * 100 ml (GLU PSZ, SEL.), Surówka z marchwi i migdałów () b/c 150 g (MLE, ORZ.), Jabłko 1 szt 1 szt, Kompot owocowy* z/c 250 ml, | Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.), 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 ryby got. (mintaj) z koperkiem 80 g (RYB, MLE.), Sałata zielona 20 g, |
| II Śniadanie: Sałatka jarzynowa - dieta (*) 100 g (MLE, SEL.), | | Posiłek nocny: Przecier owocowy jabłko 120g 1 szt (może zawierać: MLE.), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2292.29 kcal; Białko ogółem: 114.03 g; Tłuszcz: 46.28 g; Kw. tł. nasy.: 10.68 g; Węglowodany ogółem: 370.92 g; W tym cukry: 79.32 g; Błonnik pok.: 38.52 g; Sól: 6.63 g; WW: 33.22 Por; : 19.9 %; : 64.72 %; Ener. z T: 18.17 %; Ener. z Bł.: 3.36 %; K: 4909.86 mg;

| | | |
|--|---|--|
| środa 2024-10-23 | | |
| Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci | | |
| Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL, GLU OW.), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szyunka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.), Pomidor b/skórki 90 g, Sałata zielona 10 g, | Ziemniaczana *(bez mleka) () 400 ml (GLU PSZ, SEL.), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.), Pieczeń rzymska drobiowa z indyka 100 g (GLU PSZ, JAJ.), Sos jarzynowy * 100 ml (GLU PSZ, SEL.), Cukinia gotowana z pomidorami* 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, Polędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.), Sałata zielona 20 g, |
| II Śniadanie: Sałatka jarzynowa z olejem* 100 g (SEL.), | | Posiłek nocny: Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2065.25 kcal; Białko ogółem: 79.81 g; Tłuszcz: 47.05 g; Kw. tł. nasy.: 8.37 g; Węglowodany ogółem: 344.51 g; W tym cukry: 56.84 g; Błonnik pok.: 26.88 g; Sól: 6.99 g; WW: 31.78 Por; : 15.46 %; : 66.73 %; Ener. z T: 20.5 %; Ener. z Bł.: 2.6 %; K: 3488.3 mg;

| | | |
|---|---|--|
| środa 2024-10-23 | | |
| Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci | | |
| 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, Serek homo. naturalny 50 g (MLE.), Szyunka zielonogórska- wp. parzona 30 g (SOJ.), Pomidor b/skórki 90 g, Sałata zielona 10 g, | Ziemniaczana * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.), Pieczeń rzymska drobiowa z indyka 100 g (GLU PSZ, JAJ.), Sos jarzynowy * 100 ml (GLU PSZ, SEL.), Cukinia gotowana z pomidorami* 150 g, Jabłko 1 szt 1 szt, Kompot owocowy* z/c 250 ml, | Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Pasta z twarogu i ryby got. (mintaj) z koperkiem 80 g (RYB, MLE.), Sałata zielona 20 g, |
| II Śniadanie: Sałatka jarzynowa - dieta (*) 100 g (MLE, SEL.), | | Posiłek nocny: Przecier owocowy jabłko 120g 1 szt (może zawierać: MLE.), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2267.59 kcal; Białko ogółem: 108.01 g; Tłuszcz: 41.12 g; Kw. tł. nasy.: 9.15 g; Węglowodany ogółem: 377.94 g; W tym cukry: 79.61 g; Błonnik pok.: 26.71 g; Sól: 6.02 g; WW: 35.14 Por; : 19.05 %; : 66.67 %; Ener. z T: 16.32 %; Ener. z Bł.: 2.36 %; K: 4515.38 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: SZPITAL PUŁAWY | | |
|--|---|--|
| Śniadanie - II Śniadanie | Obiad - Podwieczorek | Kolacja - Posiłek nocny |
| czwartek 2024-10-24 | | |
| Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci | | |
| Kasza manna na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE,), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (GLUPSZ,), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z fasoli 80 g , Sałatka z ogórka kons, i papryki konserwowej 100 g (GOR,), | Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese z łop wp* 350 g (GLU PSZ, MLE, SEL,), Surówka z selera i jabłka () 150 g (MLE, SEL,), Kompot owocowy* z/c 250 ml , | Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek 50 g (MLE,), Szyunka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (SOJ, SEL,), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g , |
| II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE,), | | Posiłek nocny: Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2l 1 szt , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2414.02 kcal; Białko ogółem: 109.27 g; Tłuszcz: 60.61 g; Kw. tł. nasy.: 15.05 g; Węglowodany ogółem: 373.19 g; W tym cukry: 76.33 g; Błonnik pok.: 42.16 g; Sól: 6.95 g; WW: 33.2 Por; : 18.11 %; : 61.84 %; Ener. z T: 22.6 %; Ener. z Bł.: 3.49 %; K: 5064.77 mg;

| | | |
|--|--|--|
| czwartek 2024-10-24 | | |
| Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci | | |
| Kasza manna na wywarze jarzynowym* 400 ml (GLU PSZ, SEL,), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ,), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g , | Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) () 400 ml (GLU PSZ, SEL,), Makaron z sosem bolognese z łop wp-dieta* 350 g (GLUPSZ, SEL,), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml , | Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyunka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL,), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g , |
| II Śniadanie: Ryż z jabłkiem prażonym 150 g , | | Posiłek nocny: Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2l 1 szt , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2119.22 kcal; Białko ogółem: 78.12 g; Tłuszcz: 48.22 g; Kw. tł. nasy.: 10.73 g; Węglowodany ogółem: 352.33 g; W tym cukry: 55.34 g; Błonnik pok.: 18.38 g; Sól: 5.48 g; WW: 33.52 Por; : 14.74 %; : 66.5 %; Ener. z T: 20.48 %; Ener. z Bł.: 1.73 %; K: 2915.94 mg;

| | | |
|---|--|---|
| czwartek 2024-10-24 | | |
| Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci | | |
| Kasza manna na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE,), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatk mięsa wp 50 g (SOJ, MLE,), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g , | Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Makaron z sosem bolognese z łop wp-dieta* 350 g (GLUPSZ, SEL,), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml , | Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek 50 g (MLE,), Szyunka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (SOJ, SEL,), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g , |
| II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE,), | | Posiłek nocny: Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2l 1 szt , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2162.5 kcal; Białko ogółem: 99.27 g; Tłuszcz: 48.12 g; Kw. tł. nasy.: 10.41 g; Węglowodany ogółem: 339.09 g; W tym cukry: 63.8 g; Błonnik pok.: 15.94 g; Sól: 5.3 g; WW: 32.43 Por; : 18.36 %; : 62.72 %; Ener. z T: 20.03 %; Ener. z Bł.: 1.47 %; K: 3750.23 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: SZPITAL PUŁAWY | | |
|---|--|---|
| Śniadanie - II Śniadanie | Obiad - Podwieczorek | Kolacja - Posiłek nocny |
| piątek 2024-10-25 | | |
| Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci | | |
| 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>), 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 JEĆZ,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba smażona (Morszczuk) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>), Surówka z kapusty młodej z olejem () 100 g , Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, 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 , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>), Ogórek kiszony 80 g , Sałata zielona 20 g , |
| II Śniadanie: Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 200 ml , | | Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2194.48 kcal; Białko ogółem: 91.46 g; Tłuszcz: 54.38 g; Kw. tł. nasy.: 9.38 g; Węglowodany ogółem: 351.15 g; W tym cukry: 80.8 g; Błonnik pok.: 33.35 g; Sól: 8.17 g; WW: 31.8 Por; : 16.67 %; : 64.01 %; Ener. z T: 22.3 %; Ener. z Bł.: 3.04 %; K: 4671.47 mg;

| | | |
|---|---|--|
| piątek 2024-10-25 | | |
| Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci | | |
| Zacierka na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ,</u>), Dżem 25 g 1 szt , Jabłko pieczone 150 g , | Krupnik jęczmienny (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL, GLU JEĆZ,</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>), Sałatka z pomidorów z olejem i natką pietr 100 g , |
| II Śniadanie: Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 200 ml , | | Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1996.12 kcal; Białko ogółem: 75.72 g; Tłuszcz: 51.35 g; Kw. tł. nasy.: 10.62 g; Węglowodany ogółem: 321.73 g; W tym cukry: 66.82 g; Błonnik pok.: 26.22 g; Sól: 6.56 g; WW: 29.65 Por; : 15.17 %; : 64.47 %; Ener. z T: 23.15 %; Ener. z Bł.: 2.63 %; K: 4016.1 mg;

| | | |
|--|--|--|
| piątek 2024-10-25 | | |
| Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci | | |
| Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, 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 JEĆZ,</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>), Sałatka z pomidorów z jogurtem natur i natką pietr b/skórki 100 g (<u>MLE,</u>), |
| II Śniadanie: Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 200 ml , | | Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2049.99 kcal; Białko ogółem: 90.54 g; Tłuszcz: 40.39 g; Kw. tł. nasy.: 8.25 g; Węglowodany ogółem: 345.38 g; W tym cukry: 83.54 g; Błonnik pok.: 25.46 g; Sól: 5.76 g; WW: 32.07 Por; : 17.67 %; : 67.39 %; Ener. z T: 17.73 %; Ener. z Bł.: 2.48 %; K: 4610.14 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: SZPITAL PUŁAWY | | |
|---|--|---|
| Śniadanie - II Śniadanie | Obiad - Podwieczorek | Kolacja - Posiłek nocny |
| sobota 2024-10-26 | | |
| Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci | | |
| 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>GLUPSZ.</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLUPSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 50 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>SOJ.</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g , | Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL.</u>), Ryż na sypko (brązowy) 200 g , Kociólek 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>GLUPSZ.</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową 150 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>SOJ.</u> , <u>GOR.</u>), Sałata zielona 20 g , |
| II Śniadanie: Biszkopty 30 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>GLU JĘCZ.</u>), | | Posiłek nocny: Kanapka z serkiem naturalnym i pomidorem (chleb graham 60g, masło 5g, serek śniadaniowy 25g, pomidor 15g) 1 szt (<u>GLUPSZ</u> , <u>MLE.</u>), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2385.8 kcal; Białko ogółem: 84.8 g; Tłuszcz: 70.56 g; Kw. tł. nasy.: 13.7 g; Węglowodany ogółem: 374.74 g; W tym cukry: 55.4 g; Błonnik pok.: 40.23 g; Sól: 7.53 g; WW: 33.46 Por; : 14.22 %; : 62.83 %; Ener. z T: 26.62 %; Ener. z Bł.: 3.37 %; K: 3783.31 mg;

| | | |
|--|---|---|
| sobota 2024-10-26 | | |
| Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci | | |
| Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL.</u> , <u>GLU OW.</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 50 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>SOJ.</u>), Pasta warzywna* 100 g (<u>SEL.</u>), | Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>SEL.</u>), Ryż na sypko 200 g , Potrawka drobiowa z warzywami * 180 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>SEL.</u>), Buraczki oprószone () 150 g (<u>GLUPSZ.</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml , | Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową-dieta* 150 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>SOJ.</u> , <u>SEL.</u>), Sałata zielona 20 g , |
| II Śniadanie: Biszkopty b/m 30 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ.</u>), | | Posiłek nocny: Kanapka z szynką i pomidorem (bułka pszenna 45g, tłuszcz 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (<u>GLUPSZ</u> , <u>SOJ.</u>), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2201.07 kcal; Białko ogółem: 77.95 g; Tłuszcz: 49.1 g; Kw. tł. nasy.: 8.4 g; Węglowodany ogółem: 375.35 g; W tym cukry: 33.72 g; Błonnik pok.: 28.6 g; Sól: 7.44 g; WW: 34.61 Por; : 14.17 %; : 68.21 %; Ener. z T: 20.08 %; Ener. z Bł.: 2.6 %; K: 3074.91 mg;

| | | |
|---|--|---|
| sobota 2024-10-26 | | |
| Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci | | |
| 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>GLUPSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLUPSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 50 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>SOJ.</u>), Pasta warzywna* 100 g (<u>SEL.</u>), | Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL.</u>), Ryż na sypko 200 g , Potrawka drobiowa z warzywami * 180 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>SEL.</u>), Buraczki oprószone () 150 g (<u>GLUPSZ.</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml , | Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową-dieta* 150 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>SOJ.</u> , <u>SEL.</u>), Sałata zielona 20 g , |
| II Śniadanie: Biszkopty 30 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>GLU JĘCZ.</u>), | | Posiłek nocny: Kanapka z serkiem naturalnym i pomidorem (bułka pszenna 45g, masło 5g, serek śniadaniowy 25g, pomidor 15g) 1 szt (<u>GLUPSZ</u> , <u>MLE.</u>), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2292.34 kcal; Białko ogółem: 88.52 g; Tłuszcz: 51.63 g; Kw. tł. nasy.: 11.51 g; Węglowodany ogółem: 388.59 g; W tym cukry: 60.01 g; Błonnik pok.: 26.01 g; Sól: 6.63 g; WW: 36.23 Por; : 15.45 %; : 67.81 %; Ener. z T: 20.27 %; Ener. z Bł.: 2.27 %; K: 3645.33 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: SZPITAL PUŁAWY | | |
|--|---|---|
| Śniadanie - II Śniadanie | Obiad - Podwieczorek | Kolacja - Posiłek nocny |
| niedziela 2024-10-27 | | |
| Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci | | |
| 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 kieł.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>JAJ</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 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 , |
| II Śniadanie: Maślanka 150 ml (<u>MLE.</u>), | | Posiłek nocny: Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2215.5 kcal; Białko ogółem: 107.3 g; Tłuszcz: 53.08 g; Kw. tł. nasy.: 11.75 g; Węglowodany ogółem: 340.79 g; W tym cukry: 85.49 g; Błonnik pok.: 29.16 g; Sól: 8.51 g; WW: 31.34 Por; : 19.37 %; : 61.53 %; Ener. z T: 21.56 %; Ener. z Bł.: 2.63 %; K: 5232.94 mg;

| | | |
|---|---|---|
| niedziela 2024-10-27 | | |
| Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci | | |
| Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL</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 kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g , Cukinia pieczona z olejem * 100 g , | Pomidorowa z zacierką (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</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 , | 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>), Banan 120 g , |
| II Śniadanie: Kisiel o smaku wiśniowym b/c 150 ml , | | Posiłek nocny: Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1983.96 kcal; Białko ogółem: 84.08 g; Tłuszcz: 42.65 g; Kw. tł. nasy.: 8.64 g; Węglowodany ogółem: 329.02 g; W tym cukry: 78.58 g; Błonnik pok.: 23.46 g; Sól: 6.98 g; WW: 30.55 Por; : 16.95 %; : 66.34 %; Ener. z T: 19.35 %; Ener. z Bł.: 2.36 %; K: 4013.46 mg;

| | | |
|--|--|---|
| niedziela 2024-10-27 | | |
| Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci | | |
| 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 kieł.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>JAJ</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 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 , |
| II Śniadanie: Maślanka 150 ml (<u>MLE.</u>), | | Posiłek nocny: Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2198.75 kcal; Białko ogółem: 116.76 g; Tłuszcz: 48.78 g; Kw. tł. nasy.: 11.84 g; Węglowodany ogółem: 334.85 g; W tym cukry: 87.93 g; Błonnik pok.: 22.6 g; Sól: 7.44 g; WW: 31.25 Por; : 21.24 %; : 60.92 %; Ener. z T: 19.97 %; Ener. z Bł.: 2.06 %; K: 5370.96 mg;