

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2024-10-28		
Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE,), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,), Słupki z marchewki 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Fasolowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, SEL,), Makaron 200 g (GLU PSZ,), Sos jogurtowy z twarogiem z/c 150 g (MLE,), Kompot owocowy* z/c 250 ml , Gruszka 150 g ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 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,), Pomidor 80 g , Roszponka 20 g ,
II Śniadanie: Koktajl truskawkowy* b/c 200 ml (MLE,),		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2332.38 kcal; Białko ogółem: 104.06 g; Tłuszcz: 40.42 g; Kw. tł. nasy.: 12.56 g; Węglowodany ogółem: 406.34 g; W tym cukry: 74.74 g; Błonnik pok.: 36.5 g; Sól: 10.41 g; WW: 36.97 Por; : 17.85 %; : 69.69 %; Ener. z T: 15.6 %; Ener. z Bł.: 3.13 %; K: 3720.67 mg;

poniedziałek 2024-10-28		
Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci		
Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 400 ml (GLU PSZ, SEL,), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 50 g , Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)*() 400 ml (GLU PSZ, SEL,), Makaron 200 g (GLU PSZ,), Pulpet jarski () 80 g (GLU PSZ, JAJ, SEL,), Sos majerankowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL,), Szpinak gotowany z olejem* 80 g (GLU PSZ,), Kompot owocowy* z/c 250 ml , Banan 150 g ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,), Pomidor b/skórki 80 g , Roszponka 20 g ,
II Śniadanie: Chrupki kukurydziane 20 g ,		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2333.7 kcal; Białko ogółem: 79.91 g; Tłuszcz: 47.45 g; Kw. tł. nasy.: 8.67 g; Węglowodany ogółem: 410.74 g; W tym cukry: 56.35 g; Błonnik pok.: 30.47 g; Sól: 7.61 g; WW: 38.06 Por; : 13.7 %; : 70.4 %; Ener. z T: 18.3 %; Ener. z Bł.: 2.61 %; K: 3671.62 mg;

poniedziałek 2024-10-28		
Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE,), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Dyniowa z ziemniakami*() 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Makaron 200 g (GLU PSZ,), Sos jogurtowy z twarogiem z/c 150 g (MLE,), Mus z jabłek () z/c 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,), Pomidor b/skórki 80 g , Roszponka 20 g ,
II Śniadanie: Koktajl truskawkowy* b/c 200 ml (MLE,),		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2330.18 kcal; Białko ogółem: 102.36 g; Tłuszcz: 41.61 g; Kw. tł. nasy.: 13.08 g; Węglowodany ogółem: 397.62 g; W tym cukry: 67.96 g; Błonnik pok.: 22.4 g; Sól: 8.71 g; WW: 37.54 Por; : 17.57 %; : 68.26 %; Ener. z T: 16.07 %; Ener. z Bł.: 1.92 %; K: 3416.32 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2024-10-29		
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 Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>), Rukola 10 g , Pomidor 90 g ,	Brokułowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ryż na sypko 200 g , Szyunka wieprzowa gotowana 100 g , Sos meksykański 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Surówka z marchwi i jabłka () 100 g (<u>MLE,</u>), Buraczki gotowane () 100 g , 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>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyunka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (<u>SOJ, SEL,</u>), Ogórek kiszony 90 g ,
II Śniadanie: Śliwka szt 2 szt ,		Posiłek nocny: Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyunka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 25 g (<u>SOJ,</u>), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2154.63 kcal; Białko ogółem: 110.69 g; Tłuszcz: 42.57 g; Kw. tł. nasy.: 12.18 g; Węglowodany ogółem: 345.27 g; W tym cukry: 69.04 g; Błonnik pok.: 28.22 g; Sól: 7.37 g; WW: 31.73 Por; : 20.55 %; : 64.1 %; Ener. z T: 17.78 %; Ener. z Bł.: 2.62 %; K: 4569.42 mg;

wtorek 2024-10-29		
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 , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ,</u>), Sałata zielona 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Ryż na sypko 200 g , Szyunka wieprzowa gotowana 100 g , Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyunka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (<u>SOJ, SEL,</u>), Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 100 g (<u>SEL,</u>),
II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 szt ,		Posiłek nocny: Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyunka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 25 g (<u>SOJ,</u>), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2021.18 kcal; Białko ogółem: 81.5 g; Tłuszcz: 46.69 g; Kw. tł. nasy.: 10.39 g; Węglowodany ogółem: 333.77 g; W tym cukry: 44.11 g; Błonnik pok.: 31.05 g; Sól: 8.55 g; WW: 30.28 Por; : 16.13 %; : 66.05 %; Ener. z T: 20.79 %; Ener. z Bł.: 3.07 %; K: 3130.68 mg;

wtorek 2024-10-29		
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 , 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 , Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>), Sałata zielona 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,	Brokułowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ryż na sypko 200 g , Szyunka wieprzowa gotowana 100 g , Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Marchew gotowana z olejem* 150 g , 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>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyunka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (<u>SOJ, SEL,</u>), Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 100 g (<u>SEL,</u>),
II Śniadanie: Jabłko pieczone 1szt. 1 szt ,		Posiłek nocny: Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyunka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 25 g (<u>SOJ,</u>), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2217.84 kcal; Białko ogółem: 104.14 g; Tłuszcz: 50.84 g; Kw. tł. nasy.: 12.19 g; Węglowodany ogółem: 347.99 g; W tym cukry: 65.32 g; Błonnik pok.: 25.62 g; Sól: 6.31 g; WW: 32.36 Por; : 18.78 %; : 62.76 %; Ener. z T: 20.63 %; Ener. z Bł.: 2.31 %; K: 3934.93 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2024-10-30		
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, GLU ŻYT₁</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLUPSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyunka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ₁</u>), Sałata zielona z jogurtem 20 g (<u>MLE₁</u>), Pomidor 80 g ,	Pieczarkowa z makaronem * 400 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL₁</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLUPSZ, JAJ₁</u>), Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLUPSZ, MLE₁</u>), Fasolka szparagowa z wody* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT₁</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLUPSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ₁</u>), Filet zapiekany drobiowy 30 g (<u>MLE₁</u>), Pomidor ze szczypiorkiem i olejem 80 g , Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE₁</u>),		Posiłek nocny: Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLUPSZ, JAJ₁</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1989.4 kcal; Białko ogółem: 93.53 g; Tłuszcz: 50.46 g; Kw. tł. nasy.: 10.39 g; Węglowodany ogółem: 303.21 g; W tym cukry: 39.89 g; Błonnik pok.: 24.57 g; Sól: 7.12 g; WW: 28.09 Por; : 18.81 %; : 60.96 %; Ener. z T: 22.83 %; Ener. z Bt.: 2.47 %; K: 4042.15 mg;

środa 2024-10-30		
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>GLUPSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Schab gotowany 50 g , Sałata zielona 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,	Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL₁</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLUPSZ, JAJ₁</u>), Sos pietruszkowy (bez mleka)* 100 ml (<u>GLUPSZ₁</u>), Marchew gotowana z olejem* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ₁</u>), Szyunka z piersią indyczą-wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ, SEL₁</u>), Pomidor b/s z olejem 80 g , Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200 ml ,		Posiłek nocny: Chrupki kukurydziane 20 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1960.33 kcal; Białko ogółem: 84.32 g; Tłuszcz: 49.29 g; Kw. tł. nasy.: 10.46 g; Węglowodany ogółem: 307.04 g; W tym cukry: 38.37 g; Błonnik pok.: 23.61 g; Sól: 5.18 g; WW: 28.45 Por; : 17.21 %; : 62.65 %; Ener. z T: 22.63 %; Ener. z Bt.: 2.41 %; K: 3638.39 mg;

środa 2024-10-30		
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>GLUPSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyunka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ₁</u>), Sałata zielona z jogurtem 20 g (<u>MLE₁</u>), Pomidor b/skórki 80 g ,	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL₁</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLUPSZ, JAJ₁</u>), Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLUPSZ, MLE₁</u>), Marchew gotowana z olejem* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ₁</u>), Filet zapiekany drobiowy 30 g (<u>MLE₁</u>), Pomidor b/s z olejem 80 g , Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE₁</u>),		Posiłek nocny: Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLUPSZ, JAJ₁</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2079.27 kcal; Białko ogółem: 93.15 g; Tłuszcz: 53.87 g; Kw. tł. nasy.: 10.5 g; Węglowodany ogółem: 316.08 g; W tym cukry: 46.34 g; Błonnik pok.: 20.21 g; Sól: 6.65 g; WW: 29.74 Por; : 17.92 %; : 60.81 %; Ener. z T: 23.32 %; Ener. z Bt.: 1.94 %; K: 3994.12 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2024-10-31		
Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE, 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 , Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (<u>SOJ, SEL,</u>), Sałatka jarzynowa z olejem () 150 g (<u>SEL,</u>), Sałata zielona 20 g ,	Barszcz biały z ziemniakami ()* 400 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 350 g (<u>SEL, GLU JECZ,</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLUPSZ,</u>), Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 150 g (<u>SEL,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	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 , Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE,</u>), Sałatka z pomidora i sałaty lodowej 100 g ,
II Śniadanie: Smoothie szpinak, jabłko, banan 150 g ,		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2194.24 kcal; Białko ogółem: 87.02 g; Tłuszcz: 60.39 g; Kw. tł. nasy.: 12.51 g; Węglowodany ogółem: 344.11 g; W tym cukry: 71.56 g; Błonnik pok.: 39.03 g; Sól: 4.96 g; WW: 30.55 Por; : 15.86 %; : 62.73 %; Ener. z T: 24.77 %; Ener. z Bł.: 3.56 %; K: 5048.1 mg;

czwartek 2024-10-31		
Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci		
Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL, GLU OW,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (<u>SOJ, SEL,</u>), Sałatka jarzynowa z olejem () 150 g (<u>SEL,</u>), Sałata zielona 20 g ,	Ziemniaczana *(bez mleka) () 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL,</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 350 g (<u>SEL, GLU JECZ,</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLUPSZ,</u>), Cukinia pieczona z olejem * 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ,</u>), Sałatka z pomidora i sałaty lodowej b/skórki 100 g ,
II Śniadanie: Smoothie szpinak, jabłko, banan 150 g ,		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2098.22 kcal; Białko ogółem: 66.83 g; Tłuszcz: 59.45 g; Kw. tł. nasy.: 10.19 g; Węglowodany ogółem: 341.99 g; W tym cukry: 49.54 g; Błonnik pok.: 37.75 g; Sól: 7.39 g; WW: 30.37 Por; : 12.74 %; : 65.19 %; Ener. z T: 25.5 %; Ener. z Bł.: 3.6 %; K: 4249.88 mg;

czwartek 2024-10-31		
Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci		
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>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLUPSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (<u>SOJ, SEL,</u>), Sałatka jarzynowa z olejem () 150 g (<u>SEL,</u>), Sałata zielona 20 g ,	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL,</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 350 g (<u>SEL, GLU JECZ,</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLUPSZ,</u>), Cukinia pieczona z olejem * 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLUPSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE,</u>), Sałatka z pomidora i sałaty lodowej b/skórki 100 g ,
II Śniadanie: Smoothie szpinak, jabłko, banan 150 g ,		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2237.69 kcal; Białko ogółem: 83.98 g; Tłuszcz: 62.84 g; Kw. tł. nasy.: 11.89 g; Węglowodany ogółem: 349.7 g; W tym cukry: 68.75 g; Błonnik pok.: 33.52 g; Sól: 4.94 g; WW: 31.59 Por; : 15.01 %; : 62.51 %; Ener. z T: 25.28 %; Ener. z Bł.: 3 %; K: 4913.18 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2024-11-01		
Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
Kasza manna na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, 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, Twaróg półtłusty 60 g (MLE,), Miód (25g) 1 szt, Jabłko 150 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Szpinakowa z zacierką* 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Kotlet z ryby (Morszczuk) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g, Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL,), Kompot owocowy* 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,), Polędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ,), Ćwikła z chrzanem () 100 g (MLE, SOJ,), Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,),
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE,),		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2237.11 kcal; Białko ogółem: 99.74 g; Tłuszcz: 54.19 g; Kw. tł. nasy.: 10.57 g; Węglowodany ogółem: 354.26 g; W tym cukry: 76.88 g; Błonnik pok.: 33.98 g; Sól: 8.01 g; WW: 32.01 Por; : 17.83 %; : 63.34 %; Ener. z T: 21.8 %; Ener. z Bł.: 3.04 %; K: 5281.92 mg;

piątek 2024-11-01		
Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci		
Kasza manna na wywarze jarzynowym* 400 ml (GLU PSZ, SEL,), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Filet z kurczaka gotowany 50 g, Miód (25g) 1 szt, Jabłko pieczone 1szt. 1 szt, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Szpinakowa z zacierką*(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL,), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,), Sos cytrynowy (bez mleka) 100 ml (GLU PSZ,), Bukiet jarzyn oprószony z olejem* 150 g (GLU PSZ, SEL,), 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 Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ,), Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,), Ćwikła z jabłkiem () 100 g,
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 150 ml,		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2151.23 kcal; Białko ogółem: 94.01 g; Tłuszcz: 48.78 g; Kw. tł. nasy.: 9.04 g; Węglowodany ogółem: 347.6 g; W tym cukry: 58.31 g; Błonnik pok.: 27.32 g; Sól: 6.93 g; WW: 32.01 Por; : 17.48 %; : 64.63 %; Ener. z T: 20.41 %; Ener. z Bł.: 2.54 %; K: 4363.66 mg;

piątek 2024-11-01		
Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci		
Kasza manna na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE,), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Twaróg półtłusty 60 g (MLE,), Miód (25g) 1 szt, Jabłko pieczone 1szt. 1 szt, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Szpinakowa z zacierką* 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,), Sos cytrynowy 100 ml (GLU PSZ, MLE,), Bukiet jarzyn oprószony z olejem* 150 g (GLU PSZ, SEL,), 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,), Polędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ,), Ćwikła z jabłkiem () 100 g,
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE,),		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2285.6 kcal; Białko ogółem: 106.77 g; Tłuszcz: 53.97 g; Kw. tł. nasy.: 10.65 g; Węglowodany ogółem: 356.85 g; W tym cukry: 67.09 g; Błonnik pok.: 25.75 g; Sól: 7.29 g; WW: 33.11 Por; : 18.69 %; : 62.45 %; Ener. z T: 21.25 %; Ener. z Bł.: 2.25 %; K: 4907.18 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2024-11-02		
Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (MLE, GLU JĘCZ.), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Parówki drobiowo-wieprz (homogenizowane,wędz.parz w osłonce niejadalnej) 80 g (SOJ.), Mix sałat 20 g , Ogórek kiszony 80 g ,	Koperkowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL.), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Bigos 300 g (GLU PSZ, SEL, GOR.), Jabłko 1 szt 1 szt , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z soczewicy czerwonej 80 g , Sałata zielona 20 g , Pomidor 80 g ,
II Śniadanie: Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.),		Posiłek nocny: Przecier owocowy jabłko-morela 120g 1 szt (może zawierać: MLE.),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2334.54 kcal; Białko ogółem: 94.01 g; Tłuszcz: 76.15 g; Kw. tł. nasy.: 19.55 g; Węglowodany ogółem: 330.95 g; W tym cukry: 70 g; Błonnik pok.: 30.63 g; Sól: 9.85 g; WW: 30.15 Por.; : 16.11 %; : 56.7 %; Ener. z T: 29.36 %; Ener. z Bł.: 2.62 %; K: 4449.33 mg;

sobota 2024-11-02		
Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci		
Płatki jęczminne na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL, GLU JĘCZ.), 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 , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 50 g , Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g ,	Koperkowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (SEL.), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Gulasz wieprzowy z warzywami* 200 g (GLU PSZ, SEL.), 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 mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 50 g , Sałata zielona 20 g , Pomidor 80 g ,
II Śniadanie: Sok wielowarzywny pasteryzowany 150 ml ,		Posiłek nocny: Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1853.47 kcal; Białko ogółem: 82.07 g; Tłuszcz: 49.99 g; Kw. tł. nasy.: 11.73 g; Węglowodany ogółem: 282.09 g; W tym cukry: 41.63 g; Błonnik pok.: 25.76 g; Sól: 6.09 g; WW: 25.67 Por.; : 17.71 %; : 60.88 %; Ener. z T: 24.27 %; Ener. z Bł.: 2.78 %; K: 3838.64 mg;

sobota 2024-11-02		
Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci		
Płatki 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.), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka w siatce-wieprzowa, parzona, wędzona z poł. kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ.), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g ,	Koperkowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL.), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Gulasz wieprzowy z warzywami* 200 g (GLU PSZ, SEL.), Marchew gotowana z olejem* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	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 , Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (SOJ.), Sałata zielona 20 g , Pomidor 80 g ,
II Śniadanie: Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.),		Posiłek nocny: Przecier owocowy jabłko-morela 120g 1 szt (może zawierać: MLE.),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1979.6 kcal; Białko ogółem: 96.42 g; Tłuszcz: 50.22 g; Kw. tł. nasy.: 10.33 g; Węglowodany ogółem: 295.12 g; W tym cukry: 53.23 g; Błonnik pok.: 23.84 g; Sól: 7.28 g; WW: 27.34 Por.; : 19.48 %; : 59.63 %; Ener. z T: 22.83 %; Ener. z Bł.: 2.41 %; K: 3828.41 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2024-11-03		
Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE</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 , Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 80 g (<u>MLE</u>), Gruszka 150 g ,	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g , Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g , Brokuł gotowany* 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka wiśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 30 g (<u>SOJ</u>), Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u>), Słupki z marchewki 90 g , Rukola 10 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny z płatkami owsianymi 150 g (<u>MLE</u> , <u>GLU OW</u>),		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLUPSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2378.25 kcal; Białko ogółem: 122.69 g; Tłuszcz: 62.4 g; Kw. tł. nasy.: 16.47 g; Węglowodany ogółem: 346.01 g; W tym cukry: 58.67 g; Błonnik pok.: 30.09 g; Sól: 6.98 g; WW: 31.49 Por; : 20.64 %; : 58.2 %; Ener. z T: 23.62 %; Ener. z Bł.: 2.53 %; K: 4614.21 mg;

niedziela 2024-11-03		
Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci		
Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL</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 , Szyńka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (<u>SOJ</u> , <u>SEL</u>), Banan 1szt. 1 szt ,	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g , Brokuł gotowany* 150 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 , Szyńka wiśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (<u>SOJ</u>), Słupki z marchewki 80 g , Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Jabłko pieczone 1szt. 1 szt ,		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2117.07 kcal; Białko ogółem: 98.95 g; Tłuszcz: 51.79 g; Kw. tł. nasy.: 13.61 g; Węglowodany ogółem: 328.06 g; W tym cukry: 79.62 g; Błonnik pok.: 28.62 g; Sól: 8.5 g; WW: 30.04 Por; : 18.7 %; : 61.98 %; Ener. z T: 22.02 %; Ener. z Bł.: 2.7 %; K: 5053.34 mg;

niedziela 2024-11-03		
Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE</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 , Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 80 g (<u>MLE</u>), Banan 1szt. 1 szt ,	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g , Brokuł gotowany* 150 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 , Szyńka wiśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 30 g (<u>SOJ</u>), Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny z płatkami owsianymi 150 g (<u>MLE</u> , <u>GLU OW</u>),		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLUPSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2503.83 kcal; Białko ogółem: 126.78 g; Tłuszcz: 59.76 g; Kw. tł. nasy.: 16.33 g; Węglowodany ogółem: 375.71 g; W tym cukry: 81.23 g; Błonnik pok.: 21.44 g; Sól: 5.95 g; WW: 35.43 Por; : 20.25 %; : 60.02 %; Ener. z T: 21.48 %; Ener. z Bł.: 1.71 %; K: 5206.88 mg;