

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2025-04-14		
Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
Płatki pszenne 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, Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>), Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g,	Fasolowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>), Sos jogurtowy z twarogiem z/c 150 g (<u>MLE,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml, Mandarynka 2 szt,	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, Pasta z jaj 50 g (<u>JAJ, MLE,</u>), Pomidor 80 g, Roszponka 20 g, Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>),
II Śniadanie: Koktajl truskawkowy* b/c 200 ml (<u>MLE,</u>),		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2113.46 kcal; Białko ogółem: 103.37 g; Tłuszcz: 41.13 g; Kw. tł. nasy.: 12.84 g; Węglowodany ogółem: 348.93 g; W tym cukry: 77.01 g; Błonnik pok.: 32.01 g; Sól: 9.43 g; WW: 31.67 Por; : 19.56 %; : 66.04 %; Ener. z T: 17.52 %; Ener. z Bł.: 3.03 %; K: 3965.43 mg;

poniedziałek 2025-04-14		
Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci		
Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>GLU PSZ, 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, Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 50 g, Pomidor b/skórki 80 g, Sałata zielona 20 g,	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>), Pulpet jarski () 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>), Sos majerankowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Szpinak gotowany z olejem* 80 g (<u>GLU PSZ,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml, Banan 150 g,	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>), Pomidor b/skórki 80 g, Roszponka 20 g, Dżem 30 g,
II Śniadanie: Chrupki kukurydziane 20 g,		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2103.6 kcal; Białko ogółem: 71.1 g; Tłuszcz: 46.01 g; Kw. tł. nasy.: 8.4 g; Węglowodany ogółem: 364.38 g; W tym cukry: 66.25 g; Błonnik pok.: 28.91 g; Sól: 6.66 g; WW: 33.57 Por; : 13.52 %; : 69.29 %; Ener. z T: 19.68 %; Ener. z Bł.: 2.75 %; K: 3578.52 mg;

poniedziałek 2025-04-14		
Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci		
Płatki pszenne 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, Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>), Pomidor b/skórki 80 g, Sałata zielona 20 g,	Dyniowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>), Sos jogurtowy z twarogiem z/c 150 g (<u>MLE,</u>), Mus z jabłek () z/c 100 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, Pasta z jaj 50 g (<u>JAJ, MLE,</u>), Pomidor b/skórki 80 g, Roszponka 20 g, Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>),
II Śniadanie: Koktajl truskawkowy* b/c 200 ml (<u>MLE,</u>),		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2098.15 kcal; Białko ogółem: 98.6 g; Tłuszcz: 42.01 g; Kw. tł. nasy.: 13.4 g; Węglowodany ogółem: 341.4 g; W tym cukry: 67.04 g; Błonnik pok.: 20.6 g; Sól: 8.53 g; WW: 32.07 Por; : 18.8 %; : 65.09 %; Ener. z T: 18.02 %; Ener. z Bł.: 1.96 %; K: 3328.74 mg;

poniedziałek 2025-04-14		
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, Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>), Pomidor b/skórki 40 g, Sałata zielona 10 g,	Dyniowa z ziemniakami (*) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Makaron 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Sos jogurtowy z twarogiem z/c 60 g (<u>MLE,</u>), Kompot owocowy* z/c 200 ml, Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt,	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 jaj 20 g (<u>JAJ, MLE,</u>), Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>), Pomidor b/skórki 40 g, Roszponka 10 g,
II Śniadanie: Koktajl truskawkowy* b/c 150 ml (<u>MLE,</u>),		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 150 ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1144.04 kcal; Białko ogółem: 48.45 g; Tłuszcz: 26.96 g; Kw. tł. nasy.: 7.69 g; Węglowodany ogółem: 182.91 g; W tym cukry: 48.63 g; Błonnik pok.: 12.38 g; Sól: 4.55 g; WW: 17.04 Por; : 16.94 %; : 63.95 %; Ener. z T: 21.21 %; Ener. z Bł.: 2.16 %; K: 1921.61 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2025-04-15 Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
Zacierka 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, Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE,</u>), Polędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ,</u>), Rukola 10 g , Pomidor 90 g ,	Ogórkowa 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 JECZ,</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 pierśią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (<u>SOJ, SEL,</u>), Ogórek kiszony 90 g ,
II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 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: 2130.12 kcal; Białko ogółem: 107.5 g; Tłuszcz: 41.44 g; Kw. tł. nasy.: 11.55 g; Węglowodany ogółem: 343.43 g; W tym cukry: 72.52 g; Błonnik pok.: 27.25 g; Sól: 8.59 g; WW: 31.64 Por; : 20.19 %; : 64.49 %; Ener. z T: 17.51 %; Ener. z Bł.: 2.56 %; K: 4236 mg;		
wtorek 2025-04-15 Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci		
Zacierka na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>GLU PSZ, 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 Sopotka 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 pierśią indyczą- wędlna 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: 2014.51 kcal; Białko ogółem: 80.77 g; Tłuszcz: 46.16 g; Kw. tł. nasy.: 10.31 g; Węglowodany ogółem: 332.83 g; W tym cukry: 45.2 g; Błonnik pok.: 30.18 g; Sól: 8.54 g; WW: 30.28 Por; : 16.04 %; : 66.09 %; Ener. z T: 20.62 %; Ener. z Bł.: 3 %; K: 3073.01 mg;		
wtorek 2025-04-15 Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci		
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>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE,</u>), Polędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ,</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 JECZ,</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 pierśią indyczą- wędlna 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: 2201.08 kcal; Białko ogółem: 102.1 g; Tłuszcz: 49.6 g; Kw. tł. nasy.: 11.56 g; Węglowodany ogółem: 347.22 g; W tym cukry: 65.61 g; Błonnik pok.: 24.55 g; Sól: 7 g; WW: 32.39 Por; : 18.56 %; : 63.1 %; Ener. z T: 20.28 %; Ener. z Bł.: 2.23 %; K: 3827.81 mg;		
wtorek 2025-04-15 Jadłospis dla diety: PUŁ- P3 Łatwo strawna częściowo rozdrobniona 1-3 lat		
Zacierka 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 , Twarożek z koperkiem 20 g (<u>MLE,</u>), Polędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 20 g (<u>SOJ,</u>), Sałata zielona 10 g , Pomidor b/skórki 40 g ,	Brokułowa z ziemniakami (*) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ryż na sypko 100 g , Klopsik wieprzowy 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>), Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Marchew gotowana 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 , Szyunka z pierśią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 40 g (<u>SOJ, SEL,</u>), Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 50 g (<u>SEL,</u>),

Jadłospisy dla oddziałów

II Śniadanie: Jabłko pieczone 1szt. 1 szt ,		Posilek nocny: Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLUPSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 20 g (SOJ), Sałata zielona 10 g ,
--	--	---

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1400.82 kcal; Białko ogółem: 55.81 g; Tłuszcz: 41.98 g; Kw. tł. nasy.: 9.09 g; Węglowodany ogółem: 207.7 g; W tym cukry: 41.77 g; Błonnik pok.: 15.38 g; Sól: 4.46 g; WW: 19.32 Por; : 15.94 %; : 59.31 %; Ener. z T: 26.97 %; Ener. z Bł.: 2.2 %; K: 2071.75 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2025-04-16 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>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szyńka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona z jogurtem 20 g (<u>MLE</u>), Pomidor 80 g,	Pieczarkowa z makaronem* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</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>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Paprykarz szczeciński 50 g (<u>RYB, SOJ</u>), Filet zapiekany drobiowy 30 g (<u>MLE</u>), Pomidor ze szczypiorkiem i olejem 80 g, Sałata zielona 20 g,
II Śniadanie: Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2015.9 kcal; Białko ogółem: 91.98 g; Tłuszcz: 52.24 g; Kw. tł. nasy.: 9.31 g; Węglowodany ogółem: 300.71 g; W tym cukry: 40.14 g; Błonnik pok.: 24.92 g; Sól: 7.64 g; WW: 27.84 Por; : 18.25 %; : 59.67 %; Ener. z T: 23.32 %; Ener. z Bł.: 2.47 %; K: 4139.15 mg;

środa 2025-04-16 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>GLU PSZ</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>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos pietruszkowy (bez mleka)* 100 ml (<u>GLU PSZ</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>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Szyńka z piersią indyczą-wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ, SEL</u>), Pomidor b/skórki 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: 1913.12 kcal; Białko ogółem: 84.34 g; Tłuszcz: 43.96 g; Kw. tł. nasy.: 10.11 g; Węglowodany ogółem: 307.24 g; W tym cukry: 38.52 g; Błonnik pok.: 23.66 g; Sól: 5.17 g; WW: 28.47 Por; : 17.63 %; : 64.24 %; Ener. z T: 20.68 %; Ener. z Bł.: 2.47 %; K: 3652.89 mg;

środa 2025-04-16 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>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szyńka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona z jogurtem 20 g (<u>MLE</u>), Pomidor b/skórki 80 g,	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</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>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Filet zapiekany drobiowy 30 g (<u>MLE</u>), Pomidor b/skórki 80 g, Sałata zielona 20 g,
II Śniadanie: Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2038.55 kcal; Białko ogółem: 92.91 g; Tłuszcz: 49.22 g; Kw. tł. nasy.: 10.15 g; Węglowodany ogółem: 309.78 g; W tym cukry: 46.49 g; Błonnik pok.: 20.26 g; Sól: 6.61 g; WW: 29.11 Por; : 18.23 %; : 60.78 %; Ener. z T: 21.73 %; Ener. z Bł.: 1.99 %; K: 4008.62 mg;

środa 2025-04-16 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 Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 40 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona z jogurtem 10 g (<u>MLE</u>), Pomidor b/skórki 40 g,	Jarzynowa z makaronem* dieta 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g, Pulpet drobiowy 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos pietruszkowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Marchew gotowana 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, Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Filet zapiekany drobiowy 20 g (<u>MLE</u>), Pomidor b/skórki 40 g, Sałata zielona 10 g,
II Śniadanie: Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1268.4 kcal; Białko ogółem: 57.68 g; Tłuszcz: 37.96 g; Kw. tł. nasy.: 8.03 g; Węglowodany ogółem: 172.74 g; W tym cukry: 28.5 g; Błonnik pok.: 11.21 g; Sól: 4.09 g; WW: 16.25 Por; : 18.19 %; : 54.47 %; Ener. z T: 26.93 %; Ener. z Bł.: 1.77 %; K: 2202.08 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2025-04-17		
Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
Plátky owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU OW</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szyńka 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>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 350 g (<u>SEL, GLU JECZ</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</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>GLU PSZ</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</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 2025-04-17		
Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci		
Plátky 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>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szyńka 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>GLU PSZ, SEL</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 350 g (<u>SEL, GLU JECZ</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</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>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Poledwica Sopotka 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 2025-04-17		
Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci		
Plátky owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU OW</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szyńka 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>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 350 g (<u>SEL, GLU JECZ</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</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>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</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 pieczone 1szt. 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;

czwartek 2025-04-17		
Jadłospis dla diety: PUŁ- P3 Łatwo strawna częściowo rozdrobniona 1-3 lat		
Plátky 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 piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 20 g (<u>SOJ, SEL</u>), Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (<u>SEL</u>), Sałata zielona 10 g,	Ziemniaczana * () 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 200 g (<u>SEL, GLU JECZ</u>), Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ</u>), Cukinia pieczona 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, Serek a'la homogenizowany z ziołami 40 g (<u>MLE</u>), Sałatka z pomidora i sałaty lodowej b/skórki 50 g,
II Śniadanie: Smoothie szpinak, jabłko, banan 150 g,		Posiłek nocny: Jabłko pieczone 1szt. 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1384.19 kcal; Białko ogółem: 49.49 g; Tłuszcz: 42.25 g; Kw. tł. nasy.: 8.08 g; Węglowodany ogółem: 212.43 g; W tym cukry: 50.54 g; Błonnik pok.: 21.49 g; Sól: 2.93 g; WW: 19.08 Por; : 14.3 %; : 61.39 %; Ener. z T: 27.47 %; Ener. z Bł.: 3.11 %; K: 3036.68 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2025-04-18 Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
Kasza manna na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</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., Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE,</u>), Miód (25g) 1 szt., Jabłko 150 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Szpinakowa z zacierką* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Kotlet z ryby (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g, Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL,</u>), Kompot owocowy* 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>), Pomidor 80 g, Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>), Sałata zielona 20 g,
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>),		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2147.49 kcal; Białko ogółem: 92.34 g; Tłuszcz: 52.7 g; Kw. tł. nasy.: 10 g; Węglowodany ogółem: 341.31 g; W tym cukry: 69.12 g; Błonnik pok.: 31.89 g; Sól: 6.99 g; WW: 30.98 Por; : 17.2 %; : 63.57 %; Ener. z T: 22.09 %; Ener. z Bł.: 2.97 %; K: 5056.05 mg;

piątek 2025-04-18 Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci		
Kasza manna na wywarze jarzynowym* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), 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 (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>), Sos cytrynowy (bez mleka) 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>), Bukiet jarzyn oprószany z olejem* 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>), Pomidor b/skórki 80 g, Sałata zielona 20 g,
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 150 ml,		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2076.98 kcal; Białko ogółem: 88.58 g; Tłuszcz: 47.76 g; Kw. tł. nasy.: 8.71 g; Węglowodany ogółem: 335.33 g; W tym cukry: 52.45 g; Błonnik pok.: 25.11 g; Sól: 5.91 g; WW: 31.06 Por; : 17.06 %; : 64.58 %; Ener. z T: 20.7 %; Ener. z Bł.: 2.42 %; K: 4174.24 mg;

piątek 2025-04-18 Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci		
Kasza manna na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt., Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE,</u>), Miód (25g) 1 szt., Jabłko pieczone 1szt. 1 szt., Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Szpinakowa z zacierką* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>), Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Bukiet jarzyn oprószany z olejem* 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>), Pomidor b/skórki 80 g, Sałata zielona 20 g,
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>),		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2198.36 kcal; Białko ogółem: 99.51 g; Tłuszcz: 52.49 g; Kw. tł. nasy.: 10.03 g; Węglowodany ogółem: 344.21 g; W tym cukry: 60.91 g; Błonnik pok.: 23.55 g; Sól: 6.27 g; WW: 32.12 Por; : 18.11 %; : 62.63 %; Ener. z T: 21.49 %; Ener. z Bł.: 2.14 %; K: 4706.46 mg;

piątek 2025-04-18 Jadłospis dla diety: PUŁ- P3 Łatwo strawna częściowo rozdrobniona 1-3 lat		
Kasza manna na mleku/p 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt., Twaróg półtłusty 20 g (<u>MLE,</u>), Dżem 25 g 1 szt., Jabłko pieczone 1szt. 1 szt., Herbata czarna granulowana z/c 200 ml,	Szpinakowa z zacierką* 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g, Pulpet rybny (Morszczuk) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>), Sos cytrynowy 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Bukiet jarzyn oprószany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), 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., Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>), Pomidor b/skórki 40 g, Sałata zielona 10 g,
II Śniadanie: Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE,</u>),		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 150 ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1294.96 kcal; Białko ogółem: 56.7 g; Tłuszcz: 37.52 g; Kw. tł. nasy.: 8.42 g; Węglowodany ogółem: 190.49 g; W tym cukry: 54.41 g; Błonnik pok.: 14.53 g; Sól: 3.53 g; WW: 17.68 Por; : 17.51 %; : 58.84 %; Ener. z T: 26.08 %; Ener. z Bł.: 2.24 %; K: 2675.87 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2025-04-19 Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
Plátky jęczmienna na mleku /p 400 ml (MLE, GLU JECZ.), 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 , Serek homo. naturalny 80 g (MLE.), Mix салат 20 g , Ogórek kiszony 80 g ,	Koperkowa z ryżem* 400 ml (MLE, SEL.), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Gulasz warzywny z ciecierzycą* 200 g (GLU PSZ, SEL.), Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 80 g (RYB, SEL.), Sałata zielona 20 g , Pomidor 80 g ,
II Śniadanie: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,		Posiłek nocny: Przekier owocowy jablko-mango 100g 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2057.28 kcal; Białko ogółem: 76.55 g; Tłuszcz: 56.03 g; Kw. tł. nasy.: 9.59 g; Węglowodany ogółem: 324.13 g; W tym cukry: 66.85 g; Błonnik pok.: 30.14 g; Sól: 10.2 g; WW: 29.42 Por; : 14.88 %; : 63.02 %; Ener. z T: 24.51 %; Ener. z Bł.: 2.93 %; K: 4187.1 mg;

sobota 2025-04-19 Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci		
Plátky jęczminne na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL, GLU JECZ.), 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 салат 20 g ,	Koperkowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (SEL.), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.), 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 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 80 g (RYB, SEL.), Sałata zielona 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,
II Śniadanie: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,		Posiłek nocny: Mus- przekier owocowy jablko 100g (tubka) 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1804.15 kcal; Białko ogółem: 63.8 g; Tłuszcz: 44.8 g; Kw. tł. nasy.: 7.75 g; Węglowodany ogółem: 299.54 g; W tym cukry: 47.08 g; Błonnik pok.: 29.18 g; Sól: 7.65 g; WW: 27.1 Por; : 14.15 %; : 66.41 %; Ener. z T: 22.35 %; Ener. z Bł.: 3.23 %; K: 3805.16 mg;

sobota 2025-04-19 Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci		
Plátky jęczmienna na mleku /p 400 ml (MLE, GLU JECZ.), 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 , Serek homo. naturalny 80 g (MLE.), Pomidor b/skórki 80 g , Mix салат 20 g ,	Koperkowa z ryżem* 400 ml (MLE, SEL.), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (GLU PSZ, SOJ, 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 , Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 80 g (RYB, SEL.), Sałata zielona 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,
II Śniadanie: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,		Posiłek nocny: Przekier owocowy jablko-mango 100g 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1888.03 kcal; Białko ogółem: 73.98 g; Tłuszcz: 44.28 g; Kw. tł. nasy.: 6.9 g; Węglowodany ogółem: 309.84 g; W tym cukry: 58.42 g; Błonnik pok.: 26.81 g; Sól: 7.8 g; WW: 28.46 Por; : 15.67 %; : 65.64 %; Ener. z T: 21.11 %; Ener. z Bł.: 2.84 %; K: 4033.44 mg;

sobota 2025-04-19 Jadłospis dla diety: PUŁ- P3 Łatwo strawna częściowo rozdrobniona 1-3 lat		
Plátky jęczmienna na mleku /p 200 ml (MLE, GLU JECZ.), Herbata czarna granulowana z/c 200 ml , Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 40 g (MLE.), Pomidor b/skórki 50 g , Mix салат 10 g ,	Koperkowa z ryżem* 200 ml (MLE, SEL.), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g , Gulasz warzywny z tofu dieta* 80 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.), Marchew gotowana z olejem* 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 , Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 40 g (RYB, SEL.), Sałata zielona 10 g , Pomidor b/skórki 40 g ,
II Śniadanie: Sok wielowarzywny pasteryzowany 150 ml ,		Posiłek nocny: Przekier owocowy jablko-mango 100g 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1081.76 kcal; Białko ogółem: 40.16 g; Tłuszcz: 28.12 g; Kw. tł. nasy.: 4.87 g; Węglowodany ogółem: 173.28 g; W tym cukry: 39.3 g; Błonnik pok.: 14.32 g; Sól: 4.31 g; WW: 15.99 Por; : 14.85 %; : 64.07 %; Ener. z T: 23.39 %; Ener. z Bł.: 2.65 %; K: 2173.95 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2025-04-20		
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>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>), Sałatka jarzynowa (*) 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR</u>), Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (<u>SOJ, SEL</u>),	Żurek z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Schab pieczony w rękawie 100 g , Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ćwikła z chrzanem () 100 g (<u>MLE, SOZ</u>), Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 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 , Szynka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (<u>SOJ</u>), Pomidor 90 g , Rukola 10 g ,
II Śniadanie: Babka cytrynowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>),		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2344.21 kcal; Białko ogółem: 105.47 g; Tłuszcz: 49.3 g; Kw. tł. nasy.: 10.91 g; Węglowodany ogółem: 362.3 g; W tym cukry: 52.4 g; Błonnik pok.: 31.41 g; Sól: 8.97 g; WW: 33.13 Por; : 18 %; : 61.82 %; Ener. z T: 18.93 %; Ener. z Bł.: 2.68 %; K: 5495.91 mg;

niedziela 2025-04-20		
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>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Sałatka jarzynowa - dieta (bez mleka) () 100 g (<u>SEL</u>), Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (<u>SOJ, SEL</u>),	Ziemniaczana *(bez mleka) () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Schab pieczony w rękawie 100 g , Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Buraczki gotowane () 150 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 , Szynka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (<u>SOJ</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Jabłko pieczone 1szt. 1 szt ,		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2004.68 kcal; Białko ogółem: 91.86 g; Tłuszcz: 38.97 g; Kw. tł. nasy.: 9.72 g; Węglowodany ogółem: 337.23 g; W tym cukry: 54.48 g; Błonnik pok.: 30.86 g; Sól: 7.91 g; WW: 30.72 Por; : 18.33 %; : 67.29 %; Ener. z T: 17.49 %; Ener. z Bł.: 3.08 %; K: 5881.54 mg;

niedziela 2025-04-20		
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>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Sałatka jarzynowa - dieta (*) 100 g (<u>MLE, SEL</u>), Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (<u>SOJ, SEL</u>),	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Schab pieczony w rękawie 100 g , Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Buraczki gotowane () 150 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 , Szynka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (<u>SOJ</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Babka cytrynowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>),		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2311.6 kcal; Białko ogółem: 108.12 g; Tłuszcz: 38.55 g; Kw. tł. nasy.: 9.73 g; Węglowodany ogółem: 373.16 g; W tym cukry: 49.52 g; Błonnik pok.: 23.14 g; Sól: 7.04 g; WW: 35.01 Por; : 18.71 %; : 64.57 %; Ener. z T: 15.01 %; Ener. z Bł.: 2 %; K: 5534.95 mg;

niedziela 2025-04-20		
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 , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Sałatka jarzynowa - dieta (*) 100 g (<u>MLE, SEL</u>), Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (<u>SOJ, SEL</u>),	Ziemniaczana * () 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g , Klopsik wieprzowy 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos własny () 50 ml (<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 , Szynka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 40 g (<u>SOJ</u>), Pomidor b/skórki 40 g , Sałata zielona 10 g ,
II Śniadanie: Babka cytrynowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>),		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1594.12 kcal; Białko ogółem: 64.37 g; Tłuszcz: 37.43 g; Kw. tł. nasy.: 8.61 g; Węglowodany ogółem: 234.91 g; W tym cukry: 30.73 g; Błonnik pok.: 14.21 g; Sól: 4.73 g; WW: 22.05 Por; : 16.15 %; : 58.94 %; Ener. z T: 21.13 %; Ener. z Bł.: 1.78 %; K: 3098.11 mg;