

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2025-09-01		
Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
Platki 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>), Ogórek świeży 80 g , Salata 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 , Arbuz 150 g ,	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>), 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 warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2140.79 kcal; Białko ogółem: 100.77 g; Tłuszcz: 38.98 g; Kw. tł. nasy.: 12.4 g; Węglowodany ogółem: 361.71 g; W tym cukry: 80.71 g; Błonnik pok.: 28.84 g; Sól: 6.94 g; WW: 33.24 Por.: 18.83 %; 67.59 %; Ener. z T: 16.39 %; Ener. z Bł.: 2.69 %; K: 3784.43 mg;

poniedziałek 2025-09-01 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,	Zupa wiosenna z cukinią i 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, Arbuz 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 warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2073.24 kcal; Białko ogółem: 69.18 g; Tłuszcz: 44.83 g; Kw. tł. nasy.: 8.13 g; Węglowodany ogółem: 361.34 g; W tym cukry: 59.17 g; Błonnik pok.: 26.76 g; Sól: 4.21 g; WW: 33.43 Por.; 13.35 %; 69.72 %; Ener. z T: 19.46 %; Ener. z Bł.: 2.58 %; K: 3213.32 mg;

poniedziałek 2025-09-01			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, Połudwica 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 ,		Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami*(¹) 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>), Arbuz 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>), Pomidor b/skórki 80 g , Roszponka 20 g , Połudwica 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 warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2106.03 kcal; Białko ogółem: 96.22 g; Tłuszcz: 39.77 g; Kw. tł. nasy.: 12.41 g; Węglowodany ogółem: 350.83 g; W tym cukry: 83.29 g; Błonnik pok.: 18.03 g; Sól: 6.01 g; WW: 33.27 Por.: 18.28 %; 66.63 %; Ener. z T: 16.99 %; Ener. z Bł: 1.71 %; K: 3518.47 mg;

poniedziałek 2025-09-01			Jadłospis dla diety: PUŁ- P3 Łatwo strawna częściowo rozdrobniona 1-3 lat		
Platki 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 pol. kawalków mięsa, w osłonce niejadalnej 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u>), Pomidor b/skórki 40 g , Salata zielona 10 g ,		Zupa wiosenna z cukinią i 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 , Arbuz 150 g ,		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>JA,J</u>), Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z pol. kawalków 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: 1202.27 kcal; Białko ogółem: 52.67 g; Tłuszcz: 29.2 g; Kw. tł. nasy.: 8.38 g; Węglowodany ogółem: 187.91 g; W tym cukry: 56.28 g; Błonnik pok.: 9.84 g; Sól: 4.62 g; WW: 17.77 Por.: 17.52 %; 62.52 %; Ener. z T: 21.86 %; Ener. z Bł.: 1.64 %; K: 2019.61 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posilek nocny
wtorek 2025-09-02 Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE_i</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ_i</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ_i</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE_i</u>), Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ_i</u>), Rukola 10 g , Pomidor 90 g ,	Ogórkowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL_i</u>), Ryż na sypko 200 g , Szynka wieprzowa gotowana 100 g , Sos meksykański 100 g (<u>GLU PSZ_i</u>), Surówka z pora i jabłka () 100 g (<u>MLE_i</u>), Buraczki gotowane () 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ_i</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ_i</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ_i</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 50 g (<u>SOJ, SEL_i</u>), Ogórek świeży 80 g , Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Jablko 1 szt 1 szt ,		Posilek nocny: Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ_i</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 25 g (<u>SOJ_i</u>), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2136.61 kcal; Białko ogółem: 109.47 g; Tłuszcz: 41.72 g; Kw. tł. nasy.: 11.61 g; Węglowodany ogółem: 342.58 g; W tym cukry: 70.51 g; Błonnik pok.: 27.38 g; Sól: 6.86 g; WW: 31.56 Por.; 20.49 %; 64.14 %; Ener. z T: 17.57 %; Ener. z Bł.: 2.56 %; K: 4325.7 mg;

wtorek 2025-09-02			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, Połędwica Sopocka 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, Szynka 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, Szynka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej 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, Szynka 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 2025-09-02			Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci		
Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₁</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE₁</u>), Polędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ₁</u>), Sałata zielona 20 g, Pomidor b/skórki 80 g		Brokułowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL₁</u>), Ryż na sypko 200 g, Szynka wieprzowa gotowana 100 g, Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</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 JECZ₁</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₁</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szynka z pierśią indyczą-wędłina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (<u>SOJ, SEL₁</u>), Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem* 100 g (<u>SEL₁</u>),	
II Śniadanie: Jabłko pieczone 1szt. 1 szt,				Posiłek nocny: Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 25 g (<u>SOJ₁</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 2025-09-02			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>), Połędwica Sopotcka 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, Szynka z piersią indyczą- wędlina 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 (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 20 g (<u>SOJ</u>), 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 2025-09-03 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>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>), Roszponka 20 g, Ogórek świeży 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, Pasztet rybno- warzywny (morszczuk) 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>), Filet zapiekany drobiowy 30 g (<u>MLE</u>), Pomidor ze szczypiorkiem i olejem 80 g, Salata 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: 2015.23 kcal; Białko ogółem: 97.87 g; Tłuszcz: 48.45 g; Kw. tł. nasy.: 9.32 g; Węglowodany ogółem: 302.8 g; W tym cukry: 39.68 g; Błonnik pok.: 25.08 g; Sól: 7.42 g; WW: 27.97 Por; : 19.43 %; : 60.1 %; Ener. z T: 21.64 %; Ener. z Bł.: 2.49 %; K: 4068.12 mg;

środa 2025-09-03 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>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Schab gotowany 50 g, Roszponka 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>), Pasztet rybno- warzywny (morszczuk) 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>), Pomidor b/skórki 80 g, Salata zielona 20 g,
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 150 ml,		Posiłek nocny: Chrupki kukurydziane 20 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1954.03 kcal; Białko ogółem: 91.76 g; Tłuszcz: 45.4 g; Kw. tł. nasy.: 10.27 g; Węglowodany ogółem: 306.64 g; W tym cukry: 36.04 g; Błonnik pok.: 24.31 g; Sól: 5.05 g; WW: 28.33 Por; : 18.78 %; : 62.77 %; Ener. z T: 20.91 %; Ener. z Bł.: 2.49 %; K: 3848.86 mg;

środa 2025-09-03 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>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>), Roszponka 20 g, 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>), Pasztet rybno- warzywny (morszczuk) 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>), Pomidor b/skórki 80 g, Salata 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: 2091.26 kcal; Białko ogółem: 96.02 g; Tłuszcz: 50.76 g; Kw. tł. nasy.: 10.37 g; Węglowodany ogółem: 316.42 g; W tym cukry: 47 g; Błonnik pok.: 21.23 g; Sól: 6.65 g; WW: 29.67 Por; : 18.37 %; : 60.52 %; Ener. z T: 21.85 %; Ener. z Bł.: 2.03 %; K: 4203.17 mg;

środa 2025-09-03 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>), Roszponka 10 g, 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, Salata 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: 1266.54 kcal; Białko ogółem: 57.55 g; Tłuszcz: 37.89 g; Kw. tł. nasy.: 7.99 g; Węglowodany ogółem: 172.56 g; W tym cukry: 28.37 g; Błonnik pok.: 11.22 g; Sól: 4.06 g; WW: 16.23 Por; : 18.17 %; : 54.5 %; Ener. z T: 26.93 %; Ener. z Bł.: 1.77 %; K: 2196.53 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2025-09-04		
Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u>, <u>GLU</u> <u>OW</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyunka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (<u>SOJ</u>, <u>SEL</u>), Salátka jarzynowa z olejem () 150 g (<u>SEL</u>), Salátka zielona 20 g ,	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>, <u>GLU</u> <u>ŻYT</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 350 g (<u>SEL</u>, <u>GLU</u> <u>JĘCZ</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU</u> <u>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</u> <u>PSZ</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek a`la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE</u>), Salátka z pomidora i salaty 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 2025-09-04			Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci		
Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL</u>, <u>GLU</u> <u>OW</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>GLU</u> <u>ŻYT</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 30 g (<u>SOJ</u>, <u>SEL</u>), Salátka jarzynowa z olejem () 150 g (<u>SEL</u>), Salátka zielona 20 g ,		Ziemniaczana *(bez mleka) () 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>SEL</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 350 g (<u>SEL</u>, <u>GLU</u> <u>JECZ</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>), Cukinia pieczona z olejem * 150 g , Kompót owocowy* z/c 250 ml ,		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>GLU</u> <u>ŻYT</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ</u>), Salátka z pomidora i salaty 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 2025-09-04			Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci		
Platki 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, 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>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 350 g (<u>SEL, GLU JĘCZ.</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 2025-09-04			Jadłospis dla diety: PUŁ- P3 Łatwo strawna częściowo rozdrobniona 1-3 lat		
Platki owsiane na mleku/p 200 ml (<u>MLE</u> , <u>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 , Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadlanej 20 g (<u>SOJ</u> , <u>SEL</u>), Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (<u>SEL</u>), Sałata zielona 10 g ,		Ziemniaczana * () 200 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 200 g (<u>SEL</u> , <u>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: Jablko 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 - Posilek nocny
piątek 2025-09-05 Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
Kasza manna na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE_L</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT_L</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ_L</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE_L</u>), Miód (25g) 1 szt , Jablko 150 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Szpinakowa z zacierką* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE_L, SEL_L</u>), ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Kotlet z ryby (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ_L, RYB_L</u>), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g , Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL_L</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT_L</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ_L</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ_L</u>), Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ_L</u>), Ćwikła z chrzanem () 100 g (<u>MLE, SOJ_L</u>), Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ_L</u>),
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE_L</u>),		Posilek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2219.11 kcal; Białko ogółem: 97.36 g; Tłuszcz: 53.34 g; Kw. tł. nasy.: 10.23 g; Węglowodany ogółem: 353.19 g; W tym cukry: 77.38 g; Błonnik pok.: 33.33 g; Sól: 8 g; WW: 31.97 Por.; : 17.55 %; : 63.66 %; Ener. z T: 21.63 %; Ener. z Bł.: 3 %; K: 5227.37 mg;

piątek 2025-09-05			Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci		
Kasza manna na wywarze jarzynowym* 400 ml (<u>GLU</u><u>PSZ</u>, <u>SEL</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU</u><u>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</u> <u>PSZ</u>, <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>JAJ</u>, <u>RYB</u>), Sos cytrynowy (bez mleka) 100 ml (<u>GLU</u><u>PSZ</u>), Bukiet jarzyn oprószany z olejem* 150 g (<u>GLU</u><u>PSZ</u>, <u>SEL</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU</u><u>PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Ćwikła z jabłkiem () 100 g ,	
II Śniadanie: Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 150 ml ,				Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2146.23 kcal; Białko ogółem: 93.46 g; Tłuszcz: 48.38 g; Kw. tł. nasy.: 8.98 g; Węglowodany ogółem: 346.9 g; W tym cukry: 59.13 g; Błonnik pok.: 26.67 g; Sól: 6.92 g; WW: 32.01 Por.; : 17.42 %; : 64.65 %; Ener. z T: 20.29 %; Ener. z Bł.: 2.48 %; K: 4320.41 mg;

piątek 2025-09-05		Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci	
Kasza manna na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE₁</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, MLE₁, SEL₁</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB₁</u>), Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLUPSZ, MLE₁</u>), Bukiet jarzyn oprószany z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ₁</u>), Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ₁</u>), Ćwikła z jabłkiem () 100 g,	
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE₁</u>),		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2267.6 kcal; Białko ogółem: 104.39 g; Tłuszcz: 53.12 g; Kw. tł. nasy.: 10.31 g; Węglowodany ogółem: 355.78 g; W tym cukry: 67.59 g; Błonnik pok.: 25.1 g; Sól: 7.28 g; WW: 33.07 Por.; 18.41 %; 62.76 %; Ener. z T: 21.08 %; Ener. z Bł.: 2.21 %; K: 4852.63 mg;

piątek 2025-09-05			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>), Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 20 g (<u>SOJ</u>), Ćwikła z jabłkiem () 50 g,	
II Śniadanie: Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>),				Posiłek nocny: Sok pomidorowy 150 ml,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1334.17 kcal; Białko ogółem: 59.77 g; Tłuszcz: 37.94 g; Kw. tł. nasy.: 8.6 g; Węglowodany ogółem: 196.54 g; W tym cukry: 57.74 g; Błonnik pok.: 15.31 g; Sól: 4.16 g; WW: 18.18 Por.: 17.92 %; 58.92 %; Ener. z T: 25.6 %; Ener. z Bł.: 2.29 %; K: 2748.96 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2025-09-06 Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
Platki 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 , Parówki drobiowo-wieprz (homogenizowane,wędz.parz w osłonce niejadalnej) 80 g (SOJ.), Pomidor 80 g ,	Koperkowa z ryżem* 400 ml (MLE, SEL.), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Bigos z kapusty białej 300 g (GLU PSZ, SEL, GOR.), Nektarynka 120 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 , Pasztet z soczewicy* 80 g (GLU PSZ, JAJ.), Mix салат 20 g , Rzodkiew biała 80 g ,
II Śniadanie: Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.),		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2556.97 kcal; Białko ogółem: 101.39 g; Tłuszcz: 87.7 g; Kw. tł. nasy.: 20.52 g; Węglowodany ogółem: 355.74 g; W tym cukry: 60.74 g; Błonnik pok.: 32.13 g; Sól: 8.01 g; WW: 32.58 Por; : 15.86 %; : 55.65 %; Ener. z T: 30.87 %; Ener. z Bł.: 2.51 %; K: 4689.14 mg;

sobota 2025-09-06 Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci		
Platki 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 , Salata zielona 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 , Mix салат 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,
II Śniadanie: Sok wielowarzywny pasteryzowany 150 ml ,		Posiłek nocny: Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1858.82 kcal; Białko ogółem: 81.74 g; Tłuszcz: 49.59 g; Kw. tł. nasy.: 11.73 g; Węglowodany ogółem: 282.94 g; W tym cukry: 38.53 g; Błonnik pok.: 25.73 g; Sól: 6.08 g; WW: 25.76 Por; : 17.59 %; : 60.89 %; Ener. z T: 24.01 %; Ener. z Bł.: 2.77 %; K: 3828.97 mg;

sobota 2025-09-06 Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci		
Platki 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 , Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ.), Pomidor b/skórki 80 g , Salata zielona 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.), Mix салат 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,
II Śniadanie: Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.),		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2061.67 kcal; Białko ogółem: 98.45 g; Tłuszcz: 52.69 g; Kw. tł. nasy.: 10.12 g; Węglowodany ogółem: 309.72 g; W tym cukry: 40.92 g; Błonnik pok.: 23.21 g; Sól: 7.55 g; WW: 28.83 Por; : 19.1 %; : 60.09 %; Ener. z T: 23 %; Ener. z Bł.: 2.25 %; K: 3818.74 mg;

sobota 2025-09-06 Jadłospis dla diety: PUŁ- P3 Łatwo strawna częściowo rozdrobniona 1-3 lat		
Platki 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 , Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 40 g (SOJ.), Pomidor b/skórki 50 g , Salata zielona 10 g ,	Koperkowa z ryżem* 200 ml (MLE, SEL.), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g , Gulasz wieprzowy z warzywami* 80 g (GLU PSZ, 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 , Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 40 g (SOJ.), Mix салат 10 g , Pomidor b/skórki 40 g ,
II Śniadanie: Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.),		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1286.85 kcal; Białko ogółem: 63.71 g; Tłuszcz: 36.37 g; Kw. tł. nasy.: 6.23 g; Węglowodany ogółem: 183.21 g; W tym cukry: 24.96 g; Błonnik pok.: 12.73 g; Sól: 4.92 g; WW: 17.18 Por; : 19.8 %; : 56.95 %; Ener. z T: 25.44 %; Ener. z Bł.: 1.98 %; K: 2058.7 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2025-09-07 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>GLU PSZ, GLU ŻYT₁</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Pasta z twarogu z dżemem brzoskwińowym 80 g (<u>MLE₁</u>), Jabłko 150 g,	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</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>GLU PSZ, GLU ŻYT₁</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szynka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 30 g (<u>SOJ₁</u>), Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE₁</u>), Pomidor 90 g, Rukola 10 g,
II Śniadanie: Jogurt naturalny z płatkami owsianymi 150 g (<u>MLE₁</u> , <u>GLU OW₁</u>),		Posiłek nocny: Przecier owocowy jabłko-mango 100g 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2266.11 kcal; Białko ogółem: 118.37 g; Tłuszcz: 59.87 g; Kw. tł. nasy.: 16.48 g; Węglowodany ogółem: 325.59 g; W tym cukry: 68.61 g; Błonnik pok.: 27.87 g; Sól: 6.85 g; WW: 29.73 Por; : 20.89 %; : 57.47 %; Ener. z T: 23.78 %; Ener. z Bł.: 2.46 %; K: 4659.96 mg;

niedziela 2025-09-07 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>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (<u>SOJ, SEL₁</u>), Banan 1szt. 1 szt,	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</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>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szynka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (<u>SOJ₁</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: 2106.53 kcal; Białko ogółem: 98.9 g; Tłuszcz: 51.8 g; Kw. tł. nasy.: 13.62 g; Węglowodany ogółem: 324.52 g; W tym cukry: 77.95 g; Błonnik pok.: 26.74 g; Sól: 8.35 g; WW: 29.89 Por; : 18.78 %; : 61.62 %; Ener. z T: 22.13 %; Ener. z Bł.: 2.54 %; K: 5063.01 mg;

niedziela 2025-09-07 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>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Pasta z twarogu z dżemem brzoskwińowym 80 g (<u>MLE₁</u>), Banan 1szt. 1 szt,	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</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>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szynka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 30 g (<u>SOJ₁</u>), Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE₁</u>), Pomidor b/skórki 80 g, Sałata zielona 20 g,
II Śniadanie: Jogurt naturalny z płatkami owsianymi 150 g (<u>MLE₁</u> , <u>GLU OW₁</u>),		Posiłek nocny: Przecier owocowy jabłko-mango 100g 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2414.83 kcal; Białko ogółem: 122.78 g; Tłuszcz: 56.91 g; Kw. tł. nasy.: 16.33 g; Węglowodany ogółem: 362.56 g; W tym cukry: 93.23 g; Błonnik pok.: 21.44 g; Sól: 5.97 g; WW: 34.13 Por; : 20.34 %; : 60.06 %; Ener. z T: 21.21 %; Ener. z Bł.: 1.78 %; K: 5206.88 mg;

niedziela 2025-09-07 Jadłospis dla diety: PUŁ- P3 Łatwo strawna częściowo rozdrobniona 1-3 lat		
kasza kukurydziana na ml/p 200 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata czarna granulowana z/c 200 ml, Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Pasta z twarogu z dżemem brzoskwińowym 40 g (<u>MLE₁</u>), Banan 1szt. 1 szt,	Rosół z makaronem * 200 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g, Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 80 g, Brokuł gotowany* 100 g, Kompot owocowy* z/c 200 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 200 ml, Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szynka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 20 g (<u>SOJ₁</u>), Serek homo. naturalny 20 g (<u>MLE₁</u>), Pomidor b/skórki 40 g, Sałata zielona 10 g,
II Śniadanie: Jabłko pieczone 1szt. 1 szt,		Posiłek nocny: Przecier owocowy jabłko-mango 100g 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1416.37 kcal; Białko ogółem: 60.83 g; Tłuszcz: 33.98 g; Kw. tł. nasy.: 8.93 g; Węglowodany ogółem: 223.2 g; W tym cukry: 85.69 g; Błonnik pok.: 15.55 g; Sól: 3.18 g; WW: 20.79 Por; : 17.18 %; : 63.03 %; Ener. z T: 21.59 %; Ener. z Bł.: 2.2 %; K: 3124.66 mg;