

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2024-09-16</b> <b>Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci</b>		
Plátky jęczmienna na mleku /p 400 ml ( <b>MLE, GLU JEĆZ</b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Chleb Graham 50 g ( <b>GLUPSZ</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <b>SOJ</b> ), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,	Brokułowa z ryżem * 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Kotlec z jaj-pieczony 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ), Surówka z selera i jabłka () 150 g ( <b>MLE, SEL</b> ), Jabłko 1 szt 1 szt , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Chleb Graham 50 g ( <b>GLUPSZ</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g ( <b>RYB, SEL</b> ), Sałata zielona 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> Smoothie (jabłko, szpinak) 200 g ,		<b>Posiłek nocny:</b> Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2074.01 kcal; Białko ogółem: 82.95 g; Tłuszcz: 54.01 g; Kw. tł. nasy.: 12.63 g; Węglowodany ogółem: 333.11 g; W tym cukry: 55.6 g; Błonnik pok.: 39.17 g; Sól: 10.36 g; WW: 29.43 Por; : 16 %; : 64.24 %; Ener. z T: 23.44 %; Ener. z Bł.: 3.78 %; K: 4114.53 mg;

<b>poniedziałek 2024-09-16</b> <b>Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci</b>		
Plátky jęczminne na wywarze jarzynowym 400 ml ( <b>SEL, GLU JEĆZ</b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ), Pomidor b/skórki 90 g , Roszponka 10 g ,	Brokułowa z ryżem (bez mleka) * 400 ml ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Kotlec z jaj-pieczony 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ), Surówka z selera i jabłka z olejem () 150 g ( <b>SEL</b> ), Jabłko 1 szt 1 szt , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g ( <b>SOJ</b> ), Sałata zielona 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> Smoothie (jabłko, szpinak) 200 g ,		<b>Posiłek nocny:</b> Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2013.29 kcal; Białko ogółem: 70.24 g; Tłuszcz: 54.41 g; Kw. tł. nasy.: 11.04 g; Węglowodany ogółem: 327.27 g; W tym cukry: 39.06 g; Błonnik pok.: 34.25 g; Sól: 9.62 g; WW: 29.27 Por; : 13.96 %; : 65.02 %; Ener. z T: 24.32 %; Ener. z Bł.: 3.4 %; K: 3520.86 mg;

<b>poniedziałek 2024-09-16</b> <b>Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci</b>		
Plátky jęczmienna na mleku /p 400 ml ( <b>MLE, GLU JEĆZ</b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <b>SOJ</b> ), Pomidor b/skórki 90 g , Roszponka 10 g ,	Brokułowa z ryżem * 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Kotlec z jaj-pieczony 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ), Surówka z selera i jabłka () 150 g ( <b>MLE, SEL</b> ), Jabłko 1 szt 1 szt , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g ( <b>RYB, SEL</b> ), Sałata zielona 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> Smoothie (jabłko, szpinak) 200 g ,		<b>Posiłek nocny:</b> Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2141.28 kcal; Białko ogółem: 85.82 g; Tłuszcz: 54.11 g; Kw. tł. nasy.: 12.57 g; Węglowodany ogółem: 344.54 g; W tym cukry: 57.59 g; Błonnik pok.: 33.73 g; Sól: 9.45 g; WW: 31.12 Por; : 16.03 %; : 64.36 %; Ener. z T: 22.74 %; Ener. z Bł.: 3.15 %; K: 4112.66 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>wtorek 2024-09-17</b> <b>Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci</b>		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml ( <b>MLE</b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE</b> ), Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyunka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g ( <b>SOJ</b> ), Sałata zielona 20 g , Ogórek kiszony 80 g ,	Pieczarkowa z ziemniakami * () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ), Makaron pełnoziarnisty 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ), Szyunka wieprzowa pieczona 80 g , Sos szpinakowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ</b> ), Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 100 g , Dynia duszona z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyunka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g ( <b>SOJ</b> ), Pomidor 80 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE</b> ),		Posiłek nocny: Jabłko 150 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1932.05 kcal; Białko ogółem: 95.91 g; Tłuszcz: 40.94 g; Kw. tł. nasy.: 9.76 g; Węglowodany ogółem: 302.23 g; W tym cukry: 56.62 g; Błonnik pok.: 30.01 g; Sól: 9.21 g; WW: 27.22 Por; : 19.86 %; : 62.57 %; Ener. z T: 19.07 %; Ener. z Bł.: 3.11 %; K: 3881.75 mg;

<b>wtorek 2024-09-17</b> <b>Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci</b>		
Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 400 ml ( <b>SEL</b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyunka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g ( <b>SOJ</b> ), Sałata zielona 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,	Solferino (bez mleka)*() 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ), Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ), Szyunka wieprzowa gotowana 100 g , Sos szpinakowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ</b> ), Dynia duszona z olejem* 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyunka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g ( <b>SOJ</b> ), Pomidor 100 g ,
II Śniadanie: Chrupki kukurydziane 20 g ,		Posiłek nocny: Jabłko pieczone 150 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1905.69 kcal; Białko ogółem: 85.95 g; Tłuszcz: 35.37 g; Kw. tł. nasy.: 8.48 g; Węglowodany ogółem: 320.03 g; W tym cukry: 41.53 g; Błonnik pok.: 25.17 g; Sól: 6.89 g; WW: 29.48 Por; : 18.04 %; : 67.17 %; Ener. z T: 16.7 %; Ener. z Bł.: 2.64 %; K: 3408.35 mg;

<b>wtorek 2024-09-17</b> <b>Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci</b>		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml ( <b>MLE</b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyunka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g ( <b>SOJ</b> ), Sałata zielona 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,	Solferino * () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ), Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ), Szyunka wieprzowa gotowana 100 g , Sos szpinakowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ</b> ), Dynia duszona z olejem* 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyunka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g ( <b>SOJ</b> ), Pomidor 100 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE</b> ),		Posiłek nocny: Jabłko pieczone 150 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2045.95 kcal; Białko ogółem: 101.1 g; Tłuszcz: 40.05 g; Kw. tł. nasy.: 10.17 g; Węglowodany ogółem: 327.87 g; W tym cukry: 62.15 g; Błonnik pok.: 22.07 g; Sól: 7.46 g; WW: 30.56 Por; : 19.77 %; : 64.1 %; Ener. z T: 17.62 %; Ener. z Bł.: 2.16 %; K: 4136.32 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>środa 2024-09-18</b> <b>Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci</b>		
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>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g ( <u>MLE,</u> ), Szynka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ,</u> ), Gruszka 1szt. 150 g , Sałata zielona 20 g ,	Zupa z soczewicy i ziemniakami (*) 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ), Sos jarzynowy * 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ), Surówka z marchwi i rzepy ze śmietaną () 100 g ( <u>MLE,</u> ), Buraczki oprószane () b/c 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g ( <u>SOJ, SEL,</u> ), Pomidor 90 g , Rukola 10 g ,
<b>II Śniadanie:</b> Budyń o smaku śmietankowym z chipsami kokosowymi b/c 200 ml ( <u>MLE, SO2,</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Przecier owocowy jabłko-morela 120g 1 szt ( <u>może zawierać: MLE,</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2263.92 kcal; Białko ogółem: 97.2 g; Tłuszcz: 46.06 g; Kw. tł. nasy.: 13.34 g; Węglowodany ogółem: 382.42 g; W tym cukry: 90.54 g; Błonnik pok.: 37.61 g; Sól: 7.42 g; WW: 34.53 Por; : 17.17 %; : 67.57 %; Ener. z T: 18.31 %; Ener. z Bł.: 3.32 %; K: 5441.88 mg;

<b>środa 2024-09-18</b> <b>Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci</b>		
Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 400 ml ( <u>SEL, GLU OW,</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 , Szynka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ,</u> ), Banan 120 g , Sałata zielona 20 g ,	Grysikowa * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ), Sos jarzynowy * 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ), Buraczki oprószane () 150 g ( <u>GLU PSZ,</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 , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalanej 40 g ( <u>SOJ,</u> ), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml ,		<b>Posiłek nocny:</b> Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1907.02 kcal; Białko ogółem: 65.37 g; Tłuszcz: 36.11 g; Kw. tł. nasy.: 8.94 g; Węglowodany ogółem: 342.64 g; W tym cukry: 84.85 g; Błonnik pok.: 22.13 g; Sól: 6.11 g; WW: 32.08 Por; : 13.71 %; : 71.87 %; Ener. z T: 17.04 %; Ener. z Bł.: 2.32 %; K: 3663.47 mg;

<b>środa 2024-09-18</b> <b>Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci</b>		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml ( <u>MLE, GLU OW,</u> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g ( <u>MLE,</u> ), Szynka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ,</u> ), Banan 120 g , Sałata zielona 20 g ,	Grysikowa * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ), Sos jarzynowy * 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ), Buraczki oprószane () 150 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g ( <u>SOJ, SEL,</u> ), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> Budyń o smaku śmietankowym z chipsami kokosowymi b/c 200 ml ( <u>MLE, SO2,</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Przecier owocowy jabłko-morela 120g 1 szt ( <u>może zawierać: MLE,</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2124.63 kcal; Białko ogółem: 89.68 g; Tłuszcz: 38.58 g; Kw. tł. nasy.: 11.99 g; Węglowodany ogółem: 364.84 g; W tym cukry: 98.37 g; Błonnik pok.: 22.65 g; Sól: 6.33 g; WW: 34.27 Por; : 16.88 %; : 68.69 %; Ener. z T: 16.34 %; Ener. z Bł.: 2.13 %; K: 4527.13 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>czwartek 2024-09-19</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci</b>		
Zacierka na mleku/p 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u> ), Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 80 g ( <u>MLE,</u> ), Ogórek kiszony 90 g, Roszponka 10 g,	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u> ), Ryż na sytko 200 g, Leczo z drobiem-dieta * 250 g, Surówka z marchwi i selera () 150 g ( <u>MLE, SEL,</u> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Tyrolska kielbasa wieprzowa drobno rozdrobniona 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ,</u> ), Sałatka jarzynowa (*) 150 g ( <u>JAJ, MLE, SEL, GOR,</u> ), Sałata zielona 20 g,
II Śniadanie: Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 76g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ,</u> ),		Posiłek nocny: Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2409.75 kcal; Białko ogółem: 95.3 g; Tłuszcz: 60.42 g; Kw. tł. nasy.: 13.87 g; Węglowodany ogółem: 386.54 g; W tym cukry: 52.15 g; Błonnik pok.: 33.7 g; Sól: 9.25 g; WW: 35.39 Por; : 15.82 %; : 64.16 %; Ener. z T: 22.57 %; Ener. z Bł.: 2.8 %; K: 4098.89 mg;

<b>czwartek 2024-09-19</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci</b>		
Zacierka na wywarze jarzynowym 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g ( <u>SOJ,</u> ), Pomidor 90 g, Roszponka 10 g,	Ziemniaczana *(bez mleka) () 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ), Ryż na sytko 200 g, Leczo z drobiem-dieta * 250 g, Seler z pietruszką gotowany 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, Tyrolska kielbasa wieprzowa drobno rozdrobniona 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ,</u> ), Sałatka jarzynowa z olejem* 150 g ( <u>SEL,</u> ), Sałata zielona 20 g,
II Śniadanie: Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 76g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ,</u> ),		Posiłek nocny: Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2306.41 kcal; Białko ogółem: 78.36 g; Tłuszcz: 60.66 g; Kw. tł. nasy.: 9.76 g; Węglowodany ogółem: 376.31 g; W tym cukry: 31.92 g; Błonnik pok.: 30.45 g; Sól: 6.66 g; WW: 34.65 Por; : 13.59 %; : 65.26 %; Ener. z T: 23.67 %; Ener. z Bł.: 2.64 %; K: 3648.69 mg;

<b>czwartek 2024-09-19</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci</b>		
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 kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g ( <u>MLE,</u> ), Pomidor b/skórki 90 g, Roszponka 10 g,	Ziemniaczana * () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Ryż na sytko 200 g, Leczo z drobiem-dieta * 250 g, Seler z pietruszką gotowany 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, Tyrolska kielbasa wieprzowa drobno rozdrobniona 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ,</u> ), Sałatka jarzynowa - dieta (*) 150 g ( <u>MLE, SEL,</u> ), Sałata zielona 20 g,
II Śniadanie: Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 76g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ,</u> ),		Posiłek nocny: Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2400.35 kcal; Białko ogółem: 96.16 g; Tłuszcz: 50.12 g; Kw. tł. nasy.: 11.05 g; Węglowodany ogółem: 405.58 g; W tym cukry: 50.86 g; Błonnik pok.: 30.77 g; Sól: 6.94 g; WW: 37.58 Por; : 16.02 %; : 67.59 %; Ener. z T: 18.79 %; Ener. z Bł.: 2.56 %; K: 4365.39 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>piątek 2024-09-20</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci</b>		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ), 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> ), Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Ser żółty 50 g ( <u>MLE,</u> ), Miód (25g) 1 szt , Jabłko 150 g ,	Dyniowa z makaronem* 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba smażona (Morszczuk) 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u> ), Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () b/c 100 g , Szpinak gotowany z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z jaj 60 g ( <u>JAJ, MLE,</u> ), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g ,
<b>II Śniadanie:</b> Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2458.68 kcal; Białko ogółem: 109.41 g; Tłuszcz: 72.67 g; Kw. tł. nasy.: 20.09 g; Węglowodany ogółem: 357.82 g; W tym cukry: 77.82 g; Błonnik pok.: 30.89 g; Sól: 7.5 g; WW: 32.64 Por; : 17.8 %; : 58.21 %; Ener. z T: 26.6 %; Ener. z Bł.: 2.51 %; K: 4672.52 mg;

<b>piątek 2024-09-20</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci</b>		
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 , Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkami surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g ( <u>SOJ,</u> ), Miód (25g) 1 szt , Jabłko pieczone 150 g ,	Dyniowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba gotowana (Morszczuk) 80 g ( <u>RYB,</u> ), Szpinak gotowany z olejem* 150 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> ), Sałatka z pomidorów i koperku b/skórki 100 g ,
<b>II Śniadanie:</b> Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 76g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ,</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2027.28 kcal; Białko ogółem: 82.89 g; Tłuszcz: 40.78 g; Kw. tł. nasy.: 8.65 g; Węglowodany ogółem: 343.68 g; W tym cukry: 52.98 g; Błonnik pok.: 24.07 g; Sól: 6.78 g; WW: 31.99 Por; : 16.35 %; : 67.81 %; Ener. z T: 18.11 %; Ener. z Bł.: 2.37 %; K: 3437.25 mg;

<b>piątek 2024-09-20</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci</b>		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ), Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</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 150 g ,	Dyniowa z makaronem* 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba gotowana (Morszczuk) 80 g ( <u>RYB,</u> ), Szpinak gotowany z olejem* 150 g ( <u>GLU PSZ,</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 , Pasta z jaj 60 g ( <u>JAJ, MLE,</u> ), Sałatka z pomidorów i koperku b/skórki 100 g ,
<b>II Śniadanie:</b> Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2174.39 kcal; Białko ogółem: 104.34 g; Tłuszcz: 44.77 g; Kw. tł. nasy.: 10.28 g; Węglowodany ogółem: 350.02 g; W tym cukry: 76.87 g; Błonnik pok.: 22.25 g; Sól: 5.42 g; WW: 32.77 Por; : 19.19 %; : 64.39 %; Ener. z T: 18.53 %; Ener. z Bł.: 2.05 %; K: 4456.17 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>sobota 2024-09-21</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci</b>		
Ryż na mleku/p 400 ml ( <b>MLE</b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE</b> ), Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka Familijna wieprzowa, z dodatkiem wody i białka wp z połączonych kawałków mięsa 50 g ( <b>SOJ, MLE</b> ), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i słonecznikiem z olejem* 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ), Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ</b> ), Gulasz wieprzowy- dieta 180 g ( <b>GLU PSZ</b> ), Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g , Kalańior gotowany* 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 50 g ( <b>MLE</b> ), Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g ( <b>SOJ</b> ), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml ,		<b>Posiłek nocny:</b> Gruszka 1szt. 150 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2355.09 kcal; Białko ogółem: 107.11 g; Tłuszcz: 58.66 g; Kw. tł. nasy.: 11.5 g; Węglowodany ogółem: 365.83 g; W tym cukry: 82.18 g; Błonnik pok.: 34.7 g; Sól: 9.14 g; WW: 33.1 Por; : 18.19 %; : 62.13 %; Ener. z T: 22.42 %; Ener. z Bł.: 2.95 %; K: 3894.4 mg;

<b>sobota 2024-09-21</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci</b>		
Ryż na wywarze jarzynowym 400 ml ( <b>SEL</b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 50 g ( <b>SOJ</b> ), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i olejem* 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Selerowa z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml ( <b>SEL</b> ), Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ</b> ), Gulasz wieprzowy- dieta 180 g ( <b>GLU PSZ</b> ), Buraczki gotowane ( ) 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g ( <b>SOJ</b> ), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml ,		<b>Posiłek nocny:</b> Banan 120 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2132.07 kcal; Białko ogółem: 77.48 g; Tłuszcz: 49.18 g; Kw. tł. nasy.: 11.93 g; Węglowodany ogółem: 358.5 g; W tym cukry: 87 g; Błonnik pok.: 30.04 g; Sól: 7 g; WW: 32.95 Por; : 14.54 %; : 67.26 %; Ener. z T: 20.76 %; Ener. z Bł.: 2.82 %; K: 3856.28 mg;

<b>sobota 2024-09-21</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci</b>		
Ryż na mleku/p 400 ml ( <b>MLE</b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka Familijna wieprzowa, z dodatkiem wody i białka wp z połączonych kawałków mięsa 50 g ( <b>SOJ, MLE</b> ), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i olejem* 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Selerowa z ziemniakami (*) 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ), Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ</b> ), Gulasz wieprzowy- dieta 180 g ( <b>GLU PSZ</b> ), Kalańior gotowany* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 50 g ( <b>MLE</b> ), Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g ( <b>SOJ</b> ), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml ,		<b>Posiłek nocny:</b> Banan 120 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2215.64 kcal; Białko ogółem: 97.47 g; Tłuszcz: 46.84 g; Kw. tł. nasy.: 10.61 g; Węglowodany ogółem: 363.7 g; W tym cukry: 92.1 g; Błonnik pok.: 27.55 g; Sól: 7.25 g; WW: 33.69 Por; : 17.6 %; : 65.66 %; Ener. z T: 19.03 %; Ener. z Bł.: 2.49 %; K: 3999.69 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>niedziela 2024-09-22</b> <b>Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci</b>		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml ( <b>MLE, GLU OW</b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Chleb Graham 50 g ( <b>GLUPSZ</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE</b> ), Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g,	Rosół z makaronem * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 120 g, Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem b/c 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 ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <b>SOJ</b> ), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g,
<b>II Śniadanie:</b> Surówka z marchwi i jabłka b/c () 150 g ( <b>MLE</b> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE</b> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2105.53 kcal; Białko ogółem: 107.22 g; Tłuszcz: 60.17 g; Kw. tł. nasy.: 15.77 g; Węglowodany ogółem: 299.28 g; W tym cukry: 63.47 g; Błonnik pok.: 33.36 g; Sól: 7.32 g; WW: 26.65 Por; : 20.37 %; : 56.86 %; Ener. z T: 25.72 %; Ener. z Bł.: 3.17 %; K: 4897.89 mg;

<b>niedziela 2024-09-22</b> <b>Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci</b>		
Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 400 ml ( <b>SEL, GLU OW</b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g ( <b>SOJ</b> ), Sałata zielona 20 g, Jabłko pieczone 150 g,	Rosół z makaronem * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 120 g, Brokuł gotowany* 150 g, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony osłonce niejadalnej 50 g ( <b>SOJ</b> ), Sałatka z pomidorów i koperku b/skórki 100 g,
<b>II Śniadanie:</b> Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 150 g,		<b>Posiłek nocny:</b> Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2043.37 kcal; Białko ogółem: 87.88 g; Tłuszcz: 60.54 g; Kw. tł. nasy.: 14.39 g; Węglowodany ogółem: 302.94 g; W tym cukry: 57.98 g; Błonnik pok.: 28.89 g; Sól: 7.11 g; WW: 27.35 Por; : 17.2 %; : 59.3 %; Ener. z T: 26.66 %; Ener. z Bł.: 2.83 %; K: 4085.15 mg;

<b>niedziela 2024-09-22</b> <b>Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci</b>		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml ( <b>MLE, GLU OW</b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE</b> ), Sałata zielona 20 g, Jabłko pieczone 150 g,	Rosół z makaronem * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 120 g, Brokuł gotowany* 150 g, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <b>SOJ</b> ), Sałatka z pomidorów i koperku b/skórki 100 g,
<b>II Śniadanie:</b> Surówka z marchwi i jabłka b/c () 150 g ( <b>MLE</b> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE</b> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2159.13 kcal; Białko ogółem: 109.39 g; Tłuszcz: 55.68 g; Kw. tł. nasy.: 15.36 g; Węglowodany ogółem: 319.96 g; W tym cukry: 74.39 g; Błonnik pok.: 28.66 g; Sól: 6.42 g; WW: 29.11 Por; : 20.27 %; : 59.28 %; Ener. z T: 23.21 %; Ener. z Bł.: 2.65 %; K: 4776.57 mg;