

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2024-10-21		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT₁</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 50 g (<u>GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE₁</u>), Ogórek kiszony 100 g ,	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL₁</u>), Ryż na sypko (brązowy) 200 g , Sos jogurtowo-truskawkowy* 150 g (<u>MLE₁</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml , Banan 120 g ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT₁</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Ser żółty 50 g (<u>MLE₁</u>), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,
II Śniadanie: Budyń o smaku waniliowym/p b/c 200 ml (<u>MLE₁</u>),		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLUPSZ, JAJ, MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2224.96 kcal; Białko ogółem: 84.15 g; Tłuszcz: 49.46 g; Kw. tł. nasy.: 17.95 g; Węglowodany ogółem: 371.81 g; W tym cukry: 88.32 g; Błonnik pok.: 28.86 g; Sól: 8.46 g; WW: 34.26 Por; : 15.13 %; : 66.84 %; Ener. z T: 20.01 %; Ener. z Bł.: 2.59 %; K: 3863.69 mg;

poniedziałek 2024-10-21		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatk mięsa wp 50 g (<u>SOJ, MLE₁</u>), Warzywa pieczone 100 g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL₁</u>), Ryż na sypko 200 g , Sos jogurtowo-truskawkowy* 150 g (<u>MLE₁</u>), Banan 120 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 120 g (<u>MLE₁</u>), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,
II Śniadanie: Budyń o smaku waniliowym/p b/c 200 ml (<u>MLE₁</u>),		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLUPSZ, JAJ, MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2279.54 kcal; Białko ogółem: 87.77 g; Tłuszcz: 42.42 g; Kw. tł. nasy.: 7.15 g; Węglowodany ogółem: 396.58 g; W tym cukry: 91.17 g; Błonnik pok.: 18.73 g; Sól: 4.99 g; WW: 37.85 Por; : 15.4 %; : 69.59 %; Ener. z T: 16.75 %; Ener. z Bł.: 1.64 %; K: 3956.13 mg;

poniedziałek 2024-10-21		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (<u>MLE₁, GLU JĘCZ₁</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatk mięsa wp 50 g (<u>SOJ, MLE₁</u>), Ogórek kiszony 100 g ,	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL₁</u>), Ryż na sypko (brązowy) 200 g , Sos jogurtowo truskawkowy*b/c 150 g (<u>MLE₁</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml , Banan 120 g ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Ser żółty 50 g (<u>MLE₁</u>), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,
II Śniadanie: Budyń o smaku waniliowym/p b/c 200 ml (<u>MLE₁</u>),	Podwieczorek: Chleb Graham 25 g (<u>GLUPSZ</u>), Hummus 30 g (<u>SEZ₁</u>), Pomidor 15 g ,	Posiłek nocny: Chleb Graham 30 g (<u>GLUPSZ</u>), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw ostonce niejadalnej 25 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2217.11 kcal; Białko ogółem: 90.16 g; Tłuszcz: 55.98 g; Kw. tł. nasy.: 18.97 g; Węglowodany ogółem: 353.25 g; W tym cukry: 80.31 g; Błonnik pok.: 35.72 g; Sól: 9.85 g; WW: 31.81 Por; : 16.27 %; : 63.73 %; Ener. z T: 22.73 %; Ener. z Bł.: 3.22 %; K: 4213.67 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2024-10-22		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (MLE, GLU JECZ.), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLUPSZ, SOJ, MLE.), Chleb Graham 50 g (GLUPSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g , Sałatka witaminowa 80 g (SEL.), Sałata lodowa 20 g ,	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL.), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Kotlet drobiowy panierowany 80 g (GLUPSZ, JAJ.), Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (SEL.), Marchew oprószana z olejem* 100 g (GLUPSZ.), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.), Chleb Graham 50 g (GLUPSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny z musem jabłkowym b/c 150 g (MLE.),		Posiłek nocny: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt ,

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

wtorek 2024-10-22		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (MLE, GLU JECZ.), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLUPSZ, SOJ, MLE.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g , Sałatka witaminowa 80 g (SEL.), Sałata lodowa 20 g ,	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL.), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Filet z kurczaka gotowany 80 g , Sos pietruszkowy () 80 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.), Marchew oprószana z olejem* 150 g (GLUPSZ.), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny z musem jabłkowym b/c 150 g (MLE.),		Posiłek nocny: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2003.71 kcal; Białko ogółem: 98.44 g; Tłuszcz: 45.32 g; Kw. tł. nasy.: 10.9 g; Węglowodany ogółem: 313.36 g; W tym cukry: 49.32 g; Błonnik pok.: 25.12 g; Sól: 7.39 g; WW: 28.8 Por; : 19.65 %; : 62.56 %; Ener. z T: 20.36 %; Ener. z Bł.: 2.51 %; K: 4162.91 mg;

wtorek 2024-10-22		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (MLE, GLU JECZ.), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (GLUPSZ.), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLUPSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g , Sałatka witaminowa 80 g (SEL.), Sałata lodowa 20 g ,	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL.), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Filet z kurczaka gotowany 80 g , Sos pietruszkowy () 80 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.), Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 150 g (SEL.), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (GLUPSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny z musem jabłkowym b/c 150 g (MLE.),	Podwieczorek: Chleb Graham 25 g (GLUPSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Ser żółty 30 g (MLE.), Sałata zielona 10 g ,	Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2023.17 kcal; Białko ogółem: 107.12 g; Tłuszcz: 56.53 g; Kw. tł. nasy.: 16.65 g; Węglowodany ogółem: 290.87 g; W tym cukry: 44.81 g; Błonnik pok.: 34.29 g; Sól: 10.77 g; WW: 25.65 Por; : 21.18 %; : 57.51 %; Ener. z T: 25.15 %; Ener. z Bł.: 3.39 %; K: 4596.88 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2024-10-23		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW.), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Serek homo. naturalny 50 g (MLE.), Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (SOJ.), Pomidor 90 g, Rukola 10 g,	Kapuśniak z kapusty kiszzonej (*) 400 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.), Kasza gryczana 200 g, Pieczeń rzymska drobiowa z indyka 100 g (GLU PSZ, JAJ.), Sos jarzynowy * 100 ml (GLU PSZ, SEL.), Surówka z marchwi i migdałów () b/c 150 g (MLE, ORZ.), Jabłko 1 szt 1 szt, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Pasta z twarogu i ryby got. (mintaj) z koperkiem 80 g (RYB, MLE.), Sałata zielona 20 g,
II Śniadanie: Sałatka jarzynowa - dieta (*) 100 g (MLE, SEL.),		Posiłek nocny: Przecier owocowy jabłko 120g 1 szt (może zawierać: MLE.),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2323.69 kcal; Białko ogółem: 114.77 g; Tłuszcz: 54.45 g; Kw. tł. nasy.: 12.57 g; Węglowodany ogółem: 359.78 g; W tym cukry: 79.87 g; Błonnik pok.: 38.95 g; Sól: 7.35 g; WW: 32.04 Por; : 19.76 %; : 61.93 %; Ener. z T: 21.09 %; Ener. z Bł.: 3.35 %; K: 4740.88 mg;

środa 2024-10-23		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW.), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Serek homo. naturalny 50 g (MLE.), Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (SOJ.), Pomidor 90 g, Rukola 10 g,	Ziemniaczana * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JEĆZ.), Pieczeń rzymska drobiowa z indyka 100 g (GLU PSZ, JAJ.), Sos jarzynowy * 100 ml (GLU PSZ, SEL.), Cukinia gotowana z pomidorami* 150 g, Jabłko 1 szt 1 szt, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Pasta z twarogu i ryby got. (mintaj) z koperkiem 80 g (RYB, MLE.), Sałata zielona 20 g,
II Śniadanie: Sałatka jarzynowa - dieta (*) 100 g (MLE, SEL.),		Posiłek nocny: Przecier owocowy jabłko 120g 1 szt (może zawierać: MLE.),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2267.76 kcal; Białko ogółem: 107.99 g; Tłuszcz: 41.12 g; Kw. tł. nasy.: 9.15 g; Węglowodany ogółem: 378 g; W tym cukry: 79.69 g; Błonnik pok.: 26.7 g; Sól: 6.03 g; WW: 35.15 Por; : 19.05 %; : 66.67 %; Ener. z T: 16.32 %; Ener. z Bł.: 2.35 %; K: 4521.56 mg;

środa 2024-10-23		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW.), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Serek homo. naturalny 50 g (MLE.), Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (SOJ.), Pomidor 90 g, Rukola 10 g,	Ziemniaczana * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Kasza gryczana 200 g, Pieczeń rzymska drobiowa z indyka 100 g (GLU PSZ, JAJ.), Sos jarzynowy * 100 ml (GLU PSZ, SEL.), Surówka z marchwi i migdałów b/c () 150 g (MLE, ORZ.), Jabłko 1 szt 1 szt, Kompot owocowy* b/c 250 ml,	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.), Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Pasta z twarogu i ryby got. (mintaj) z koperkiem 80 g (RYB, MLE.), Sałata zielona 20 g,
II Śniadanie: Sałatka jarzynowa - dieta (*) 100 g (MLE, SEL.),	Podwieczorek: Koktajl z czarnej porzeczki* b/c 150 ml (MLE.),	Posiłek nocny: Kanapka z twarogiem i pomidorem (chleb razowy 60g, masło 5g, twarózek 25g, pomidor 15g) 1 szt (GLU PSZ, MLE.),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2466.85 kcal; Białko ogółem: 132.06 g; Tłuszcz: 55.38 g; Kw. tł. nasy.: 15.88 g; Węglowodany ogółem: 381.49 g; W tym cukry: 68.96 g; Błonnik pok.: 45.43 g; Sól: 7.17 g; WW: 33.61 Por; : 21.41 %; : 61.86 %; Ener. z T: 20.21 %; Ener. z Bł.: 3.68 %; K: 5647.86 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2024-10-24 Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
Kasza manna 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 , Pasta z fasoli 80 g , Sałatka z ogórka kons, i papryki konserwowej 100 g (<u>GOR,</u>),	Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese z łop wp* 350 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Surówka z selera i jabłka () 150 g (<u>MLE, SEL,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek 50 g (<u>MLE,</u>), Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w ostłonce niejadanej 30 g (<u>SOJ, SEL,</u>), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>),		Posiłek nocny: Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2l 1 szt ,

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

czwartek 2024-10-24 Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
Kasza manna 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 , Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatkiem mięsa wp 50 g (<u>SOJ, MLE,</u>), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,	Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Makaron z sosem bolognese z łop wp-dieta* 350 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	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 , Twarożek 50 g (<u>MLE,</u>), Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w ostłonce niejadanej 30 g (<u>SOJ, SEL,</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g ,
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>),		Posiłek nocny: Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2l 1 szt ,

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

czwartek 2024-10-24 Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ,</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z fasoli 80 g , Sałatka z ogórka kons, i papryki konserwowej 100 g (<u>GOR,</u>),	Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese z łop wp* 350 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Surówka z selera i jabłka () 150 g (<u>MLE, SEL,</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek 50 g (<u>MLE,</u>), Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w ostłonce niejadanej 30 g (<u>SOJ, SEL,</u>), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: Jabłko 150 g , Orzechy włoskie łuskane 20 g (<u>ORZ,</u>),	Posiłek nocny: Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2l 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2619.38 kcal; Białko ogółem: 115.3 g; Tłuszcz: 73.9 g; Kw. tł. nasy.: 16.67 g; Węglowodany ogółem: 393.47 g; W tym cukry: 86.8 g; Błonnik pok.: 50.94 g; Sól: 7.55 g; WW: 34.4 Por; : 17.61 %; : 60.09 %; Ener. z T: 25.39 %; Ener. z Bł.: 3.89 %; K: 5519.84 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2024-10-25		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (<u>MLE,</u>), Powidła śliwkowe 25 g , Jabłko 150 g ,	Krupnik jęczmienny* 400 ml (<u>MLE, SEL,</u> <u>GLU JĘCZ,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba smażona (Morszczuk) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>), Surówka z kapusty młodej z olejem () 100 g , Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>), Ogórek kiszony 80 g , Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 200 ml ,		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

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

piątek 2024-10-25		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE,</u>), Dżem 25 g 1 szt , Jabłko pieczone 150 g ,	Krupnik jęczmienny* 400 ml (<u>MLE, SEL,</u> <u>GLU JĘCZ,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba pieczona (Morszczuk) 80 g (<u>RYB,</u>), Warzywa po grecku* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>), Sałatka z pomidorów z jogurtem natur i natką pietr 100 g (<u>MLE,</u>),
II Śniadanie: Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 200 ml ,		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2077.29 kcal; Białko ogółem: 94.74 g; Tłuszcz: 41.14 g; Kw. tł. nasy.: 8.25 g; Węglowodany ogółem: 346.28 g; W tym cukry: 83.54 g; Błonnik pok.: 25.46 g; Sól: 5.77 g; WW: 32.16 Por; : 18.24 %; : 66.68 %; Ener. z T: 17.82 %; Ener. z Bł.: 2.45 %; K: 4610.14 mg;

piątek 2024-10-25		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Makaron pełnoziarnisty na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE,</u>), Jabłko 150 g ,	Krupnik jęczmienny* 400 ml (<u>MLE, SEL,</u> <u>GLU JĘCZ,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba pieczona (Morszczuk) 80 g (<u>RYB,</u>), Surówka z kapusty młodej z olejem () 100 g , Warzywa po grecku * (bez cukru) 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>), Ogórek kiszony 80 g , Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 200 ml ,	Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE,</u>),	Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2003.7 kcal; Białko ogółem: 99.07 g; Tłuszcz: 47.85 g; Kw. tł. nasy.: 9.61 g; Węglowodany ogółem: 310.17 g; W tym cukry: 69.35 g; Błonnik pok.: 36.09 g; Sól: 7.8 g; WW: 27.45 Por; : 19.78 %; : 61.92 %; Ener. z T: 21.49 %; Ener. z Bł.: 3.6 %; K: 5003.52 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2024-10-26		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW.), 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 cieszynki- węd. wp. homog. wędz. parz 80 g (SOJ, SEL.), Ketchup saszetka 20g 1 szt , Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g ,	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Ryż na sypko (brązowy) 200 g , Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g (SEL.), Surówka z marchwi i jabłka b/c () 150 g (MLE.), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową 150 g (GLU PSZ, SOJ, GOR.), Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Kanapka z jajkiem i sałatą (chleb razowy 40g, masło 5g, jajko 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.),		Posiłek nocny: Kanapka z serkiem naturalnym i pomidorem (chleb graham 60g, masło 5g, serek śniadaniowy 25g, pomidor 15g) 1 szt (GLU PSZ, MLE.),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2688.92 kcal; Białko ogółem: 97.34 g; Tłuszcz: 96.27 g; Kw. tł. nasy.: 23.62 g; Węglowodany ogółem: 378.38 g; W tym cukry: 46.9 g; Błonnik pok.: 42.58 g; Sól: 9.43 g; WW: 33.62 Por; : 14.48 %; : 56.29 %; Ener. z T: 32.22 %; Ener. z Bł.: 3.17 %; K: 3910.51 mg;

sobota 2024-10-26		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW.), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka luksusowa-wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g ,	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Ryż na sypko 200 g , Potrawka drobiowa z warzywami * 180 g (GLU PSZ, SEL.), Buraczki oprószane () 150 g (GLU PSZ.), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową-dieta* 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.), Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Biszkoty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.),		Posiłek nocny: Kanapka z serkiem naturalnym i pomidorem (bułka pszenna 45g, masło 5g, serek śniadaniowy 25g, pomidor 15g) 1 szt (GLU PSZ, MLE.),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2264.57 kcal; Białko ogółem: 88.39 g; Tłuszcz: 49.58 g; Kw. tł. nasy.: 11.43 g; Węglowodany ogółem: 385.76 g; W tym cukry: 57.88 g; Błonnik pok.: 24.89 g; Sól: 6.43 g; WW: 36.07 Por; : 15.61 %; : 68.14 %; Ener. z T: 19.7 %; Ener. z Bł.: 2.2 %; K: 3551.49 mg;

sobota 2024-10-26		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW.), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka luksusowa-wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g ,	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Ryż na sypko (brązowy) 200 g , Potrawka drobiowa z warzywami * 180 g (GLU PSZ, SEL.), Surówka z marchwi i jabłka b/c () 150 g (MLE.), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową 150 g (GLU PSZ, SOJ, GOR.), Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Kanapka z jajkiem i sałatą (chleb razowy 40g, masło 5g, jajko 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.),	Podwieczorek: Serek homo. naturalny 150 g (MLE.), Mus z truskawek* b/c 50 g ,	Posiłek nocny: Kanapka z serkiem naturalnym i pomidorem (chleb graham 60g, masło 5g, serek śniadaniowy 25g, pomidor 15g) 1 szt (GLU PSZ, MLE.),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2572.87 kcal; Białko ogółem: 115.08 g; Tłuszcz: 76.13 g; Kw. tł. nasy.: 17.2 g; Węglowodany ogółem: 375.45 g; W tym cukry: 42.27 g; Błonnik pok.: 44.87 g; Sól: 8.08 g; WW: 33.07 Por; : 17.89 %; : 58.37 %; Ener. z T: 26.63 %; Ener. z Bł.: 3.49 %; K: 4012.58 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2024-10-27		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
Kasza jęczmienna na mleku/p 200 ml (MLE, GLU JĘCZ.), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g , Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,	Pomidorowa z zacierką* 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Kotlet schabowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.), Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (SEL.), Fasolka szparagowa z wody* 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kakao/p 250 ml (MLE.), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE.), Szynekowa Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w ostonce niejadalnej 30 g (SOJ.), Banan 120 g ,
II Śniadanie: Maślanka 150 ml (MLE.),		Posiłek nocny: Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2103 kcal; Białko ogółem: 100.33 g; Tłuszcz: 52.54 g; Kw. tł. nasy.: 11.55 g; Węglowodany ogółem: 319.96 g; W tym cukry: 76.91 g; Błonnik pok.: 28.2 g; Sól: 8.31 g; WW: 29.35 Por; : 19.08 %; : 60.86 %; Ener. z T: 22.48 %; Ener. z Bł.: 2.68 %; K: 4880.13 mg;

niedziela 2024-10-27		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
Kasza jęczmienna na mleku/p 250 ml (MLE, GLU JĘCZ.), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g , Cukinia pieczona z olejem * 100 g ,	Pomidorowa z zacierką* 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Schab pieczony w rękawie 100 g , Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (SEL.), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kakao/p 250 ml (MLE.), Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE.), Szynekowa Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w ostonce niejadalnej 30 g (SOJ.), Banan 120 g ,
II Śniadanie: Maślanka 150 ml (MLE.),		Posiłek nocny: Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2059.17 kcal; Białko ogółem: 109.76 g; Tłuszcz: 48.07 g; Kw. tł. nasy.: 11.63 g; Węglowodany ogółem: 307.68 g; W tym cukry: 81.26 g; Błonnik pok.: 21.53 g; Sól: 7.1 g; WW: 28.63 Por; : 21.32 %; : 59.77 %; Ener. z T: 21.01 %; Ener. z Bł.: 2.09 %; K: 5083.95 mg;

niedziela 2024-10-27		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kasza jęczmienna na mleku/p 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g , Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,	Pomidorowa z zacierką* 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Schab pieczony w rękawie 100 g , Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.), Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (SEL.), Fasolka szparagowa z wody* 100 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Kakao/p b/c 250 ml (MLE.), Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE.), Szynekowa Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w ostonce niejadalnej 30 g (SOJ.), Banan 120 g ,
II Śniadanie: Maślanka 150 ml (MLE.),	Podwieczorek: Chleb Graham 25 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 0.50 szt , Szynekowa Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 25 g (SOJ.), Pomidor 15 g ,	Posiłek nocny: Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.), Hummus 50 g (SEZ.), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2206.2 kcal; Białko ogółem: 120.24 g; Tłuszcz: 54.31 g; Kw. tł. nasy.: 11.47 g; Węglowodany ogółem: 324.78 g; W tym cukry: 66.31 g; Błonnik pok.: 33.42 g; Sól: 9.88 g; WW: 29.36 Por; : 21.8 %; : 58.88 %; Ener. z T: 22.15 %; Ener. z Bł.: 3.03 %; K: 5332.73 mg;