

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2024-12-02 Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
Plátky owsiane na mleku/p 200 ml (MLE, GLU OW), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (SOJ), Ogórek kiszony 80 g, Sałata zielona 20 g,	Wielowarzywna z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g, Polewka truskawkowa 100 g (MLE), Mandarynka 2 szt, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Hummus 40 g (SEZ), Sałatka z pomidorów b/skórki i koperku 90 g, Rukola 10 g, Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ),
II Śniadanie: Bułka pszenna długa krojona 25 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Jajko gotowane kl M 0.50 szt (JAJ), Sałata zielona 10 g,		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1981.38 kcal; Białko ogółem: 60.02 g; Tłuszcz: 50.69 g; Kw. tł. nasy.: 10.8 g; Węglowodany ogółem: 331.61 g; W tym cukry: 78.07 g; Błonnik pok.: 20.79 g; Sól: 9.53 g; WW: 31.11 Por: : 12.12 %; : 66.95 %; Ener. z T: 23.02 %; Ener. z Bł.: 2.1 %; K: 2731.98 mg;

poniedziałek 2024-12-02 Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
Plátky owsiane na mleku/p 250 ml (MLE, GLU OW), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (SOJ), Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g,	Wielowarzywna z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g, Polewka truskawkowa 100 g (MLE), Banan 1szt. 1 szt, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (MLE), Sałatka z pomidorów b/skórki i koperku 90 g, Rukola 10 g,
II Śniadanie: Bułka pszenna długa krojona 25 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Jajko gotowane kl M 0.50 szt (JAJ), Sałata zielona 10 g,		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2035.92 kcal; Białko ogółem: 65.72 g; Tłuszcz: 42.38 g; Kw. tł. nasy.: 11.41 g; Węglowodany ogółem: 360.1 g; W tym cukry: 104.67 g; Błonnik pok.: 21.32 g; Sól: 6.94 g; WW: 34.05 Por: : 12.91 %; : 70.75 %; Ener. z T: 18.74 %; Ener. z Bł.: 2.09 %; K: 3473.51 mg;

poniedziałek 2024-12-02 Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Plátky 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, Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (SOJ), Ogórek kiszony 80 g, Sałata zielona 20 g,	Wielowarzywna z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Ryż brązowy z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g, Polewka truskawkowa 100 g (MLE), Mandarynka 2 szt, Kompot owocowy* b/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Chleb Graham 100 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Hummus 40 g (SEZ), Sałatka z pomidorów i koperku 90 g, Rukola 10 g, Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ),
II Śniadanie: Chleb Graham 25 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Jajko gotowane kl M 0.50 szt (JAJ), Sałata zielona 10 g,	Podwieczorek: Surówka Coleslaw b/c () 100 g (JAJ, MLE, GOR),	Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2073.04 kcal; Białko ogółem: 71.52 g; Tłuszcz: 57.48 g; Kw. tł. nasy.: 11.87 g; Węglowodany ogółem: 333.05 g; W tym cukry: 78.08 g; Błonnik pok.: 38.71 g; Sól: 10.75 g; WW: 29.43 Por: : 13.8 %; : 64.26 %; Ener. z T: 24.96 %; Ener. z Bł.: 3.73 %; K: 3737.71 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2024-12-03 Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
Makaron 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 , Galaretką drobiowa z udźca kurczaka* 80 g (<u>SEL,</u>), Pomidor 100 g , Salata zielona 20 g ,	Solferino * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), kasza pęczak/sypko 200 g (<u>GLU PSZ,</u>), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>), Sos chrzanowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SO2,</u>), Surówka z rzepy białej i jabłka () 100 g (<u>MLE,</u>), Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ,</u>), Pomidor 80 g , Mix салат 20 g ,
II Śniadanie: Koktajl wieloowocowy* b/c 200 ml (<u>MLE,</u>),		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2173.57 kcal; Białko ogółem: 99.27 g; Tłuszcz: 47.14 g; Kw. tł. nasy.: 14 g; Węglowodany ogółem: 344.45 g; W tym cukry: 74.62 g; Błonnik pok.: 39.66 g; Sól: 5.83 g; WW: 30.58 Por; : 18.27 %; : 63.39 %; Ener. z T: 19.52 %; Ener. z Bł.: 3.65 %; K: 4765.91 mg;

wtorek 2024-12-03 Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
Makaron 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 , Galaretką drobiowa z udźca kurczaka* 80 g (<u>SEL,</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Salata zielona 20 g ,	Solferino * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ,</u>), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>), Sos ziołowy 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Marchew oprószana z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ,</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Mix салат 20 g ,
II Śniadanie: Koktajl wieloowocowy* 200 ml (<u>MLE,</u>),		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2182.43 kcal; Białko ogółem: 93.24 g; Tłuszcz: 45.05 g; Kw. tł. nasy.: 12.75 g; Węglowodany ogółem: 363.8 g; W tym cukry: 82.65 g; Błonnik pok.: 28.32 g; Sól: 6.17 g; WW: 33.65 Por; : 17.09 %; : 66.68 %; Ener. z T: 18.58 %; Ener. z Bł.: 2.6 %; K: 4340.89 mg;

wtorek 2024-12-03 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 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Galaretką drobiowa z udźca kurczaka* 80 g (<u>SEL,</u>), Pomidor 100 g , Salata zielona 20 g ,	Solferino * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), kasza pęczak/sypko 200 g (<u>GLU PSZ,</u>), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>), Sos chrzanowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SO2,</u>), Surówka z rzepy białej i jabłka () 100 g (<u>MLE,</u>), Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>), 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 , Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ,</u>), Pomidor 80 g , Mix салат 20 g ,
II Śniadanie: Koktajl wieloowocowy* b/c 200 ml (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por ,	Posiłek nocny: Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Ser żółty 25 g (<u>MLE,</u>), Salata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2405.51 kcal; Białko ogółem: 114.27 g; Tłuszcz: 61.54 g; Kw. tł. nasy.: 20.7 g; Węglowodany ogółem: 359.55 g; W tym cukry: 70.74 g; Błonnik pok.: 49.64 g; Sól: 7.96 g; WW: 31.13 Por; : 19 %; : 59.79 %; Ener. z T: 23.03 %; Ener. z Bł.: 4.13 %; K: 5188.22 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2024-12-04		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
Ryż na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szynka w siatce- wieprzowa, parzona, wędzona z poł. kaw. mięsa 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>), Sałatka jarzynowa (*) 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR</u>),	Grysikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Eskalopka z kurczaka 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki z olejem* 100 g, Surówka Coleslaw b/c () 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR</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, Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE</u>), Sałata zielona 20 g, Ogórek kiszony 80 g,
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2160.54 kcal; Białko ogółem: 87.75 g; Tłuszcz: 64 g; Kw. tł. nasy.: 10.65 g; Węglowodany ogółem: 318.48 g; W tym cukry: 52.22 g; Błonnik pok.: 27.43 g; Sól: 9.57 g; WW: 29.11 Por; : 16.25%; : 58.96 %; Ener. z T: 26.66 %; Ener. z Bł.: 2.54 %; K: 4117.42 mg;

środa 2024-12-04		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
Ryż na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szynka w siatce- wieprzowa, parzona, wędzona z poł. kaw. mięsa 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>), Sałatka jarzynowa - dieta (*) 100 g (<u>MLE, SEL</u>),	Grysikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g, Sos bazyliowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki 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, Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona 20 g, Pomidor b/skórki 80 g,
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2002.44 kcal; Białko ogółem: 90.95 g; Tłuszcz: 40.61 g; Kw. tł. nasy.: 7.98 g; Węglowodany ogółem: 325.53 g; W tym cukry: 53.08 g; Błonnik pok.: 20.36 g; Sól: 7.52 g; WW: 30.53 Por; : 18.17 %; : 65.03 %; Ener. z T: 18.25 %; Ener. z Bł.: 2.03 %; K: 4278.4 mg;

środa 2024-12-04		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Ryż pełnoziarnisty na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szynka w siatce- wieprzowa, parzona, wędzona z poł. kaw. mięsa 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>), Sałatka jarzynowa (*) 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR</u>),	Grysikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g, Sos bazyliowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Fasolka szparagowa z wody* 100 g, Surówka Coleslaw b/c () 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR</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, Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona 20 g, Ogórek kiszony 80 g,
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Warzywa pieczone 100 g, Dip zielony 10 g (<u>MLE</u>),	Posiłek nocny: Sok pomidorowy 200 ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2019.9 kcal; Białko ogółem: 96.06 g; Tłuszcz: 57.27 g; Kw. tł. nasy.: 9.76 g; Węglowodany ogółem: 298.03 g; W tym cukry: 39.8 g; Błonnik pok.: 36.65 g; Sól: 10.71 g; WW: 26.26 Por; : 19.02 %; : 59.02 %; Ener. z T: 25.52 %; Ener. z Bł.: 3.63 %; K: 5183.97 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2024-12-05		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>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 , Szynka dębowa łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem wody i białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR</u>), Rzodkiew biała 80 g , Salata zielona 20 g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Łazanki z kapustą i mięs wp z łopatką 350 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR</u>), Jabłko 1 szt 1 szt , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasztet z ciecierzycy* 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Serek a`la homogenizowany z ziołami 30 g (<u>MLE</u>), Roszponka 20 g , Pomidor 80 g ,
II Śniadanie: Owsianka z jabłkiem pieczonym i cynamonem 200 g (<u>MLE, GLU OW</u>),		Posiłek nocny: Słonecznik luskany 15 g , Jabłko 1 szt 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2489.35 kcal; Białko ogółem: 94.35 g; Tłuszcz: 78.38 g; Kw. tł. nasy.: 17.07 g; Węglowodany ogółem: 365.93 g; W tym cukry: 78.44 g; Błonnik pok.: 38.45 g; Sól: 5.73 g; WW: 32.78 Por; : 15.16 %; : 58.8%; Ener. z T: 28.34 %; Ener. z Bł.: 3.09 %; K: 4296.12 mg;

czwartek 2024-12-05		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
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>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka dębowa łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem wody i białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (<u>SEL</u>), Salata zielona 20 g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego () 350 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Brokuł gotowany* 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 , Szynka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (<u>SOJ</u>), Serek a`la homogenizowany z ziołami 30 g (<u>MLE</u>), Roszponka 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,
II Śniadanie: Owsianka z jabłkiem pieczonym i cynamonem 200 g (<u>MLE, GLU OW</u>),		Posiłek nocny: Banan 1szt. 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2331.6 kcal; Białko ogółem: 93.76 g; Tłuszcz: 54.41 g; Kw. tł. nasy.: 12.7 g; Węglowodany ogółem: 380.15 g; W tym cukry: 87.52 g; Błonnik pok.: 29.62 g; Sól: 7.35 g; WW: 35.03 Por; : 16.08 %; : 65.22 %; Ener. z T: 21 %; Ener. z Bł.: 2.54 %; K: 4641.44 mg;

czwartek 2024-12-05		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU JEĆZ</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 , Szynka dębowa łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem wody i białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR</u>), Rzodkiew biała 80 g , Salata zielona 20 g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) b/c 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Makaron pełnoziarnisty z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego () 350 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 150 g (<u>SEL</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	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 , Pasztet z ciecierzycy* 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Serek a`la homogenizowany z ziołami 30 g (<u>MLE</u>), Roszponka 20 g , Pomidor 80 g ,
II Śniadanie: Owsianka z jabłkiem pieczonym i cynamonem 200 g (<u>MLE, GLU OW</u>),	Podwieczorek: Jabłko 1 szt 1 szt ,	Posiłek nocny: Słonecznik luskany 15 g , Jabłko 1 szt 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2541.17 kcal; Białko ogółem: 103.69 g; Tłuszcz: 73.76 g; Kw. tł. nasy.: 14.32 g; Węglowodany ogółem: 383.39 g; W tym cukry: 79.39 g; Błonnik pok.: 53.52 g; Sól: 6.85 g; WW: 33.1 Por; : 16.32 %; : 60.35 %; Ener. z T: 26.12 %; Ener. z Bł.: 4.21 %; K: 5034.66 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2024-12-06 Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE,</u>), Dżem 25 g 1 szt, Jabłko 150 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>), Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g, Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Bulka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>), Szyunka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 30 g (<u>SOJ,</u>), Pomidor 100 g, Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>),
II Śniadanie: Koktajl wieloowocowy* b/c 200 ml (<u>MLE,</u>),		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2395.58 kcal; Białko ogółem: 113.64 g; Tłuszcz: 63.54 g; Kw. tł. nasy.: 12.66 g; Węglowodany ogółem: 358.14 g; W tym cukry: 94.66 g; Błonnik pok.: 30.71 g; Sól: 8.09 g; WW: 32.76 Por; : 18.97 %; : 59.8%; Ener. z T: 23.87 %; Ener. z Bł.: 2.56 %; K: 5449.76 mg;

piątek 2024-12-06 Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>), Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE,</u>), Dżem 25 g 1 szt, Jabłko 150 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Pulpet rybno-warzywny* 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,</u>), Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>), Warzywa po grecku* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>), Pomidor 100 g, Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>), Szyunka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 30 g (<u>SOJ,</u>),
II Śniadanie: Koktajl wieloowocowy* b/c 200 ml (<u>MLE,</u>),		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2248.65 kcal; Białko ogółem: 102.41 g; Tłuszcz: 46.99 g; Kw. tł. nasy.: 11.26 g; Węglowodany ogółem: 369.26 g; W tym cukry: 96.72 g; Błonnik pok.: 28.51 g; Sól: 7.2 g; WW: 34.09 Por; : 18.22 %; : 65.68%; Ener. z T: 18.81 %; Ener. z Bł.: 2.54 %; K: 5272.82 mg;

piątek 2024-12-06 Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Makaron pełnoziarnisty na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE,</u>), Jabłko 150 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Kalafiorowa z ryżem brązowym * 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Pulpet rybno-warzywny* 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,</u>), Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>), Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g, Warzywa po grecku * (bez cukru) 100 g (<u>GLU PSZ, 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 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>), Szyunka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 30 g (<u>SOJ,</u>), Pomidor 100 g,
II Śniadanie: Koktajl wieloowocowy* b/c 200 ml (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: Chleb Graham 25 g (<u>GLU PSZ,</u>), Hummus 30 g (<u>SEZ,</u>), Salata zielona 10 g,	Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2219.95 kcal; Białko ogółem: 106.29 g; Tłuszcz: 59.64 g; Kw. tł. nasy.: 12.45 g; Węglowodany ogółem: 330.93 g; W tym cukry: 73.14 g; Błonnik pok.: 41.35 g; Sól: 9.05 g; WW: 28.96 Por; : 19.15 %; : 59.63%; Ener. z T: 24.18 %; Ener. z Bł.: 3.73 %; K: 5675.51 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2024-12-07 Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
Płatki pszenne 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, Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE,</u>), Sałatka z pomidorów z jogurtem natur i natką pietr 100 g (<u>MLE,</u>),	Ogórkowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JE CZ,</u>), Potrawka drobiowa 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Buraczki gotowane () 100 g , Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i słonecznikiem z olejem* 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JE CZ,</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz - dieta 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL,</u>), Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 szt ,		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2358.8 kcal; Białko ogółem: 95.36 g; Tłuszcz: 66.46 g; Kw. tł. nasy.: 9.06 g; Węglowodany ogółem: 359.38 g; W tym cukry: 70.86 g; Błonnik pok.: 33.59 g; Sól: 6.65 g; WW: 32.51 Por; : 16.17 %; : 60.94 %; Ener. z T: 25.36 %; Ener. z Bł.: 2.85 %; K: 4394.31 mg;

sobota 2024-12-07 Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE,</u>), Sałatka z pomidorów z jogurtem natur i natką pietr b/skórki 100 g (<u>MLE,</u>),	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JE CZ,</u>), Potrawka drobiowa () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Buraczki gotowane () 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JE CZ,</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz - dieta 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL,</u>), Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 szt ,		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2356.99 kcal; Białko ogółem: 95.88 g; Tłuszcz: 59.74 g; Kw. tł. nasy.: 8.74 g; Węglowodany ogółem: 374.67 g; W tym cukry: 73.65 g; Błonnik pok.: 34.02 g; Sól: 5.97 g; WW: 34.01 Por; : 16.27 %; : 63.58 %; Ener. z T: 22.81 %; Ener. z Bł.: 2.89 %; K: 4503.35 mg;

sobota 2024-12-07 Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</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, Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE,</u>), Musztarda 15g saszetka 1 szt (<u>GOR,</u>), Sałatka z pomidorów z jogurtem natur i natką pietr 100 g (<u>MLE,</u>),	Ogórkowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JE CZ,</u>), Potrawka drobiowa () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g , Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i słonecznikiem z olejem* 100 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JE CZ,</u>), 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 , Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz - dieta 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL,</u>), Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 szt ,	Podwieczorek: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,	Posiłek nocny: Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g , Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2490.61 kcal; Białko ogółem: 110.66 g; Tłuszcz: 78.49 g; Kw. tł. nasy.: 11.92 g; Węglowodany ogółem: 357.53 g; W tym cukry: 64.95 g; Błonnik pok.: 43.98 g; Sól: 11.81 g; WW: 31.36 Por; : 17.77 %; : 57.42 %; Ener. z T: 28.36 %; Ener. z Bł.: 3.53 %; K: 4710.16 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2024-12-08		
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 mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLUPSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Ser żółty 60 g (<u>MLE,</u>), Rzodkiew biała 80 g , Salata zielona 20 g ,	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Kotlet schabowy 100 g (<u>GLUPSZ, JAJ,</u>), Kapusta zasmażana () 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Kielbasa Krakowska wieprzowa parzona grubo rozdrobniona wędzona w osłonce niejadalnej 30 g (<u>GOR,</u>), Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE,</u>), Pomidor 80 g , Rukola 20 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny z musem truskawkowym 150 g (<u>MLE,</u>),		Posiłek nocny: Migdały 10 g (<u>ORZ,</u>), Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2382.6 kcal; Białko ogółem: 112.58 g; Tłuszcz: 75.37 g; Kw. tł. nasy.: 23.27 g; Węglowodany ogółem: 329.14 g; W tym cukry: 62.85 g; Błonnik pok.: 31.86 g; Sól: 7.42 g; WW: 29.78 Por; : 18.9 %; : 55.26 %; Ener. z T: 28.47 %; Ener. z Bł.: 2.67 %; K: 4734.21 mg;

niedziela 2024-12-08		
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 , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>), Warzywa pieczone (buraki, pietruszka, cukinia) 80 g , Salata zielona 20 g ,	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Schab pieczony w rękawie 100 g , Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ,</u>), Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE,</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Rukola 20 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny z musem truskawkowym 150 g (<u>MLE,</u>),		Posiłek nocny: Banan 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2180 kcal; Białko ogółem: 116.73 g; Tłuszcz: 45.8 g; Kw. tł. nasy.: 12.21 g; Węglowodany ogółem: 333.71 g; W tym cukry: 77.78 g; Błonnik pok.: 19.27 g; Sól: 5.26 g; WW: 31.58 Por; : 21.42 %; : 61.23 %; Ener. z T: 18.91 %; Ener. z Bł.: 1.77 %; K: 4853.68 mg;

niedziela 2024-12-08		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kasza manna 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 , Ser żółty 50 g (<u>MLE,</u>), Rzodkiew biała 80 g , Salata zielona 20 g ,	Pomidorowa z makaronem pełnoziarnisty * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Schab pieczony w rękawie 100 g , Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kapusta zasmażana () 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g , 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 , Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ,</u>), Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE,</u>), Pomidor 80 g , Rukola 20 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny z musem truskawkowym 150 g (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: Sałatka jarzynowa z olejem* 100 g (<u>SEL,</u>),	Posiłek nocny: Migdały 10 g (<u>ORZ,</u>), Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2271.62 kcal; Białko ogółem: 121.27 g; Tłuszcz: 67.88 g; Kw. tł. nasy.: 20.86 g; Węglowodany ogółem: 311.46 g; W tym cukry: 59.95 g; Błonnik pok.: 37.17 g; Sól: 6.92 g; WW: 27.5 Por; : 21.35 %; : 54.84 %; Ener. z T: 26.89 %; Ener. z Bł.: 3.27 %; K: 5475.02 mg;