

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2025-03-31		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> <u>JECZ.</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT.</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ.</u>), Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE.</u>), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,	Brokułowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Kotlet z jaj-pieczony 90 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>JAJ.</u>), Surówka z selera i jabłka () 150 g (<u>MLE</u> , <u>SEL.</u>), Jabłko 1 szt 1 szt , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT.</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (<u>RYB.</u> , <u>SEL.</u>), Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Smoothie (jabłko, szpinak) 200 g ,		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2116.13 kcal; Białko ogółem: 88.67 g; Tłuszcz: 55.67 g; Kw. tł. nasy.: 13.76 g; Węglowodany ogółem: 334.08 g; W tym cukry: 57.32 g; Błonnik pok.: 39.21 g; Sól: 9.94 g; WW: 29.54 Por; : 16.76 %; : 63.15 %; Ener. z T: 23.68 %; Ener. z Bł.: 3.71 %; K: 4177.73 mg;

poniedziałek 2025-03-31		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
Płatki jęczmienna na mleku /p 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> <u>JECZ.</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ.</u>), Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE.</u>), Pomidor 80 g , Roszponka 20 g ,	Brokułowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Kotlet z jaj-pieczony 90 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>JAJ.</u>), Surówka z selera i jabłka () 150 g (<u>MLE</u> , <u>SEL.</u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt , 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 ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (<u>RYB.</u> , <u>SEL.</u>), Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Smoothie (jabłko, szpinak) 200 g ,		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2095.15 kcal; Białko ogółem: 86.02 g; Tłuszcz: 55.2 g; Kw. tł. nasy.: 13.5 g; Węglowodany ogółem: 329.39 g; W tym cukry: 52.72 g; Błonnik pok.: 32.72 g; Sól: 8.71 g; WW: 29.72 Por; : 16.42 %; : 62.89 %; Ener. z T: 23.71 %; Ener. z Bł.: 3.12 %; K: 3890.65 mg;

poniedziałek 2025-03-31		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> <u>JECZ.</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ.</u>), Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE.</u>), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,	Brokułowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Kotlet z jaj-pieczony 90 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>JAJ.</u>), Surówka z selera i jabłka () 150 g (<u>MLE</u> , <u>SEL.</u>), Jabłko 1 szt 1 szt , 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 , Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (<u>RYB.</u> , <u>SEL.</u>), Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Smoothie (jabłko, szpinak) 200 g ,	Podwieczorek: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),	Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml , Orzechy włoskie łuskane 10 g (<u>ORZ.</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2206.89 kcal; Białko ogółem: 98.36 g; Tłuszcz: 65 g; Kw. tł. nasy.: 14.42 g; Węglowodany ogółem: 328.13 g; W tym cukry: 51.84 g; Błonnik pok.: 42.26 g; Sól: 9.69 g; WW: 28.66 Por; : 17.83 %; : 59.47 %; Ener. z T: 26.51 %; Ener. z Bł.: 3.83 %; K: 4623.01 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2025-04-01		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₁</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyunka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (<u>SOJ₁</u>), Sałata zielona 20 g , Ogórek kiszony 80 g ,	Pieczarkowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL₁</u>), Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Szyunka wieprzowa pieczona 80 g , Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ₁</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 100 g , Dynia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ₁</u>), 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 , Szyunka wiśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 30 g (<u>SOJ₁</u>), Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE₁</u>), Papryka konserwowa 100 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE₁</u>),		Posiłek nocny: Jabłko 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2001.16 kcal; Białko ogółem: 102.6 g; Tłuszcz: 43.98 g; Kw. tł. nasy.: 11.4 g; Węglowodany ogółem: 307.19 g; W tym cukry: 56.72 g; Błonnik pok.: 30.82 g; Sól: 9.02 g; WW: 27.64 Por; : 20.51 %; : 61.4 %; Ener. z T: 19.78 %; Ener. z Bł.: 3.08 %; K: 3771.31 mg;

wtorek 2025-04-01		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
kasza kukurydziana na ml/p 250 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₁</u>), Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyunka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (<u>SOJ₁</u>), Sałata zielona 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,	Solferino * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL₁</u>), Makaron 200 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Szyunka wieprzowa gotowana 100 g , Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ₁</u>), Dynia duszona z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ₁</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 , Szyunka wiśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 30 g (<u>SOJ₁</u>), Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE₁</u>), Pomidor b/skórki 100 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE₁</u>),		Posiłek nocny: Jabłko pieczone 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2011.65 kcal; Białko ogółem: 102.27 g; Tłuszcz: 41.5 g; Kw. tł. nasy.: 11.42 g; Węglowodany ogółem: 315.47 g; W tym cukry: 58.07 g; Błonnik pok.: 21.79 g; Sól: 6.4 g; WW: 29.38 Por; : 20.33 %; : 62.73 %; Ener. z T: 18.57 %; Ener. z Bł.: 2.17 %; K: 3933.15 mg;

wtorek 2025-04-01		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ₁</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyunka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (<u>SOJ₁</u>), Sałata zielona 20 g , Ogórek kiszony 80 g ,	Pieczarkowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL₁</u>), Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Szyunka wieprzowa gotowana 100 g , Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ₁</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 150 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyunka wiśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 30 g (<u>SOJ₁</u>), Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE₁</u>), Papryka konserwowa 100 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE₁</u>),	Podwieczorek: Warzywa pieczone 100 g , Dip ziołowy 10 g (<u>MLE₁</u>),	Posiłek nocny: Kanapka z twarożkiem i sałatą (chleb razowy 60g, tłuszcz 5g, twarożek 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2163.79 kcal; Białko ogółem: 119.52 g; Tłuszcz: 59.27 g; Kw. tł. nasy.: 13.88 g; Węglowodany ogółem: 302.08 g; W tym cukry: 37.48 g; Błonnik pok.: 36.65 g; Sól: 9.74 g; WW: 26.59 Por; : 22.1 %; : 55.84 %; Ener. z T: 24.65 %; Ener. z Bł.: 3.39 %; K: 4149.9 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2025-04-02		
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.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE.), Szynka luksusowa-wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ.), Mandarynka 2 szt , Sałata zielona 20 g ,	Zupa z soczewicy i ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, SEL.), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (GLU PSZ, JAJ.), Sos jarzynowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.), Surówka z marchwi i rzepy ze śmietaną () 100 g (MLE.), Buraczki oprószane () b/c 100 g (GLU PSZ.), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	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 , Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL.), Pomidor 90 g , Rukola 10 g ,
II Śniadanie: Budyń o smaku śmietankowym z chipsami kokosowymi b/c 200 ml (MLE, SOJ.),		Posiłek nocny: Przecier owocowy jabłko-truskawka 100g 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2272.52 kcal; Białko ogółem: 97.62 g; Tłuszcz: 46.34 g; Kw. tł. nasy.: 13.52 g; Węglowodany ogółem: 384.82 g; W tym cukry: 94.09 g; Błonnik pok.: 37.66 g; Sól: 7.42 g; WW: 34.73 Por; : 17.18 %; : 67.73 %; Ener. z T: 18.35 %; Ener. z Bt.: 3.31 %; K: 5642.88 mg;

środa 2025-04-02		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
Płatki owsiane na mleku/p 250 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.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE.), Szynka luksusowa-wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ.), Banan 120 g , Sałata zielona 20 g ,	Grycikowa* 400 ml (GLU PSZ, SEL.), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (GLU PSZ, JAJ.), Sos jarzynowy* 80 ml (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 , Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL.), Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Budyń o smaku śmietankowym z chipsami kokosowymi b/c 200 ml (MLE, SOJ.),		Posiłek nocny: Przecier owocowy jabłko-truskawka 100g 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2041.67 kcal; Białko ogółem: 83.97 g; Tłuszcz: 37.78 g; Kw. tł. nasy.: 11.94 g; Węglowodany ogółem: 351.62 g; W tym cukry: 92 g; Błonnik pok.: 21.29 g; Sól: 6.21 g; WW: 33.07 Por; : 16.45 %; : 68.89 %; Ener. z T: 16.65 %; Ener. z Bt.: 2.09 %; K: 4258.97 mg;

środa 2025-04-02		
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.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE.), Szynka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ.), Mandarynka 2 szt , Sałata zielona 20 g ,	Zupa z soczewicy i ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, SEL.), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (GLU PSZ, JAJ.), Sos jarzynowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.), Surówka z marchwi i rzepy ze śmietaną () 150 g (MLE.), 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 , Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL.), Pomidor 90 g , Rukola 10 g ,
II Śniadanie: Budyń o smaku śmietankowym z chipsami kokosowymi b/c 200 ml (MLE, SOJ.),	Podwieczorek: Sałatka witaminowa 100 g (SEL.),	Posiłek nocny: Kanapka z jajkiem i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, tłuszcz 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, JAJ.),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2367.98 kcal; Białko ogółem: 107.62 g; Tłuszcz: 56.17 g; Kw. tł. nasy.: 15.57 g; Węglowodany ogółem: 382.67 g; W tym cukry: 75.37 g; Błonnik pok.: 46.45 g; Sól: 7.84 g; WW: 33.65 Por; : 18.18 %; : 64.64 %; Ener. z T: 21.35 %; Ener. z Bt.: 3.92 %; K: 6033.53 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2025-04-03		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</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>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>), Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (<u>SEL,</u>), Sałata zielona z jogurtem 70 g (<u>MLE,</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 kiełbasa 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, MLE,</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2331.41 kcal; Białko ogółem: 94.63 g; Tłuszcz: 64.89 g; Kw. tł. nasy.: 15.89 g; Węglowodany ogółem: 354.13 g; W tym cukry: 43.46 g; Błonnik pok.: 26.57 g; Sól: 8.66 g; WW: 32.84 Por; : 16.24 %; : 60.76 %; Ener. z T: 25.05 %; Ener. z Bt.: 2.28 %; K: 3757.7 mg;

czwartek 2025-04-03		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (<u>MLE,</u>), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>), Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (<u>SEL,</u>), Sałata zielona z jogurtem 70 g (<u>MLE,</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 kiełbasa 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, MLE,</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2300.95 kcal; Białko ogółem: 93.89 g; Tłuszcz: 52.75 g; Kw. tł. nasy.: 13.76 g; Węglowodany ogółem: 373.41 g; W tym cukry: 46.68 g; Błonnik pok.: 22.61 g; Sól: 6.44 g; WW: 35.17 Por; : 16.32 %; : 64.91 %; Ener. z T: 20.63 %; Ener. z Bt.: 1.97 %; K: 3945.18 mg;

czwartek 2025-04-03		
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 , 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>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>), Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (<u>SEL,</u>), Sałata zielona z jogurtem 70 g (<u>MLE,</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, Tyrolska kiełbasa 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 60g, tłuszcz do smarowania 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>),	Podwieczorek: Koktajl z jagód * b/c 250 g (<u>MLE,</u>),	Posiłek nocny: Kanapka z szynką i pomidorem (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2480.65 kcal; Białko ogółem: 110.45 g; Tłuszcz: 74.42 g; Kw. tł. nasy.: 21.94 g; Węglowodany ogółem: 360.2 g; W tym cukry: 49.69 g; Błonnik pok.: 40.41 g; Sól: 10.07 g; WW: 32.12 Por; : 17.81 %; : 58.08 %; Ener. z T: 27 %; Ener. z Bt.: 3.26 %; K: 4808.53 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2025-04-04		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
Kasza manna na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE,), Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ,), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Ser żółty 50 g (MLE,), Dżem 25 g 1 szt , Jabłko 150 g ,	Dyniowa z makaronem* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba smażona (Morszczuk) 90 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,), Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () b/c 100 g , Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ,), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	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 , Pasta z jaj 80 g (JAJ, MLE,), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g ,
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE,),		Posiłek nocny: Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2448.55 kcal; Białko ogółem: 112.46 g; Tłuszcz: 74.59 g; Kw. tł. nasy.: 20.62 g; Węglowodany ogółem: 347.43 g; W tym cukry: 85.77 g; Błonnik pok.: 28.57 g; Sól: 7.1 g; WW: 31.85 Por; : 18.37 %; : 56.76 %; Ener. z T: 27.42 %; Ener. z Bł.: 2.33 %; K: 4498.43 mg;

piątek 2025-04-04		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
Kasza manna na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE,), 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 , Twaróg półtłusty 50 g (MLE,), Dżem 25 g 1 szt , Jabłka prażone b/c 150 g ,	Dyniowa z makaronem* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba gotowana (Morszczuk) 80 g (RYB,), Szpinak gotowany z olejem* 150 g (GLU PSZ,), 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 , Pasta z jaj 80 g (JAJ, MLE,), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g ,
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE,),		Posiłek nocny: Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2192.26 kcal; Białko ogółem: 107.61 g; Tłuszcz: 46.91 g; Kw. tł. nasy.: 11.57 g; Węglowodany ogółem: 346.4 g; W tym cukry: 70.27 g; Błonnik pok.: 21.05 g; Sól: 5.02 g; WW: 32.54 Por; : 19.64 %; : 63.2 %; Ener. z T: 19.26 %; Ener. z Bł.: 1.92 %; K: 4081.07 mg;

piątek 2025-04-04		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (MLE, GLU JEĆZ,), 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 , Twaróg półtłusty 80 g (MLE,), Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Dyniowa z makaronem pełnoziarnistym* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba gotowana (Morszczuk) 80 g (RYB,), Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () b/c 100 g , Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLUPSZ,), 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 , Pasta z jaj 80 g (JAJ, MLE,), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g ,
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE,),	Podwieczorek: Kanapka z serem żółtym i sałatą (chleb razowy 60g, tłuszcz do smarowania 5g, ser żółty 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE,),	Posiłek nocny: Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2267.85 kcal; Białko ogółem: 125.16 g; Tłuszcz: 59.9 g; Kw. tł. nasy.: 17.23 g; Węglowodany ogółem: 323.41 g; W tym cukry: 64.24 g; Błonnik pok.: 34.42 g; Sól: 6.83 g; WW: 28.94 Por; : 22.08 %; : 57.04 %; Ener. z T: 23.77 %; Ener. z Bł.: 3.04 %; K: 5066.75 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2025-04-05		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
Ryż na mleku/p 400 ml (MLE), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT), Chleb Graham 50 g (GLUPSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Parówki cieszynki- węd. wp. homog. wędz. parz 80 g (SOJ, SEL), Musztarda 10 g (GOR), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i słonecznikiem z olejem* 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLUPSZ, SEL), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JE CZ), Wątróbka wieprzowa duszona w sosie własnym 180 g (GLUPSZ), Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g , Kalafior gotowany* 100 g , 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 , Serek homo. naturalny 50 g (MLE), Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml ,		Posiłek nocny: Mandarynka 2 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2512.56 kcal; Białko ogółem: 108.85 g; Tłuszcz: 79 g; Kw. tł. nasy.: 16.22 g; Węglowodany ogółem: 359.28 g; W tym cukry: 74 g; Błonnik pok.: 35.5 g; Sól: 9.76 g; WW: 32.44 Por; : 17.33 %; : 57.2 %; Ener. z T: 28.3 %; Ener. z Bł.: 2.83 %; K: 3980.91 mg;

sobota 2025-04-05		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
Ryż na mleku/p 400 ml (MLE), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT), Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka Familijna wieprzowa, z dodatkiem wody i białka wp z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i olejem* 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Selerowa z ziemniakami (*) 400 ml (MLE, SEL), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JE CZ), Gulasz wieprzowy-dieta 180 g (GLUPSZ), Buraczki gotowane () 150 g , 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 , Serek homo. naturalny 50 g (MLE), Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g ,
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml ,		Posiłek nocny: Banan 120 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2217.28 kcal; Białko ogółem: 98.11 g; Tłuszcz: 46.77 g; Kw. tł. nasy.: 10.78 g; Węglowodany ogółem: 364.92 g; W tym cukry: 90.97 g; Błonnik pok.: 28.51 g; Sól: 7.23 g; WW: 33.73 Por; : 17.7 %; : 65.83 %; Ener. z T: 18.98 %; Ener. z Bł.: 2.57 %; K: 4425.18 mg;

sobota 2025-04-05		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Ryż pełnoziarnisty na mleku/p 400 ml (MLE), 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 , Szynka Familijna wieprzowa, z dodatkiem wody i białka wp z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i słonecznikiem z olejem* 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLUPSZ, SEL), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JE CZ), Gulasz wieprzowy- dieta 180 g (GLUPSZ), Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g , Kalafior gotowany* 100 g , 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 , Serek homo. naturalny 50 g (MLE), Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml ,	Podwieczorek: Chleb Graham 25 g (GLUPSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 0.50 szt, Twarożek 30 g (MLE), Pomidor 15 g ,	Posiłek nocny: Mandarynka 2 szt , Migdały 10 g (ORZ),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2438.57 kcal; Białko ogółem: 119.16 g; Tłuszcz: 68.69 g; Kw. tł. nasy.: 13.43 g; Węglowodany ogółem: 356.08 g; W tym cukry: 70.1 g; Błonnik pok.: 43.92 g; Sól: 8.96 g; WW: 31.22 Por; : 19.55 %; : 58.41 %; Ener. z T: 25.35 %; Ener. z Bł.: 3.6 %; K: 4578.61 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2025-04-06		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE₊), 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 , Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 80 g (MLE₊), Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ₊ , SEL₊), 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT₊), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ₊), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ₊), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g ,
II Śniadanie: Surówka z marchwi i jabłka b/c () 150 g (MLE₊),		Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2093.06 kcal; Białko ogółem: 106.85 g; Tłuszcz: 59.44 g; Kw. tł. nasy.: 15.94 g; Węglowodany ogółem: 300.27 g; W tym cukry: 63.74 g; Błonnik pok.: 33.74 g; Sól: 7.89 g; WW: 26.71 Por; : 20.42 %; : 57.38 %; Ener. z T: 25.56 %; Ener. z Bł.: 3.22 %; K: 4892.07 mg;

niedziela 2025-04-06		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE₊), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ₊), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (MLE₊), Sałata zielona 20 g , Jabłko pieczone 150 g ,	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ₊ , SEL₊), 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 (GLU PSZ₊), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ₊), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g ,
II Śniadanie: Surówka z marchwi i jabłka b/c () 150 g (MLE₊),		Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2146.67 kcal; Białko ogółem: 109.02 g; Tłuszcz: 54.94 g; Kw. tł. nasy.: 15.52 g; Węglowodany ogółem: 320.95 g; W tym cukry: 74.66 g; Błonnik pok.: 29.03 g; Sól: 6.98 g; WW: 29.18 Por; : 20.31 %; : 59.8 %; Ener. z T: 23.04 %; Ener. z Bł.: 2.7 %; K: 4770.75 mg;

niedziela 2025-04-06		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE₊), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (GLU PSZ₊), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 80 g (MLE₊), Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Rosół z makaronem pełnoziarnistym * 400 ml (GLU PSZ, SEL₊), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Udziec z kurczaka gotowany 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* 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 , Polędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ₊), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g ,
II Śniadanie: Surówka z marchwi i jabłka b/c () 150 g (MLE₊),	Podwieczorek: Koktajl z jagód* 200 g (MLE₊),	Posiłek nocny: Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE₊),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2190.9 kcal; Białko ogółem: 121.55 g; Tłuszcz: 65.15 g; Kw. tł. nasy.: 19.36 g; Węglowodany ogółem: 298.05 g; W tym cukry: 70.16 g; Błonnik pok.: 38.96 g; Sól: 7.89 g; WW: 25.99 Por; : 22.19 %; : 54.42 %; Ener. z T: 26.76 %; Ener. z Bł.: 3.56 %; K: 5815.77 mg;