

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny

czwartek 2023-11-16 Jadłospis dla diety: PUŁ- Podstawowa dzieci		
Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, _</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ, _</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt, Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE, _</u>), Pomidor 80 g, Roszponka 20 g,	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT, _</u>), Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 400 g (<u>SEL, _</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ, _</u>), Surówka z selera i jabłka z olejem () 150 g (<u>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 smarownia (59% tł) 10g 1 szt, Tyrolska kielbasa wieprzowa drobno rozdrobniona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, _</u>), Sałatka jarzynowa z jajkiem () 150 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR, _</u>), Sałata zielona 20 g,
II Śniadanie: Maślanka 150 ml (<u>MLE, _</u>),		Posiłek nocny: Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, _</u>),

Wartości odżywcze: E: 2498.4 kcal; B: 103.64 g; T: 64.46 g; Kw. tł. nasy.: 16.24 g; W: 393.61 g; W tym cukry: 77.88 g; Bł.: 38.57 g; Sól: 6.97 g; WW: 35.66 Por; Ener. z B: 16.59 %; Ener. z W: 56.84 %; Ener. z T: 23.22 %; Ener. z Bł.: 3.09 %; K: 4934 mg;

czwartek 2023-11-16 Jadłospis dla diety: PUŁ- Bezmleczna dzieci		
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 smarownia (59% tł) 10g 2 szt, Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ, _</u>), Pomidor 80 g, Roszponka 20 g, Zacierka na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL, _</u>),	Ziemniaczana *(bez mleka) () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL, _</u>), Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 400 g (<u>SEL, _</u>), Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ, _</u>), 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 smarownia (59% tł) 10g 1 szt, Tyrolska kielbasa wieprzowa drobno rozdrobniona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, _</u>), Sałatka jarzynowa z jajkiem- diety () (bez mleka) 150 g (<u>JAJ, SEL, _</u>), Sałata zielona 20 g,
II Śniadanie: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml,		Posiłek nocny: Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, _</u>),

Wartości odżywcze: E: 2532.68 kcal; B: 83.18 g; T: 81.87 g; Kw. tł. nasy.: 14.34 g; W: 381.19 g; W tym cukry: 50.99 g; Bł.: 33.74 g; Sól: 9.07 g; WW: 34.75 Por; Ener. z B: 13.14 %; Ener. z W: 54.88 %; Ener. z T: 29.09 %; Ener. z Bł.: 2.66 %; K: 4038.87 mg;

czwartek 2023-11-16 Jadłospis dla diety: PUŁ- Łatwo strawna dzieci		
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 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, _</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 2 szt, Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE, _</u>), Pomidor b/skórki 80 g, Roszponka 20 g,	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u>), Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 400 g (<u>SEL, _</u>), Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ, _</u>), 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 smarownia (59% tł) 10g 1 szt, Tyrolska kielbasa wieprzowa drobno rozdrobniona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, _</u>), Sałatka jarzynowa z jajkiem- diety () 150 g (<u>JAJ, MLE, SEL, _</u>), Sałata zielona 20 g,
II Śniadanie: Maślanka 150 ml (<u>MLE, _</u>),		Posiłek nocny: Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, _</u>),

Wartości odżywcze: E: 2554.71 kcal; B: 105.7 g; T: 62.96 g; Kw. tł. nasy.: 15.29 g; W: 406.73 g; W tym cukry: 78 g; Bł.: 32.97 g; Sól: 6.34 g; WW: 37.45 Por; Ener. z B: 16.55 %; Ener. z W: 58.52 %; Ener. z T: 22.18 %; Ener. z Bł.: 2.58 %; K: 4974.8 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny

piątek 2023-11-17 Jadłospis dla diety: PUŁ- Podstawowa dzieci		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, ŻYT, GLU JECZ, _</u>), Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU PSZ, MLE, SEL, _</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ, _</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Ser żółty 50 g (<u>MLE, _</u>), Miód (25g) 1 szt , Śliwka szt 2 szt ,	Dyniowa z makaronem* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u>), Ziemniaki z koperkiem () 200 g , Ryba smażona (Morszczuk) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, _</u>), Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 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 smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 80 g (<u>JAJ, GOR, _</u>), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g ,
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE, _</u>),		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: E: 2522.55 kcal; B: 105.72 g; T: 77.63 g; Kw. tł. nasy.: 20.36 g; W: 366.99 g; W tym cukry: 85.54 g; Bł.: 32.78 g; Sól: 8.84 g; WW: 33.47 Por; Ener. z B: 16.76 %; Ener. z W: 52.99 %; Ener. z T: 27.7 %; Ener. z Bł.: 2.6 %; K: 5285.1 mg;

piątek 2023-11-17 Jadłospis dla diety: PUŁ- Bezmleczna dzieci		
Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL, _</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ, _</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 2 szt , Szyunka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ, _</u>), Miód (25g) 1 szt , Jabłko pieczone 1szt. 1 szt ,	Dyniowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL, _</u>), Ziemniaki z koperkiem () 200 g , Ryba gotowana (Morszczuk) 70 g (<u>RYB, _</u>), Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ, _</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>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 smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Pasta z jaj z koperkiem -dieta (bez mleka) 80 g (<u>JAJ, _</u>), Sałatka z pomidorów i koperku b/skórki 100 g ,
II Śniadanie: Kanapka z szynką i sałatą (bułka pszenna 45g, tłuszcz do smarowania 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, _</u>),		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: E: 2186.23 kcal; B: 81.04 g; T: 53.09 g; Kw. tł. nasy.: 10.82 g; W: 360.15 g; W tym cukry: 66.07 g; Bł.: 29.76 g; Sól: 8.27 g; WW: 33.1 Por; Ener. z B: 14.83 %; Ener. z W: 60.45 %; Ener. z T: 21.85 %; Ener. z Bł.: 2.72 %; K: 4215.27 mg;

piątek 2023-11-17 Jadłospis dla diety: PUŁ- Łatwo strawna dzieci		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, ŻYT, GLU JECZ, _</u>), Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU PSZ, MLE, SEL, _</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ, _</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 2 szt , Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE, _</u>), Miód (25g) 1 szt , Jabłko pieczone 1szt. 1 szt ,	Dyniowa z makaronem* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u>), Ziemniaki z koperkiem () 200 g , Ryba gotowana (Morszczuk) 70 g (<u>RYB, _</u>), Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ, _</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>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 smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE, _</u>), Sałatka z pomidorów i koperku b/skórki 100 g ,
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE, _</u>),		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: E: 2312.53 kcal; B: 100.5 g; T: 55.37 g; Kw. tł. nasy.: 12 g; W: 367.11 g; W tym cukry: 90.47 g; Bł.: 27.95 g; Sól: 6.81 g; WW: 33.95 Por; Ener. z B: 17.38 %; Ener. z W: 58.66 %; Ener. z T: 21.55 %; Ener. z Bł.: 2.42 %; K: 5231.59 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2023-11-18 Jadłospis dla diety: PUŁ- Podstawowa dzieci		
Ryż na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Parówki cieszynki- węd. wp. homog. wędz. parz 80 g (<u>SOJ</u> , <u>SEL</u>), Musztarda 15g saszetka 1 szt (<u>GOR</u>), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i sonecznikiem z olejem* 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Kasza bulgur 200 g (<u>GLU PSZ</u>), Wątróbka wieprzowa duszona w sosie własnym 180 g (<u>GLU PSZ</u>), Sałatka szwedzka z olejem 100 g (<u>GOR</u>), Fasolka szparagowa z wody* 100 g , 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 ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Serek wiejski ziarnisty 100 g (<u>MLE</u>), Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u>), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml ,		Posiłek nocny: Mandarynki 2 szt ,

Wartości odżywcze: E: 2811.81 kcal; B: 117.71 g; T: 87.79 g; Kw. tł. nasy.: 18.78 g; W: 399.57 g; W tym cukry: 109 g; Bł.: 31.18 g; Sól: 10.97 g; WW: 36.93 Por; Ener. z B: 16.75 %; Ener. z W: 52.41 %; Ener. z T: 28.1 %; Ener. z Bł.: 2.22 %; K: 3922.77 mg;

sobota 2023-11-18 Jadłospis dla diety: PUŁ- Bezmleczna dzieci		
Ryż na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 2 szt , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ</u>), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i olejem* 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Selerowa z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml (<u>SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ</u>), Gulasz wieprzowy- dieta 180 g (<u>GLU PSZ</u>), Buraczki gotowane () 100 g , Cukinia gotowana z pomidorami* 100 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 smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g ,
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml ,		Posiłek nocny: Mandarynki 2 szt ,

Wartości odżywcze: E: 2303.16 kcal; B: 78.72 g; T: 60.9 g; Kw. tł. nasy.: 13.63 g; W: 372.99 g; W tym cukry: 102.08 g; Bł.: 30.62 g; Sól: 7.51 g; WW: 34.26 Por; Ener. z B: 13.67 %; Ener. z W: 59.46 %; Ener. z T: 23.8 %; Ener. z Bł.: 2.66 %; K: 3763.32 mg;

sobota 2023-11-18 Jadłospis dla diety: PUŁ- Łatwo strawna dzieci		
Ryż na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 2 szt , Szynka Familijna wieprzowa, z dodatkiem wody i białka wp z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i olejem* 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ</u>), Gulasz wieprzowy- dieta 180 g (<u>GLU PSZ</u>), Buraczki gotowane () 100 g , Cukinia gotowana z pomidorami* 100 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 smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Serek wiejski ziarnisty 100 g (<u>MLE</u>), Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g ,
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml ,		Posiłek nocny: Mandarynki 2 szt ,

Wartości odżywcze: E: 2486.58 kcal; B: 102.71 g; T: 63.44 g; Kw. tł. nasy.: 14.71 g; W: 390.58 g; W tym cukry: 121.8 g; Bł.: 29.68 g; Sól: 8.77 g; WW: 36.07 Por; Ener. z B: 16.52 %; Ener. z W: 58.05 %; Ener. z T: 22.96 %; Ener. z Bł.: 2.39 %; K: 4412.49 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2023-11-19 Jadłospis dla diety: PUŁ- Podstawowa dzieci		
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 smarownia (59% tł) 10g 1 szt, Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 80 g (<u>MLE, _</u>), Papryka świeża 80 g, Sałata zielona 20 g,	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL, _</u>), Ziemniaki z koperkiem () 200 g, udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 120 g, Surówka Coleslaw () 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR, _</u>), Brokuł gotowany* 100 g, Kompot owocowy* z/c 250 ml, Babka cytrynowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, _</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 smarownia (59% tł) 10g 1 szt, Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, _</u>), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g,
II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 szt,		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt,
Wartości odżywcze: E: 2349.01 kcal; B: 108.37 g; T: 59.04 g; Kw. tł. nasy.: 14.8 g; W: 338.64 g; W tym cukry: 81.15 g; Bł.: 32.17 g; Sól: 6.9 g; WW: 30.71 Por; Ener. z B: 18.45 %; Ener. z W: 52.19 %; Ener. z T: 22.62 %; Ener. z Bł.: 2.74 %; K: 4623.07 mg;		
niedziela 2023-11-19 Jadłospis dla diety: PUŁ- Bezmleczna dzieci		
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 smarownia (59% tł) 10g 2 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,	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL, _</u>), Ziemniaki z koperkiem () 200 g, udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 120 g, Brokuł gotowany* 100 g, Marchew gotowana z olejem* 100 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 smarownia (59% tł) 10g 1 szt, Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ, _</u>), Sałatka z pomidorów i koperku b/skórki 100 g,
II Śniadanie: Jabłko pieczone 1szt. 1 szt,		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt,
Wartości odżywcze: E: 2056.57 kcal; B: 87.4 g; T: 58.66 g; Kw. tł. nasy.: 13.4 g; W: 306.98 g; W tym cukry: 57.74 g; Bł.: 27.08 g; Sól: 6.87 g; WW: 27.99 Por; Ener. z B: 17 %; Ener. z W: 54.44 %; Ener. z T: 25.67 %; Ener. z Bł.: 2.63 %; K: 3930.57 mg;		
niedziela 2023-11-19 Jadłospis dla diety: PUŁ- Łatwo strawna dzieci		
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 smarownia (59% tł) 10g 2 szt, Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (<u>MLE, _</u>), Sałata zielona 20 g, Pomidor b/skórki 80 g,	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL, _</u>), Ziemniaki z koperkiem () 200 g, udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 120 g, Brokuł gotowany* 100 g, Marchew gotowana z olejem* 100 g, Kompot owocowy* z/c 250 ml, Babka cytrynowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, _</u>),	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ, _</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt, Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, _</u>), Sałatka z pomidorów i koperku b/skórki 100 g,
II Śniadanie: Jabłko pieczone 1szt. 1 szt,		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt,
Wartości odżywcze: E: 2416.75 kcal; B: 109.65 g; T: 63.43 g; Kw. tł. nasy.: 15.83 g; W: 343.33 g; W tym cukry: 77.78 g; Bł.: 26.55 g; Sól: 6.02 g; WW: 31.74 Por; Ener. z B: 18.15 %; Ener. z W: 52.43 %; Ener. z T: 23.62 %; Ener. z Bł.: 2.2 %; K: 4598.34 mg;		