

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2023-11-27 Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ,</u>), Słupki z warzyw () 80 g , Salata zielona 20 g ,	Fasolowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Makaron ze szpinakiem i serem żółtym * 300 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Surówka z selera i jabłka () 150 g (<u>MLE, SEL,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml , Mandarynka 2 szt ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt ,szynka gotowana (<u>SOJ,</u>), Pomidorki koktajlowe 80 g , Roszponka 20 g ,
II Śniadanie: Koktajl z jagód * b/c 200 g (<u>MLE,</u>),		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: E: 2593.86 kcal; B: 95.29 g; T: 62.44 g; Kw. tł. nasy.: 19.77 g; W: 437.83 g; W tym cukry: 91.15 g; Bł.: 46.84 g; Sól: 11.5 g; WW: 39.1 Por; Ener. z B: 14.69 %; Ener. z W: 60.3 %; Ener. z T: 21.67 %; Ener. z Bł.: 3.61 %; K: 4390.14 mg;

poniedziałek 2023-11-27 Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 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 150 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ,</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Salata zielona 20 g ,	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>), Pulpet jarski () 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>), Sos majerankowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Surówka z selera i jabłka z olejem () 150 g (<u>SEL,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml , Mandarynka 2 szt ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , szynka gotowana (<u>SOJ,</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Roszponka 20 g ,
II Śniadanie: Chrupki kukurydziane 20 g ,		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: E: 2441.47 kcal; B: 72.94 g; T: 53.68 g; Kw. tł. nasy.: 10.25 g; W: 435.46 g; W tym cukry: 72.49 g; Bł.: 40 g; Sól: 8.98 g; WW: 39.54 Por; Ener. z B: 11.95 %; Ener. z W: 64.79 %; Ener. z T: 19.79 %; Ener. z Bł.: 3.28 %; K: 3657.96 mg;

poniedziałek 2023-11-27 Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ,</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Salata zielona 20 g ,	Dyniowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta 300 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Surówka z selera i jabłka () 150 g (<u>MLE, SEL,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml , Mandarynka 2 szt ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , szynka gotowana (<u>SOJ,</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Roszponka 20 g ,
II Śniadanie: Koktajl z jagód * b/c 200 g (<u>MLE,</u>),		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: E: 2409.82 kcal; B: 92.97 g; T: 45.22 g; Kw. tł. nasy.: 13.68 g; W: 425.17 g; W tym cukry: 96.04 g; Bł.: 33.73 g; Sól: 9.16 g; WW: 39.18 Por; Ener. z B: 15.43 %; Ener. z W: 64.97 %; Ener. z T: 16.89 %; Ener. z Bł.: 2.8 %; K: 4326.5 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2023-11-28 Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, 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 smarownia (59% tł) 10g 1 szt, Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>), Rukola 20 g, Pomidor 80 g,	Brokułowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Kasza bulgur 200 g (<u>GLU PSZ,</u>), Karczek pieczony 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Sos meksykański 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g, Kalafior gotowany* 50 g, 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>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt, Galaretką drobiową z udźca kurczaka* 150 g (<u>SEL,</u>), Rzodkiew biała 90 g, Cytryna 10 g,
II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 szt,	Podwieczorek: Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>),	Posiłek nocny: Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 0.50 szt, Polędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (<u>SOJ,</u>), Sałata zielona 10 g,

Wartości odżywcze: E: 2643.98 kcal; B: 134.67 g; T: 71.37 g; Kw. tł. nasy.: 18.28 g; W: 375.46 g; W tym cukry: 87.16 g; Bł.: 30.92 g; Sól: 7.66 g; WW: 34.55 Por; Ener. z B: 20.37 %; Ener. z W: 52.12 %; Ener. z T: 24.3 %; Ener. z Bł.: 2.34 %; K: 4561.37 mg;

wtorek 2023-11-28 Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci		
Zacierka na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</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 1 szt, Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ,</u>), Rukola 20 g, Pomidor b/skórki 80 g,	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ,</u>), Szynka wieprzowa gotowana 100 g, Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g, Kalafior gotowany* 50 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 smarownia (59% tł) 10g 1 szt, Galaretką drobiową z udźca kurczaka* 150 g (<u>SEL,</u>), Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 100 g (<u>SEL,</u>),
II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 szt,	Podwieczorek: Sok pomidorowy 250 ml,	Posiłek nocny: Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 0.50 szt, Polędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (<u>SOJ,</u>), Sałata zielona 10 g,

Wartości odżywcze: E: 2157.91 kcal; B: 91.83 g; T: 48.59 g; Kw. tł. nasy.: 10.26 g; W: 352.76 g; W tym cukry: 68.58 g; Bł.: 33.86 g; Sól: 9.93 g; WW: 31.93 Por; Ener. z B: 17.02 %; Ener. z W: 59.11 %; Ener. z T: 20.27 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 4159.44 mg;

wtorek 2023-11-28 Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 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 1 szt, Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>), Rukola 20 g, Pomidor b/skórki 80 g,	Brokułowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ,</u>), Szynka wieprzowa gotowana 100 g, Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g, Kalafior gotowany* 50 g, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt, Galaretką drobiową z udźca kurczaka* 150 g (<u>SEL,</u>), Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 100 g (<u>SEL,</u>),
II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 szt,	Podwieczorek: Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>),	Posiłek nocny: Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 0.50 szt, Polędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (<u>SOJ,</u>), Sałata zielona 10 g,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: E: 2504.97 kcal; B: 129.86 g; T: 57.6 g; Kw. tł. nasy.: 12.73 g; W: 380.41 g; W tym cukry: 87.38 g; Bł.: 30.42 g; Sól: 8.23 g; WW: 35.03 Por; Ener. z B: 20.74 %; Ener. z W: 55.89 %; Ener. z T: 20.69 %; Ener. z Bł.: 2.43 %; K: 4416.01 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2023-11-29 Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
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>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona z jogurtem 20 g (<u>MLE</u>), Pomidor 80 g ,	Pieczarkowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem () 200 g , Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Surówka z marchwi i chrzanu () 150 g (<u>MLE, SO2</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml , Gruszka 1szt. 150 g ,	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 makreli wędzonej z warzywami** 80 g , Szyńka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (<u>SOJ, SEL</u>), Pomidor ze szczypiorkiem i olejem 80 g , Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Koktajl truskawkowy* 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 150 ml ,	Posiłek nocny: Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>),

Wartości odżywcze: E: 2316.36 kcal; B: 86.11 g; T: 49.13 g; Kw. tł. nasy.: 10.89 g; W: 397.47 g; W tym cukry: 117.48 g; Bł.: 31.45 g; Sól: 7.53 g; WW: 36.67 Por; Ener. z B: 14.87 %; Ener. z W: 63.21 %; Ener. z T: 19.09 %; Ener. z Bł.: 2.72 %; K: 4480.14 mg;

środa 2023-11-29 Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci		
Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>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 1 szt , Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona z olejem 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,	Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem () 200 g , Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Marchew gotowana z olejem* 150 g , Jabłko 1 szt 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 smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL</u>), Szyńka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (<u>SOJ, SEL</u>), Pomidor b/s z olejem 80 g , Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>),

Wartości odżywcze: E: 2113.13 kcal; B: 80.93 g; T: 55.21 g; Kw. tł. nasy.: 8.79 g; W: 335.46 g; W tym cukry: 61.2 g; Bł.: 25.72 g; Sól: 6.59 g; WW: 31.1 Por; Ener. z B: 15.32 %; Ener. z W: 58.63 %; Ener. z T: 23.51 %; Ener. z Bł.: 2.43 %; K: 3734.15 mg;

środa 2023-11-29 Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE</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 Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona z jogurtem 20 g (<u>MLE</u>), Pomidor b/skórki 80 g ,	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem () 200 g , Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Marchew gotowana z olejem* 150 g , Jabłko 1 szt 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 smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL</u>), Szyńka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (<u>SOJ, SEL</u>), Pomidor b/s z olejem 80 g , Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Koktajl truskawkowy* 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 150 ml ,	Posiłek nocny: Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>),

Wartości odżywcze: E: 2462.94 kcal; B: 98.87 g; T: 56.59 g; Kw. tł. nasy.: 10.77 g; W: 402.98 g; W tym cukry: 116.87 g; Bł.: 26.41 g; Sól: 7.23 g; WW: 37.8 Por; Ener. z B: 16.06 %; Ener. z W: 61.16 %; Ener. z T: 20.68 %; Ener. z Bł.: 2.14 %; K: 4631.55 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2023-11-30 Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU OW,</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 smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Polędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 30 g (<u>SOJ,</u>), Sałatka jarzynowa z jajkiem () 150 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>), Sałata zielona 20 g ,	Barszcz biały z ziemniakami ()* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u>), Ziemniaki z koperkiem () 200 g , Fasolka po bretońsku 300 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>), Surówka wielowarzywna z olejem () 150 g (<u>SEL,</u>), 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 smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Ser topiony 50 g (<u>MLE,</u>), Sałatka z pomidora i sałaty lodowej 100 g ,
II Śniadanie: Smoothie jarmuż, jabłko, pomarańcza 200 g ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt. 150 g ,	Posiłek nocny: Migdały 30 g (<u>ORZ,</u>), Jabłko 1 szt 1 szt ,

Wartości odżywcze: E: 2795.71 kcal; B: 92.07 g; T: 88.82 g; Kw. tł. nasy.: 23.34 g; W: 432.97 g; W tym cukry: 104.98 g; Bł.: 54.54 g; Sól: 9.75 g; WW: 37.88 Por; Ener. z B: 13.17 %; Ener. z W: 54.14 %; Ener. z T: 28.59 %; Ener. z Bł.: 3.9 %; K: 6554.08 mg;

czwartek 2023-11-30 Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci		
Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL, GLU OW,</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 1 szt , Polędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 30 g (<u>SOJ,</u>), Sałatka jarzynowa z jajkiem-diety () (bez mleka) 150 g (<u>JAJ, SEL,</u>), Sałata zielona 20 g ,	Ziemniaczana *(bez mleka) () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 400 g (<u>SEL, GLU JĘCZ,</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>), Fasolka szparagowa z wody* 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 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>), Sałatka z pomidora i sałaty lodowej b/skórki 100 g ,
II Śniadanie: Smoothie jarmuż, jabłko, pomarańcza 200 g ,	Podwieczorek: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,	Posiłek nocny: Jabłko pieczone 1szt. 1 szt ,

Wartości odżywcze: E: 2417.64 kcal; B: 78.53 g; T: 73.86 g; Kw. tł. nasy.: 11.98 g; W: 377.95 g; W tym cukry: 65.69 g; Bł.: 40.26 g; Sól: 10.17 g; WW: 33.82 Por; Ener. z B: 12.99 %; Ener. z W: 55.87 %; Ener. z T: 27.5 %; Ener. z Bł.: 3.33 %; K: 4206.07 mg;

czwartek 2023-11-30 Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna 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>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Polędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 30 g (<u>SOJ,</u>), Sałatka jarzynowa z jajkiem-diety () 150 g (<u>JAJ, MLE, SEL,</u>), Sałata zielona 20 g ,	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 400 g (<u>SEL, GLU JĘCZ,</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>), Fasolka szparagowa z wody* 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 smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Serek a`la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE,</u>), Sałatka z pomidora i sałaty lodowej b/skórki 100 g ,
II Śniadanie: Smoothie jarmuż, jabłko, pomarańcza 200 g ,	Podwieczorek: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,	Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt ,

Wartości odżywcze: E: 2409.51 kcal; B: 98.68 g; T: 55.65 g; Kw. tł. nasy.: 13.16 g; W: 396.93 g; W tym cukry: 85.84 g; Bł.: 39.33 g; Sól: 9.43 g; WW: 35.82 Por; Ener. z B: 16.38 %; Ener. z W: 59.36 %; Ener. z T: 20.79 %; Ener. z Bł.: 3.26 %; K: 4914.37 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2023-12-01 Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
Kasza manna na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, ŻYT, GLU JECZ, _</u>), Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU PSZ, _</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 100 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 60 g (<u>MLE, _</u>), Miód (25g) 1 szt , Śliwka szt 2 szt ,	Szpinakowa z zacierką * 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, _</u>), Ziemniaki z koperkiem () 200 g , Kotlet z ryby (Dorsz) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, _</u>), Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g , Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 50 g (<u>SEL, _</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, _</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ, _</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1.50 szt (<u>JAJ, _</u>), Sos tatarski 50 ml (<u>JAJ, GOR, S02, _</u>), Sałatka warzywna (ogórek,rzodkiewka,papryka) () 100 g (<u>MLE, _</u>),
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE, _</u>),	Podwieczorek: Chleb Graham 25 g (<u>GLU PSZ, _</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 0.50 szt , Twarożek z natką 30 g (<u>MLE, _</u>), Sałata zielona 10 g ,	Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: E: 2898.19 kcal; B: 120.18 g; T: 80.74 g; Kw. tł. nasy.: 23.46 g; W: 442.74 g; W tym cukry: 92.56 g; Bł.: 37.31 g; Sól: 10.9 g; WW: 40.57 Por; Ener. z B: 16.59 %; Ener. z W: 55.95 %; Ener. z T: 25.07 %; Ener. z Bł.: 2.58 %; K: 5510.14 mg;

piątek 2023-12-01 Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci		
Kasza manna na wywarze jarzynowym* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL, _</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ, _</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Miód (25g) 1 szt , Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (<u>SOJ, _</u>), Jabłko 1 szt 1 szt ,	Szpinakowa z zacierką *(bez mleka) 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL, _</u>), Ziemniaki z koperkiem () 200 g , Ryba pieczona w ziołach (Dorsz) 100 g (<u>RYB, _</u>), Bukiet jarzyn oprószany z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL, _</u>), Sos cytrynowy (bez mleka) 100 ml (<u>GLU PSZ, _</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 150 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 wiosenna - diety 100 g ,
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 200 ml ,	Podwieczorek: Chrupki kukurydziane 20 g ,	Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: E: 2572.69 kcal; B: 87.1 g; T: 57.36 g; Kw. tł. nasy.: 9.79 g; W: 442.65 g; W tym cukry: 92.83 g; Bł.: 30.19 g; Sól: 7.97 g; WW: 41.29 Por; Ener. z B: 13.54 %; Ener. z W: 64.13 %; Ener. z T: 20.06 %; Ener. z Bł.: 2.35 %; K: 4264.73 mg;

piątek 2023-12-01 Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci		
Kasza manna na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, ŻYT, GLU JECZ, _</u>), Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU PSZ, _</u>), Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ, _</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE, _</u>), Miód (25g) 1 szt , Jabłko 1 szt 1 szt ,	Szpinakowa z zacierką * 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, _</u>), Ziemniaki z koperkiem () 200 g , Ryba pieczona w ziołach (Dorsz) 100 g (<u>RYB, _</u>), Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, _</u>), Bukiet jarzyn oprószany z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL, _</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, _</u>), Bułka pszenna długa krojona 150 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 wiosenna - diety 100 g ,
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE, _</u>),	Podwieczorek: Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ, _</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 0.50 szt , Twarożek z natką 30 g (<u>MLE, _</u>), Sałata zielona 10 g ,	Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: E: 2858.16 kcal; B: 125.55 g; T: 66.63 g; Kw. tł. nasy.: 12.91 g; W: 453.93 g; W tym cukry: 99.73 g; Bł.: 27.66 g; Sól: 7.93 g; WW: 42.69 Por; Ener. z B: 17.57 %; Ener. z W: 59.66 %; Ener. z T: 20.98 %; Ener. z Bł.: 1.94 %; K: 5622.84 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2023-12-02 Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</u>), Mix салат 20 g , Ogórek kiszony 80 g ,	Koperkowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem () 200 g , Bigos 300 g (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>), Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Salátka z brokulem, ciecierzycą, pestkami słonecznika i koperkiem 150 g , Salátka zielona z oliwą 20 g ,
II Śniadanie: Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),	Podwieczorek: Budyń o smaku śmietankowym z chipsami kokosowymi b/c 200 ml (<u>MLE, SO2.</u>),	Posiłek nocny: Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt ,

Wartości odżywcze: E: 2880.81 kcal; B: 101.93 g; T: 93.9 g; Kw. tł. nasy.: 23.08 g; W: 425.24 g; W tym cukry: 91.09 g; Bł.: 40.53 g; Sól: 12.95 g; WW: 38.53 Por; Ener. z B: 14.15 %; Ener. z W: 53.42 %; Ener. z T: 29.33 %; Ener. z Bł.: 2.81 %; K: 4694.02 mg;

sobota 2023-12-02 Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci		
Płatki jęczminne na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL, GLU JECZ.</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Mix салат 20 g ,	Koperkowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem () 200 g , Gulasz wieprzowy z warzywami* 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Salátka z brokuła i tofu 150 g (<u>SOJ.</u>), Salátka zielona z oliwą 20 g ,
II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 szt ,	Podwieczorek: Chrupki kukurydziane 20 g ,	Posiłek nocny: Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt ,

Wartości odżywcze: E: 2468.94 kcal; B: 84.89 g; T: 64.64 g; Kw. tł. nasy.: 13.74 g; W: 403.41 g; W tym cukry: 66.48 g; Bł.: 36.01 g; Sól: 6.79 g; WW: 36.76 Por; Ener. z B: 13.75 %; Ener. z W: 59.52 %; Ener. z T: 23.56 %; Ener. z Bł.: 2.92 %; K: 4104.65 mg;

sobota 2023-12-02 Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Mix салат 20 g ,	Koperkowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem () 200 g , Gulasz wieprzowy z warzywami* 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Salátka z brokuła i tofu 150 g (<u>SOJ.</u>), Salátka zielona z oliwą 20 g , Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>),
II Śniadanie: Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),	Podwieczorek: Budyń o smaku śmietankowym z chipsami kokosowymi b/c 200 ml (<u>MLE, SO2.</u>),	Posiłek nocny: Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt ,

Wartości odżywcze: E: 2835.14 kcal; B: 120.77 g; T: 76.93 g; Kw. tł. nasy.: 18.62 g; W: 430.32 g; W tym cukry: 93.05 g; Bł.: 31.44 g; Sól: 7.56 g; WW: 40 Por; Ener. z B: 17.04 %; Ener. z W: 56.28 %; Ener. z T: 24.42 %; Ener. z Bł.: 2.22 %; K: 4966.57 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2023-12-03 Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 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 , Ser żółty 60 g (<u>MLE</u>), Sałatka z pomidorów z cebulką i olejem 100 g ,	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem () 200 g , udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g , Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g , Bukiet warzyw gotowanych królewski* 50 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml , Babka cytrynowa 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u>),	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 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 , Salami kielbasa wieprzowo-wołowa drobno rozdrobniona surowo wędzona, dojrzewająca, wędzona. 30 g (<u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), Ser mozzarella kulki 50 g (<u>MLE</u>), Słupki z marchewki 80 g , Rukola 20 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny z płatkami owsianymi 150 g (<u>MLE</u> , <u>GLU OW</u>),	Podwieczorek: Kiwi 1 szt 1 szt ,	Posiłek nocny: Rogal maślany 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: E: 3214.23 kcal; B: 142.15 g; T: 101.02 g; Kw. tł. nasy.: 37.44 g; W: 427.68 g; W tym cukry: 70.96 g; Bł.: 31 g; Sól: 10.26 g; WW: 39.74 Por; Ener. z B: 17.69 %; Ener. z W: 49.37 %; Ener. z T: 28.29 %; Ener. z Bł.: 1.93 %; K: 4662.49 mg;

niedziela 2023-12-03 Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci		
Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (<u>SOJ</u>), Banan 1szt. 1 szt ,	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem () 200 g , Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g , Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml , Buraczki gotowane drobno tarte () 50 g , Sos koperkowy *(bez mleka) 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Babka cytrynowa 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u>),	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Polędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 30 g (<u>SOJ</u>), Marchew gotowana z olejem 80 g , Rukola 20 g ,
II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 szt ,	Podwieczorek: Jabłko 1 szt 1 szt ,	Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: E: 2770.94 kcal; B: 106.96 g; T: 55.85 g; Kw. tł. nasy.: 13.44 g; W: 452.17 g; W tym cukry: 116.35 g; Bł.: 31.41 g; Sól: 8.49 g; WW: 42.24 Por; Ener. z B: 15.44 %; Ener. z W: 60.74 %; Ener. z T: 18.14 %; Ener. z Bł.: 2.27 %; K: 5120.74 mg;

niedziela 2023-12-03 Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 80 g (<u>MLE</u>), Banan 1szt. 1 szt ,	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem () 200 g , Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g , Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u>), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g , Buraczki gotowane drobno tarte () 50 g , Babka cytrynowa 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Polędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 30 g (<u>SOJ</u>), Ser mozzarella kulki 50 g (<u>MLE</u>), Marchew gotowana z olejem 80 g , Rukola 20 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny z płatkami owsianymi 150 g (<u>MLE</u> , <u>GLU OW</u>),	Podwieczorek: Jabłko 1 szt 1 szt ,	Posiłek nocny: Rogal maślany 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: E: 3271.21 kcal; B: 140.48 g; T: 73.11 g; Kw. tł. nasy.: 23.3 g; W: 502.46 g; W tym cukry: 120.64 g; Bł.: 26.11 g; Sól: 7.36 g; WW: 47.75 Por; Ener. z B: 17.18 %; Ener. z W: 58.25 %; Ener. z T: 20.12 %; Ener. z Bł.: 1.6 %; K: 5271.65 mg;