

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2024-07-29		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 50 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), Ogórek świeży 100 g ,	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ryż na sypko (brązowy) 200 g , Sos jogurtowo-truskawkowy* 150 g (<u>MLE</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml , Banan 120 g ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,
		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLUPSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2112.76 kcal; Białko ogółem: 77.7 g; Tłuszcz: 49.36 g; Kw. tł. nasy.: 17.82 g; Węglowodany ogółem: 350.38 g; W tym cukry: 71.72 g; Błonnik pok.: 29.37 g; Sól: 6.67 g; WW: 32.05 Por; : 14.71 %; : 66.33 %; Ener. z T: 21.02 %; Ener. z Bt.: 2.78 %; K: 3566.67 mg;

poniedziałek 2024-07-29		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU JECZ</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatkiem mięsa wp 50 g (<u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), Ogórek świeży 100 g ,	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ryż na sypko (brązowy) 200 g , Sos jogurtowo truskawkowy*b/c 150 g (<u>MLE</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml , Banan 120 g ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,
II Śniadanie: Budyń o smaku waniliowym/p b/c 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Chleb Graham 25 g (<u>GLUPSZ</u>), Hummus 30 g (<u>SEZ</u>), Pomidor 15 g ,	Posiłek nocny: Chleb Graham 30 g (<u>GLUPSZ</u>), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 25 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2225.11 kcal; Białko ogółem: 90.16 g; Tłuszcz: 56.03 g; Kw. tł. nasy.: 18.99 g; Węglowodany ogółem: 355.49 g; W tym cukry: 82.45 g; Błonnik pok.: 35.93 g; Sól: 8.13 g; WW: 31.99 Por; : 16.21 %; : 63.91 %; Ener. z T: 22.66 %; Ener. z Bt.: 3.23 %; K: 4293.24 mg;

poniedziałek 2024-07-29		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatkiem mięsa wp 50 g (<u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), Warzywa pieczone 100 g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ryż na sypko 200 g , Sos jogurtowo-truskawkowy* 150 g (<u>MLE</u>), Banan 120 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 120 g (<u>MLE</u>), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,
		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLUPSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2133.74 kcal; Białko ogółem: 80.71 g; Tłuszcz: 42.14 g; Kw. tł. nasy.: 6.97 g; Węglowodany ogółem: 367.27 g; W tym cukry: 72.43 g; Błonnik pok.: 18.69 g; Sól: 4.75 g; WW: 34.93 Por; : 15.13 %; : 68.85 %; Ener. z T: 17.78 %; Ener. z Bt.: 1.75 %; K: 3579.53 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-07-29		Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu
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 smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatkiem mięsa wp 50 g (<u>SOJ, MLE₊</u>), Warzywa pieczone 100 g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL₊</u>), Ryż na sypko 200 g , Sos jogurtowo-truskawkowy* 150 g (<u>MLE₊</u>), Banan 120 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 , Serek homo. naturalny 120 g (<u>MLE₊</u>), Pomidor b/skórki 90 g , Roszponka 10 g ,
		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE₊</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2133.01 kcal; Białko ogółem: 80.68 g; Tłuszcz: 42.14 g; Kw. tł. nasy.: 6.97 g; Węglowodany ogółem: 367.11 g; W tym cukry: 72.31 g; Błonnik pok.: 18.65 g; Sól: 4.74 g; WW: 34.92 Por; : 15.13 %; : 68.84 %; Ener. z T: 17.78 %; Ener. z Bł.: 1.75 %; K: 3568.66 mg;

poniedziałek 2024-07-29		Jadłospis dla diety: PUŁ- 9 Bogatobiałkowa
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 smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatkiem mięsa wp 50 g (<u>SOJ, MLE₊</u>), Warzywa pieczone 100 g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL₊</u>), Ryż na sypko 200 g , Sos jogurtowo-truskawkowy* 150 g (<u>MLE₊</u>), Banan 120 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 , Serek homo. naturalny 120 g (<u>MLE₊</u>), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,
II Śniadanie: Budyń o smaku waniliowym/p b/c 200 ml (<u>MLE₊</u>),	Posiłek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE₊</u>),	

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

poniedziałek 2024-07-29		Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna
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 smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (<u>SOJ₊</u>), Warzywa pieczone 100 g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL₊</u>), Ryż na sypko 200 g , Klopsik drobiowy z udźca 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ₊</u>), Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL₊</u>), Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 150 g , Banan 120 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>), Pomidor b/skórki 90 g , Roszponka 10 g ,
		Posiłek nocny: Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ₊</u>), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 25 g (<u>SOJ₊</u>), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2128.31 kcal; Białko ogółem: 71.68 g; Tłuszcz: 51.26 g; Kw. tł. nasy.: 8.58 g; Węglowodany ogółem: 359.18 g; W tym cukry: 55.13 g; Błonnik pok.: 27 g; Sól: 7.13 g; WW: 33.29 Por; : 13.47 %; : 67.51 %; Ener. z T: 21.68 %; Ener. z Bł.: 2.54 %; K: 3481.88 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2024-07-30		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (MLE, GLU JĘCZ.), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLUPSZ, SOJ, MLE.), Chleb Graham 50 g (GLUPSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g , Sałatka wiosenna - diety 80 g , Sałata lodowa 20 g ,	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL.), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Kotlet drobiowy panierowany 80 g (GLUPSZ, JAJ.), Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (SEL.), Marchew oprószana z olejem* 100 g (GLUPSZ.), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.), Chleb Graham 50 g (GLUPSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1988.2 kcal; Białko ogółem: 82.39 g; Tłuszcz: 56.06 g; Kw. tł. nasy.: 9.53 g; Węglowodany ogółem: 302.6 g; W tym cukry: 43.44 g; Błonnik pok.: 28.88 g; Sól: 7.67 g; WW: 27.43 Por; : 16.58 %; : 60.88 %; Ener. z T: 25.38 %; Ener. z Bł.: 2.91 %; K: 3970.29 mg;

wtorek 2024-07-30		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (MLE, GLU JĘCZ.), 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 , Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g , Sałatka wiosenna - diety 80 g , Sałata lodowa 20 g ,	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL.), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Filet z kurczaka gotowany 80 g , Sos pietruszkowy () 80 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.), Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 150 g (SEL.), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (GLUPSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny z musem jabłkowym b/c 150 g (MLE.),	Podwieczorek: Chleb Graham 25 g (GLUPSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Ser żółty 30 g (MLE.), Sałata zielona 10 g ,	Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2061.54 kcal; Białko ogółem: 106.99 g; Tłuszcz: 61.11 g; Kw. tł. nasy.: 16.92 g; Węglowodany ogółem: 289.62 g; W tym cukry: 46.57 g; Błonnik pok.: 32.7 g; Sól: 10.78 g; WW: 25.73 Por; : 20.76 %; : 56.19 %; Ener. z T: 26.68 %; Ener. z Bł.: 3.17 %; K: 4609.07 mg;

wtorek 2024-07-30		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (MLE, GLU JĘCZ.), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLUPSZ, SOJ, MLE.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g , Sałatka wiosenna - diety 80 g , Sałata lodowa 20 g ,	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL.), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Filet z kurczaka gotowany 80 g , Sos pietruszkowy () 80 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.), Marchew oprószana z olejem* 150 g (GLUPSZ.), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLUPSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2070.29 kcal; Białko ogółem: 92.49 g; Tłuszcz: 43.8 g; Kw. tł. nasy.: 8.66 g; Węglowodany ogółem: 339.25 g; W tym cukry: 42.27 g; Błonnik pok.: 24.55 g; Sól: 8.05 g; WW: 31.55 Por; : 17.87 %; : 65.55 %; Ener. z T: 19.04 %; Ener. z Bł.: 2.37 %; K: 3864 mg;

wtorek 2024-07-30		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (MLE, GLU JĘCZ.), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLUPSZ, SOJ, MLE.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g , Sałatka wiosenna - diety 80 g , Sałata lodowa 20 g ,	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL.), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Filet z kurczaka gotowany 80 g , Sos pietruszkowy () 80 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.), Marchew oprószana z olejem* 150 g (GLUPSZ.), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLUPSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ.), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,

Jadłospisy dla oddziałów

		Posiłek nocny: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt ,
--	--	---

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2118.58 kcal; Białko ogółem: 92.4 g; Tłuszcz: 46.48 g; Kw. tł. nasy.: 9.62 g; Węglowodany ogółem: 345.57 g; W tym cukry: 42.39 g; Błonnik pok.: 24.73 g; Sól: 9.17 g; WW: 32.22 Por; : 17.45 %; : 65.25 %; Ener. z T: 19.74 %; Ener. z Bł.: 2.33 %; K: 3808.7 mg;

wtorek 2024-07-30	Jadłospis dla diety: PUŁ- 9 Bogatobiałkowa	
--------------------------	---	--

Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>), Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynekowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g , Sałatka wiosenna - diety 80 g , Sałata lodowa 20 g ,	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (<u>GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Filet z kurczaka gotowany 80 g , Sos pietruszkowy () 80 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u>), Marchew oprószana z olejem* 150 g (<u>GLUPSZ.</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
---	--	--

II Śniadanie: Jogurt naturalny z musem jabłkowym b/c 150 g (<u>MLE.</u>),		Posiłek nocny: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt ,
--	--	---

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1972.09 kcal; Białko ogółem: 92.06 g; Tłuszcz: 45.05 g; Kw. tł. nasy.: 9.67 g; Węglowodany ogółem: 311.81 g; W tym cukry: 51.08 g; Błonnik pok.: 23.54 g; Sól: 7.22 g; WW: 28.88 Por; : 18.67 %; : 63.25 %; Ener. z T: 20.56 %; Ener. z Bł.: 2.39 %; K: 4108.6 mg;

wtorek 2024-07-30	Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna	
--------------------------	--	--

Płatki jęczminne na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL, GLU JECZ.</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynekowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g , Sałatka wiosenna - diety 80 g , Sałata lodowa 20 g ,	Jarzynowa z zacierką *-dieta (bez mleka) 400 ml (<u>GLUPSZ, JAJ, SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Filet z kurczaka gotowany 80 g , Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml (<u>GLUPSZ.</u>), Marchew oprószana z olejem* 150 g (<u>GLUPSZ.</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
--	---	--

		Posiłek nocny: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt ,
--	--	---

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1728.78 kcal; Białko ogółem: 74.28 g; Tłuszcz: 39.76 g; Kw. tł. nasy.: 7.89 g; Węglowodany ogółem: 281.02 g; W tym cukry: 25.78 g; Błonnik pok.: 24.07 g; Sól: 6.57 g; WW: 25.76 Por; : 17.19 %; : 65.02 %; Ener. z T: 20.7 %; Ener. z Bł.: 2.78 %; K: 3259.81 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2024-07-31		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW,), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 50 g (MLE,), Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (SOJ,), Pomidor 90 g , Rukola 10 g ,	Kapuśniak z kapusty białej * 400 ml (GLU PSZ, SEL, GOR,), Kasza gryczana 200 g , Pieczeń rzymska drobiowa z indyka 100 g (GLU PSZ, JAJ,), Sos jarzynowy * 100 ml (GLU PSZ, SEL,), Surówka z marchwi i migdałów () b/c 150 g (MLE, ORZ,), Nektarynka 1 szt 1 szt , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Paprykarz szczeciński 80 g (RYB, SOJ,), Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Przecier owocowy jabłko 120g 1 szt (może zawierać: MLE,),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2244.93 kcal; Białko ogółem: 104.84 g; Tłuszcz: 59.65 g; Kw. tł. nasy.: 10.88 g; Węglowodany ogółem: 336.77 g; W tym cukry: 74.25 g; Błonnik pok.: 34.97 g; Sól: 7.78 g; WW: 30.22 Por; : 18.68 %; : 60.01 %; Ener. z T: 23.91 %; Ener. z Bł.: 3.12 %; K: 4318.2 mg;

środa 2024-07-31		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW,), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 50 g (MLE,), Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (SOJ,), Pomidor 90 g , Rukola 10 g ,	Ziemniaczana * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Kasza gryczana 200 g , Pieczeń rzymska drobiowa z indyka 100 g (GLU PSZ, JAJ,), Sos jarzynowy * 100 ml (GLU PSZ, SEL,), Surówka z marchwi i migdałów b/c () 150 g (MLE, ORZ,), Nektarynka 1 szt 1 szt , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,), Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Paprykarz szczeciński 80 g (RYB, SOJ,), Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Sałatka jarzynowa z olejem* 100 g (SEL,),	Podwieczorek: Koktajl z czarnej porzeczki* b/c 150 ml (MLE,),	Posiłek nocny: Kanapka z twarogiem i pomidorem (chleb razowy 60g, masło 5g, twaróg 25g, pomidor 15g) 1 szt (GLU PSZ, MLE,),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2561.14 kcal; Białko ogółem: 123.9 g; Tłuszcz: 70.86 g; Kw. tł. nasy.: 14.94 g; Węglowodany ogółem: 378.22 g; W tym cukry: 62.59 g; Błonnik pok.: 44.26 g; Sól: 8.15 g; WW: 33.45 Por; : 19.35 %; : 59.07 %; Ener. z T: 24.9 %; Ener. z Bł.: 3.46 %; K: 5732.11 mg;

środa 2024-07-31		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW,), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 50 g (MLE,), Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (SOJ,), Pomidor 90 g , Rukola 10 g ,	Ziemniaczana * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ,), Pieczeń rzymska drobiowa z indyka 100 g (GLU PSZ, JAJ,), Sos jarzynowy * 100 ml (GLU PSZ, SEL,), Cukinia gotowana z pomidorami* 150 g , Nektarynka 1 szt 1 szt , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ,), Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Przecier owocowy jabłko 120g 1 szt (może zawierać: MLE,),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2120.6 kcal; Białko ogółem: 98.98 g; Tłuszcz: 38.38 g; Kw. tł. nasy.: 7.7 g; Węglowodany ogółem: 354.65 g; W tym cukry: 70.8 g; Błonnik pok.: 22.27 g; Sól: 6.92 g; WW: 33.35 Por; : 18.67 %; : 66.89 %; Ener. z T: 16.29 %; Ener. z Bł.: 2.1 %; K: 4013.83 mg;

środa 2024-07-31		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW,), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 50 g (MLE,), Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (SOJ,), Pomidor b/skórki 90 g , Sałata zielona 10 g ,	Ziemniaczana * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ,), Pieczeń rzymska drobiowa z indyka 100 g (GLU PSZ, JAJ,), Sos jarzynowy * 100 ml (GLU PSZ, SEL,), Cukinia gotowana z pomidorami* 150 g , Banan 120 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 wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ,), Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Przecier owocowy jabłko 120g 1 szt (może zawierać: MLE,),

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2118.63 kcal; Białko ogółem: 94.73 g; Tłuszcz: 38.36 g; Kw. tł. nasy.: 7.74 g; Węglowodany ogółem: 358.74 g; W tym cukry: 76.84 g; Błonnik pok.: 22.88 g; Sól: 6.77 g; WW: 33.67 Por; : 17.89 %; : 67.73 %; Ener. z T: 16.29 %; Ener. z Bł.: 2.16 %; K: 4000.09 mg;

środa 2024-07-31 Jadłospis dla diety: PUŁ- 9 Bogatobiałkowa		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW.), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 50 g (MLE.), Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (SOJ.), Pomidor b/skórki 90 g , Rukola 10 g ,	Ziemniaczana * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.), Pieczeń rzymska drobiowa z indyka 100 g (GLU PSZ, JAJ.), Sos jarzynowy * 100 ml (GLU PSZ, SEL.), Cukinia gotowana z pomidorami* 150 g , Nektarynka 1 szt 1 szt , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.), Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Sałatka jarzynowa z olejem* 100 g (SEL.),		Posiłek nocny: Przecier owocowy jabłko 120g 1 szt (może zawierać: MLE.),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2268.92 kcal; Białko ogółem: 100.49 g; Tłuszcz: 48.63 g; Kw. tł. nasy.: 8.45 g; Węglowodany ogółem: 368.5 g; W tym cukry: 72.8 g; Błonnik pok.: 24.94 g; Sól: 7.09 g; WW: 34.44 Por; : 17.72 %; : 64.96 %; Ener. z T: 19.29 %; Ener. z Bł.: 2.2 %; K: 4333.33 mg;

środa 2024-07-31 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL, 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 , Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.), Pomidor b/skórki 90 g , Sałata zielona 10 g ,	Ziemniaczana *(bez mleka) () 400 ml (GLU PSZ, SEL.), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.), Pieczeń rzymska drobiowa z indyka 100 g (GLU PSZ, JAJ.), Sos jarzynowy * 100 ml (GLU PSZ, SEL.), Cukinia gotowana z pomidorami* 150 g , Nektarynka 1 szt 1 szt , 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 wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.), Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1901.2 kcal; Białko ogółem: 78.75 g; Tłuszcz: 36.44 g; Kw. tł. nasy.: 7.56 g; Węglowodany ogółem: 326.5 g; W tym cukry: 50.97 g; Błonnik pok.: 22.61 g; Sól: 6.8 g; WW: 30.49 Por; : 16.57 %; : 68.69 %; Ener. z T: 17.25 %; Ener. z Bł.: 2.38 %; K: 3213.72 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2024-08-01		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Kasza manna na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE,), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Paszтет z fasoli* 60 g (GLU PSZ, JAJ,), Sałatka z ogórka kons, i papryki konserwowej 100 g (GOR,),	Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese z top wp* 350 g (GLU PSZ, MLE, SEL,), Surówka z selera i jabłka () 150 g (MLE, SEL,), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek 50 g (MLE,), Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2l 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2310.43 kcal; Białko ogółem: 99.52 g; Tłuszcz: 63.09 g; Kw. tł. nasy.: 15.62 g; Węglowodany ogółem: 348.76 g; W tym cukry: 76.21 g; Błonnik pok.: 37.42 g; Sól: 6.32 g; WW: 31.22 Por; : 17.23 %; : 60.38 %; Ener. z T: 24.57 %; Ener. z Bł.: 3.24 %; K: 4530.63 mg;

czwartek 2024-08-01		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (MLE, GLU JECZ,), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Paszтет z fasoli* 60 g (GLU PSZ, JAJ,), Sałatka z ogórka kons, i papryki konserwowej 100 g (GOR,),	Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese z top wp* 350 g (GLU PSZ, MLE, SEL,), Surówka z selera i jabłka () 150 g (MLE, SEL,), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek 50 g (MLE,), Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE,),	Podwieczorek: Jabłko 150 g , Orzechy włoskie łuskane 20 g (ORZ,),	Posiłek nocny: Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2l 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2590.79 kcal; Białko ogółem: 110.65 g; Tłuszcz: 79.38 g; Kw. tł. nasy.: 17.24 g; Węglowodany ogółem: 376.09 g; W tym cukry: 86.68 g; Błonnik pok.: 46.2 g; Sól: 7.07 g; WW: 33.11 Por; : 17.08 %; : 58.07 %; Ener. z T: 27.57 %; Ener. z Bł.: 3.57 %; K: 5168.7 mg;

czwartek 2024-08-01		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Kasza manna 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,), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatkiem mięsa wp 50 g (SOJ, MLE,), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,	Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Makaron z sosem bolognese z top wp-dieta* 350 g (GLU PSZ, SEL,), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek 50 g (MLE,), Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2l 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2087.82 kcal; Białko ogółem: 94.49 g; Tłuszcz: 45.21 g; Kw. tł. nasy.: 10.35 g; Węglowodany ogółem: 331.5 g; W tym cukry: 63.8 g; Błonnik pok.: 15.94 g; Sól: 5.19 g; WW: 31.66 Por; : 18.1 %; : 63.51 %; Ener. z T: 19.49 %; Ener. z Bł.: 1.53 %; K: 3567.23 mg;

czwartek 2024-08-01		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
Kasza manna 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,), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatkiem mięsa wp 50 g (SOJ, MLE,), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,	Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Makaron z sosem bolognese z top wp-dieta* 350 g (GLU PSZ, SEL,), 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 (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek 50 g (MLE,), Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g ,

Jadłospisy dla oddziałów

		Posiłek nocny: Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2l 1 szt ,
--	--	---

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2029.62 kcal; Białko ogółem: 90.1 g; Tłuszcz: 45.06 g; Kw. tł. nasy.: 10.25 g; Węglowodany ogółem: 321.62 g; W tym cukry: 57.68 g; Błonnik pok.: 15.94 g; Sól: 5.05 g; WW: 30.67 Por; : 17.76 %; : 63.38 %; Ener. z T: 19.98 %; Ener. z Bł.: 1.57 %; K: 3342.48 mg;

czwartek 2024-08-01	Jadłospis dla diety: PUŁ- 9 Bogatobiałkowa	
---------------------	--	--

Kasza manna 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.), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatkiem mięsa wp 50 g (SOJ, MLE.), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,	Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Makaron z sosem bolognese z łop wp-dieta* 350 g (GLU PSZ, SEL.), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JE CZ.), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek 50 g (MLE.), Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g ,
--	--	---

II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.),		Posiłek nocny: Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2l 1 szt ,
--	--	---

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2162.82 kcal; Białko ogółem: 99.59 g; Tłuszcz: 48.21 g; Kw. tł. nasy.: 10.35 g; Węglowodany ogółem: 338.55 g; W tym cukry: 63.8 g; Błonnik pok.: 15.94 g; Sól: 5.34 g; WW: 32.36 Por; : 18.42 %; : 62.61 %; Ener. z T: 20.06 %; Ener. z Bł.: 1.47 %; K: 3750.23 mg;

czwartek 2024-08-01	Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna	
---------------------	---	--

Kasza manna na wywarze jarzynowym* 400 ml (GLU PSZ, SEL.), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ.), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) () 400 ml (GLU PSZ, SEL.), Makaron z sosem bolognese z łop wp-dieta* 350 g (GLU PSZ, SEL.), 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 (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ, SEL.), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g ,
--	--	---

		Posiłek nocny: Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2l 1 szt ,
--	--	---

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1934.16 kcal; Białko ogółem: 74.25 g; Tłuszcz: 47.2 g; Kw. tł. nasy.: 10.61 g; Węglowodany ogółem: 309.8 g; W tym cukry: 40.75 g; Błonnik pok.: 17.03 g; Sól: 5.42 g; WW: 29.39 Por; : 15.36 %; : 64.07 %; Ener. z T: 21.96 %; Ener. z Bł.: 1.76 %; K: 2827.07 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2024-08-02		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Zacierka na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, JAJ, 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 , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE,), Powidła śliwkowe 25 g , Jabłko 150 g ,	Krupnik jęczmienny* 400 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ,), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba smażona (Morszczuk) 90 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,), Warzywa po grecku* 100 g (GLU PSZ, SEL,), Surówka z kapusty młodej z olejem () 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 , Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,), Ogórek świeży 80 g , Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2106.68 kcal; Białko ogółem: 91.26 g; Tłuszcz: 54.25 g; Kw. tł. nasy.: 9.24 g; Węglowodany ogółem: 329.55 g; W tym cukry: 69.77 g; Błonnik pok.: 32.7 g; Sól: 6.75 g; WW: 29.68 Por; : 17.33 %; : 62.57 %; Ener. z T: 23.18 %; Ener. z Bł.: 3.1 %; K: 4733.93 mg;

piątek 2024-08-02		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Makaron pełnoziarnisty 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 , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (MLE,), Jabłko 150 g ,	Krupnik jęczmienny* 400 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ,), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba pieczona (Morszczuk) 80 g (RYB,), Surówka z kapusty młodej z olejem () 100 g , Warzywa po grecku* (bez cukru) 100 g (GLU PSZ, SEL,), 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 , Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,), Ogórek świeży 80 g , Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 200 ml ,	Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE,),	Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2010.1 kcal; Białko ogółem: 99.07 g; Tłuszcz: 47.88 g; Kw. tł. nasy.: 9.63 g; Węglowodany ogółem: 311.96 g; W tym cukry: 71.06 g; Błonnik pok.: 36.26 g; Sól: 6.43 g; WW: 27.6 Por; : 19.71 %; : 62.08 %; Ener. z T: 21.44 %; Ener. z Bł.: 3.61 %; K: 5067.18 mg;

piątek 2024-08-02		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Zacierka na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,), 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,), Dżem 25 g 1 szt , Jabłko pieczone 150 g ,	Krupnik jęczmienny* 400 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ,), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba pieczona (Morszczuk) 80 g (RYB,), Warzywa po grecku* 150 g (GLU PSZ, SEL,), 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 , Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,), Sałatka z pomidorów z jogurtem natur i natką pietr 100 g (MLE,),
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1955.79 kcal; Białko ogółem: 90.34 g; Tłuszcz: 40.23 g; Kw. tł. nasy.: 8.09 g; Węglowodany ogółem: 322 g; W tym cukry: 70.79 g; Błonnik pok.: 24.63 g; Sól: 5.72 g; WW: 29.81 Por; : 18.48 %; : 65.85 %; Ener. z T: 18.51 %; Ener. z Bł.: 2.52 %; K: 4608.94 mg;

piątek 2024-08-02		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
Zacierka na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,), 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,), Dżem 25 g 1 szt , Jabłko pieczone 150 g ,	Krupnik jęczmienny* 400 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ,), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba pieczona (Morszczuk) 80 g (RYB,), Warzywa po grecku* 150 g (GLU PSZ, SEL,), 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 , Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatkiem mięsa wp 50 g (SOJ, MLE,), Sałatka z pomidorów z jogurtem natur i natką pietr b/skórki 100 g (MLE,),
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1939.35 kcal; Białko ogółem: 90.43 g; Tłuszcz: 37.82 g; Kw. tł. nasy.: 7.37 g; Węglowodany ogółem: 323.1 g; W tym cukry: 70.79 g; Błonnik pok.: 24.63 g; Sól: 6.53 g; WW: 29.97 Por; : 18.65 %; : 66.64 %; Ener. z T: 17.55 %; Ener. z Bł.: 2.54 %; K: 4542.44 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-08-02 Jadłospis dla diety: PUŁ- 9 Bogatobiałkowa		
Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (<u>MLE</u>), Dżem 25 g 1 szt , Jabłko pieczone 150 g ,	Krupnik jęczmienny* 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GLU JEĆZ</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba pieczona (Morszczuk) 80 g (<u>RYB</u>), Warzywa po grecku* 150 g (<u>GLU PSZ</u> , <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 smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Sałatka z pomidorów z jogurtem natur i natką pietr 100 g (<u>MLE</u>),
II Śniadanie: Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 200 ml ,		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2095.49 kcal; Białko ogółem: 97.54 g; Tłuszcz: 41.64 g; Kw. tł. nasy.: 8.25 g; Węglowodany ogółem: 346.88 g; W tym cukry: 83.54 g; Błonnik pok.: 25.46 g; Sól: 5.77 g; WW: 32.22 Por; : 18.62 %; : 66.21 %; Ener. z T: 17.88 %; Ener. z Bt.: 2.43 %; K: 4610.14 mg;

piątek 2024-08-02 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
Zacierka na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</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 , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ</u>), Dżem 25 g 1 szt , Jabłko pieczone 150 g ,	Krupnik jęczmienny (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL</u> , <u>GLU JEĆZ</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba pieczona (Morszczuk) 80 g (<u>RYB</u>), Warzywa po grecku* 150 g (<u>GLU PSZ</u> , <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 smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Sałatka z pomidorów z olejem i natką pietr 100 g ,
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1901.92 kcal; Białko ogółem: 75.52 g; Tłuszcz: 51.19 g; Kw. tł. nasy.: 10.46 g; Węglowodany ogółem: 298.34 g; W tym cukry: 54.07 g; Błonnik pok.: 25.39 g; Sól: 6.52 g; WW: 27.38 Por; : 15.88 %; : 62.75 %; Ener. z T: 24.22 %; Ener. z Bt.: 2.67 %; K: 4014.9 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2024-08-03		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW.), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (GLUPSZ.), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLUPSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Parówki cieszynki- węd. wp. homog. wędz. parz 80 g (SOJ, SEL.), Ketchup saszetka 20g 1 szt , Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g ,	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.), Ryż na sypko (brązowy) 200 g , Kociólek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g (SEL.), Surówka z marchwi z olejem b/c () 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (GLUPSZ.), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową 150 g (GLUPSZ, SOJ, GOR.), Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Kanapka z serkiem naturalnym i pomidorem (chleb graham 60g, masło 5g, serek śniadaniowy 25g, pomidor 15g) 1 szt (GLUPSZ, MLE.),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2547.7 kcal; Białko ogółem: 90.37 g; Tłuszcz: 92.05 g; Kw. tł. nasy.: 19.34 g; Węglowodany ogółem: 358.85 g; W tym cukry: 47.99 g; Błonnik pok.: 41.13 g; Sól: 8.95 g; WW: 31.81 Por; : 14.19 %; : 56.34 %; Ener. z T: 32.52 %; Ener. z Bł.: 3.23 %; K: 3865.36 mg;

sobota 2024-08-03		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW.), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (GLUPSZ.), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLUPSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 50 g (GLUPSZ, SOJ.), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g ,	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.), Ryż na sypko (brązowy) 200 g , Potrawka drobiowa z warzywami * 180 g (GLUPSZ, SEL.), Surówka z marchwi z olejem b/c () 150 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (GLUPSZ.), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową 150 g (GLUPSZ, SOJ, GOR.), Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Kanapka z jajkiem i sałatą (chleb razowy 40g, masło 5g, jajko 25g, sałata 5g) 1 szt (GLUPSZ, JAJ, MLE.),	Podwieczorek: Serek homo. naturalny 150 g (MLE.), Mus z truskawek* b/c 50 g ,	Posiłek nocny: Kanapka z serkiem naturalnym i pomidorem (chleb graham 60g, masło 5g, serek śniadaniowy 25g, pomidor 15g) 1 szt (GLUPSZ, MLE.),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2596.05 kcal; Białko ogółem: 114.87 g; Tłuszcz: 79.11 g; Kw. tł. nasy.: 16.53 g; Węglowodany ogółem: 375.26 g; W tym cukry: 43.56 g; Błonnik pok.: 45.77 g; Sól: 8.17 g; WW: 32.97 Por; : 17.7 %; : 57.82 %; Ener. z T: 27.43 %; Ener. z Bł.: 3.53 %; K: 4094.63 mg;

sobota 2024-08-03		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW.), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLUPSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 50 g (GLUPSZ, SOJ.), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g ,	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.), Ryż na sypko 200 g , Potrawka drobiowa z warzywami * 180 g (GLUPSZ, SEL.), Buraczki oprószane () 150 g (GLUPSZ.), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową-dieta* 150 g (GLUPSZ, SOJ, SEL.), Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Kanapka z serkiem naturalnym i pomidorem (bułka pszenna 45g, masło 5g, serek śniadaniowy 25g, pomidor 15g) 1 szt (GLUPSZ, MLE.),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2178.77 kcal; Białko ogółem: 85.99 g; Tłuszcz: 47.75 g; Kw. tł. nasy.: 11.19 g; Węglowodany ogółem: 363.56 g; W tym cukry: 49.18 g; Błonnik pok.: 24.89 g; Sól: 6.28 g; WW: 33.85 Por; : 15.79 %; : 66.75 %; Ener. z T: 19.72 %; Ener. z Bł.: 2.28 %; K: 3551.49 mg;

sobota 2024-08-03		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		

Jadłospisy dla oddziałów

<p>Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW.), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka luksusowa-wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.), Pasta warzywna* 100 g (SEL.),</p>	<p>Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Ryż na sypko 200 g , Potrawka drobiowa z warzywami * 180 g (GLUPSZ, SEL.), Buraczki oprószone () 150 g (GLU PSZ.), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową-dieta* 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.), Sałata zielona 20 g ,</p>
		<p>Posiłek nocny: Kanapka z serkiem naturalnym i pomidorem b/skórki (bułka pszenna 45g, masło 5g, serek śniadaniowy 25g, pomidor 15g) 1 szt (GLU PSZ, MLE.),</p>

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2206.54 kcal; Białko ogółem: 86.12 g; Tłuszcz: 49.8 g; Kw. tł. nasy.: 11.27 g; Węglowodany ogółem: 366.39 g; W tym cukry: 51.31 g; Błonnik pok.: 26.01 g; Sól: 6.48 g; WW: 34.01 Por; : 15.61 %; : 66.42 %; Ener. z T: 20.31 %; Ener. z Bł.: 2.36 %; K: 3645.33 mg;

sobota 2024-08-03 Jadłospis dla diety: PUŁ- 9 Bogatobiałkowa		
<p>Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW.), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka luksusowa-wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g ,</p>	<p>Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Ryż na sypko 200 g , Potrawka drobiowa z warzywami * 180 g (GLUPSZ, SEL.), Buraczki oprószone () 150 g (GLU PSZ.), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową-dieta* 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.), Sałata zielona 20 g ,</p>
<p>II Śniadanie: Biskopki 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.),</p>		<p>Posiłek nocny: Kanapka z serkiem naturalnym i pomidorem (bułka pszenna 45g, masło 5g, serek śniadaniowy 25g, pomidor 15g) 1 szt (GLU PSZ, MLE.),</p>

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

sobota 2024-08-03 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
<p>Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL, GLU OW.), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.), Pasta warzywna* 100 g (SEL.),</p>	<p>Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml (GLU PSZ, SEL.), Ryż na sypko 200 g , Potrawka drobiowa z warzywami * 180 g (GLUPSZ, SEL.), Buraczki oprószone () 150 g (GLU PSZ.), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową-dieta* 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.), Sałata zielona 20 g ,</p>
		<p>Posiłek nocny: Kanapka z szynką i pomidorem (bułka pszenna 45g, tłuszcz 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (GLUPSZ, SOJ.),</p>

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2084.07 kcal; Białko ogółem: 75.52 g; Tłuszcz: 46.97 g; Kw. tł. nasy.: 8.4 g; Węglowodany ogółem: 353.45 g; W tym cukry: 33.72 g; Błonnik pok.: 28.6 g; Sól: 7.44 g; WW: 32.42 Por; : 14.49 %; : 67.84 %; Ener. z T: 20.28 %; Ener. z Bł.: 2.74 %; K: 3074.91 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2024-08-04		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU JECZ,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynkowa dębowa kiet.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g , Kalarepa 80 g , Mix sałat 20 g ,	Pomidorowa z zacierką* 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Kotlet schabowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>), Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (<u>SEL,</u>), Fasolka szparagowa z wody* 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kakao/p 250 ml (<u>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.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (<u>MLE,</u>), Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ,</u>), Banan 120 g ,
		Posiłek nocny: Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE,</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2158.77 kcal; Białko ogółem: 101.88 g; Tłuszcz: 52.45 g; Kw. tł. nasy.: 11.17 g; Węglowodany ogółem: 334.25 g; W tym cukry: 76.82 g; Błonnik pok.: 30.76 g; Sól: 8.21 g; WW: 30.44 Por; : 18.88 %; : 61.93 %; Ener. z T: 21.87 %; Ener. z Bł.: 2.85 %; K: 5002.87 mg;

niedziela 2024-08-04		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU 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 , Szynkowa dębowa kiet.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g , Kalarepa 80 g , Mix sałat 20 g ,	Pomidorowa z zacierką* 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Schab pieczony w rękawie 100 g , Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (<u>SEL,</u>), Fasolka szparagowa z wody* 100 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Kakao/p b/c 250 ml (<u>MLE,</u>), Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (<u>MLE,</u>), Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ,</u>), Banan 120 g ,
II Śniadanie: Maślanka 150 ml (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: Chleb Graham 25 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 0.50 szt , Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 25 g (<u>SOJ,</u>), Pomidor 15 g ,	Posiłek nocny: Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>), Hummus 50 g (<u>SEZ,</u>), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2285.55 kcal; Białko ogółem: 125.59 g; Tłuszcz: 54.78 g; Kw. tł. nasy.: 11.56 g; Węglowodany ogółem: 339.44 g; W tym cukry: 72.38 g; Błonnik pok.: 35.5 g; Sól: 9.98 g; WW: 30.58 Por; : 21.98 %; : 59.41 %; Ener. z T: 21.57 %; Ener. z Bł.: 3.11 %; K: 5629 mg;

niedziela 2024-08-04		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU 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 , Szynkowa dębowa kiet.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g , Cukinia pieczona z olejem * 100 g ,	Pomidorowa z zacierką* 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, 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 jarzyn gotowany z olejem* 150 g (<u>SEL,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kakao/p 250 ml (<u>MLE,</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (<u>MLE,</u>), Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ,</u>), Banan 120 g ,
		Posiłek nocny: Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE,</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2143.25 kcal; Białko ogółem: 111.81 g; Tłuszcz: 48.03 g; Kw. tł. nasy.: 11.33 g; Węglowodany ogółem: 327.8 g; W tym cukry: 80.88 g; Błonnik pok.: 22.6 g; Sól: 7.21 g; WW: 30.5 Por; : 20.87 %; : 61.18 %; Ener. z T: 20.17 %; Ener. z Bł.: 2.11 %; K: 5145.96 mg;

niedziela 2024-08-04		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		

Jadłospisy dla oddziałów

Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g , Cukinia pieczona z olejem * 100 g ,	Pomidorowa z zacierką* 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (<u>SEL.</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (<u>MLE.</u>), Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ.</u>), Banan 120 g ,
		Posiłek nocny: Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2172.91 kcal; Białko ogółem: 98.7 g; Tłuszcz: 55.64 g; Kw. tł. nasy.: 12.54 g; Węglowodany ogółem: 331.44 g; W tym cukry: 76.41 g; Błonnik pok.: 22.79 g; Sól: 7.15 g; WW: 30.84 Por; : 18.17 %; : 61.01 %; Ener. z T: 23.04 %; Ener. z Bł.: 2.1 %; K: 4712.58 mg;

niedziela 2024-08-04 Jadłospis dla diety: PUŁ- 9 Bogatobiałkowa		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g , Cukinia pieczona z olejem * 100 g ,	Pomidorowa z zacierką* 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, 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 jarzyn gotowany z olejem* 150 g (<u>SEL.</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kakao/p 250 ml (<u>MLE.</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (<u>MLE.</u>), Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ.</u>), Banan 120 g ,
II Śniadanie: Maślanka 150 ml (<u>MLE.</u>),		Posiłek nocny: Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2198.75 kcal; Białko ogółem: 116.76 g; Tłuszcz: 48.78 g; Kw. tł. nasy.: 11.84 g; Węglowodany ogółem: 334.85 g; W tym cukry: 87.93 g; Błonnik pok.: 22.6 g; Sól: 7.44 g; WW: 31.25 Por; : 21.24 %; : 60.92 %; Ener. z T: 19.97 %; Ener. z Bł.: 2.06 %; K: 5370.96 mg;

niedziela 2024-08-04 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL, GLU JĘCZ.</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 , Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g , Cukinia pieczona z olejem * 100 g ,	Pomidorowa z zacierką (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Schab pieczony w rękawie 100 g , Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (<u>SEL.</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</u>), Banan 120 g ,
II Śniadanie: Kisiel o smaku wiśniowym b/c 150 ml ,		Posiłek nocny: Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1983.96 kcal; Białko ogółem: 84.08 g; Tłuszcz: 42.65 g; Kw. tł. nasy.: 8.64 g; Węglowodany ogółem: 329.02 g; W tym cukry: 78.58 g; Błonnik pok.: 23.46 g; Sól: 6.98 g; WW: 30.55 Por; : 16.95 %; : 66.34 %; Ener. z T: 19.35 %; Ener. z Bł.: 2.36 %; K: 4013.46 mg;