

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2023-12-18 Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
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 , Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE</u>), Ogórek kiszony 100 g ,	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ryż na sypko (brązowy) 200 g , Sos jogurtowo-truskawkowy* 150 g (<u>MLE</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml , Mandarynka 2 szt ,	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 mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 80 g (<u>SEL</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: E: 2121.25 kcal; B: 80.79 g; T: 41.3 g; Kw. tł. nasy.: 8.97 g; W: 368.08 g; W tym cukry: 85.52 g; Bł.: 32.27 g; Sól: 7.72 g; WW: 33.44 Por; Ener. z B: 15.23 %; Ener. z W: 63.32 %; Ener. z T: 17.52 %; Ener. z Bł.: 3.04 %; K: 4066.72 mg;		
poniedziałek 2023-12-18 Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
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 2 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>), Mandarynka 2 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 mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 80 g (<u>SEL</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: E: 2307.83 kcal; B: 80.81 g; T: 52.01 g; Kw. tł. nasy.: 9.37 g; W: 390.9 g; W tym cukry: 88.37 g; Bł.: 22.14 g; Sól: 5.26 g; WW: 36.84 Por; Ener. z B: 14.01 %; Ener. z W: 63.91 %; Ener. z T: 20.28 %; Ener. z Bł.: 1.92 %; K: 4159.16 mg;		
poniedziałek 2023-12-18 Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Blok drobiowy-wędlina dro. parzona z dodatkiem mięsa wp 50 g (<u>SOJ, MLE</u>), Ogórek kiszony 100 g ,	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ryż na sypko (brązowy) 200 g , Sos jogurtowo truskawkowy*b/c 150 g (<u>MLE</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml , Mandarynka 2 szt ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 80 g (<u>SEL</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>GLU PSZ</u>), Hummus 30 g (<u>SEZ</u>), Pomidor 15 g ,	Posiłek nocny: Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 25 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona 10 g ,
Wartości odżywcze: E: 2118 kcal; B: 87.45 g; T: 47.45 g; Kw. tł. nasy.: 9.93 g; W: 349.82 g; W tym cukry: 77.38 g; Bł.: 37.99 g; Sól: 9.1 g; WW: 31.14 Por; Ener. z B: 16.52 %; Ener. z W: 58.89 %; Ener. z T: 20.16 %; Ener. z Bł.: 3.59 %; K: 4371.31 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

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

środa 2023-12-20 Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
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, Ser topiony trójkąt 17,5 g 1 szt (<u>MLE, _</u>), Szyunka z piersią indyczą-wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (<u>SOJ, SEL, _</u>), Pomidor 90 g, Rukola 10 g,	Kapuśniak z kapusty białej * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR, _</u>), Kasza gryczana 200 g, Pieczeń rzymska drobiowa z indyka 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, _</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL, _</u>), Surówka z marchwi i migdałów () b/c 150 g (<u>MLE, ORZ, _</u>), Winogrona 100 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>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ, _</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt, Sałatka z makaronu pełnoziarnistego i tuńczyka () 150 g (<u>GLU PSZ, RYB, MLE, _</u>), Sałata zielona 20 g,
II Śniadanie: Sałatka jarzynowa* 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR, _</u>),		Posiłek nocny: Napój sojowy 250ml 1 szt (<u>SOJ, _</u>),

Wartości odżywcze: E: 2481.29 kcal; B: 110.8 g; T: 65.97 g; Kw. tł. nasy.: 14.78 g; W: 376.46 g; W tym cukry: 88 g; Bł.: 41.53 g; Sól: 8.57 g; WW: 33.52 Por; Ener. z B: 17.86 %; Ener. z W: 53.99 %; Ener. z T: 23.93 %; Ener. z Bł.: 3.35 %; K: 4600.98 mg;

środa 2023-12-20 Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
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, Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE, _</u>), Szyunka z piersią indyczą-wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (<u>SOJ, SEL, _</u>), Pomidor 90 g, Rukola 10 g,	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ, _</u>), Pieczeń rzymska drobiowa z indyka 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, _</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL, _</u>), Cukinia gotowana z pomidorami* 150 g, Banan 1szt. 1 szt, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ, _</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt, Sałatka z makaronu i tuńczyka - dieta () 150 g (<u>GLU PSZ, RYB, MLE, _</u>), Sałata zielona 20 g,
II Śniadanie: Sałatka jarzynowa* dieta 100 g (<u>MLE, SEL, _</u>),		Posiłek nocny: Napój sojowy 250ml 1 szt (<u>SOJ, _</u>),

Wartości odżywcze: E: 2542.35 kcal; B: 110.5 g; T: 48.94 g; Kw. tł. nasy.: 9.64 g; W: 428.2 g; W tym cukry: 108.19 g; Bł.: 29.97 g; Sól: 6.79 g; WW: 39.9 Por; Ener. z B: 17.39 %; Ener. z W: 62.66 %; Ener. z T: 17.33 %; Ener. z Bł.: 2.36 %; K: 5100.39 mg;

środa 2023-12-20 Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU OW, _</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ, _</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt, Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE, _</u>), Szyunka z piersią indyczą-wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (<u>SOJ, SEL, _</u>), Pomidor 90 g, Rukola 10 g,	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u>), Kasza gryczana 200 g, Pieczeń rzymska drobiowa z indyka 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, _</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL, _</u>), Surówka z marchwi i migdałów b/c () 150 g (<u>MLE, ORZ, _</u>), Winogrona 100 g, Kompot owocowy* b/c 250 ml,	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _</u>), Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ, _</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt, Sałatka z makaronu pełnoziarnistego i tuńczyka () 150 g (<u>GLU PSZ, RYB, MLE, _</u>), Sałata zielona 20 g,
II Śniadanie: Sałatka jarzynowa* 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR, _</u>),	Podwieczorek: Koktajl z czarnej porzeczki* b/c 250 ml (<u>MLE, _</u>),	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 30 g,

Wartości odżywcze: E: 2542.64 kcal; B: 122.65 g; T: 56.94 g; Kw. tł. nasy.: 12.64 g; W: 403.96 g; W tym cukry: 74.3 g; Bł.: 45.79 g; Sól: 7.37 g; WW: 35.78 Por; Ener. z B: 19.29 %; Ener. z W: 56.35 %; Ener. z T: 20.15 %; Ener. z Bł.: 3.6 %; K: 5692.95 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

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

czwartek 2023-12-21 Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
Kasza manna na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt, Paszтет z fasoli* 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>), Sałatka z ogórka kons, i papryki konserwowej 100 g (<u>GOR,</u>),	Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese z łop wp-dieta* 400 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Surówka z rzepy białej i jabłka () 150 g (<u>MLE,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ,</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt, Ser mozzarella kulki 50 g (<u>MLE,</u>), Polędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 30 g (<u>SOJ, MLE,</u>), Pomidor 80 g, Mix sałat 20 g,
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>),		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt,

Wartości odżywcze: E: 2461.78 kcal; B: 107.35 g; T: 71.67 g; Kw. tł. nasy.: 18.69 g; W: 355.89 g; W tym cukry: 55.32 g; Bł.: 37.5 g; Sól: 7.48 g; WW: 31.92 Por; Ener. z B: 17.44 %; Ener. z W: 51.73 %; Ener. z T: 26.2 %; Ener. z Bł.: 3.05 %; K: 4374.16 mg;

czwartek 2023-12-21 Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
Kasza manna na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, 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, Blok drobiowy-wędlina dro. parzona z dodatk mięsa wp 50 g (<u>SOJ, MLE,</u>), Ćwikła z jabłkiem () 90 g, Roszponka 10 g	Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Makaron z sosem bolognese z łop wp-dieta* 400 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ,</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt, Ser mozzarella kulki 50 g (<u>MLE,</u>), Polędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 30 g (<u>SOJ, MLE,</u>), Pomidor b/skórki 80 g, Mix sałat 20 g,
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>),		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt,

Wartości odżywcze: E: 2414.01 kcal; B: 108.99 g; T: 64.49 g; Kw. tł. nasy.: 17.83 g; W: 355.27 g; W tym cukry: 50.76 g; Bł.: 20.82 g; Sól: 7.21 g; WW: 33.51 Por; Ener. z B: 18.06 %; Ener. z W: 55.42 %; Ener. z T: 24.04 %; Ener. z Bł.: 1.73 %; K: 3683.91 mg;

czwartek 2023-12-21 Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kasza manna na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt, Paszтет z fasoli* 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>), Sałatka z ogórka kons, i papryki konserwowej 100 g (<u>GOR,</u>),	Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese z łop wp-dieta* 400 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Surówka z rzepy białej i jabłka () 150 g (<u>MLE,</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml,	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ,</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt, Ser mozzarella kulki 50 g (<u>MLE,</u>), Polędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 30 g (<u>SOJ, MLE,</u>), Pomidor 80 g, Mix sałat 20 g,
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: Pomarańcza 250g 1 szt	Posiłek nocny: Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 0.50 szt, Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 25 g (<u>SOJ,</u>), Ogórek świeży 15 g,

Wartości odżywcze: E: 2630.14 kcal; B: 115.08 g; T: 78.76 g; Kw. tł. nasy.: 20.55 g; W: 380.48 g; W tym cukry: 72.83 g; Bł.: 44.62 g; Sól: 8.18 g; WW: 33.63 Por; Ener. z B: 17.5 %; Ener. z W: 51.08 %; Ener. z T: 26.95 %; Ener. z Bł.: 3.39 %; K: 5036.83 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

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

piątek 2023-12-22 Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
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>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Serek ziarnisty naturalny 150 g (<u>MLE,</u>), Powidła śliwkowe 25 g , Jabłko 1 szt 1 szt ,	Krupnik jęczmienny * 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ,</u>), Ziemniaki z koperkiem () 200 g , Ryba smażona (Dorsz) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>), Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c () 100 g , Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, 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 , Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 80 g (<u>JAJ, MLE, GOR,</u>), Papryka świeża 80 g , Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 200 ml ,		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: E: 2373.88 kcal; B: 97.34 g; T: 69.38 g; Kw. tł. nasy.: 16.2 g; W: 356.35 g; W tym cukry: 77.03 g; Bł.: 32.77 g; Sól: 9.83 g; WW: 32.33 Por; Ener. z B: 16.4 %; Ener. z W: 54.52 %; Ener. z T: 26.3 %; Ener. z Bł.: 2.76 %; K: 4260.34 mg;

piątek 2023-12-22 Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, 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 2 szt , Serek ziarnisty naturalny 150 g (<u>MLE,</u>), Dżem 25 g 1 szt , Jabłko pieczone 1szt. 1 szt ,	Krupnik jęczmienny * 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ,</u>), Ziemniaki z koperkiem () 200 g , Ryba pieczona (Dorsz) 100 g (<u>RYB,</u>), Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kalafior gotowany* 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 , Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, MLE,</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 wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: E: 2231.29 kcal; B: 103.09 g; T: 53.79 g; Kw. tł. nasy.: 15.33 g; W: 348.14 g; W tym cukry: 78.8 g; Bł.: 24.97 g; Sól: 8.36 g; WW: 32.28 Por; Ener. z B: 18.48 %; Ener. z W: 57.93 %; Ener. z T: 21.7 %; Ener. z Bł.: 2.24 %; K: 4285.93 mg;

piątek 2023-12-22 Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Makaron pełnoziarnisty na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Serek ziarnisty naturalny 150 g (<u>MLE,</u>), Jabłko 1 szt 1 szt ,	Krupnik jęczmienny * 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ,</u>), Ziemniaki z koperkiem () 200 g , Ryba pieczona (Dorsz) 100 g (<u>RYB,</u>), Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c () 100 g , Warzywa po grecku * (bez cukru) 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 80 g (<u>JAJ, MLE, GOR,</u>), Papryka świeża 80 g , Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 200 ml ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE,</u>),	Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: E: 2164.63 kcal; B: 105.22 g; T: 61.54 g; Kw. tł. nasy.: 16.37 g; W: 313.64 g; W tym cukry: 65.93 g; Bł.: 35.75 g; Sól: 9.53 g; WW: 27.78 Por; Ener. z B: 19.44 %; Ener. z W: 51.35 %; Ener. z T: 25.59 %; Ener. z Bł.: 3.3 %; K: 4724.85 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

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

niedziela 2023-12-24 Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 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 smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Twarożek 60 g (<u>MLE,</u>), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,	Dyniowa z ziemniakami*() 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Makaron z serem 300 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Mus z jabłek () z/c 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kompot z suszu 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 , Barszcz czerwony czysty z uszkami z kapustą i grzybami* 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>), Ryba smażona (Morszczuk) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>), Kapusta z pieczarkami 100 g ,
II Śniadanie: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,		Posiłek nocny: Makowiec 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>),

Wartości odżywcze: E: 2553.44 kcal; B: 116.3 g; T: 60.32 g; Kw. tł. nasy.: 13.22 g; W: 397.73 g; W tym cukry: 58.59 g; Bł.: 29.69 g; Sól: 9.27 g; WW: 36.86 Por; Ener. z B: 18.22 %; Ener. z W: 57.66 %; Ener. z T: 21.26 %; Ener. z Bł.: 2.33 %; K: 3484.84 mg;

niedziela 2023-12-24 Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
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 smarownia (59% tł) 10g 2 szt , Twarożek 60 g (<u>MLE,</u>), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,	Dyniowa z ziemniakami*() 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Makaron z serem 300 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Mus z jabłek () z/c 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kompot z suszu 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Barszcz czerwony czysty 300 ml (<u>MLE, SEL,</u>), Ryba gotowana (Morszczuk) 80 g (<u>RYB,</u>), Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>),
II Śniadanie: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,		Posiłek nocny: Mandarynka 2 szt ,

Wartości odżywcze: E: 2240.73 kcal; B: 110.33 g; T: 41.77 g; Kw. tł. nasy.: 11.73 g; W: 368.47 g; W tym cukry: 82.24 g; Bł.: 26.97 g; Sól: 7.16 g; WW: 34.12 Por; Ener. z B: 19.69 %; Ener. z W: 60.96 %; Ener. z T: 16.78 %; Ener. z Bł.: 2.41 %; K: 4000.47 mg;

niedziela 2023-12-24 Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 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 smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Twarożek 60 g (<u>MLE,</u>), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,	Dyniowa z ziemniakami*() 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Makaron pełnoziarnisty z serem b/c 300 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Mus z jabłek () b/c 100 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Kompot z suszu b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Barszcz czerwony czysty z uszkami z kapustą i grzybami* 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>), Ryba gotowana (Morszczuk) 80 g (<u>RYB,</u>), Kapusta z pieczarkami 100 g ,
II Śniadanie: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,	Podwieczorek: Chleb Graham 25 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 0.50 szt , Jajko gotowane kl M 0.50 szt (<u>JAJ,</u>), Pomidor 15 g ,	Posiłek nocny: Mandarynka 2 szt ,

Wartości odżywcze: E: 2272.15 kcal; B: 122.49 g; T: 44.9 g; Kw. tł. nasy.: 12.22 g; W: 355.46 g; W tym cukry: 56.59 g; Bł.: 38.74 g; Sól: 9.18 g; WW: 31.69 Por; Ener. z B: 21.56 %; Ener. z W: 55.76 %; Ener. z T: 17.78 %; Ener. z Bł.: 3.41 %; K: 4321.06 mg;