

Jadłospisy dla oddziałów

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

poniedziałek 2023-12-11 Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</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 , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</u>), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,	Brokułowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem () 200 g , Gulasz warzywny z ciecierzycą * 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Surówka z marchwi b/c () 150 g (<u>MLE.</u>), Gruszka 1szt. 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>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Pasta z makreli wędzonej z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL.</u>), Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Smoothie (jabłko, pomarańcza, szpinak) 200 g ,		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: E: 2040.7 kcal; B: 73.81 g; T: 56.11 g; Kw. tł. nasy.: 13.06 g; W: 330.01 g; W tym cukry: 66.41 g; Bł.: 39.04 g; Sól: 8.97 g; WW: 29.09 Por; Ener. z B: 14.47 %; Ener. z W: 57.03 %; Ener. z T: 24.75 %; Ener. z Bł.: 3.83 %; K: 4484.66 mg;

poniedziałek 2023-12-11 Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
Płatki jęczmienna na mleku /p 250 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 90 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 80 g , Roszponka 20 g ,	Brokułowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem () 200 g , Gulasz warzywny dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>), Surówka z marchwi () drobno tarta 150 g (<u>MLE.</u>), Banan 1szt. 1 szt , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 90 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>), Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Smoothie (jabłko, pomarańcza, szpinak) 200 g ,		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: E: 2020.23 kcal; B: 70.53 g; T: 47.19 g; Kw. tł. nasy.: 10.41 g; W: 346.66 g; W tym cukry: 89.15 g; Bł.: 33.25 g; Sól: 8.69 g; WW: 31.41 Por; Ener. z B: 13.96 %; Ener. z W: 62.05 %; Ener. z T: 21.02 %; Ener. z Bł.: 3.29 %; K: 5090.48 mg;

poniedziałek 2023-12-11 Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 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 90 g , Roszponka 10 g ,	Brokułowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem () 200 g , Gulasz warzywny z ciecierzycą * 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Surówka z marchwi b/c () 150 g (<u>MLE.</u>), Gruszka 1szt. 150 g , 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 makreli wędzonej z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL.</u>), Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Smoothie (jabłko, pomarańcza, szpinak) 200 g ,	Podwieczorek: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),	Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: E: 2063.76 kcal; B: 81.61 g; T: 59.41 g; Kw. tł. nasy.: 13.06 g; W: 322.26 g; W tym cukry: 60.71 g; Bł.: 41.44 g; Sól: 8.72 g; WW: 28.09 Por; Ener. z B: 15.82 %; Ener. z W: 54.43 %; Ener. z T: 25.91 %; Ener. z Bł.: 4.02 %; K: 4882.54 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

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

środa 2023-12-13 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 żółty 50 g (<u>MLE, _</u>), Szyunka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, _</u>), Gruszka 1szt. 150 g, Sałata zielona 20 g,	Grycikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL, _</u>), Ziemniaki z koperkiem () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, _</u>), Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL, _</u>), Ogórek kiszony z cebulką z olejem 150 g, Kiwi 1 szt 1 szt, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ, _</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt, Pasztet z soczewicy * 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, _</u>), Papryka świeża 90 g, Rukola 10 g,
II Śniadanie: 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: 2385.1 kcal; B: 95.97 g; T: 68.08 g; Kw. tł. nasy.: 23.02 g; W: 363.57 g; W tym cukry: 77.3 g; Bł.: 34.2 g; Sól: 9.19 g; WW: 32.96 Por; Ener. z B: 16.09 %; Ener. z W: 55.24 %; Ener. z T: 25.69 %; Ener. z Bł.: 2.87 %; K: 4391.22 mg;

środa 2023-12-13 Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
Płatki owsiane na mleku/p 250 ml (<u>MLE, GLU OW, _</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ, _</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt, Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (<u>MLE, _</u>), Szyunka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, _</u>), Banan 1szt. 1 szt, Sałata zielona 20 g,	Grycikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL, _</u>), Ziemniaki z koperkiem () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, _</u>), Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL, _</u>), Buraczki oprószone () 150 g (<u>GLU PSZ, _</u>), Jabłko 1 szt 1 szt, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ, _</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt, Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, _</u>), Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g,
II Śniadanie: 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: 2119.6 kcal; B: 84.12 g; T: 38.18 g; Kw. tł. nasy.: 11.74 g; W: 372.13 g; W tym cukry: 109.67 g; Bł.: 27.09 g; Sól: 6.09 g; WW: 34.5 Por; Ener. z B: 15.88 %; Ener. z W: 65.11 %; Ener. z T: 16.21 %; Ener. z Bł.: 2.56 %; K: 4753.57 mg;

środa 2023-12-13 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.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (<u>MLE, _</u>), Szyunka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, _</u>), Gruszka 1szt. 150 g, Sałata zielona 20 g,	Grycikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL, _</u>), Ziemniaki z koperkiem () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, _</u>), Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL, _</u>), Ogórek kiszony z cebulką z olejem 150 g, Kiwi 1 szt 1 szt, Kompot owocowy* b/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ, _</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt, Pasztet z soczewicy * 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, _</u>), Papryka świeża 90 g, Rukola 10 g,
II Śniadanie: Budyń o smaku śmietankowym z chipsami kokosowymi b/c 200 ml (<u>MLE, SO2, _</u>),	Podwieczorek: Sałatka z brokułu, oliwy i koperku 100 g,	Posiłek nocny: Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt,

Wartości odżywcze: E: 2266.81 kcal; B: 95.39 g; T: 60.19 g; Kw. tł. nasy.: 13.91 g; W: 353.73 g; W tym cukry: 73.84 g; Bł.: 39.11 g; Sól: 7.88 g; WW: 31.47 Por; Ener. z B: 16.83 %; Ener. z W: 55.52 %; Ener. z T: 23.9 %; Ener. z Bł.: 3.45 %; K: 4944.74 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

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

czwartek 2023-12-14 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, Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, _</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ, _</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt, Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE, _</u>), Pomidor 90 g, Roszponka 10 g,	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT, _</u>), Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 400 g (<u>SEL, _</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ, _</u>), Surówka z selera i jabłka z olejem () b/c 150 g (<u>SEL, _</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ, _</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt, Tyrolska kielbasa wieprzowa drobno rozdrobniona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, _</u>), Sałatka jarzynowa z jajkiem () 150 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR, _</u>), Sałata zielona 20 g,
II Śniadanie: Kanapka z szynką i sałatą (bułka pszenna 45g, tłuszcz do smarowania 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, _</u>),		Posiłek nocny: Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, _</u>),

Wartości odżywcze: E: 2548.12 kcal; B: 105.22 g; T: 70.86 g; Kw. tł. nasy.: 17.66 g; W: 390.79 g; W tym cukry: 49.18 g; Bł.: 39.44 g; Sól: 7.77 g; WW: 35.25 Por; Ener. z B: 16.52 %; Ener. z W: 55.15 %; Ener. z T: 25.03 %; Ener. z Bł.: 3.1 %; K: 4782.86 mg;

czwartek 2023-12-14 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, Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, _</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 2 szt, Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE, _</u>), Pomidor 90 g, Roszponka 10 g,	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u>), Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 400 g (<u>SEL, _</u>), Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ, _</u>), Seler z pietruszką gotowany z olejem () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL, _</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ, _</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt, Tyrolska kielbasa wieprzowa drobno rozdrobniona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, _</u>), Sałatka jarzynowa z jajkiem- diety () 150 g (<u>JAJ, MLE, SEL, _</u>), Sałata zielona 20 g,
II Śniadanie: Kanapka z szynką i sałatą (bułka pszenna 45g, tłuszcz do smarowania 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, _</u>),		Posiłek nocny: Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, _</u>),

Wartości odżywcze: E: 2617.06 kcal; B: 107.31 g; T: 69.35 g; Kw. tł. nasy.: 16.71 g; W: 407.07 g; W tym cukry: 52.4 g; Bł.: 33.88 g; Sól: 7.14 g; WW: 37.35 Por; Ener. z B: 16.4 %; Ener. z W: 57.04 %; Ener. z T: 23.85 %; Ener. z Bł.: 2.59 %; K: 4833.4 mg;

czwartek 2023-12-14 Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, 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, Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE, _</u>), Pomidor 90 g, Roszponka 10 g,	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT, _</u>), Risotto (ryż brązowy) z mięsem wieprz i warzywami* 400 g (<u>SEL, _</u>), Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ, _</u>), Surówka z selera i jabłka z olejem () b/c 150 g (<u>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, Tyrolska kielbasa wieprzowa drobno rozdrobniona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, _</u>), Sałatka jarzynowa z jajkiem () 150 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR, _</u>), Sałata zielona 20 g,
II Śniadanie: Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, tłuszcz do smarowania 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, _</u>),	Podwieczorek: Koktajl z jagód * b/c 250 g (<u>MLE, _</u>),	Posiłek nocny: Pomarańcza 250g 1 szt,

Wartości odżywcze: E: 2611.47 kcal; B: 116.21 g; T: 72.93 g; Kw. tł. nasy.: 20.09 g; W: 401.54 g; W tym cukry: 78.16 g; Bł.: 57.12 g; Sól: 7.64 g; WW: 34.44 Por; Ener. z B: 17.8 %; Ener. z W: 52.76 %; Ener. z T: 25.13 %; Ener. z Bł.: 4.37 %; K: 6127.38 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

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

piątek 2023-12-15 Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, ŻYT, GLU JEĆZ, _</u>), Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU PSZ, _</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ, _</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Ser żółty 50 g (<u>MLE, _</u>), Miód (25g) 1 szt , Śliwka szt 2 szt ,	Dyniowa z makaronem* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u>), Ziemniaki z koperkiem () 200 g , Ryba smażona (Morszczuk) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, _</u>), Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () b/c 100 g , Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ, _</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ, _</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 80 g (<u>JAJ, GOR, _</u>), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g ,
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE, _</u>),		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: E: 2470.39 kcal; B: 112.22 g; T: 78.45 g; Kw. tł. nasy.: 20.56 g; W: 345.55 g; W tym cukry: 64.1 g; Bł.: 32.78 g; Sól: 8.94 g; WW: 31.32 Por; Ener. z B: 18.17 %; Ener. z W: 50.64 %; Ener. z T: 28.58 %; Ener. z Bł.: 2.65 %; K: 5386.73 mg;

piątek 2023-12-15 Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, ŻYT, GLU JEĆZ, _</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ, _</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 2 szt , Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE, _</u>), Miód (25g) 1 szt , Jabłko 1 szt 1 szt ,	Dyniowa z makaronem* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u>), Ziemniaki z koperkiem () 200 g , Ryba gotowana (Morszczuk) 70 g (<u>RYB, _</u>), Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ, _</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL, _</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ, _</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE, _</u>), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g ,
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE, _</u>),		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: E: 2255.27 kcal; B: 104.48 g; T: 55.88 g; Kw. tł. nasy.: 12.12 g; W: 347.67 g; W tym cukry: 71.03 g; Bł.: 27.95 g; Sól: 6.86 g; WW: 32 Por; Ener. z B: 18.53 %; Ener. z W: 56.71 %; Ener. z T: 22.3 %; Ener. z Bł.: 2.48 %; K: 5293.57 mg;

piątek 2023-12-15 Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ, _</u>), Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU PSZ, _</u>), Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ, _</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Ser żółty 50 g (<u>MLE, _</u>), Sałata zielona 20 g ,	Dyniowa z makaronem* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u>), Ziemniaki z koperkiem () 200 g , Ryba gotowana (Morszczuk) 70 g (<u>RYB, _</u>), Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () b/c 100 g , Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ, _</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 cebulą i koperkiem 80 g (<u>JAJ, GOR, _</u>), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g ,
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE, _</u>),	Podwieczorek: Śliwka szt 2 szt ,	Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: E: 2135.7 kcal; B: 109.12 g; T: 64.05 g; Kw. tł. nasy.: 19.32 g; W: 299.49 g; W tym cukry: 60.13 g; Bł.: 34.59 g; Sól: 8.35 g; WW: 26.56 Por; Ener. z B: 20.44 %; Ener. z W: 49.61 %; Ener. z T: 26.99 %; Ener. z Bł.: 3.24 %; K: 5541.51 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

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

sobota 2023-12-16 Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
Ryż na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt, Parówki cieszynki- węd. wp. homog. wędz. parz 80 g (<u>SOJ SEL</u>), Musztarda 15g saszetka 1 szt (<u>GOR</u>), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i słonecznikiem z olejem* 80 g, Sałata zielona 20 g,	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ SEL</u>), Kasza bulgur 200 g (<u>GLU PSZ</u>), Wątróbka wieprzowa duszona w sosie własnym 180 g (<u>GLU PSZ</u>), Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g (<u>GOR</u>), Fasolka szparagowa z wody* 100 g, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt, Serek wiejski ziarnisty 100 g (<u>MLE</u>), Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u>), Pomidor 80 g, Mix sałat 20 g,
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml,		Posiłek nocny: Mandarynka 2 szt,

Wartości odżywcze: E: 2676.8 kcal; B: 117.71 g; T: 87.79 g; Kw. tł. nasy.: 18.78 g; W: 365.82 g; W tym cukry: 75.25 g; Bł.: 31.18 g; Sól: 11 g; WW: 33.55 Por; Ener. z B: 17.59 %; Ener. z W: 50.01 %; Ener. z T: 29.52 %; Ener. z Bł.: 2.33 %; K: 3922.09 mg;

sobota 2023-12-16 Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
Ryż na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 2 szt, Szynka Familijna wieprzowa, z dodatkiem wody i białka wp z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ MLE</u>), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i olejem* 80 g, Sałata zielona 20 g,	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>MLE SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ</u>), Gulasz wieprzowy-dieta 180 g (<u>GLU PSZ</u>), Buraczki gotowane () 100 g, Fasolka szparagowa z wody* 100 g, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt, Serek wiejski ziarnisty 100 g (<u>MLE</u>), Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u>), Pomidor 80 g, Mix sałat 20 g,
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml,		Posiłek nocny: Mandarynka 2 szt,

Wartości odżywcze: E: 2315.59 kcal; B: 103.79 g; T: 58.56 g; Kw. tł. nasy.: 14.44 g; W: 358.79 g; W tym cukry: 86.18 g; Bł.: 31.31 g; Sól: 8.5 g; WW: 32.81 Por; Ener. z B: 17.93 %; Ener. z W: 56.57 %; Ener. z T: 22.76 %; Ener. z Bł.: 2.7 %; K: 4419.34 mg;

sobota 2023-12-16 Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Ryż na mleku/p 400 ml (<u>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, Szynka Familijna wieprzowa, z dodatkiem wody i białka wp z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ MLE</u>), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i słonecznikiem z olejem* 80 g, Sałata zielona 20 g,	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ SEL</u>), Kasza bulgur 200 g (<u>GLU PSZ</u>), Gulasz wieprzowy-dieta 180 g (<u>GLU PSZ</u>), Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g (<u>GOR</u>), Fasolka szparagowa z wody* 100 g, 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, Serek wiejski ziarnisty 100 g (<u>MLE</u>), Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u>), Pomidor 80 g, Mix sałat 20 g,
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml,	Podwieczorek: Chleb Graham 25 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 0.50 szt, Twarożek 30 g (<u>MLE</u>), Pomidor 15 g,	Posiłek nocny: Mandarynka 2 szt,

Wartości odżywcze: E: 2530.33 kcal; B: 125.75 g; T: 71.42 g; Kw. tł. nasy.: 15.59 g; W: 361.28 g; W tym cukry: 72.63 g; Bł.: 36.42 g; Sól: 9.93 g; WW: 32.58 Por; Ener. z B: 19.88 %; Ener. z W: 51.36 %; Ener. z T: 25.4 %; Ener. z Bł.: 2.88 %; K: 4408.83 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2023-12-17 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 , Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 80 g (<u>MLE, </u>), Papryka świeża 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL, </u>), Ziemniaki z koperkiem () 200 g , udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 120 g , Surówka Coleslaw b/c () 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR, </u>), Brokuł gotowany* 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml , Babka cytrynowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, </u>),	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ, </u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, </u>), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g ,
II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 szt ,		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt ,
Wartości odżywcze: E: 2259.22 kcal; B: 108.37 g; T: 59.04 g; Kw. tł. nasy.: 14.8 g; W: 316.21 g; W tym cukry: 58.72 g; Bł.: 32.17 g; Sól: 6.9 g; WW: 28.46 Por; Ener. z B: 19.19 %; Ener. z W: 50.29 %; Ener. z T: 23.52 %; Ener. z Bł.: 2.85 %; K: 4622.62 mg;		
niedziela 2023-12-17 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 , Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (<u>MLE, </u>), Sałata zielona 20 g , Pomidorki koktajlowe 80 g ,	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL, </u>), Ziemniaki z koperkiem () 200 g , Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 120 g , Brokuł gotowany* 100 g , Marchew gotowana z olejem* 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml , Babka cytrynowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, </u>),	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ, </u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, </u>), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g ,
II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 szt ,		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt ,
Wartości odżywcze: E: 2339.04 kcal; B: 109.66 g; T: 63.43 g; Kw. tł. nasy.: 15.82 g; W: 323.92 g; W tym cukry: 58.36 g; Bł.: 26.55 g; Sól: 6.02 g; WW: 29.79 Por; Ener. z B: 18.75 %; Ener. z W: 50.85 %; Ener. z T: 24.41 %; Ener. z Bł.: 2.27 %; K: 4599.56 mg;		
niedziela 2023-12-17 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 , Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 80 g (<u>MLE, </u>), Papryka świeża 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL, </u>), Ziemniaki z koperkiem () 200 g , Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 120 g , Surówka Coleslaw b/c () 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR, </u>), Brokuł gotowany* 100 g , Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml , 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 , Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, </u>), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g ,
II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 szt ,	Podwieczorek: Koktajl wielowocowy* b/c 200 ml (<u>MLE, </u>),	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt ,
Wartości odżywcze: E: 2182.44 kcal; B: 117.39 g; T: 62.64 g; Kw. tł. nasy.: 16.81 g; W: 305.02 g; W tym cukry: 63.58 g; Bł.: 36.85 g; Sól: 9.2 g; WW: 26.85 Por; Ener. z B: 21.52 %; Ener. z W: 49.15 %; Ener. z T: 25.83 %; Ener. z Bł.: 3.38 %; K: 5222.3 mg;		