

Jadłospisy dla oddziałów

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

| poniedziałek 2023-12-18 Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci | | |
|---|--|---|
| kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , 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- P15 Bezmleczna dzieci | | |
|---|---|---|
| Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 2 szt , Szynka z indykami 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 , 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 b/skórki 90 g , Roszponka 10 g , |
| II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml , | | Posiłek nocny: Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw ostłonce niejadalnej 25 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona 10 g , |

Wartości odżywcze: E: 2320.12 kcal; B: 76.2 g; T: 62.73 g; Kw. tł. nasy.: 10.8 g; W: 378.48 g; W tym cukry: 69.32 g; Bł.: 30.43 g; Sól: 6.22 g; WW: 34.8 Por; Ener. z B: 13.14 %; Ener. z W: 60 %; Ener. z T: 24.33 %; Ener. z Bł.: 2.62 %; K: 3686.51 mg;

| poniedziałek 2023-12-18 Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci | | |
|--|---|---|
| kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 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 b/skórki 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: 2307.09 kcal; B: 80.79 g; T: 52.01 g; Kw. tł. nasy.: 9.37 g; W: 390.73 g; W tym cukry: 88.26 g; Bł.: 22.1 g; Sól: 5.25 g; WW: 36.83 Por; Ener. z B: 14.01 %; Ener. z W: 63.91 %; Ener. z T: 20.29 %; Ener. z Bł.: 1.92 %; K: 4148.29 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

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

| środa 2023-12-20 Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci | | |
|---|--|--|
| Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU OW, _</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb 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-wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 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* 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: 2473.89 kcal; B: 110.3 g; T: 57.82 g; Kw. tł. nasy.: 12.89 g; W: 393.32 g; W tym cukry: 84.57 g; Bł.: 41.2 g; Sól: 8.21 g; WW: 35.24 Por; Ener. z B: 17.83 %; Ener. z W: 56.93 %; Ener. z T: 21.03 %; Ener. z Bł.: 3.33 %; K: 4946.51 mg;

| środa 2023-12-20 Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci | | |
|--|--|---|
| Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL, GLU OW, _</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ, _</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 2 szt , Szyunka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 50 g (<u>SOJ, SEL, _</u>), Pomidor b/skórki 90 g , Sałata zielona 10 g , | Ziemniaczana *(bez mleka) () 400 ml (<u>GLU PSZ, 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 , | 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 , Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny* 80 g (<u>RYB, SEL, _</u>), Sałata zielona 20 g , |
| II Śniadanie: Sałatka jarzynowa z olejem* 100 g (<u>SEL, _</u>), | | Posiłek nocny: Napój sojowy 250ml 1 szt (<u>SOJ, _</u>), |

Wartości odżywcze: E: 2370.95 kcal; B: 87.07 g; T: 56.27 g; Kw. tł. nasy.: 9.79 g; W: 391.6 g; W tym cukry: 83.86 g; Bł.: 30.32 g; Sól: 6.29 g; WW: 36.22 Por; Ener. z B: 14.69 %; Ener. z W: 60.95 %; Ener. z T: 21.36 %; Ener. z Bł.: 2.56 %; K: 4383.46 mg;

| środa 2023-12-20 Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci | | |
|--|--|---|
| Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU OW, _</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , 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-wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 30 g (<u>SOJ, SEL, _</u>), Pomidor b/skórki 90 g , Sałata zielona 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 , Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny* 80 g (<u>RYB, SEL, _</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: 2489.25 kcal; B: 108.47 g; T: 48.93 g; Kw. tł. nasy.: 9.56 g; W: 416.66 g; W tym cukry: 107.49 g; Bł.: 29.43 g; Sól: 6.41 g; WW: 38.82 Por; Ener. z B: 17.43 %; Ener. z W: 62.23 %; Ener. z T: 17.69 %; Ener. z Bł.: 2.36 %; K: 5143.11 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

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

| czwartek 2023-12-21 Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci | | |
|--|---|--|
| 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, Pasztet 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 JĘCZ,</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 Sopotka 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- P15 Bezmleczna dzieci | | |
|---|--|--|
| Kasza manna na wywarze jarzynowym* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 2 szt, Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ,</u>), Ćwikła z jabłkiem () 90 g, Roszponka 10 g, | Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) () 400 ml (<u>GLU PSZ, 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, | 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 Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ,</u>), Pomidor b/skórki 80 g, Mix sałat 20 g, |
| II Śniadanie: Sok wielowarzywny pasteryzowany 150 ml, | | Posiłek nocny: Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt, |

Wartości odżywcze: E: 2115.11 kcal; B: 80.44 g; T: 56.81 g; Kw. tł. nasy.: 12.72 g; W: 326.41 g; W tym cukry: 27.48 g; Bł.: 21.76 g; Sól: 8.09 g; WW: 30.5 Por; Ener. z B: 15.21 %; Ener. z W: 57.61 %; Ener. z T: 24.17 %; Ener. z Bł.: 2.06 %; K: 2706.99 mg;

| czwartek 2023-12-21 Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci | | |
|---|--|---|
| 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 1 szt, Blok drobiowo-wędzina dro. parzona z dodatkiem 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 JĘCZ,</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 Sopotka 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: 2360.91 kcal; B: 108.99 g; T: 58.59 g; Kw. tł. nasy.: 16.53 g; W: 355.27 g; W tym cukry: 50.76 g; Bł.: 20.82 g; Sól: 7.19 g; WW: 33.51 Por; Ener. z B: 18.47 %; Ener. z W: 56.67 %; Ener. z T: 22.33 %; Ener. z Bł.: 1.76 %; K: 3683.91 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

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

| sobota 2023-12-23 Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci | | |
|---|--|--|
| Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU OW, </u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ, </u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, </u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Szynka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, </u>), Surówka z kapusty pekińskiej z papryką, kukurydzą i olejem 100 g , | Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>), Ryż na sypko (brązowy) 200 g , Kociółek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g (<u>SEL, </u>), Surówka z marchwi i selera b/c () 150 g (<u>MLE, SEL, </u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml , | Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , 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 , Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową 150 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, GOR, </u>), Sałata zielona 20 g , |
| II Śniadanie: Biskopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ, </u>), | | Posiłek nocny: Orzechy włoskie łuskane 30 g (<u>ORZ, </u>), Jabłko 1 szt 1 szt , |

Wartości odżywcze: E: 2413.78 kcal; B: 86.19 g; T: 73.59 g; Kw. tł. nasy.: 12.38 g; W: 374.78 g; W tym cukry: 69.7 g; Bł.: 43.76 g; Sól: 7.99 g; WW: 33.1 Por; Ener. z B: 14.28 %; Ener. z W: 54.86 %; Ener. z T: 27.44 %; Ener. z Bł.: 3.63 %; K: 4073.68 mg;

| sobota 2023-12-23 Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci | | |
|--|---|---|
| Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL, GLU OW, </u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, </u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Szynka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, </u>), Pasta warzywna* 100 g (<u>SEL, </u>), | Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)*() 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL, </u>), Ryż na sypko 200 g , Potrawka drobiowa z warzywami * 180 g (<u>GLU PSZ, SEL, </u>), Buraczki oprószone () 150 g (<u>GLU PSZ, </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 , Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową- dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, </u>), Sałata zielona 20 g , |
| II Śniadanie: Biskopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, </u>), | | Posiłek nocny: Jabłko pieczone 1szt. 1 szt , |

Wartości odżywcze: E: 2117.97 kcal; B: 72.55 g; T: 45.81 g; Kw. tł. nasy.: 7.58 g; W: 367.21 g; W tym cukry: 47.31 g; Bł.: 29.96 g; Sól: 6.56 g; WW: 33.64 Por; Ener. z B: 13.7 %; Ener. z W: 63.69 %; Ener. z T: 19.47 %; Ener. z Bł.: 2.83 %; K: 3183.21 mg;

| sobota 2023-12-23 Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci | | |
|---|---|---|
| Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU OW, </u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, </u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Szynka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, </u>), Pasta warzywna* 100 g (<u>SEL, </u>), | Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>), Ryż na sypko 200 g , Potrawka drobiowa z warzywami * 180 g (<u>GLU PSZ, SEL, </u>), Buraczki oprószone () 150 g (<u>GLU PSZ, </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 , Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową- dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, </u>), Sałata zielona 20 g , |
| II Śniadanie: Biskopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ, </u>), | | Posiłek nocny: Jabłko pieczone 1szt. 1 szt , |

Wartości odżywcze: E: 2216.64 kcal; B: 84.45 g; T: 47.04 g; Kw. tł. nasy.: 8.2 g; W: 384.98 g; W tym cukry: 72.44 g; Bł.: 29.02 g; Sól: 7.09 g; WW: 35.52 Por; Ener. z B: 15.24 %; Ener. z W: 64.23 %; Ener. z T: 19.1 %; Ener. z Bł.: 2.62 %; K: 3752.38 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

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

| niedziela 2023-12-24 Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci | | |
|---|---|--|
| Kasza 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, 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 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: Makowiec 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>), |

Wartości odżywcze: E: 2409.45 kcal; B: 116.15 g; T: 46.67 g; Kw. tł. nasy.: 12.21 g; W: 393.27 g; W tym cukry: 63.54 g; Bł.: 29.52 g; Sól: 8.58 g; WW: 36.41 Por; Ener. z B: 19.28 %; Ener. z W: 60.39 %; Ener. z T: 17.43 %; Ener. z Bł.: 2.45 %; K: 3514.19 mg;

| niedziela 2023-12-24 Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci | | |
|---|---|---|
| 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 smarownia (59% tł) 10g 1 szt, Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Pomidor 80 g, Mix sałat 20 g, | Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)*() 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>), Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>), Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Szpinak gotowany z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ.</u>), 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 (bez mleka) 300 ml (<u>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: 2089.31 kcal; B: 103.31 g; T: 44.01 g; Kw. tł. nasy.: 8 g; W: 332.83 g; W tym cukry: 47.19 g; Bł.: 27.48 g; Sól: 8.26 g; WW: 30.44 Por; Ener. z B: 19.78 %; Ener. z W: 58.46 %; Ener. z T: 18.96 %; Ener. z Bł.: 2.63 %; K: 3695.47 mg;

| niedziela 2023-12-24 Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci | | |
|---|---|--|
| 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>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 2 szt, Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 100 g (<u>SEL.</u>), | Pomidorowa z zacierką * 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem () 200 g, Schab pieczony w rękawie 100 g, Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Cukinia gotowana z pomidorami* 150 g, Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.</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 smarownia (59% tł) 10g 1 szt, Serek homo o smaku wanilinowym 50 g (<u>MLE.</u>), Szynekowa Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ.</u>), Mandarynka 2 szt, |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>), | | Posiłek nocny: Napój sojowy 250ml 1 szt (<u>SOJ.</u>), |

Wartości odżywcze: E: 2563.59 kcal; B: 123.65 g; T: 65.99 g; Kw. tł. nasy.: 13.82 g; W: 378.39 g; W tym cukry: 101.55 g; Bł.: 24.46 g; Sól: 7.99 g; WW: 35.34 Por; Ener. z B: 19.29 %; Ener. z W: 55.22 %; Ener. z T: 23.17 %; Ener. z Bł.: 1.91 %; K: 4939.49 mg;