

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-01-08 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 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 (.), Śledź z cebulką w oleju 80 g (<u>RYB,</u>), Sałata zielona 20 g (.),
		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml (.),

Wartości odżywcze: E: 1975.34 kcal; B: 66.76 g; T: 57.98 g; Kw. tł. nasy.: 11.93 g; W: 314.77 g; W tym cukry: 63.19 g; Bł.: 35.38 g; Sól: 11.36 g; WW: 27.95 Por; Ener. z B: 13.52 %; Ener. z W: 56.57 %; Ener. z T: 26.42 %; Ener. z Bł.: 3.58 %; K: 4131.51 mg;

poniedziałek 2024-01-08 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 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 ryby gotowanej (morszczuk) 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: 1958.91 kcal; B: 78.34 g; T: 48.68 g; Kw. tł. nasy.: 10.55 g; W: 323.59 g; W tym cukry: 61.32 g; Bł.: 42.03 g; Sól: 9.82 g; WW: 28.17 Por; Ener. z B: 16 %; Ener. z W: 57.49 %; Ener. z T: 22.36 %; Ener. z Bł.: 4.29 %; K: 4913.89 mg;

poniedziałek 2024-01-08 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Płatki 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 (.), 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 dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>), Surówka z marchwi (.) drobno tarta b/c 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 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt (.), Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL,</u>), Sałata zielona 20 g (.),
		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml (.),

Wartości odżywcze: E: 2136.08 kcal; B: 76.53 g; T: 53.45 g; Kw. tł. nasy.: 11.62 g; W: 355.18 g; W tym cukry: 88.28 g; Bł.: 31.67 g; Sól: 9.21 g; WW: 32.45 Por; Ener. z B: 14.33 %; Ener. z W: 60.58 %; Ener. z T: 22.52 %; Ener. z Bł.: 2.97 %; K: 5264.31 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-01-08		Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu
Płatki 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 1 szt (.), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</u>), Pomidor b/skórki 90 g (.), Roszponka 10 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>), 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 (.), Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL.</u>), Sałata zielona 20 g (.),
		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml (.),

Wartości odżywcze: E: 2119.33 kcal; B: 76.42 g; T: 53.46 g; Kw. tł. nasy.: 9.93 g; W: 347.78 g; W tym cukry: 85.92 g; Bł.: 26.04 g; Sól: 9.53 g; WW: 32.26 Por; Ener. z B: 14.42 %; Ener. z W: 60.72 %; Ener. z T: 22.7 %; Ener. z Bł.: 2.46 %; K: 5051.17 mg;

poniedziałek 2024-01-08		Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna
Płatki jęczminne 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 2 szt (.), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</u>), Pomidor b/skórki 90 g (.), Roszponka 10 g (.),	Brokułowa z ryżem (bez mleka) * 400 ml (<u>SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem () 200 g (.), Gulasz warzywny dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Surówka z marchwi () drobno tarta (z olejem) 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 (.), Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL.</u>), Sałata zielona 20 g (.),
		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml (.),

Wartości odżywcze: E: 1986.7 kcal; B: 59.17 g; T: 54.17 g; Kw. tł. nasy.: 10.38 g; W: 333.04 g; W tym cukry: 74.29 g; Bł.: 32.57 g; Sól: 8.67 g; WW: 30.14 Por; Ener. z B: 11.91 %; Ener. z W: 60.5 %; Ener. z T: 24.54 %; Ener. z Bł.: 3.28 %; K: 4486.83 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
---------------------------	-----------------------	--------------------------

wtorek 2024-01-09 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa

kasza kukurydziana na ml/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 (.), Szyinka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (<u>SOJ</u>), Sałatka zielona 20 g (.), Talarki z marchewki 80 g (.),	Pieczarkowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ</u>), Szyinka wieprzowa pieczona 80 g (.), Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g (.), Dynia duszona 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 (.), Galaretki drobiowa z udźca kurczaka* 150 g (<u>SEL</u>), Sałatka z pomidora i ogórka z cebulą 80 g (.), Cytryna 20 g (.),
		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt (.), Mieszanka studencka 30 g (<u>OZI, ORZ</u>),

Wartości odżywcze: E: 2095.35 kcal; B: 100.07 g; T: 50.12 g; Kw. tł. nasy.: 9.12 g; W: 322.54 g; W tym cukry: 58.9 g; Bł.: 34.68 g; Sól: 7.04 g; WW: 28.82 Por; Ener. z B: 19.1 %; Ener. z W: 54.95 %; Ener. z T: 21.53 %; Ener. z Bł.: 3.31 %; K: 4115.11 mg;

wtorek 2024-01-09 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów

kasza kukurydziana na ml/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 (.), Szyinka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (<u>SOJ</u>), Sałatka zielona 20 g (.), Talarki z marchewki 80 g (.),	Pieczarkowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ</u>), Szyinka wieprzowa gotowana 100 g (.), Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g (.), Dynia duszona 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 (.), Galaretki drobiowa z udźca kurczaka* 150 g (<u>SEL</u>), Sałatka z pomidora i ogórka z cebulą 80 g (.), Cytryna 20 g (.),
II Śniadanie: jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Warzywa pieczone 100 g (.), Dip zielony 10 g (<u>MLE</u>),	Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt (.), Mieszanka studencka 30 g (<u>OZI, ORZ</u>),

Wartości odżywcze: E: 2263.3 kcal; B: 114.27 g; T: 64.49 g; Kw. tł. nasy.: 11.57 g; W: 321.78 g; W tym cukry: 61.51 g; Bł.: 40.29 g; Sól: 6.97 g; WW: 28.16 Por; Ener. z B: 20.19 %; Ener. z W: 49.75 %; Ener. z T: 25.65 %; Ener. z Bł.: 3.56 %; K: 4894.59 mg;

wtorek 2024-01-09 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna

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>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 2 szt (.), Szyinka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (<u>SOJ</u>), Sałatka zielona 20 g (.), Talarki z marchewki 80 g (.),	Solferino * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>), Szyinka wieprzowa gotowana 100 g (.), Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ</u>), Dynia duszona z olejem* 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 (.), Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ</u>), Sałatka z pomidora i sałaty lodowej 100 g (.),
		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt (.),

Wartości odżywcze: E: 2090.51 kcal; B: 96.14 g; T: 47.58 g; Kw. tł. nasy.: 10.54 g; W: 327.94 g; W tym cukry: 58.94 g; Bł.: 23.99 g; Sól: 7.07 g; WW: 30.39 Por; Ener. z B: 18.4 %; Ener. z W: 58.16 %; Ener. z T: 20.49 %; Ener. z Bł.: 2.3 %; K: 3876.14 mg;

wtorek 2024-01-09 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu

Jadłospisy dla oddziałów

kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (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 smarownia (59% tł) 10g 1 szt (.), Szyńka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (SOJ), Sałata zielona 20 g (.), Pomidor b/skórki 80 g (.),	Solferino * (.) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Makaron 200 g (GLU PSZ), Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ), Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ), Dynia duszona z olejem* 150 g (GLU PSZ), Kompot owocowy* z/c 250 ml (.),	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt (.), Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ), Sałatka z pomidora i sałaty lodowej b/skórki 100 g (.),
		Posiłek nocny: Jabłko pieczone 1szt. 1 szt (.),

Wartości odżywcze: E: 2102.31 kcal; B: 89.55 g; T: 48.96 g; Kw. tł. nasy.: 10.45 g; W: 333.58 g; W tym cukry: 57.42 g; Bł.: 22.41 g; Sól: 7.03 g; WW: 31.13 Por; Ener. z B: 17.04 %; Ener. z W: 59.21 %; Ener. z T: 20.96 %; Ener. z Bł.: 2.13 %; K: 3730.88 mg;

wtorek 2024-01-09 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL), 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 smarownia (59% tł) 10g 2 szt (.), Szyńka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (SOJ), Sałata zielona 20 g (.), Pomidor b/skórki 80 g (.),	Solferino (bez mleka)* (.) 400 ml (GLU PSZ, SEL), Makaron 200 g (GLU PSZ), Szyńka wieprzowa gotowana 100 g (.), Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ), Dynia duszona z olejem* 150 g (GLU PSZ), Kompot owocowy* z/c 250 ml (.),	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt (.), Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ), Sałatka z pomidora i sałaty lodowej b/skórki 100 g (.),
		Posiłek nocny: Jabłko pieczone 1szt. 1 szt (.),

Wartości odżywcze: E: 1950.09 kcal; B: 84.16 g; T: 46.06 g; Kw. tł. nasy.: 10.16 g; W: 306.93 g; W tym cukry: 40.84 g; Bł.: 23.05 g; Sól: 6.54 g; WW: 28.39 Por; Ener. z B: 17.26 %; Ener. z W: 58.23 %; Ener. z T: 21.26 %; Ener. z Bł.: 2.36 %; K: 3316.64 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

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

środa 2024-01-10 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 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 (.), Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (<u>MLE,</u>), Szynka 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 (.),
		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt (.),

Wartości odżywcze: E: 2041.26 kcal; B: 82.83 g; T: 47.92 g; Kw. tł. nasy.: 8.6 g; W: 334.43 g; W tym cukry: 58.73 g; Bł.: 33.32 g; Sól: 7.93 g; WW: 30.12 Por; Ener. z B: 16.23 %; Ener. z W: 59.01 %; Ener. z T: 21.13 %; Ener. z Bł.: 3.26 %; K: 4081.02 mg;

środa 2024-01-10 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 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>), Szynka 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 brokołu, 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;

środa 2024-01-10 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
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.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (<u>MLE,</u>), Szynka 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 oprószane (.) 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 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt (.), Połędwica 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 (.),
		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt (.),

Wartości odżywcze: E: 2115.87 kcal; B: 84.82 g; T: 38.8 g; Kw. tł. nasy.: 8.82 g; W: 369.65 g; W tym cukry: 97.81 g; Bł.: 27.36 g; Sól: 6.22 g; WW: 34.21 Por; Ener. z B: 16.03 %; Ener. z W: 64.71 %; Ener. z T: 16.5 %; Ener. z Bł.: 2.59 %; K: 4743.6 mg;

środa 2024-01-10 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

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 1 szt (), Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (<u>MLE</u>), Szyńka 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 pieczone 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 (), 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 b/skórki 80 g (), Sałata zielona 20 g (),
		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt (),

Wartości odżywcze: E: 2062.12 kcal; B: 84.79 g; T: 32.9 g; Kw. tł. nasy.: 7.52 g; W: 369.5 g; W tym cukry: 97.71 g; Bł.: 27.33 g; Sól: 6.19 g; WW: 34.2 Por; Ener. z B: 16.45 %; Ener. z W: 66.37 %; Ener. z T: 14.36 %; Ener. z Bł.: 2.65 %; K: 4733.93 mg;

środa 2024-01-10 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
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 (), Szyńka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 50 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 pieczone 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 (), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>SOJ</u>), Pomidor b/skórki 80 g (), Sałata zielona 20 g (),
		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt (),

Wartości odżywcze: E: 2001.78 kcal; B: 66.81 g; T: 42.35 g; Kw. tł. nasy.: 10.3 g; W: 350.87 g; W tym cukry: 81.78 g; Bł.: 28.26 g; Sól: 6.08 g; WW: 32.26 Por; Ener. z B: 13.35 %; Ener. z W: 64.46 %; Ener. z T: 19.04 %; Ener. z Bł.: 2.82 %; K: 4178.87 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-01-11 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Zacierka na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt (), Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE), Pomidor 90 g (), Roszponka 10 g (),	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT), Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 400 g (SEL), Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ), Surówka z selera i jabłka z olejem () b/c 150 g (SEL), 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 smarownia (59% tł) 10g 1 szt (), Tyrolska kielbasa wieprzowa drobno rozdrobniona 30 g (GLU PSZ, SOJ), Sałatka jarzynowa z jajkiem () 150 g (JAJ, MLE, SEL, GOR), Sałata zielona 20 g (),
		Posiłek nocny: Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ),
Wartości odżywcze: E: 2353.57 kcal; B: 98.64 g; T: 63.72 g; Kw. tł. nasy.: 15.74 g; W: 364.27 g; W tym cukry: 48.59 g; Bł.: 38.56 g; Sól: 6.75 g; WW: 32.67 Por; Ener. z B: 16.76 %; Ener. z W: 55.36 %; Ener. z T: 24.37 %; Ener. z Bł.: 3.28 %; K: 4725.76 mg;		
czwartek 2024-01-11 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Zacierka na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml (), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt (), Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE), Pomidor 90 g (), Roszponka 10 g (),	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT), Risotto (ryż brązowy) z mięsem wieprz i warzywami* 400 g (SEL), Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ), Surówka z selera i jabłka z olejem () b/c 150 g (SEL), Kompot owocowy* b/c 250 ml (),	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml (), Chleb Graham 100 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt (), Tyrolska kielbasa wieprzowa drobno rozdrobniona 30 g (GLU PSZ, SOJ), Sałatka jarzynowa z jajkiem () 150 g (JAJ, MLE, SEL, GOR), Sałata zielona 20 g (),
II Śniadanie: Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, tłuszcz do smarowania 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, SOJ),	Podwieczorek: Koktajl z jagód * b/c 250 g (MLE),	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;		
czwartek 2024-01-11 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
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), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 2 szt (), Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE), Pomidor 90 g (), Roszponka 10 g (),	Ziemniaczana * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 400 g (SEL), Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ), Seler z pietruszką gotowany z olejem () 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 smarownia (59% tł) 10g 1 szt (), Tyrolska kielbasa wieprzowa drobno rozdrobniona 30 g (GLU PSZ, SOJ), Sałatka jarzynowa z jajkiem-diety () 150 g (JAJ, MLE, SEL), Sałata zielona 20 g (),
		Posiłek nocny: Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ),
Wartości odżywcze: E: 2422.51 kcal; B: 100.73 g; T: 62.21 g; Kw. tł. nasy.: 14.79 g; W: 380.55 g; W tym cukry: 51.81 g; Bł.: 33 g; Sól: 6.12 g; WW: 34.77 Por; Ener. z B: 16.63 %; Ener. z W: 57.39 %; Ener. z T: 23.11 %; Ener. z Bł.: 2.72 %; K: 4776.3 mg;		
czwartek 2024-01-11 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		

Jadłospisy dla oddziałów

Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt (.), Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE</u>), Pomidor b/skórki 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 - dieta (.) 150 g (<u>MLE, SEL</u>), Sałata zielona 20 g (.),
		Posiłek nocny: Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>),

Wartości odżywcze: E: 2341.45 kcal; B: 98.2 g; T: 54.45 g; Kw. tł. nasy.: 12.92 g; W: 380.18 g; W tym cukry: 51.82 g; Bł.: 32.81 g; Sól: 6.03 g; WW: 34.76 Por; Ener. z B: 16.78 %; Ener. z W: 59.34 %; Ener. z T: 20.93 %; Ener. z Bł.: 2.8 %; K: 4728.85 mg;

czwartek 2024-01-11		
Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
Zacierka na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 2 szt (.), Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ</u>), Pomidor 90 g (.), Roszponka 10 g (.),	Ziemniaczana *(bez mleka) (.) 400 ml (<u>GLU PSZ, 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 (.) (bez mleka) 150 g (<u>JAJ, SEL</u>), Sałata zielona 20 g (.),
		Posiłek nocny: Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>),

Wartości odżywcze: E: 2405.32 kcal; B: 80.64 g; T: 80.62 g; Kw. tł. nasy.: 14.09 g; W: 354.41 g; W tym cukry: 31.75 g; Bł.: 33.73 g; Sól: 6.58 g; WW: 32.06 Por; Ener. z B: 13.41 %; Ener. z W: 53.33 %; Ener. z T: 30.17 %; Ener. z Bł.: 2.8 %; K: 4055.69 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

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

piątek 2024-01-12 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE,), Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ,), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt (.), Ser żółty 50 g (MLE,), Miód (25g) 1 szt (.), Śliwka szt 2 szt (.),	Dyniowa z makaronem* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Ziemniaki z koperkiem (.) 200 g (.), Ryba smażona (Morszczuk) 90 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,), Sałatka z kapusty czerwonej z olejem (.) b/c 100 g (.), Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ,), 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 smarownia (59% tł) 10g 1 szt (.), Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 80 g (JAJ, GOR,), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g (.),
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml (.),

Wartości odżywcze: E: 2395.39 kcal; B: 107.12 g; T: 75.45 g; Kw. tł. nasy.: 20.56 g; W: 338.5 g; W tym cukry: 64.1 g; Bł.: 32.78 g; Sól: 8.79 g; WW: 30.62 Por; Ener. z B: 17.89 %; Ener. z W: 51.05 %; Ener. z T: 28.35 %; Ener. z Bł.: 2.74 %; K: 5203.73 mg;

piątek 2024-01-12 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE,), Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ,), Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt (.), Ser żółty 50 g (MLE,), Sałata zielona 20 g (.),	Dyniowa z makaronem* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Ziemniaki z koperkiem (.) 200 g (.), Ryba gotowana (Morszczuk) 70 g (RYB,), Sałatka z kapusty czerwonej z olejem (.) b/c 100 g (.), Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ,), Kompot owocowy* b/c 250 ml (.),	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml (.), Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt (.), Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 80 g (JAJ, GOR,), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g (.),
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE,),	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;

piątek 2024-01-12 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE,), Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ,), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 2 szt (.), Twaróg półtłusty 50 g (MLE,), Miód (25g) 1 szt (.), Jabłko 1 szt 1 szt (.),	Dyniowa z makaronem* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Ziemniaki z koperkiem (.) 200 g (.), Ryba gotowana (Morszczuk) 70 g (RYB,), Szpinak gotowany z olejem* 150 g (GLU PSZ,), Kompot owocowy* z/c 250 ml (.),	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt (.), Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE,), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g (.),
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml (.),

Wartości odżywcze: E: 2125.74 kcal; B: 99.09 g; T: 48.75 g; Kw. tł. nasy.: 11.84 g; W: 335.11 g; W tym cukry: 67.08 g; Bł.: 25.03 g; Sól: 6.52 g; WW: 31.09 Por; Ener. z B: 18.65 %; Ener. z W: 58.35 %; Ener. z T: 20.64 %; Ener. z Bł.: 2.35 %; K: 4911 mg;

piątek 2024-01-12 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE,), Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ,), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt (.), Twaróg półtłusty 50 g (MLE,), Miód (25g) 1 szt (.), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt (.),	Dyniowa z makaronem* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Ziemniaki z koperkiem (.) 200 g (.), Ryba gotowana (Morszczuk) 70 g (RYB,), Szpinak gotowany z olejem* 150 g (GLU PSZ,), Kompot owocowy* z/c 250 ml (.),	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt (.), Pasta z białek z koperkiem 80 g (JAJ, MLE,), Sałatka z pomidorów i koperku b/skórki 100 g (.),

Jadłospisy dla oddziałów

		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml (.),
--	--	--

Wartości odżywcze: E: 2143.3 kcal; B: 105.47 g; T: 47.89 g; Kw. tł. nasy.: 12.06 g; W: 335.02 g; W tym cukry: 66.8 g; Bł.: 25.03 g; Sól: 6.69 g; WW: 31.05 Por; Ener. z B: 19.68 %; Ener. z W: 57.85 %; Ener. z T: 20.11 %; Ener. z Bł.: 2.34 %; K: 4968.6 mg;

piątek 2024-01-12	Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna
--------------------------	--

Płatki pszenne 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 smarownia (59% tł) 10g 2 szt (.), Szyńka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ), Miód (25g) 1 szt (.), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt (.),	Dyniowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL), Ziemniaki z koperkiem (.) 200 g (.), Ryba gotowana (Morszczuk) 70 g (RYB), Szpinak gotowany z olejem* 150 g (GLU PSZ), Kompot owocowy* z/c 250 ml (.),	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt (.), Pasta z jaj z koperkiem -dieta (bez mleka) 80 g (JAJ), Sałatka z pomidorów i koperku b/skórki 100 g (.),
---	---	---

		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml (.),
--	--	--

Wartości odżywcze: E: 1903.13 kcal; B: 78.15 g; T: 45.38 g; Kw. tł. nasy.: 9.72 g; W: 307.68 g; W tym cukry: 42.09 g; Bł.: 25.96 g; Sól: 7.14 g; WW: 28.26 Por; Ener. z B: 16.43 %; Ener. z W: 59.21 %; Ener. z T: 21.46 %; Ener. z Bł.: 2.73 %; K: 4020.58 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

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

sobota 2024-01-13 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Ryż na mleku/p 400 ml (MLE), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt (.), Parówki cieszynki- węd. wp. homog. wędz. parz 80 g (SOJ SEL), Musztarda 15g saszetka 1 szt (GOR), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i słonecznikiem z olejem* 80 g (.), Sałata zielona 20 g (.),	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ SEL), Kasza bulgur 200 g (GLU PSZ), Wątróbka wieprzowa duszona w sosie własnym 180 g (GLU PSZ), Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g (GOR), 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 (GLU PSZ GLU ŻYT), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt (.), Serek homo. naturalny 100 g (MLE), Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ), Pomidor 80 g (.), Mix sałat 20 g (.),
		Posiłek nocny: Mandarynka 2 szt (.),

Wartości odżywcze: E: 2553.87 kcal; B: 119.66 g; T: 83.29 g; Kw. tł. nasy.: 16.2 g; W: 342.1 g; W tym cukry: 54.97 g; Bł.: 31.15 g; Sól: 10.04 g; WW: 31.17 Por; Ener. z B: 18.74 %; Ener. z W: 48.7 %; Ener. z T: 29.35 %; Ener. z Bł.: 2.44 %; K: 3840.49 mg;

sobota 2024-01-13 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Ryż na mleku/p 400 ml (MLE), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml (.), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt (.), Szynka Familijna wieprzowa, z dodatkiem wody i białka wp z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ MLE), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i słonecznikiem z olejem* 80 g (.), Sałata zielona 20 g (.),	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ SEL), Kasza bulgur 200 g (GLU PSZ), Gulasz wieprzowy-dieta 180 g (GLU PSZ), Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g (GOR), Fasolka szparagowa z wody* 100 g (.), Kompot owocowy* b/c 250 ml (.),	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml (.), Chleb Graham 100 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt (.), Serek homo. naturalny 100 g (MLE), Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ), Pomidor 80 g (.), Mix sałat 20 g (.),
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml (.),	Podwieczorek: Chleb Graham 25 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 0.50 szt (.), Twarożek 30 g (MLE), Pomidor 15 g (.),	Posiłek nocny: Mandarynka 2 szt (.),

Wartości odżywcze: E: 2506.33 kcal; B: 127.75 g; T: 66.92 g; Kw. tł. nasy.: 13.01 g; W: 362.28 g; W tym cukry: 69.33 g; Bł.: 36.42 g; Sól: 9.02 g; WW: 32.68 Por; Ener. z B: 20.39 %; Ener. z W: 52.01 %; Ener. z T: 24.03 %; Ener. z Bł.: 2.91 %; K: 4328.83 mg;

sobota 2024-01-13 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Ryż na mleku/p 400 ml (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 smarownia (59% tł) 10g 2 szt (.), Szynka Familijna wieprzowa, z dodatkiem wody i białka wp z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ MLE), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i olejem* 80 g (.), Sałata zielona 20 g (.),	Selerowa z ziemniakami * (.) 400 ml (MLE SEL), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ), Gulasz wieprzowy-dieta 180 g (GLU PSZ), Fasolka szparagowa z wody* 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 smarownia (59% tł) 10g 1 szt (.), Serek homo. naturalny 100 g (MLE), Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ), Pomidor 80 g (.), Mix sałat 20 g (.),
		Posiłek nocny: Mandarynka 2 szt (.),

Wartości odżywcze: E: 2152.11 kcal; B: 104.52 g; T: 54.04 g; Kw. tł. nasy.: 11.86 g; W: 325.48 g; W tym cukry: 57.17 g; Bł.: 29.58 g; Sól: 7.42 g; WW: 29.72 Por; Ener. z B: 19.43 %; Ener. z W: 55 %; Ener. z T: 22.6 %; Ener. z Bł.: 2.75 %; K: 3985.63 mg;

sobota 2024-01-13 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Ryż na mleku/p 400 ml (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 smarownia (59% tł) 10g 1 szt (.), Szynka Familijna wieprzowa, z dodatkiem wody i białka wp z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i olejem* 80 g (.), Sałata zielona 20 g (.),	Selerowa z ziemniakami * (.) 400 ml (MLE, SEL), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JEĆZ), Gulasz wieprzowy-dieta 180 g (GLU PSZ), Buraczki gotowane (.) 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 smarownia (59% tł) 10g 1 szt (.), Serek homo. naturalny 100 g (MLE), Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ), Pomidor b/skórki 80 g (.), Mix sałat 20 g (.),
		Posiłek nocny: Banan 1szt. 1 szt (.),

Wartości odżywcze: E: 2235.95 kcal; B: 105.31 g; T: 48.21 g; Kw. tł. nasy.: 10.71 g; W: 358.7 g; W tym cukry: 88.49 g; Bł.: 29.79 g; Sól: 7.41 g; WW: 32.96 Por; Ener. z B: 18.84 %; Ener. z W: 58.84 %; Ener. z T: 19.41 %; Ener. z Bł.: 2.66 %; K: 4739.58 mg;

sobota 2024-01-13 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
Ryż na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL), 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 smarownia (59% tł) 10g 2 szt (.), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (SOJ), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i olejem* 80 g (.), Sałata zielona 20 g (.),	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* (.) 400 ml (SEL), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JEĆZ), Gulasz wieprzowy-dieta 180 g (GLU PSZ), Buraczki gotowane (.) 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 smarownia (59% tł) 10g 1 szt (.), Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ), Pomidor b/skórki 80 g (.), Mix sałat 20 g (.),
		Posiłek nocny: Mandarynka 2 szt (.),

Wartości odżywcze: E: 2025.64 kcal; B: 78.53 g; T: 55.87 g; Kw. tł. nasy.: 13.31 g; W: 315.52 g; W tym cukry: 52.07 g; Bł.: 31.13 g; Sól: 7.07 g; WW: 28.45 Por; Ener. z B: 15.51 %; Ener. z W: 56.16 %; Ener. z T: 24.82 %; Ener. z Bł.: 3.07 %; K: 3758.41 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

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

niedziela 2024-01-14 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 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 (),	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 (),
		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt (),

Wartości odżywcze: E: 1999.22 kcal; B: 105.47 g; T: 57.39 g; Kw. tł. nasy.: 14.74 g; W: 278.66 g; W tym cukry: 44.17 g; Bł.: 29.17 g; Sól: 6.89 g; WW: 25.01 Por; Ener. z B: 21.1 %; Ener. z W: 49.92 %; Ener. z T: 25.84 %; Ener. z Bł.: 2.92 %; K: 4421.62 mg;

niedziela 2024-01-14 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 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 (), 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 wieloowocowy* b/c 200 ml (<u>MLE,</u>),	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt (),

Wartości odżywcze: E: 2132.44 kcal; B: 114.89 g; T: 61.39 g; Kw. tł. nasy.: 16.56 g; W: 297.52 g; W tym cukry: 63.58 g; Bł.: 36.85 g; Sól: 6.7 g; WW: 26.1 Por; Ener. z B: 21.55 %; Ener. z W: 48.9 %; Ener. z T: 25.91 %; Ener. z Bł.: 3.46 %; K: 5222.3 mg;

niedziela 2024-01-14 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
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 (), Jabłko 1 szt 1 szt (),	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* 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 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 (),
		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt (),

Wartości odżywcze: E: 2100.98 kcal; B: 107.09 g; T: 59.9 g; Kw. tł. nasy.: 15.61 g; W: 295.32 g; W tym cukry: 52.36 g; Bł.: 23.37 g; Sól: 5.91 g; WW: 27.16 Por; Ener. z B: 20.39 %; Ener. z W: 51.78 %; Ener. z T: 25.66 %; Ener. z Bł.: 2.22 %; K: 4287.57 mg;

niedziela 2024-01-14 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

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 1 szt (.), Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (<u>MLE</u>), Sałata zielona 20 g (.), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt (.),	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* 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 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 b/skórki 100 g (.),
		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt (.),

Wartości odżywcze: E: 2047.88 kcal; B: 107.09 g; T: 54 g; Kw. tł. nasy.: 14.31 g; W: 295.32 g; W tym cukry: 52.36 g; Bł.: 23.37 g; Sól: 5.89 g; WW: 27.16 Por; Ener. z B: 20.92 %; Ener. z W: 53.12 %; Ener. z T: 23.73 %; Ener. z Bł.: 2.28 %; K: 4287.57 mg;

niedziela 2024-01-14 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
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 (.), Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona 20 g (.), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt (.),	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* 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 Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ</u>), Sałatka z pomidorów i koperku b/skórki 100 g (.),
		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt (.),

Wartości odżywcze: E: 1931.46 kcal; B: 87.14 g; T: 56.18 g; Kw. tł. nasy.: 13.18 g; W: 279.77 g; W tym cukry: 33.73 g; Bł.: 23.9 g; Sól: 6.76 g; WW: 25.51 Por; Ener. z B: 18.05 %; Ener. z W: 52.99 %; Ener. z T: 26.18 %; Ener. z Bł.: 2.48 %; K: 3619.85 mg;