

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2024-01-29 Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
Platki owsiane na mleku/p 200 ml (MLE, GLU OW), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Kielbasa Szynkowa wieprzowa grubo rozdrobniona parzona w osłonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ), Papryka świeża mix 80 g, Sałata zielona 20 g,	Solferino * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g, Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE), Banan 1szt. 1 szt, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (MLE), Sałatka z pomidorów b/skórki i koperku 90 g, Rukola 10 g,
II Śniadanie: Bułka pszenna długa krojona 25 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 0.50 szt, Jajko gotowane kl M 0.50 szt (JAJ), Sałata zielona 10 g,		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml,

Wartości odżywcze: E: 1957.22 kcal; B: 69.37 g; T: 36.88 g; Kw. tł. nasy.: 9.05 g; W: 348.38 g; W tym cukry: 92.9 g; Bł.: 21.16 g; Sól: 6.93 g; WW: 32.89 Por; Ener. z B: 14.18 %; Ener. z W: 66.87 %; Ener. z T: 16.96 %; Ener. z Bł.: 2.16 %; K: 3720.22 mg;

poniedziałek 2024-01-29 Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
Platki owsiane na mleku/p 250 ml (MLE, GLU OW), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Kielbasa Szynkowa wieprzowa grubo rozdrobniona parzona w osłonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ), Fasolka szparagowa z wody* 80 g, Sałata zielona 20 g,	Solferino * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g, Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE), Banan 1szt. 1 szt, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (MLE), Sałatka z pomidorów b/skórki i koperku 90 g, Rukola 10 g,
II Śniadanie: Bułka pszenna długa krojona 25 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 0.50 szt, Jajko gotowane kl M 0.50 szt (JAJ), Sałata zielona 10 g,		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml,

Wartości odżywcze: E: 1985.64 kcal; B: 72.02 g; T: 36.91 g; Kw. tł. nasy.: 9.09 g; W: 353.09 g; W tym cukry: 92.46 g; Bł.: 21.56 g; Sól: 7.14 g; WW: 33.33 Por; Ener. z B: 14.51 %; Ener. z W: 66.79 %; Ener. z T: 16.73 %; Ener. z Bł.: 2.17 %; K: 3759.27 mg;

poniedziałek 2024-01-29 Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Platki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Chleb Graham 100 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Kielbasa Szynkowa wieprzowa grubo rozdrobniona parzona w osłonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ), Papryka świeża mix 80 g, Sałata zielona 20 g,	Solferino * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Ryż brązowy z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g, Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE), Mandarynka 2 szt, 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 twarogu i cebuli 80 g (MLE), Sałatka z pomidorów i koperku 90 g, Rukola 10 g,
II Śniadanie: Chleb Graham 25 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 0.50 szt, Jajko gotowane kl M 0.50 szt (JAJ), Sałata zielona 10 g,	Podwieczorek: Surówka Coleslaw b/c () 100 g (JAJ, MLE, GOR),	Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml,

Wartości odżywcze: E: 1965.77 kcal; B: 82.49 g; T: 44.08 g; Kw. tł. nasy.: 10.29 g; W: 326.74 g; W tym cukry: 74.07 g; Bł.: 39.74 g; Sól: 8.18 g; WW: 28.76 Por; Ener. z B: 16.78 %; Ener. z W: 58.4 %; Ener. z T: 20.18 %; Ener. z Bł.: 4.04 %; K: 4352.9 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2024-01-30 Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
Makaron 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, Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u>), Cwikła z jabłkiem () 80 g, Salata zielona 20 g,	Wielowarzywna z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), kasza pęczak/sypko 200 g (<u>GLU PSZ</u>), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos chrzanowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SO2</u>), Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 100 g (<u>MLE</u>), Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>), 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, Pasta z makreli wędzonej z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL</u>), Pomidor 80 g, Mix salat 20 g,
II Śniadanie: Koktajl z czarnej porzeczki* b/c 200 ml (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: Talarki z marchwi 100 g,

Wartości odżywcze: E: 2393.81 kcal; B: 113.35 g; T: 62.52 g; Kw. tł. nasy.: 17.09 g; W: 352.33 g; W tym cukry: 67.38 g; Bł.: 43.94 g; Sól: 9.85 g; WW: 30.83 Por; Ener. z B: 18.94 %; Ener. z W: 51.53 %; Ener. z T: 23.51 %; Ener. z Bł.: 3.67 %; K: 4810.11 mg;

wtorek 2024-01-30 Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
Makaron 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, Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u>), Cwikła z jabłkiem () 80 g, Salata zielona 20 g,	Wielowarzywna z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos ziołowy 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Marchew oprószana z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>), 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 ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL</u>), Pomidor b/skórki 80 g, Mix salat 20 g,
II Śniadanie: Koktajl bananowy 200 ml (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: Talarki z marchwi 100 g,

Wartości odżywcze: E: 2314.62 kcal; B: 104.27 g; T: 50.66 g; Kw. tł. nasy.: 13.8 g; W: 374.75 g; W tym cukry: 80.4 g; Bł.: 32.88 g; Sól: 8.25 g; WW: 34.25 Por; Ener. z B: 18.02 %; Ener. z W: 59.08 %; Ener. z T: 19.7 %; Ener. z Bł.: 2.84 %; K: 4618.07 mg;

wtorek 2024-01-30 Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Makaron pełnoziarnisty na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<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>), Cwikła z jabłkiem b/c () 80 g, Salata zielona 20 g,	Wielowarzywna z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), kasza pęczak/sypko 200 g (<u>GLU PSZ</u>), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos chrzanowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SO2</u>), Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 100 g (<u>MLE</u>), Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml,	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>), 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 makreli wędzonej z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL</u>), Pomidor 80 g, Mix salat 20 g,
II Śniadanie: Koktajl z czarnej porzeczki* b/c 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Gruszka 1szt. 150 g,	Posiłek nocny: Talarki z marchwi 100 g,

Wartości odżywcze: E: 2420.35 kcal; B: 115.78 g; T: 61.89 g; Kw. tł. nasy.: 16.87 g; W: 361.96 g; W tym cukry: 78.82 g; Bł.: 53.32 g; Sól: 9.3 g; WW: 30.89 Por; Ener. z B: 19.13 %; Ener. z W: 51.01 %; Ener. z T: 23.01 %; Ener. z Bł.: 4.41 %; K: 5253.31 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2024-01-31 Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
Ryż na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 70 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 wanilinowym 60 g (<u>MLE</u>), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u>), Sałatka warzywna (ogórek, pomidor, papryka) () 100 g (<u>MLE</u>),	Grycikowa * 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem () 200 g, Eskalopka z kurczaka 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Fasolka szparagowa z bułką tartą i z olejem * 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Surówka Coleslaw b/c () 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR</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, Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE</u>), Sałata zielona z jogurtem 20 g (<u>MLE</u>), Ogórek kiszony 80 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: 2127.42 kcal; B: 94.19 g; T: 59.93 g; Kw. tł. nasy.: 10.97 g; W: 314.93 g; W tym cukry: 40.94 g; Bł.: 27.28 g; Sól: 8.68 g; WW: 28.84 Por; Ener. z B: 17.71 %; Ener. z W: 54.09 %; Ener. z T: 25.35 %; Ener. z Bł.: 2.56 %; K: 3976.18 mg;

środa 2024-01-31 Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
Ryż na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Serek homo o smaku wanilinowym 60 g (<u>MLE</u>), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u>), Sałatka wiosenna - diety 100 g,	Grycikowa * 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem () 200 g, Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g, Sos bazyliowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki z olejem* 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, Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona z jogurtem 20 g (<u>MLE</u>), Pomidor b/skórki 80 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: 2102.16 kcal; B: 95.76 g; T: 53.39 g; Kw. tł. nasy.: 9.45 g; W: 317.19 g; W tym cukry: 45.89 g; Bł.: 19.95 g; Sól: 7.34 g; WW: 29.76 Por; Ener. z B: 18.22 %; Ener. z W: 56.56 %; Ener. z T: 22.86 %; Ener. z Bł.: 1.9 %; K: 4102.39 mg;

środa 2024-01-31 Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Ryż pełnoziarnisty na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE</u>), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u>), Sałatka warzywna (ogórek, pomidor, papryka) () 100 g (<u>MLE</u>),	Grycikowa * 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem () 200 g, Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g, Sos bazyliowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Fasolka szparagowa z wody* 100 g, Surówka Coleslaw b/c () 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR</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, Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona z jogurtem 20 g (<u>MLE</u>), Ogórek kiszony 80 g,
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Warzywa pieczone 100 g, Dip zielony 10 g (<u>MLE</u>),	Posiłek nocny: Sok pomidorowy 200 ml,

Wartości odżywcze: E: 1992.9 kcal; B: 101.13 g; T: 55 g; Kw. tł. nasy.: 10.22 g; W: 290.5 g; W tym cukry: 40.18 g; Bł.: 34.76 g; Sól: 10.22 g; WW: 25.7 Por; Ener. z B: 20.3 %; Ener. z W: 51.33 %; Ener. z T: 24.84 %; Ener. z Bł.: 3.49 %; K: 5078.59 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2024-02-01 Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>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 , Szykowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g , Rzodkiew biała 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Łazanki z kapustą i mięs wp z łopatki 350 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR</u>), Mandarynka 2 szt , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	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 ciecierzycy* 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Serek a`la homogenizowany z ziołami 30 g (<u>MLE</u>), Roszponka 20 g , Pomidor 80 g ,
II Śniadanie: Owsianka z jabłkiem pieczonym i cynamonem 200 g (<u>MLE, GLU OW</u>),		Posiłek nocny: Mieszanka studencka 30 g (<u>OZI, ORZ</u>),

Wartości odżywcze: E: 2503.15 kcal; B: 97.78 g; T: 74.91 g; Kw. tł. nasy.: 14.93 g; W: 374.82 g; W tym cukry: 67.49 g; Bł.: 37.35 g; Sól: 7.66 g; WW: 33.75 Por; Ener. z B: 15.63 %; Ener. z W: 53.93 %; Ener. z T: 26.94 %; Ener. z Bł.: 2.98 %; K: 4153.17 mg;

czwartek 2024-02-01 Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
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 1 szt , Szykowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g , Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (<u>SEL</u>), Sałata zielona 20 g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego () 350 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Brokuł gotowany* 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>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 50 g (<u>SOJ</u>), Serek a`la homogenizowany z ziołami 30 g (<u>MLE</u>), Roszponka 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,
II Śniadanie: Owsianka z jabłkiem pieczonym i cynamonem 200 g (<u>MLE, GLU OW</u>),		Posiłek nocny: Banan 1szt. 1 szt ,

Wartości odżywcze: E: 2351.56 kcal; B: 96.08 g; T: 48.94 g; Kw. tł. nasy.: 11.2 g; W: 395.42 g; W tym cukry: 87.47 g; Bł.: 31.62 g; Sól: 8.68 g; WW: 36.35 Por; Ener. z B: 16.34 %; Ener. z W: 61.88 %; Ener. z T: 18.73 %; Ener. z Bł.: 2.69 %; K: 4641.44 mg;

czwartek 2024-02-01 Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU JEĆZ</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 , Szykowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g , Rzodkiew biała 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Makaron pełnoziarnisty z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego () 350 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 150 g (<u>SEL</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	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 , Pasztet z ciecierzycy* 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Serek a`la homogenizowany z ziołami 30 g (<u>MLE</u>), Roszponka 20 g , Pomidor 80 g ,
II Śniadanie: Owsianka z jabłkiem pieczonym i cynamonem 200 g (<u>MLE, GLU OW</u>),	Podwieczorek: Mandarynka 2 szt ,	Posiłek nocny: Mieszanka studencka 30 g (<u>OZI, ORZ</u>),

Wartości odżywcze: E: 2493.36 kcal; B: 103.26 g; T: 68.09 g; Kw. tł. nasy.: 11.45 g; W: 389.12 g; W tym cukry: 67.75 g; Bł.: 46.74 g; Sól: 6.86 g; WW: 34.29 Por; Ener. z B: 16.57 %; Ener. z W: 54.93 %; Ener. z T: 24.58 %; Ener. z Bł.: 3.75 %; K: 4799.73 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2024-02-02 Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</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, Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE</u>), Dżem 25 g 1 szt, Gruszka 1szt. 150 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem () 200 g, Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>), Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 100 g, Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Kompot owocowy* 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>), Sałata zielona 20 g, Papryka świeża 80 g, Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),
II Śniadanie: Koktajl wieloowocowy* b/c 200 ml (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml,

Wartości odżywcze: E: 2414.66 kcal; B: 112.95 g; T: 68.42 g; Kw. tł. nasy.: 14.24 g; W: 354 g; W tym cukry: 89.13 g; Bł.: 34.92 g; Sól: 8.05 g; WW: 31.95 Por; Ener. z B: 18.71 %; Ener. z W: 52.86 %; Ener. z T: 25.5 %; Ener. z Bł.: 2.89 %; K: 5447.65 mg;

piątek 2024-02-02 Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE</u>), Dżem 25 g 1 szt, Jabłko 1 szt 1 szt, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem () 200 g, Pulpet ryбно-warzywny* 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL</u>), Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Warzywa po grecku* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>), 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>), Sałata zielona 20 g, Pomidor b/skórki 80 g,
II Śniadanie: Koktajl wieloowocowy* b/c 200 ml (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml,

Wartości odżywcze: E: 2218.13 kcal; B: 101.99 g; T: 47.25 g; Kw. tł. nasy.: 12.62 g; W: 361.16 g; W tym cukry: 91.72 g; Bł.: 28.59 g; Sól: 6.46 g; WW: 33.28 Por; Ener. z B: 18.39 %; Ener. z W: 59.97 %; Ener. z T: 19.17 %; Ener. z Bł.: 2.58 %; K: 5305.77 mg;

piątek 2024-02-02 Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Makaron pełnoziarnisty na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE</u>), Gruszka 1szt. 150 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem () 200 g, Pulpet ryбно-warzywny* 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL</u>), Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 100 g, Warzywa po grecku * (bez cukru) 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml,	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>), 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>), Sałata zielona 20 g, Papryka świeża 80 g,
II Śniadanie: Koktajl wieloowocowy* b/c 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Chleb Graham 25 g (<u>GLU PSZ</u>), Hummus 30 g (<u>SEZ</u>), Pomidor 15 g,	Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml,

Wartości odżywcze: E: 2271.43 kcal; B: 106.08 g; T: 64.1 g; Kw. tł. nasy.: 13.89 g; W: 334.66 g; W tym cukry: 75.2 g; Bł.: 41.3 g; Sól: 8.47 g; WW: 29.37 Por; Ener. z B: 18.68 %; Ener. z W: 51.66 %; Ener. z T: 25.4 %; Ener. z Bł.: 3.64 %; K: 5661.89 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2024-02-03 Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE,), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Szywna Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW,), Sałatka z pomidorów z jogurtem natur i natką pietr 100 g (MLE,),	Ogórkowa z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ,), Gulasz z żołądków drobiowych* 200 g (GLU PSZ, MLE, SEL,), Buraczki gotowane () 100 g, Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i słonecznikiem z olejem* 100 g, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Sałatka z ryżu brązowego, brokułów i wędliny drob wieprz 150 g (JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,), Sałata zielona 20 g,
II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 szt,		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE,),

Wartości odżywcze: E: 2463.84 kcal; B: 98.79 g; T: 71.64 g; Kw. tł. nasy.: 14.38 g; W: 369.38 g; W tym cukry: 70.13 g; Bł.: 35.38 g; Sól: 8.91 g; WW: 33.39 Por; Ener. z B: 16.04 %; Ener. z W: 54.22 %; Ener. z T: 26.17 %; Ener. z Bł.: 2.87 %; K: 4273.97 mg;

sobota 2024-02-03 Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE,), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Szywna Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW,), Sałatka z pomidorów z jogurtem natur i natką pietr b/skórki 100 g (MLE,),	Ziemniaczana * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ,), Potrawka drobiowa () 200 g (GLU PSZ, SEL,), Buraczki gotowane () 150 g, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,), 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, Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz -dieta 150 g (SOJ, MLE, SEL,), Sałata zielona 20 g,
II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 szt,		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE,),

Wartości odżywcze: E: 2318.24 kcal; B: 92.79 g; T: 47.28 g; Kw. tł. nasy.: 11.71 g; W: 394.82 g; W tym cukry: 73.28 g; Bł.: 32.87 g; Sól: 8.34 g; WW: 36.12 Por; Ener. z B: 16.01 %; Ener. z W: 62.45 %; Ener. z T: 18.36 %; Ener. z Bł.: 2.84 %; K: 4522.36 mg;

sobota 2024-02-03 Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, 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, Szywna Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW,), Musztarda 15g saszetka 1 szt (GOR,), Sałatka z pomidorów z jogurtem natur i natką pietr 100 g (MLE,),	Ogórkowa z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ,), Potrawka drobiowa () 200 g (GLU PSZ, SEL,), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () b/c 100 g, Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i słonecznikiem z olejem* 100 g, Kompot owocowy* b/c 250 ml,	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Sałatka z ryżu brązowego, brokułów i wędliny drob wieprz 150 g (JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,), Sałata zielona 20 g,
II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 szt,	Podwieczorek: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml,	Posiłek nocny: Chleb Graham 30 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 0.50 szt, Serek homo. naturalny 25 g (MLE,), Pomidor 15 g,

Wartości odżywcze: E: 2421.39 kcal; B: 103.08 g; T: 72.24 g; Kw. tł. nasy.: 14.21 g; W: 359.82 g; W tym cukry: 66.31 g; Bł.: 43.39 g; Sól: 11.54 g; WW: 31.62 Por; Ener. z B: 17.03 %; Ener. z W: 52.27 %; Ener. z T: 26.85 %; Ener. z Bł.: 3.58 %; K: 4754.71 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2024-02-04 Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
Kasza manna na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE,), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Ser żółty 60 g (MLE,), Ogórek kiszony 80 g, Salata zielona 20 g,	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Ziemniaki z koperkiem () 200 g, Kotlet schabowy 100 g (GLU PSZ, JAJ,), Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g, Bukiet warzyw gotowanych królewski* 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, Kielbasa Krakowska wieprzowa parzona grubo rozdrobniona wędzona w osłonce niejadalnej. 30 g (GOR,), Serek homo. naturalny 50 g (MLE,), Pomidor 80 g, Rukola 20 g,
II Śniadanie: Jogurt naturalny z musem truskawkowym 150 g (MLE,),		Posiłek nocny: Migdały 30 g (ORZ,), Pomarańcza 150 g,

Wartości odżywcze: E: 2485.85 kcal; B: 116.62 g; T: 85.58 g; Kw. tł. nasy.: 24.16 g; W: 327.81 g; W tym cukry: 61.87 g; Bł.: 32.04 g; Sól: 8.82 g; WW: 29.58 Por; Ener. z B: 18.76 %; Ener. z W: 47.59 %; Ener. z T: 30.98 %; Ener. z Bł.: 2.58 %; K: 4697.23 mg;

niedziela 2024-02-04 Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
Kasza manna na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE,), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Twarożek z koperkiem 80 g (MLE,), Warzywa pieczone (buraki, pietruszka, cukinia) 80 g, Salata zielona 20 g,	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Ziemniaki z koperkiem () 200 g, Schab pieczony w rękawie 100 g, Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL,), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ,), Serek homo. naturalny 50 g (MLE,), Pomidor b/skórki 80 g, Rukola 20 g,
II Śniadanie: Jogurt naturalny z musem truskawkowym 150 g (MLE,),		Posiłek nocny: Pomarańcza 150 g,

Wartości odżywcze: E: 2107.05 kcal; B: 117.15 g; T: 45.74 g; Kw. tł. nasy.: 12.31 g; W: 315.15 g; W tym cukry: 62.03 g; Bł.: 19.57 g; Sól: 5.33 g; WW: 29.59 Por; Ener. z B: 22.24 %; Ener. z W: 56.11 %; Ener. z T: 19.54 %; Ener. z Bł.: 1.86 %; K: 4535.68 mg;

niedziela 2024-02-04 Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kasza manna na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE,), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Ser żółty 50 g (MLE,), Ogórek kiszony 80 g, Salata zielona 20 g,	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Ziemniaki z koperkiem () 200 g, Schab pieczony w rękawie 100 g, Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL,), Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g, Bukiet warzyw gotowanych królewski* 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, Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ,), Serek homo. naturalny 50 g (MLE,), Pomidor 80 g, Rukola 20 g,
II Śniadanie: Jogurt naturalny z musem truskawkowym 150 g (MLE,),	Podwieczorek: Sałatka jarzynowa* 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR,),	Posiłek nocny: Migdały 30 g (ORZ,), Pomarańcza 150 g,

Wartości odżywcze: E: 2354.77 kcal; B: 125.97 g; T: 75.87 g; Kw. tł. nasy.: 22.3 g; W: 310.73 g; W tym cukry: 58.63 g; Bł.: 35.8 g; Sól: 8.59 g; WW: 27.51 Por; Ener. z B: 21.4 %; Ener. z W: 46.7 %; Ener. z T: 29 %; Ener. z Bł.: 3.04 %; K: 5359.24 mg;