

Jadłospisy dla oddziałów

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

poniedziałek 2024-01-08 Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU JĘCZ</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>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</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem () 200 g (), Gulasz warzywny z ciecierzycą * 150 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>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</u> , <u>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 (),
II Śniadanie: Smoothie (jabłko, pomarańcza, szpinak) 200 g (),		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml (),

Wartości odżywcze: E: 2044.81 kcal; B: 68.08 g; T: 58.49 g; Kw. tł. nasy.: 12.27 g; W: 331.07 g; W tym cukry: 67.99 g; Bł.: 38.42 g; Sól: 11.38 g; WW: 29.25 Por; Ener. z B: 13.32 %; Ener. z W: 57.25 %; Ener. z T: 25.74 %; Ener. z Bł.: 3.76 %; K: 4276.11 mg;

poniedziałek 2024-01-08 Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
Płatki jęczmienna na mleku /p 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU JĘCZ</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (), Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt (), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ</u>), Pomidor 80 g (), Roszponka 20 g (),	Brokułowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem () 200 g (), Gulasz warzywny dieta* 150 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Surówka z marchwi () drobno tarta 150 g (<u>MLE</u>), Banan 1szt. 1 szt (), Kompot owocowy* z/c 250 ml (),	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (), Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt (), Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 80 g (<u>RYB</u> , <u>SEL</u>), Sałata zielona 20 g (),
II Śniadanie: Smoothie (jabłko, pomarańcza, szpinak) 200 g (),		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml (),

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

poniedziałek 2024-01-08 Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>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</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem () 200 g (), Gulasz warzywny z ciecierzycą * 150 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>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</u> , <u>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;

Jadłospisy dla oddziałów

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

wtorek 2024-01-09		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		

kasza kukurydziana na ml/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 (), Szyńka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (SOJ), Sałata zielona 20 g (), Talarki z marchewki 80 g (),	Pieczarkowa z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ), Szyńka wieprzowa pieczona 80 g (), Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g (), Dynia duszona 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 (), Galaretki drobiowa z udźca kurczaka* 150 g (SEL), Sałatka z pomidora i ogórka z cebulą 80 g (), Cytryna 20 g (),
---	--	--

II Śniadanie: jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE),		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt (), Mieszanka studencka 30 g (OZI, ORZ),
---	--	--

Wartości odżywcze: E: 2159.35 kcal; B: 103.97 g; T: 53.12 g; Kw. tł. nasy.: 10.31 g; W: 327.84 g; W tym cukry: 63.1 g; Bł.: 34.68 g; Sól: 7.14 g; WW: 29.32 Por; Ener. z B: 19.26 %; Ener. z W: 54.31 %; Ener. z T: 22.14 %; Ener. z Bł.: 3.21 %; K: 4315.11 mg;

wtorek 2024-01-09		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		

kasza kukurydziana na ml/p 250 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 (), Talarki z marchewki 80 g (),	Solferino * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, 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 90 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt (), Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ), Sałatka z pomidora i sałaty lodowej 100 g (),
--	---	---

II Śniadanie: jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE),		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt (),
---	--	--

Wartości odżywcze: E: 1987.7 kcal; B: 93.68 g; T: 44.26 g; Kw. tł. nasy.: 10.28 g; W: 311.73 g; W tym cukry: 56.63 g; Bł.: 23.52 g; Sól: 6.9 g; WW: 28.78 Por; Ener. z B: 18.85 %; Ener. z W: 58 %; Ener. z T: 20.04 %; Ener. z Bł.: 2.37 %; K: 3817.35 mg;

wtorek 2024-01-09		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		

kasza kukurydziana na ml/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 (), Szyńka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (SOJ), Sałata zielona 20 g (), Talarki z marchewki 80 g (),	Pieczarkowa z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ), Szyńka wieprzowa gotowana 100 g (), Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g (), Dynia duszona 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 (), Galaretki drobiowa z udźca kurczaka* 150 g (SEL), Sałatka z pomidora i ogórka z cebulą 80 g (), Cytryna 20 g (),
--	---	--

II Śniadanie: jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE),	Podwieczorek: Warzywa pieczone 100 g (), Dip ziołowy 10 g (MLE),	Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt (), Mieszanka studencka 30 g (OZI, ORZ),
---	--	--

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;

Jadłospisy dla oddziałów

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

środa 2024-01-10 Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU OW</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt (), 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 (),
II Śniadanie: Budyń o smaku śmietankowym z chipsami kokosowymi b/c 200 ml (<u>MLE, SO2</u>),		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt (),

Wartości odżywcze: E: 2242.5 kcal; B: 89.77 g; T: 54.48 g; Kw. tł. nasy.: 13.12 g; W: 363.42 g; W tym cukry: 77.3 g; Bł.: 34.2 g; Sól: 8.16 g; WW: 32.95 Por; Ener. z B: 16.01 %; Ener. z W: 58.72 %; Ener. z T: 21.86 %; Ener. z Bł.: 3.05 %; K: 4391.22 mg;

środa 2024-01-10 Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
Płatki owsiane na mleku/p 250 ml (<u>MLE, GLU OW</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (), Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt (), Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (<u>MLE</u>), 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 oprószone () 150 g (<u>GLU PSZ</u>), Jabłko 1 szt 1 szt (), Kompot owocowy* z/c 250 ml (),	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (), Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt (), Poledwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u>), Pomidor 80 g (), Sałata zielona 20 g (),
II Śniadanie: Budyń o smaku śmietankowym z chipsami kokosowymi b/c 200 ml (<u>MLE, SO2</u>),		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt (),

Wartości odżywcze: E: 2119.6 kcal; B: 84.12 g; T: 38.18 g; Kw. tł. nasy.: 11.74 g; W: 372.13 g; W tym cukry: 109.67 g; Bł.: 27.09 g; Sól: 6.09 g; WW: 34.5 Por; Ener. z B: 15.88 %; Ener. z W: 65.11 %; Ener. z T: 16.21 %; Ener. z Bł.: 2.56 %; K: 4753.57 mg;

środa 2024-01-10 Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU OW</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml (), Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt (), Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (<u>MLE</u>), 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 brokułu, oliwy i koperku 100 g (),	Posiłek nocny: Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt (),

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

Jadłospisy dla oddziałów

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

czwartek 2024-01-11 Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt (.), Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE</u>), Pomidor 90 g (.), Roszponka 10 g (.),	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT</u>), Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 400 g (<u>SEL</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Surówka z selera i jabłka z olejem (.) b/c 150 g (<u>SEL</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml (.),	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt (.), Tyrolska kielbasa wieprzowa drobno rozdrobniona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>), Sałatka jarzynowa z jajkiem (.) 150 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR</u>), Sałata zielona 20 g (.),
II Śniadanie: Kanapka z szynką i sałatą (bułka pszenna 45g, tłuszcz do smarowania 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ</u>),		Posiłek nocny: Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>),

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

czwartek 2024-01-11 Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 2 szt (.), Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE</u>), Pomidor 90 g (.), Roszponka 10 g (.),	Ziemniaczana * (.) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 400 g (<u>SEL</u>), Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ</u>), Seler z pietruszką gotowany z olejem (.) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml (.),	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt (.), Tyrolska kielbasa wieprzowa drobno rozdrobniona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>), Sałatka jarzynowa z jajkiem-diety (.) 150 g (<u>JAJ, MLE, SEL</u>), Sałata zielona 20 g (.),
II Śniadanie: Kanapka z szynką i sałatą (bułka pszenna 45g, tłuszcz do smarowania 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ</u>),		Posiłek nocny: Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>),

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

czwartek 2024-01-11 Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml (.), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt (.), Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE</u>), Pomidor 90 g (.), Roszponka 10 g (.),	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT</u>), Risotto (ryż brązowy) z mięsem wieprz i warzywami* 400 g (<u>SEL</u>), Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ</u>), Surówka z selera i jabłka z olejem (.) b/c 150 g (<u>SEL</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml (.),	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml (.), Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt (.), Tyrolska kielbasa wieprzowa drobno rozdrobniona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>), Sałatka jarzynowa z jajkiem (.) 150 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR</u>), Sałata zielona 20 g (.),
II Śniadanie: Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, tłuszcz do smarowania 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ</u>),	Podwieczorek: Koktajl z jagód * b/c 250 g (<u>MLE</u>),	Posiłek nocny: Pomarańcza 250g 1 szt (.),

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

Jadłospisy dla oddziałów

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

piątek 2024-01-12 Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 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 (.),
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE,),		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml (.),

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

piątek 2024-01-12 Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
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 (.),
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE,),		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml (.),

Wartości odżywcze: E: 2200.74 kcal; B: 104.19 g; T: 51.75 g; Kw. tł. nasy.: 11.84 g; W: 342.16 g; W tym cukry: 67.08 g; Bł.: 25.03 g; Sól: 6.67 g; WW: 31.79 Por; Ener. z B: 18.94 %; Ener. z W: 57.64 %; Ener. z T: 21.16 %; Ener. z Bł.: 2.27 %; K: 5094 mg;

piątek 2024-01-12 Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 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;

Jadłospisy dla oddziałów

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

sobota 2024-01-13 Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
Ryż na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt (.), Parówki cieszynki- węd. wp. homog. wędz. parz 80 g (<u>SOJ SEL</u>), Musztarda 15g saszetka 1 szt (<u>GOR</u>), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i słonecznikiem z olejem* 80 g (.), Sałata zielona 20 g (.),	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ SEL</u>), Kasza bulgur 200 g (<u>GLU PSZ</u>), Wątróbka wieprzowa duszona w sosie własnym 180 g (<u>GLU PSZ</u>), Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g (<u>GOR</u>), Fasolka szparagowa z wody* 100 g (.), Kompot owocowy* z/c 250 ml (.),	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt (.), Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE</u>), Szyunka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u>), Pomidor 80 g (.), Mix sałat 20 g (.),
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml (.),		Posiłek nocny: Mandarynka 2 szt (.),

Wartości odżywcze: E: 2652.8 kcal; B: 119.71 g; T: 83.29 g; Kw. tł. nasy.: 16.2 g; W: 366.82 g; W tym cukry: 71.95 g; Bł.: 31.18 g; Sól: 10.09 g; WW: 33.65 Por; Ener. z B: 18.05 %; Ener. z W: 50.61 %; Ener. z T: 28.26 %; Ener. z Bł.: 2.35 %; K: 3842.09 mg;

sobota 2024-01-13 Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
Ryż na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt (.), Szyunka Familijna wieprzowa, z dodatkiem wody i białka wp z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ MLE</u>), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i olejem* 80 g (.), Sałata zielona 20 g (.),	Selerowa z ziemniakami * (.) 400 ml (<u>MLE SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ</u>), Gulasz wieprzowy-dieta 180 g (<u>GLU PSZ</u>), 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 (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt (.), Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE</u>), Szyunka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u>), Pomidor 80 g (.), Mix sałat 20 g (.),
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml (.),		Posiłek nocny: Mandarynka 2 szt (.),

Wartości odżywcze: E: 2251.04 kcal; B: 104.57 g; T: 54.04 g; Kw. tł. nasy.: 11.86 g; W: 350.2 g; W tym cukry: 74.16 g; Bł.: 29.61 g; Sól: 7.48 g; WW: 32.2 Por; Ener. z B: 18.58 %; Ener. z W: 56.97 %; Ener. z T: 21.61 %; Ener. z Bł.: 2.63 %; K: 3987.23 mg;

sobota 2024-01-13 Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Ryż na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml (.), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt (.), Szyunka Familijna wieprzowa, z dodatkiem wody i białka wp z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ MLE</u>), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i słonecznikiem z olejem* 80 g (.), Sałata zielona 20 g (.),	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ SEL</u>), Kasza bulgur 200 g (<u>GLU PSZ</u>), Gulasz wieprzowy-dieta 180 g (<u>GLU PSZ</u>), Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g (<u>GOR</u>), Fasolka szparagowa z wody* 100 g (.), Kompot owocowy* b/c 250 ml (.),	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml (.), Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt (.), Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE</u>), Szyunka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u>), Pomidor 80 g (.), Mix sałat 20 g (.),
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml (.),	Podwieczorek: Chleb Graham 25 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 0.50 szt (.), Twarożek 30 g (<u>MLE</u>), Pomidor 15 g (.),	Posiłek nocny: Mandarynka 2 szt (.),

Wartości odżywcze: E: 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;

Jadłospisy dla oddziałów

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

niedziela 2024-01-14 Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU OW</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>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</u> , <u>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</u> , <u>MLE</u> , <u>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</u> , <u>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</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g (),
II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 szt (),		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt (),

Wartości odżywcze: E: 2074.22 kcal; B: 106.07 g; T: 57.99 g; Kw. tł. nasy.: 14.8 g; W: 296.81 g; W tym cukry: 58.72 g; Bł.: 32.17 g; Sól: 6.9 g; WW: 26.51 Por; Ener. z B: 20.45 %; Ener. z W: 51.03 %; Ener. z T: 25.16 %; Ener. z Bł.: 3.1 %; K: 4622.62 mg;

niedziela 2024-01-14 Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>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</u> , <u>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</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g (),
II Śniadanie: Banan 1szt. 1 szt (),		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt (),

Wartości odżywcze: E: 2294.98 kcal; B: 109.09 g; T: 60.5 g; Kw. tł. nasy.: 15.85 g; W: 342.32 g; W tym cukry: 90.76 g; Bł.: 26.77 g; Sól: 5.92 g; WW: 31.56 Por; Ener. z B: 19.01 %; Ener. z W: 55 %; Ener. z T: 23.73 %; Ener. z Bł.: 2.33 %; K: 5077.57 mg;

niedziela 2024-01-14 Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>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</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem () 200 g (), Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 120 g (), Surówka Coleslaw b/c () 100 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>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</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>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;