

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2024-02-05 Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (MLE, GLU JEĆZ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Chleb Graham 50 g (GLUPSZ), 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 (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL), Pomidor 90 g, Roszponka 10 g,	Brokułowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL), Ziemniaki z koperkiem () 200 g, Gulasz warzywny z ciecierzycą * 150 g (GLUPSZ, SEL), Surówka z marchwi b/c () 150 g (MLE), Gruszka 1szt. 150 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 (GLUPSZ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Pasta z twarogu i makreli wędzonej** 80 g (RYB, MLE), Sałata zielona 20 g,
II Śniadanie: Smoothie (jabłko, pomarańcza, szpinak) 200 g,		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml,

Wartości odżywcze: E: 1899.21 kcal; B: 72.11 g; T: 40.03 g; Kw. tł. nasy.: 10.34 g; W: 331.58 g; W tym cukry: 67.84 g; Bł.: 38.15 g; Sól: 10.13 g; WW: 29.33 Por; Ener. z B: 15.19 %; Ener. z W: 61.8 %; Ener. z T: 18.97 %; Ener. z Bł.: 4.02 %; K: 4298.84 mg;

poniedziałek 2024-02-05 Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
Płatki jęczmienna na mleku /p 250 ml (MLE, GLU JEĆZ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLUPSZ), 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 (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL), Pomidor 80 g, Roszponka 20 g,	Brokułowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL), Ziemniaki z koperkiem () 200 g, Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL), Surówka z marchwi () drobno tarta 150 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 i ryby got.(morszczuk) z koperkiem 80 g (RYB, MLE), Sałata zielona 20 g,
II Śniadanie: Smoothie (jabłko, pomarańcza, szpinak) 200 g,		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml,

Wartości odżywcze: E: 1982 kcal; B: 78.24 g; T: 42.31 g; Kw. tł. nasy.: 10.63 g; W: 338.38 g; W tym cukry: 89.04 g; Bł.: 31.09 g; Sól: 8.47 g; WW: 30.83 Por; Ener. z B: 15.79 %; Ener. z W: 62.02 %; Ener. z T: 19.21 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 4653.56 mg;

poniedziałek 2024-02-05 Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (MLE, GLU JEĆZ), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Chleb Graham 100 g (GLU PSZ), 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 (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL), Pomidor 90 g, Roszponka 10 g,	Brokułowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL), Ziemniaki z koperkiem () 200 g, Gulasz warzywny z ciecierzycą * 150 g (GLUPSZ, SEL), Surówka z marchwi b/c () 150 g (MLE), Gruszka 1szt. 150 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, Pasta z twarogu i makreli wędzonej** 80 g (RYB, MLE), Sałata zielona 20 g,
II Śniadanie: Smoothie (jabłko, pomarańcza, szpinak) 200 g,	Podwieczorek: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE),	Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml,

Wartości odżywcze: E: 1922.27 kcal; B: 79.91 g; T: 43.33 g; Kw. tł. nasy.: 10.34 g; W: 323.83 g; W tym cukry: 62.14 g; Bł.: 40.55 g; Sól: 9.88 g; WW: 28.33 Por; Ener. z B: 16.63 %; Ener. z W: 58.95 %; Ener. z T: 20.29 %; Ener. z Bł.: 4.22 %; K: 4696.72 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2024-02-06 Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 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 , Szyntka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona 20 g , Talarki z marchewki 80 g ,	Pieczarkowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ</u>), Szyntka 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</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Galaretka drobiowa z udźca kurczaka* 150 g (<u>SEL</u>), Sałata z pomidora i ogórka z cebulą 80 g , Cytryna 20 g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt , Mieszanka studencka 30 g (<u>OZI</u> , <u>ORZ</u>),

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 2024-02-06 Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
kasza kukurydziana na ml/p 250 ml (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Szyntka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona 20 g , Talarki z marchewki 80 g ,	Solferino * () 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>), Szyntka 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 90 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Szyntka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ</u>), Sałata z pomidora i sałaty lodowej 100 g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt ,

Wartości odżywcze: E: 1984.29 kcal; B: 92.73 g; T: 44.12 g; Kw. tł. nasy.: 9.86 g; W: 312.16 g; W tym cukry: 56.63 g; Bł.: 23.52 g; Sól: 6.83 g; WW: 28.84 Por; Ener. z B: 18.69 %; Ener. z W: 58.18 %; Ener. z T: 20.01 %; Ener. z Bł.: 2.37 %; K: 3817.35 mg;

wtorek 2024-02-06 Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU JECZ</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 , Szyntka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona 20 g , Talarki z marchewki 80 g ,	Pieczarkowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ</u>), Szyntka 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 , Galaretka drobiowa z udźca kurczaka* 150 g (<u>SEL</u>), Sałata 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 ziołowy 10 g (<u>MLE</u>),	Posiłek nocny: Kanapka z twarogiem i sałatą (chleb razowy 60g, tłuszcz 5g, twaróg 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: E: 2241.75 kcal; B: 118.74 g; T: 60.62 g; Kw. tł. nasy.: 13.11 g; W: 319.41 g; W tym cukry: 48.13 g; Bł.: 41.91 g; Sól: 7.7 g; WW: 27.79 Por; Ener. z B: 21.19 %; Ener. z W: 49.51 %; Ener. z T: 24.34 %; Ener. z Bł.: 3.74 %; K: 4902.93 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2024-02-07 Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
Platki 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, Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (<u>MLE</u>), Szynka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 30 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ</u>), Kiwi 1 szt 1 szt, Sałata zielona 20 g,	Zupa z soczewicy i ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u>), Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g (<u>GOR</u>), Buraczki oprószane () b/c 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</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>), Papryka świeża 90 g, Rukola 10 g,
II Śniadanie: Budyń o smaku śmietankowym z chipsami kokosowymi b/c 200 ml (<u>MLE</u> , <u>SOJ</u>),		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt,

Wartości odżywcze: E: 2242.27 kcal; B: 97.94 g; T: 50.23 g; Kw. tł. nasy.: 12.81 g; W: 365.83 g; W tym cukry: 69.65 g; Bł.: 35.35 g; Sól: 8.57 g; WW: 33.11 Por; Ener. z B: 17.47 %; Ener. z W: 58.96 %; Ener. z T: 20.16 %; Ener. z Bł.: 3.15 %; K: 5299.22 mg;

środa 2024-02-07 Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
Platki owsiane na mleku/p 250 ml (<u>MLE</u> , <u>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</u> , <u>SOJ</u>), Banan 1szt. 1 szt, Sałata zielona 20 g,	Grycikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u>), Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Buraczki oprószane () 150 g (<u>GLU PSZ</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp. z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g,
II Śniadanie: Budyń o smaku śmietankowym z chipsami kokosowymi b/c 200 ml (<u>MLE</u> , <u>SOJ</u>),		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt,

Wartości odżywcze: E: 2044.6 kcal; B: 83.52 g; T: 37.58 g; Kw. tł. nasy.: 11.68 g; W: 353.98 g; W tym cukry: 95.12 g; Bł.: 24.09 g; Sól: 6.08 g; WW: 33 Por; Ener. z B: 16.34 %; Ener. z W: 64.54 %; Ener. z T: 16.54 %; Ener. z Bł.: 2.36 %; K: 4552.57 mg;

środa 2024-02-07 Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Platki 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, Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (<u>MLE</u>), Szynka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 30 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ</u>), Kiwi 1 szt 1 szt, Sałata zielona 20 g,	Zupa z soczewicy i ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u>), Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g (<u>GOR</u>), Buraczki oprószane () b/c 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, 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>), Papryka świeża 90 g, Rukola 10 g,
II Śniadanie: Budyń o smaku śmietankowym z chipsami kokosowymi b/c 200 ml (<u>MLE</u> , <u>SOJ</u>),	Podwieczorek: Sałatka z brokułu, oleju i koperku 100 g,	Posiłek nocny: Kanapka z jajkiem i sałata (chleb razowy 60g, masło 5g, tłuszcz 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u>),

Wartości odżywcze: E: 2411.88 kcal; B: 111.44 g; T: 62.31 g; Kw. tł. nasy.: 14.77 g; W: 372.93 g; W tym cukry: 66.42 g; Bł.: 41.95 g; Sól: 9.11 g; WW: 33.16 Por; Ener. z B: 18.48 %; Ener. z W: 54.89 %; Ener. z T: 23.25 %; Ener. z Bł.: 3.48 %; K: 6021.69 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2024-02-08 Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 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* 350 g (SEL,), Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ,), Surówka z selera i marchwi 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 50 g (GLU PSZ, SOJ,), Sałatka jarzynowa () 150 g (JAJ, MLE, SEL, GOR,), Sałata zielona 20 g,
II Śniadanie: Kanapka z szynką i pomidorem (bułka pszenna 45g, tłuszcz 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (GLU PSZ, SOJ,),		Posiłek nocny: Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SOJ,),

Wartości odżywcze: E: 2623.98 kcal; B: 104.69 g; T: 79.08 g; Kw. tł. nasy.: 17.99 g; W: 391.43 g; W tym cukry: 51.87 g; Bł.: 39.85 g; Sól: 8.51 g; WW: 35.29 Por; Ener. z B: 15.96 %; Ener. z W: 53.59 %; Ener. z T: 27.12 %; Ener. z Bł.: 3.04 %; K: 4746.52 mg;

czwartek 2024-02-08 Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
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* 350 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 50 g (GLU PSZ, SOJ,), Sałatka jarzynowa - dieta () 150 g (MLE, SEL,), Sałata zielona 20 g,
II Śniadanie: Kanapka z szynką i pomidorem (bułka pszenna 45g, tłuszcz 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (GLU PSZ, SOJ,),		Posiłek nocny: Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SOJ,),

Wartości odżywcze: E: 2620.3 kcal; B: 106.43 g; T: 69.15 g; Kw. tł. nasy.: 16.99 g; W: 408.7 g; W tym cukry: 52.3 g; Bł.: 34.2 g; Sól: 7.73 g; WW: 37.51 Por; Ener. z B: 16.25 %; Ener. z W: 57.17 %; Ener. z T: 23.75 %; Ener. z Bł.: 2.61 %; K: 4723.39 mg;

czwartek 2024-02-08 Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Makaron pełnoziarnisty 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, 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* 350 g (SEL,), Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ,), Surówka z selera i marchwi 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 50 g (GLU PSZ, SOJ,), Sałatka jarzynowa () 150 g (JAJ, MLE, SEL, GOR,), Sałata zielona 20 g,
II Śniadanie: Kanapka z szynką i pomidorem (chleb razowy 60g, tłuszcz 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (GLU PSZ, SOJ,),	Podwieczorek: Koktajl z jagód * b/c 250 g (MLE,),	Posiłek nocny: Pomarańcza 250g 1 szt,

Wartości odżywcze: E: 2579.47 kcal; B: 111.47 g; T: 75.91 g; Kw. tł. nasy.: 18.71 g; W: 386.71 g; W tym cukry: 81.11 g; Bł.: 52.63 g; Sól: 8.14 g; WW: 33.48 Por; Ener. z B: 17.29 %; Ener. z W: 51.81 %; Ener. z T: 26.49 %; Ener. z Bł.: 4.08 %; K: 5990.64 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2024-02-09 Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
Platki pszenne na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u>), Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JĘCZ</u>), 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, Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), Miód (25g) 1 szt, Jabłko 1 szt 1 szt,	Dyniowa z makaronem* 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem () 200 g, Ryba smażona (Morszczuk) 90 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u>), Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () b/c 100 g, Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Kompot owocowy* 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, Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 80 g (<u>JAJ</u> , <u>GOR</u>), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g,
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml,

Wartości odżywcze: E: 2486.59 kcal; B: 112.1 g; T: 78.69 g; Kw. tł. nasy.: 20.58 g; W: 349.66 g; W tym cukry: 68.09 g; Bł.: 33.86 g; Sól: 8.95 g; WW: 31.62 Por; Ener. z B: 18.03 %; Ener. z W: 50.8 %; Ener. z T: 28.48 %; Ener. z Bł.: 2.72 %; K: 5338.13 mg;

piątek 2024-02-09 Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
Platki pszenne na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u>), Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JĘCZ</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt, Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>), Miód (25g) 1 szt, Jabłko 1 szt 1 szt,	Dyniowa z makaronem* 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem () 200 g, Ryba gotowana (Morszczuk) 80 g (<u>RYB</u>), Szpinak gotowany 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, Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g,
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml,

Wartości odżywcze: E: 2217.91 kcal; B: 107.51 g; T: 52.17 g; Kw. tł. nasy.: 11.95 g; W: 342.16 g; W tym cukry: 67.08 g; Bł.: 25.03 g; Sól: 6.73 g; WW: 31.79 Por; Ener. z B: 19.39 %; Ener. z W: 57.19 %; Ener. z T: 21.17 %; Ener. z Bł.: 2.26 %; K: 5146.11 mg;

piątek 2024-02-09 Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Platki pszenne na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u>), Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JĘCZ</u>), Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g,	Dyniowa z makaronem* 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem () 200 g, Ryba gotowana (Morszczuk) 80 g (<u>RYB</u>), Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () b/c 100 g, Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 80 g (<u>JAJ</u> , <u>GOR</u>), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g,
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Jabłko 1 szt 1 szt,	Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml,

Wartości odżywcze: E: 2185.58 kcal; B: 113.09 g; T: 64.88 g; Kw. tł. nasy.: 19.49 g; W: 307.17 g; W tym cukry: 66.56 g; Bł.: 36.71 g; Sól: 8.44 g; WW: 27.12 Por; Ener. z B: 20.7 %; Ener. z W: 49.5 %; Ener. z T: 26.72 %; Ener. z Bł.: 3.36 %; K: 5789.96 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2024-02-10 Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 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 10 g (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 jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ), Wątróbka wieprzowa duszona w sosie własnym 180 g (GLU PSZ), Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g, 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 50 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,		Posiłek nocny: Mandarynka 2 szt,

Wartości odżywcze: E: 2517.56 kcal; B: 108.35 g; T: 78.96 g; Kw. tł. nasy.: 16.08 g; W: 360.12 g; W tym cukry: 73.09 g; Bł.: 35.63 g; Sól: 10.07 g; WW: 32.59 Por; Ener. z B: 17.22 %; Ener. z W: 51.56 %; Ener. z T: 28.23 %; Ener. z Bł.: 2.83 %; K: 4030.33 mg;

sobota 2024-02-10 Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
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 50 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,		Posiłek nocny: Mandarynka 2 szt,

Wartości odżywcze: E: 2205.54 kcal; B: 97.57 g; T: 52.79 g; Kw. tł. nasy.: 11.86 g; W: 348.7 g; W tym cukry: 74.16 g; Bł.: 29.61 g; Sól: 7.46 g; WW: 32.05 Por; Ener. z B: 17.7 %; Ener. z W: 57.87 %; Ener. z T: 21.54 %; Ener. z Bł.: 2.68 %; K: 3987.23 mg;

sobota 2024-02-10 Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Ryż pełnoziarnisty 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 jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ), Gulasz wieprzowy- dieta 180 g (GLU PSZ), Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g, 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 50 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: 2386.97 kcal; B: 116.81 g; T: 63.5 g; Kw. tł. nasy.: 12.99 g; W: 356.67 g; W tym cukry: 69.62 g; Bł.: 42.81 g; Sól: 9.08 g; WW: 31.48 Por; Ener. z B: 19.57 %; Ener. z W: 52.6 %; Ener. z T: 23.94 %; Ener. z Bł.: 3.59 %; K: 4550.23 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2024-02-11 Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Chleb Graham 50 g (GLUPSZ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 80 g (MLE), Papryka świeża 80 g, Salata zielona 20 g,	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL), Ziemniaki z koperkiem () 200 g, udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 120 g, Surówka Coleslaw b/c () 100 g (JAJ, MLE, GOR), Brokuł gotowany* 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 (GLUPSZ), 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 (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL), 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 2024-02-11 Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt, Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (MLE), Salata zielona 20 g, Jabłko 1 szt 1 szt,	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL), 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 (GLU PSZ), 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 (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL), 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 2024-02-11 Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Płatki 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, Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 80 g (MLE), Papryka świeża 80 g, Salata zielona 20 g,	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL), Ziemniaki z koperkiem () 200 g, Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 120 g, Surówka Coleslaw b/c () 100 g (JAJ, MLE, GOR), Brokuł gotowany* 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 Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g,
II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 szt,	Podwieczorek: Koktajl wieloowocowy* b/c 200 ml (MLE),	Posiłek nocny: Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE),

Wartości odżywcze: E: 2180.44 kcal; B: 120.99 g; T: 64.39 g; Kw. tł. nasy.: 18.48 g; W: 297.52 g; W tym cukry: 73.58 g; Bł.: 35.15 g; Sól: 6.91 g; WW: 26.3 Por; Ener. z B: 22.2 %; Ener. z W: 48.13 %; Ener. z T: 26.58 %; Ener. z Bł.: 3.22 %; K: 5504.3 mg;