

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2024-02-19 Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
Plátky pszenne na mleku/p 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ,</u>), Słupki z marchewki 80 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Sałata zielona 20 g,	Dyniowa z ziemniakami*() 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta 300 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Surówka z selera i migdałów () b/c 150 g (<u>MLE, ORZ, SEL,</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml, Mandarynka 2 szt,	Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>), Pomidor 80 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml, Roszponka 20 g,
II Śniadanie: Koktajl z jagód * b/c 200 g (<u>MLE,</u>),		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1951.82 kcal; Białko ogółem: 78.76 g; Tłuszcz: 50.99 g; Kw. tł. nasy.: 13.79 g; Węglowodany ogółem: 309.92 g; W tym cukry: 59.19 g; Błonnik pok.: 33.87 g; Sól: 7.76 g; WW: 27.6 Por.; : 16.14 %; : 56.57 %; Ener. z T: 23.51 %; Ener. z Bł.: 3.47 %; K: 3956.57 mg;

poniedziałek 2024-02-19 Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
Plátky pszenne na mleku/p 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ,</u>), Słupki z marchewki 80 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Sałata zielona 20 g,	Dyniowa z ziemniakami*() 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta 350 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Surówka z selera i jabłka () 150 g (<u>MLE, SEL,</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml, Mandarynka 2 szt,	Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>), Pomidor 80 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml, Roszponka 20 g,
II Śniadanie: Koktajl z jagód * b/c 200 g (<u>MLE,</u>),		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1961.71 kcal; Białko ogółem: 80.12 g; Tłuszcz: 43.76 g; Kw. tł. nasy.: 13.39 g; Węglowodany ogółem: 328.45 g; W tym cukry: 64.26 g; Błonnik pok.: 32.79 g; Sól: 7.9 g; WW: 29.56 Por.; : 16.34 %; : 60.28 %; Ener. z T: 20.08 %; Ener. z Bł.: 3.34 %; K: 3975.32 mg;

poniedziałek 2024-02-19 Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Plátky pszenne na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</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, parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ,</u>), Słupki z marchewki 80 g, Sałata zielona 20 g,	Fasolowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i serem żółtym * 300 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Surówka z selera i migdałów b/c () 150 g (<u>MLE, ORZ, SEL,</u>), Mandarynka 2 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, Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>), Pomidor 80 g, Roszponka 20 g,
II Śniadanie: Koktajl z jagód * b/c 200 g (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: Sałatka rubinowa b/c 100 g,	Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2349.09 kcal; Białko ogółem: 98 g; Tłuszcz: 73.34 g; Kw. tł. nasy.: 20.48 g; Węglowodany ogółem: 347.06 g; W tym cukry: 71.63 g; Błonnik pok.: 55.73 g; Sól: 9.89 g; WW: 29.2 Por.; : 16.69 %; : 49.61 %; Ener. z T: 28.1 %; Ener. z Bł.: 4.74 %; K: 5143.3 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2024-02-20		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
Zacierka na mleku/p 200 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, 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, Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE</u>), Rukola 10 g, Pomidor 90 g,	Brokułowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JEĆZ</u>), Szynka wieprzowa gotowana 80 g, Sos meksykański 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g, Kalafior gotowany* 100 g, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ</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, Galaretką drobiowa z udźca kurczaka* 150 g (<u>SEL</u>), Rzodkiew biała 90 g, Cytryna 10 g,
II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 szt,		Posiłek nocny: Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 0.50 szt, Polędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona 10 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2074.18 kcal; Białko ogółem: 106.09 g; Tłuszcz: 44.96 g; Kw. tł. nasy.: 11.55 g; Węglowodany ogółem: 327.25 g; W tym cukry: 60.87 g; Błonnik pok.: 36.23 g; Sól: 7.37 g; WW: 29.14 Por; : 20.46 %; : 56.12 %; Ener. z T: 19.51 %; Ener. z Bł.: 3.49 %; K: 4483.03 mg;

wtorek 2024-02-20		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
Zacierka na mleku/p 250 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, Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE</u>), Rukola 10 g, Pomidor b/skórki 90 g,	Brokułowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JEĆZ</u>), Szynka wieprzowa gotowana 100 g, Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ</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, Galaretką drobiowa z udźca kurczaka* dieta 150 g (<u>SEL</u>), Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem* 100 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 szt,		Posiłek nocny: Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 0.50 szt, Polędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona 10 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2238.81 kcal; Białko ogółem: 108.24 g; Tłuszcz: 54.31 g; Kw. tł. nasy.: 12.77 g; Węglowodany ogółem: 342.24 g; W tym cukry: 64.03 g; Błonnik pok.: 30.23 g; Sól: 8.09 g; WW: 31.17 Por; : 19.34 %; : 55.75 %; Ener. z T: 21.83 %; Ener. z Bł.: 2.7 %; K: 4252.44 mg;

wtorek 2024-02-20		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Makaron pełnoziarnisty na mleku/p 300 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, Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE</u>), Rukola 10 g, Pomidor 90 g,	Brokułowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JEĆZ</u>), Szynka wieprzowa gotowana 100 g, Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g, Kalafior gotowany* 100 g, Kompot owocowy* b/c 250 ml,	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ</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, Galaretką drobiowa z udźca kurczaka* 150 g (<u>SEL</u>), Rzodkiew biała 90 g, Cytryna 10 g,
II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 szt,	Podwieczorek: Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Posiłek nocny: Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 0.50 szt, Polędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona 10 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2215.45 kcal; Białko ogółem: 131.16 g; Tłuszcz: 50.36 g; Kw. tł. nasy.: 11.88 g; Węglowodany ogółem: 328.58 g; W tym cukry: 60.9 g; Błonnik pok.: 41.25 g; Sól: 6.79 g; WW: 28.89 Por; : 23.68 %; : 51.88 %; Ener. z T: 20.46 %; Ener. z Bł.: 3.72 %; K: 4898.91 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2024-02-21		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Polędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona z jogurtem 20 g (<u>MLE</u>), Pomidor 80 g,	Pieczarkowa z makaronem* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem () 200 g, Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Surówka z marchwi i chrzanu b/c () 150 g (<u>MLE, SOJ</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, Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 80 g (<u>RYB, SEL</u>), Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 30 g (<u>SOJ, SEL</u>), Pomidor ze szczypiorkiem i olejem 80 g, Sałata zielona 20 g,
II Śniadanie: Koktajl truskawkowy* b/c 200 ml (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2216.31 kcal; Białko ogółem: 94.49 g; Tłuszcz: 68.6 g; Kw. tł. nasy.: 14.42 g; Węglowodany ogółem: 318.98 g; W tym cukry: 52.55 g; Błonnik pok.: 28.7 g; Sól: 9.15 g; WW: 29.1 Por; : 17.05 %; : 52.39 %; Ener. z T: 27.86 %; Ener. z Bł.: 2.59 %; K: 4397.35 mg;

środa 2024-02-21		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Polędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona z jogurtem 20 g (<u>MLE</u>), Pomidor b/skórki 80 g,	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem () 200 g, Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Marchew gotowana 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, Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL</u>), Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 30 g (<u>SOJ, SEL</u>), Pomidor b/s z olejem 80 g, Sałata zielona 20 g,
II Śniadanie: Koktajl truskawkowy* b/c 200 ml (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2165.13 kcal; Białko ogółem: 98.48 g; Tłuszcz: 56.08 g; Kw. tł. nasy.: 10.71 g; Węglowodany ogółem: 328.42 g; W tym cukry: 53.88 g; Błonnik pok.: 22.79 g; Sól: 7.2 g; WW: 30.71 Por; : 18.19 %; : 56.46 %; Ener. z T: 23.31 %; Ener. z Bł.: 2.11 %; K: 4444.16 mg;

środa 2024-02-21		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU JEJCZ</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Polędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona z jogurtem 20 g (<u>MLE</u>), Pomidor 80 g,	Pieczarkowa z makaronem* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem () 200 g, Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Surówka z marchwi i chrzanu b/c () 150 g (<u>MLE, SOJ</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 makreli wędzonej z warzywami** 80 g (<u>RYB, SEL</u>), Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 30 g (<u>SOJ, SEL</u>), Pomidor ze szczypiorkiem i olejem 80 g, Sałata zielona 20 g,
II Śniadanie: Koktajl truskawkowy* b/c 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Chleb Graham 25 g (<u>GLU PSZ</u>), Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 50 g (<u>SEL</u>),	Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2200.92 kcal; Białko ogółem: 104.85 g; Tłuszcz: 72.4 g; Kw. tł. nasy.: 15.47 g; Węglowodany ogółem: 300.78 g; W tym cukry: 47.78 g; Błonnik pok.: 34.37 g; Sól: 11.51 g; WW: 26.73 Por; : 19.06 %; : 48.42 %; Ener. z T: 29.61 %; Ener. z Bł.: 3.12 %; K: 4885.86 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2024-02-22		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
Plátky owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb Graham 50 g (GLU PSZ), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLUPSZ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Polędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 30 g (SOJ), Sałatka jarzynowa z jajkiem () 150 g (JAJ, MLE, SEL, GOR), Sałata zielona 20 g,	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT), Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 350 g (SEL, GLU JECZ), Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ), Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 150 g (SEL), Kompot owocowy* z/c 250 ml,	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, Ser topiony 50 g (MLE), Sałatka z pomidora i sałaty lodowej 100 g,
II Śniadanie: Smoothie jarmuż, jabłko, pomarańcza 150 g,		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2313.83 kcal; Białko ogółem: 86.79 g; Tłuszcz: 72.65 g; Kw. tł. nasy.: 20.71 g; Węglowodany ogółem: 346.87 g; W tym cukry: 69.67 g; Błonnik pok.: 40.48 g; Sól: 8.18 g; WW: 30.65 Por; : 15 %; : 52.97 %; Ener. z T: 28.26 %; Ener. z Bł.: 3.5 %; K: 4836.6 mg;

czwartek 2024-02-22		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
Plátky 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), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt, Polędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 30 g (SOJ), Sałatka jarzynowa z jajkiem-diety () 150 g (JAJ, MLE, SEL), Sałata zielona 20 g,	Ziemniaczana * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 350 g (SEL, GLU JECZ), Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ), Fasolka szparagowa z wody* 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), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt, Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (MLE), Sałatka z pomidora i sałaty lodowej b/skórki 100 g,
II Śniadanie: Smoothie jarmuż, jabłko, pomarańcza 150 g,		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2322.46 kcal; Białko ogółem: 92 g; Tłuszcz: 63.47 g; Kw. tł. nasy.: 14.96 g; Węglowodany ogółem: 362.88 g; W tym cukry: 68.35 g; Błonnik pok.: 37.12 g; Sól: 6.87 g; WW: 32.67 Por; : 15.85 %; : 56.11 %; Ener. z T: 24.6 %; Ener. z Bł.: 3.2 %; K: 4761.63 mg;

czwartek 2024-02-22		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Plátky owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Chleb Graham 50 g (GLU PSZ), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLUPSZ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Polędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 30 g (SOJ), Sałatka jarzynowa z jajkiem () 150 g (JAJ, MLE, SEL, GOR), Sałata zielona 20 g,	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT), Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 350 g (SEL, GLU JECZ), Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ), Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 150 g (SEL), Kompot owocowy* b/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Chleb Graham 50 g (GLU PSZ), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLUPSZ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (MLE), Sałatka z pomidora i sałaty lodowej 100 g,
II Śniadanie: Smoothie jarmuż, jabłko, pomarańcza 150 g,	Podwieczorek: Gruszka 1szt. 150 g,	Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2290.86 kcal; Białko ogółem: 95.03 g; Tłuszcz: 61.62 g; Kw. tł. nasy.: 14.43 g; Węglowodany ogółem: 363.09 g; W tym cukry: 83.51 g; Błonnik pok.: 48.33 g; Sól: 6.56 g; WW: 31.53 Por; : 16.59 %; : 54.96 %; Ener. z T: 24.21 %; Ener. z Bł.: 4.22 %; K: 5315.11 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2024-02-23		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
Kasza manna na mleku/p 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE,</u>), Miód (25g) 1 szt, Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml, Jabłko 1 szt 1 szt,	Szpinakowa z zacierką * 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>), Ziemiaki z koperkiem () 200 g, Ryba pieczona w ziołach (Morszczuk) 100 g (<u>RYB,</u>), Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Bukiet jarzyn oprószony z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Bułka pszenna długa krojona 90 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>), Sałatka wiosenna - diety 100 g, Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>),
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>),		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2249.98 kcal; Białko ogółem: 106.67 g; Tłuszcz: 65.92 g; Kw. tł. nasy.: 11.92 g; Węglowodany ogółem: 320.43 g; W tym cukry: 66.01 g; Błonnik pok.: 24.65 g; Sól: 6.36 g; WW: 29.61 Por; : 18.96 %; : 52.58 %; Ener. z T: 26.37 %; Ener. z Bł.: 2.19 %; K: 4896.35 mg;

piątek 2024-02-23		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
Kasza manna na mleku/p 250 ml (<u>GLU PSZ, 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>), Miód (25g) 1 szt, Jabłko 1 szt 1 szt, Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml,	Szpinakowa z zacierką * 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>), Ziemiaki z koperkiem () 200 g, Ryba pieczona w ziołach (Morszczuk) 100 g (<u>RYB,</u>), Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Bukiet jarzyn oprószony z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml,	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt, Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>), Sałatka wiosenna - diety 100 g, Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>),
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>),		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2386.99 kcal; Białko ogółem: 110.28 g; Tłuszcz: 72.22 g; Kw. tł. nasy.: 13.32 g; Węglowodany ogółem: 337.24 g; W tym cukry: 68.38 g; Błonnik pok.: 25.11 g; Sól: 6.62 g; WW: 31.24 Por; : 18.48 %; : 52.31 %; Ener. z T: 27.23 %; Ener. z Bł.: 2.1 %; K: 5001.28 mg;

piątek 2024-02-23		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kasza manna 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, Ser żółty 60 g (<u>MLE,</u>), Pomidor 100 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Szpinakowa z zacierką * 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>), Ziemiaki z koperkiem () 200 g, Ryba pieczona w ziołach (Morszczuk) 100 g (<u>RYB,</u>), Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g, Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL,</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml,	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>), Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Jajko gotowane kl M 1.50 szt (<u>JAJ,</u>), Sałatka wiosenna - diety 100 g,
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: Chleb Graham 25 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 0.50 szt, Twarożek z natką pietruszki 30 g (<u>MLE,</u>), Sałata zielona 10 g,	Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2367.47 kcal; Białko ogółem: 126.84 g; Tłuszcz: 82.31 g; Kw. tł. nasy.: 23.38 g; Węglowodany ogółem: 299.62 g; W tym cukry: 52.89 g; Błonnik pok.: 33.92 g; Sól: 8.58 g; WW: 26.64 Por; : 21.43 %; : 44.89 %; Ener. z T: 31.29 %; Ener. z Bł.: 2.87 %; K: 5672.07 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2024-02-24 Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
Plátky jęczmienna na mleku /p 400 ml (MLE, GLU JEĆZ.), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLUPSZ.), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Parówki drobiowo-wieprz (homogenizowane,wędz,parz w oslonce niejadalnej) 80 g (SOJ.), Mix sałat 20 g , Ogórek kiszony 80 g ,	Koperkowa z ryżem* 400 ml (MLE, SEL.), Ziemniaki z koperkiem () 200 g , Bigos 300 g (GLU PSZ, SEL, GOR.), Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Pasztet z soczewicy* 80 g (GLU PSZ, JAJ.), Sałata zielona z oliwą 20 g , Ćwikła z jabłkiem b/c () 80 g ,
II Śniadanie: Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.),		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2599.18 kcal; Białko ogółem: 101.96 g; Tłuszcz: 93.05 g; Kw. tł. nasy.: 22.08 g; Węglowodany ogółem: 354.91 g; W tym cukry: 56.31 g; Błonnik pok.: 39.62 g; Sól: 12.4 g; WW: 31.56 Por; : 15.69 %; : 48.52 %; Ener. z T: 32.22%; Ener. z Bł.: 3.05 %; K: 4778.17 mg;

sobota 2024-02-24 Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
Plátky 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.), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw oslonce niejadalnej 50 g (SOJ.), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g ,	Koperkowa z ryżem* 400 ml (MLE, SEL.), Ziemniaki z koperkiem () 200 g , Gulasz wieprzowy z warzywami* 200 g (GLU PSZ, SEL.), Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.), 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 Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (SOJ.), Sałata zielona z oliwą 20 g , Ćwikła z jabłkiem b/c () 80 g ,
II Śniadanie: Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.),		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2215.9 kcal; Białko ogółem: 101.46 g; Tłuszcz: 60.7 g; Kw. tł. nasy.: 13.46 g; Węglowodany ogółem: 328.53 g; W tym cukry: 52.33 g; Błonnik pok.: 29.89 g; Sól: 9.15 g; WW: 29.92 Por; : 18.31 %; : 53.91 %; Ener. z T: 24.65 %; Ener. z Bł.: 2.7 %; K: 4239.64 mg;

sobota 2024-02-24 Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Plátky jęczmienna na mleku /p 400 ml (MLE, GLU JEĆZ.), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLUPSZ.), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw oslonce niejadalnej 50 g (SOJ.), Mix sałat 20 g , Ogórek kiszony 80 g ,	Koperkowa z ryżem* 400 ml (MLE, SEL.), Ziemniaki z koperkiem () 200 g , Gulasz wieprzowy z warzywami* 200 g (GLU PSZ, SEL.), Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 150 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Pasztet z soczewicy* 80 g (GLU PSZ, JAJ.), Sałata zielona z oliwą 20 g , Ćwikła z jabłkiem b/c () 80 g ,
II Śniadanie: Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.),	Podwieczorek: Budyń o smaku śmietankowym z chipsami kokosowymi b/c 150 ml (MLE, SOJ.),	Posiłek nocny: Mus jabłkowo- buraczany 200g OWOLOVO Siła&Moc 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2633.31 kcal; Białko ogółem: 119.87 g; Tłuszcz: 77.98 g; Kw. tł. nasy.: 18 g; Węglowodany ogółem: 382.14 g; W tym cukry: 62.78 g; Błonnik pok.: 42.79 g; Sól: 8.85 g; WW: 34.07 Por; : 18.21 %; : 51.55 %; Ener. z T: 26.65 %; Ener. z Bł.: 3.25 %; K: 5180.41 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2024-02-25		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Ser żółty 60 g (<u>MLE</u>), Sałatka z pomidorów z cebulką i olejem 100 g,	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem () 200 g, udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g, Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 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 (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Salami kielbasa wieprzowo-wołowa drobno rozdrobniona surowo wędzona, dojrzewająca, wędzona. 30 g (<u>SOJ, SEL, GOR</u>), Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u>), Słupki z marchewki 90 g, Rukola 10 g,
II Śniadanie: Jogurt naturalny z płatkami owsianymi 150 g (<u>MLE, GLU OW</u>),		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2561.65 kcal; Białko ogółem: 131.63 g; Tłuszcz: 90.17 g; Kw. tł. nasy.: 30.69 g; Węglowodany ogółem: 318.73 g; W tym cukry: 42.88 g; Błonnik pok.: 25.8 g; Sól: 7.89 g; WW: 29.3 Por; : 20.55 %; : 45.74 %; Ener. z T: 31.68 %; Ener. z Bł.: 2.01 %; K: 4389.76 mg;

niedziela 2024-02-25		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt, Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 80 g (<u>MLE</u>), Banan 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 150 g, Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt, Polędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 30 g (<u>SOJ</u>), Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u>), Słupki z marchewki 90 g, Rukola 10 g,
II Śniadanie: Jogurt naturalny z płatkami owsianymi 150 g (<u>MLE, GLU OW</u>),		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2636.14 kcal; Białko ogółem: 126.12 g; Tłuszcz: 71.79 g; Kw. tł. nasy.: 19.09 g; Węglowodany ogółem: 379.4 g; W tym cukry: 79.82 g; Błonnik pok.: 19.74 g; Sól: 5.5 g; WW: 36.06 Por; : 19.14 %; : 54.57 %; Ener. z T: 24.51 %; Ener. z Bł.: 1.5 %; K: 4701.87 mg;

niedziela 2024-02-25		
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 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Twarożek 80 g (<u>MLE</u>), Sałatka z pomidorów z cebulką i olejem 100 g,	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem () 200 g, udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g, Surówka z kapusty pekińskiej 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 (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Polędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 30 g (<u>SOJ</u>), Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u>), Słupki z marchewki 90 g, Rukola 10 g,
II Śniadanie: Jogurt naturalny z płatkami owsianymi 150 g (<u>MLE, GLU OW</u>),	Podwieczorek: Kiwi 1 szt 1 szt,	Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2248.97 kcal; Białko ogółem: 128.06 g; Tłuszcz: 66.17 g; Kw. tł. nasy.: 17.93 g; Węglowodany ogółem: 300.21 g; W tym cukry: 54.47 g; Błonnik pok.: 34.9 g; Sól: 7.34 g; WW: 26.68 Por; : 22.78 %; : 47.19 %; Ener. z T: 26.48 %; Ener. z Bł.: 3.1 %; K: 5584.2 mg;