

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2024-02-12 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Makaron 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, Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,), Ogórek kiszony 100 g,	Kapuśniak z kapusty białej * 400 ml (GLU PSZ, SEL, GOR,), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ,), Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ,), Sos jarzynowy * 100 ml (GLU PSZ, SEL,), Surówka z marchwi i chrzanu b/c () 100 g (MLE, SO2,), Cukinia pieczona z olejem * 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, Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 80 g (SEL,), Pomidor 90 g, Roszponka 10 g,
		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE,),

Wartości odżywcze: E: 2187.03 kcal; B: 95.37 g; T: 65.17 g; Kw. tł. nasy.: 14.29 g; W: 319.04 g; W tym cukry: 44.74 g; Bł.: 29.82 g; Sól: 8.88 g; WW: 28.87 Por; Ener. z B: 17.44 %; Ener. z W: 52.9 %; Ener. z T: 26.82 %; Ener. z Bł.: 2.73 %; K: 3799.77 mg;

poniedziałek 2024-02-12 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Makaron pełnoziarnisty 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, Szynka Bartnika- kielbasa dr. parz z dod. mięsa wp 50 g (SOJ,), Ogórek kiszony 100 g,	Kapuśniak z kapusty białej * 400 ml (GLU PSZ, SEL, GOR,), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ,), Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ,), Sos jarzynowy * 100 ml (GLU PSZ, SEL,), Surówka z marchwi i chrzanu b/c () 100 g (MLE, SO2,), Cukinia pieczona z olejem * 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, Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 80 g (SEL,), Pomidor 90 g, Roszponka 10 g,
II Śniadanie: Budyń o smaku waniliowym/p b/c 200 ml (MLE,),	Podwieczorek: Chleb Graham 25 g (GLU PSZ,), Hummus 30 g (SEZ,), Pomidor 15 g,	Posiłek nocny: Chleb Graham 30 g (GLU PSZ,), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 25 g (SOJ,), Salata zielona 10 g,

Wartości odżywcze: E: 2328.37 kcal; B: 109.43 g; T: 70.84 g; Kw. tł. nasy.: 15.18 g; W: 329.94 g; W tym cukry: 59.04 g; Bł.: 37.12 g; Sól: 10.56 g; WW: 29.32 Por; Ener. z B: 18.8 %; Ener. z W: 50.3 %; Ener. z T: 27.38 %; Ener. z Bł.: 3.19 %; K: 4519.35 mg;

poniedziałek 2024-02-12 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Makaron 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 2 szt, Szynka Bartnika- kielbasa dr. parz z dod. mięsa wp 50 g (SOJ,), Warzywa pieczone 100 g,	Ziemniaczana * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ,), Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ,), Sos jarzynowy * 100 ml (GLU PSZ, SEL,), Cukinia pieczona z olejem * 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, Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 80 g (SEL,), Pomidor 90 g, Roszponka 10 g,
		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE,),

Wartości odżywcze: E: 2316.37 kcal; B: 95.6 g; T: 69.25 g; Kw. tł. nasy.: 12.36 g; W: 339.49 g; W tym cukry: 41.31 g; Bł.: 22.14 g; Sól: 5.85 g; WW: 31.7 Por; Ener. z B: 16.51 %; Ener. z W: 54.8 %; Ener. z T: 26.91 %; Ener. z Bł.: 1.91 %; K: 4024.3 mg;

poniedziałek 2024-02-12 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
Makaron 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, Szynka Bartnika- kielbasa dr. parz z dod. mięsa wp 50 g (SOJ,), Warzywa pieczone 100 g,	Ziemniaczana * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ,), Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ,), Sos jarzynowy * 100 ml (GLU PSZ, SEL,), Cukinia pieczona z olejem * 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, Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 80 g (SEL,), Pomidor b/skórki 90 g, Roszponka 10 g,
		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE,),

Wartości odżywcze: E: 2262.53 kcal; B: 95.57 g; T: 63.35 g; Kw. tł. nasy.: 11.06 g; W: 339.32 g; W tym cukry: 41.19 g; Bł.: 22.1 g; Sól: 5.81 g; WW: 31.69 Por; Ener. z B: 16.9 %; Ener. z W: 56.08 %; Ener. z T: 25.2 %; Ener. z Bł.: 1.95 %; K: 4013.42 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-02-12		Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna
Makaron na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</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, Szynga Bartnika- kielbasa dr. parz z dod. mięsa wp 50 g (<u>SOJ</u>), Warzywa pieczone 100 g,	Ziemniaczana *(bez mleka) () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>), Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Cukinia pieczona 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 mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 80 g (<u>SEL</u>), Pomidor b/skórki 90 g, Roszponka 10 g,
		Posiłek nocny: Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 25 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona 10 g,

Wartości odżywcze: E: 2150.32 kcal; B: 84.69 g; T: 69.02 g; Kw. tł. nasy.: 13.27 g; W: 309.76 g; W tym cukry: 25.14 g; Bł.: 23.64 g; Sól: 6.32 g; WW: 28.61 Por; Ener. z B: 15.75 %; Ener. z W: 53.22 %; Ener. z T: 28.89 %; Ener. z Bł.: 2.2 %; K: 3487.1 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2024-02-13 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU JEĆZ</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 , Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g , Sałatka warzywna (ogórek,pomidor,papryka) () 80 g (<u>MLE</u>), Sałata lodowa 20 g ,	Jarzynowa z zacierką*-dieta 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem () 200 g , Kotlet drobiowy panierowany 80 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u>), Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (<u>JAJ</u> , <u>GOR</u>), Marchew oprószana 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 , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Sos tatarski 50 ml (<u>JAJ</u> , <u>GOR</u> , <u>SO2</u>), Surówka z rzodkwi i czarnuszki 80 g , Mix sałat 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt ,

Wartości odżywcze: E: 2061.36 kcal; B: 83.65 g; T: 67.09 g; Kw. tł. nasy.: 10.49 g; W: 295.79 g; W tym cukry: 42.34 g; Bł.: 30.82 g; Sól: 7.88 g; WW: 26.53 Por; Ener. z B: 16.23 %; Ener. z W: 51.42 %; Ener. z T: 29.29 %; Ener. z Bł.: 2.99 %; K: 3996.92 mg;

wtorek 2024-02-13 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>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 , Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g , Sałatka warzywna (ogórek,pomidor,papryka) () 80 g (<u>MLE</u>), Sałata lodowa 20 g ,	Jarzynowa z zacierką*-dieta 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem () 200 g , Filet z kurczaka gotowany 80 g , Sos pietruszkowy () 80 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (<u>JAJ</u> , <u>GOR</u>), Buraczki gotowane drobno tarte() b/c 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 , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Dip jogurtowo-koperkowy 50 g (<u>MLE</u>), Surówka z rzodkwi i czarnuszki 80 g , Mix sałat 20 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny z musem jabłkowym b/c 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Chleb Graham 25 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 0.50 szt , Ser żółty 30 g (<u>MLE</u>), Sałata zielona 10 g ,	Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: E: 2117 kcal; B: 110.28 g; T: 62.02 g; Kw. tł. nasy.: 17.19 g; W: 299.25 g; W tym cukry: 52.98 g; Bł.: 35.07 g; Sól: 10.96 g; WW: 26.39 Por; Ener. z B: 20.84 %; Ener. z W: 49.92 %; Ener. z T: 26.37 %; Ener. z Bł.: 3.31 %; K: 4997.88 mg;

wtorek 2024-02-13 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU JEĆZ</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 2 szt , Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g , Dynia z wody 80 g , Sałata lodowa 20 g ,	Jarzynowa z zacierką*-dieta 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem () 200 g , Filet z kurczaka gotowany 80 g , Sos pietruszkowy () 80 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Marchew oprószana 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 , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Dip jogurtowo-koperkowy 50 g (<u>MLE</u>), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt ,

Wartości odżywcze: E: 1862.4 kcal; B: 89.11 g; T: 42.61 g; Kw. tł. nasy.: 9.68 g; W: 291 g; W tym cukry: 42.67 g; Bł.: 23.34 g; Sól: 7.75 g; WW: 26.78 Por; Ener. z B: 19.14 %; Ener. z W: 57.49 %; Ener. z T: 20.59 %; Ener. z Bł.: 2.51 %; K: 3966.88 mg;

wtorek 2024-02-13 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU JEĆZ</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 , Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g , Dynia z wody 80 g , Sałata lodowa 20 g ,	Jarzynowa z zacierką*-dieta 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem () 200 g , Filet z kurczaka gotowany 80 g , Sos pietruszkowy () 80 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Marchew oprószana 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 , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ</u>), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt ,

Wartości odżywcze: E: 1808.63 kcal; B: 86.63 g; T: 38.54 g; Kw. tł. nasy.: 8.89 g; W: 289.3 g; W tym cukry: 41.19 g; Bł.: 23.3 g; Sól: 8.22 g; WW: 26.68 Por; Ener. z B: 19.16 %; Ener. z W: 58.83 %; Ener. z T: 19.18 %; Ener. z Bł.: 2.58 %; K: 3826.14 mg;

wtorek 2024-02-13 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL, GLU JECZ), 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, Szykowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Dynia z wody 80 g, Salata lodowa 20 g,	Jarzynowa z zacierką *-dieta (bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL), Ziemniaki z koperkiem () 200 g, Filet z kurczaka gotowany 80 g, Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml (GLU PSZ), Marchew oprószana 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, Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ), Pomidor b/skórki 80 g, Mix salat 20 g,
		Posiłek nocny: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt,

Wartości odżywcze: E: 1647.98 kcal; B: 75.31 g; T: 33.67 g; Kw. tł. nasy.: 7.58 g; W: 270.92 g; W tym cukry: 24.83 g; Bł.: 24.15 g; Sól: 6.79 g; WW: 24.69 Por; Ener. z B: 18.28 %; Ener. z W: 59.89 %; Ener. z T: 18.39 %; Ener. z Bł.: 2.93 %; K: 3301.18 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2024-02-14 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Platki 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, Ser topiony 50 g (MLE), Pomidor 90 g, Rukola 10 g,	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Ryż na sypko (brązowy) 200 g, Sos jogurtowo-porczezkowy* 150 g (MLE), Banan 1szt. 1 szt, 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), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Sałatka z makaronu pełnoziarnistego i tuńczyka () 150 g (GLU PSZ, RYB, MLE), Sałata zielona 20 g,
		Posiłek nocny: Napój sojowy 250ml 1 szt (SOJ),

Wartości odżywcze: E: 2222.76 kcal; B: 82.25 g; T: 46.22 g; Kw. tł. nasy.: 15.49 g; W: 381.43 g; W tym cukry: 109.74 g; Bł.: 40.13 g; Sól: 6.67 g; WW: 34.21 Por; Ener. z B: 14.8 %; Ener. z W: 61.42 %; Ener. z T: 18.72 %; Ener. z Bł.: 3.61 %; K: 4363.17 mg;

środa 2024-02-14 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 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, Serek homo. naturalny 100 g (MLE), Pomidor 90 g, Rukola 10 g,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Ryż na sypko (brązowy) 200 g, Sos jogurtowo-porczezkowy* 150 g (MLE), Jabłko 1 szt 1 szt, Kompot owocowy* b/c 250 ml,	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ), Chleb Graham 100 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Sałatka z makaronu pełnoziarnistego i tuńczyka () 150 g (GLU PSZ, RYB, MLE), Sałata zielona 20 g,
II Śniadanie: Sałatka jarzynowa* 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR),	Podwieczorek: Smoothie (pomarańcza, szpinak) 200 g,	Posiłek nocny: Kanapka z serem żółtym i pomidorem (chleb razowy 60g, tłuszcz 5g, ser żółty 25g, pomidor 15g) 1 szt (GLU PSZ, MLE),

Wartości odżywcze: E: 2294.87 kcal; B: 96.92 g; T: 50.2 g; Kw. tł. nasy.: 12.91 g; W: 382.87 g; W tym cukry: 73.2 g; Bł.: 48.23 g; Sól: 6.6 g; WW: 33.46 Por; Ener. z B: 16.89 %; Ener. z W: 58.33 %; Ener. z T: 19.69 %; Ener. z Bł.: 4.2 %; K: 4820.7 mg;

środa 2024-02-14 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Platki 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, Serek homo. naturalny 100 g (MLE), Pomidor 90 g, Rukola 10 g,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Ryż na sypko 200 g, Sos jogurtowo-porczezkowy* 150 g (MLE), Banan 1szt. 1 szt, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Sałatka z makaronu i tuńczyka - dieta () 150 g (GLU PSZ, RYB, MLE), Sałata zielona 20 g,
		Posiłek nocny: Napój sojowy 250ml 1 szt (SOJ),

Wartości odżywcze: E: 2289.31 kcal; B: 90.51 g; T: 39.51 g; Kw. tł. nasy.: 8.28 g; W: 405.31 g; W tym cukry: 109.8 g; Bł.: 27.18 g; Sól: 4.62 g; WW: 37.94 Por; Ener. z B: 15.81 %; Ener. z W: 66.07 %; Ener. z T: 15.53 %; Ener. z Bł.: 2.37 %; K: 4381.06 mg;

środa 2024-02-14 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
Platki 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 1 szt, Serek homo. naturalny 100 g (MLE), Pomidor b/skórki 90 g, Sałata zielona 10 g,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Ryż na sypko 200 g, Sos jogurtowo-porczezkowy* 150 g (MLE), Banan 1szt. 1 szt, 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 ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 80 g (RYB, SEL), Sałata zielona 20 g,
		Posiłek nocny: Napój sojowy 250ml 1 szt (SOJ),

Wartości odżywcze: E: 2124.86 kcal; B: 87.27 g; T: 37.82 g; Kw. tł. nasy.: 7.15 g; W: 370.65 g; W tym cukry: 102.19 g; Bł.: 26.36 g; Sól: 4.28 g; WW: 34.57 Por; Ener. z B: 16.43 %; Ener. z W: 64.81 %; Ener. z T: 16.02 %; Ener. z Bł.: 2.48 %; K: 4195.8 mg;

środa 2024-02-14 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
Platki owsiane na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL, GLU OW), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt, Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ), Pomidor b/skórki 90 g, Sałata zielona 10 g,	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml (GLU PSZ, SEL), Ryż na sypko 200 g, Pulpet jarski () 80 g (GLU PSZ, JAJ, SEL), Sos zielony* 100 ml (GLU PSZ, SEL), Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 150 g, Banan 1szt. 1 szt, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 80 g (RYB, SEL), Sałata zielona 20 g,

Jadłospisy dla oddziałów

		Posiłek nocny: Napój sojowy 250ml 1 szt (SOJ),
--	--	--

Wartości odżywcze: E: 2270.6 kcal; B: 70.75 g; T: 57.64 g; Kw. tł. nasy.: 9.96 g; W: 381.41 g; W tym cukry: 90.47 g; Bł.: 34.51 g; Sól: 4.46 g; WW: 34.78 Por; Ener. z B: 12.46 %; Ener. z W: 61.11 %; Ener. z T: 22.85 %; Ener. z Bł.: 3.04 %; K: 4047.5 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2024-02-15 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Kasza manna 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, Pasztet z fasoli* 60 g (GLU PSZ, JAJ,), Sałatka z ogórka kons, i papryki konserwowej 100 g (GOR,),	Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese z łop wp-dieta* 350 g (GLU PSZ, SEL,), Surówka z rzepy białej i jabłka () 150 g (MLE,), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek 50 g (MLE,), Poledwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt ,

Wartości odżywcze: E: 2249.7 kcal; B: 95.28 g; T: 58.43 g; Kw. tł. nasy.: 12.74 g; W: 349.36 g; W tym cukry: 53.33 g; Bł.: 31.99 g; Sól: 6.42 g; WW: 31.76 Por; Ener. z B: 16.94 %; Ener. z W: 56.43 %; Ener. z T: 23.37 %; Ener. z Bł.: 2.84 %; K: 4015.12 mg;

czwartek 2024-02-15 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kasza manna 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, Pasztet z fasoli* 60 g (GLU PSZ, JAJ,), Sałatka z ogórka kons, i papryki konserwowej 100 g (GOR,),	Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese z łop wp-dieta* 350 g (GLU PSZ, SEL,), Surówka z rzepy białej i jabłka () 150 g (MLE,), 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,), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek 50 g (MLE,), Poledwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE,),	Podwieczorek: Pomarańcza 250g 1 szt ,	Posiłek nocny: Chleb Graham 30 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 0.50 szt , Szyntka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 25 g (SOJ,), Ogórek świeży 15 g ,

Wartości odżywcze: E: 2468.94 kcal; B: 108.16 g; T: 65.31 g; Kw. tł. nasy.: 13.39 g; W: 382.08 g; W tym cukry: 70.84 g; Bł.: 39.11 g; Sól: 7.25 g; WW: 34.27 Por; Ener. z B: 17.52 %; Ener. z W: 55.57 %; Ener. z T: 23.81 %; Ener. z Bł.: 3.17 %; K: 4860.79 mg;

czwartek 2024-02-15 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
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,), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt , Blok drobiowy-wędlna dro. parzona z dodatkiem mięsa wp 50 g (SOJ, MLE,), Ćwikła z jabłkiem () 90 g , Rospzonka 10 g ,	Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Makaron z sosem bolognese z łop wp-dieta* 350 g (GLU PSZ, SEL,), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek 50 g (MLE,), Poledwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g ,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt ,

Wartości odżywcze: E: 2188.06 kcal; B: 97.67 g; T: 51.78 g; Kw. tł. nasy.: 11.98 g; W: 338.29 g; W tym cukry: 51.02 g; Bł.: 20.22 g; Sól: 6.31 g; WW: 31.85 Por; Ener. z B: 17.85 %; Ener. z W: 58.15 %; Ener. z T: 21.3 %; Ener. z Bł.: 1.85 %; K: 3447.54 mg;

czwartek 2024-02-15 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
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,), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Blok drobiowy-wędlna dro. parzona z dodatkiem mięsa wp 50 g (SOJ, MLE,), Ćwikła z jabłkiem () 90 g , Rospzonka 10 g ,	Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Makaron z sosem bolognese z łop wp-dieta* 350 g (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 , Twarożek 50 g (MLE,), Poledwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g ,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt ,

Wartości odżywcze: E: 2076.76 kcal; B: 93.28 g; T: 45.73 g; Kw. tł. nasy.: 10.58 g; W: 328.41 g; W tym cukry: 44.9 g; Bł.: 20.22 g; Sól: 6.15 g; WW: 30.86 Por; Ener. z B: 17.97 %; Ener. z W: 59.36 %; Ener. z T: 19.82 %; Ener. z Bł.: 1.95 %; K: 3222.79 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-02-15		Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna
Kasza manna na wywarze jarzynowym* 400 ml (GLUPSZ, SEL.), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt, Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (SOJ.), Ćwikła z jabłkiem () 90 g, Roszponka 10 g.	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) () 400 ml (GLU PSZ, SEL.), Makaron z sosem bolognese z łop wp-dieta* 350 g (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, Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.), Pomidor b/skórki 80 g, Mix sałat 20 g,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt,

Wartości odżywcze: E: 1994.63 kcal; B: 74.57 g; T: 53.1 g; Kw. tł. nasy.: 12.01 g; W: 310.02 g; W tym cukry: 26.77 g; Bł.: 21.15 g; Sól: 6.54 g; WW: 28.92 Por; Ener. z B: 14.96 %; Ener. z W: 57.93 %; Ener. z T: 23.96 %; Ener. z Bł.: 2.12 %; K: 2595.37 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2024-02-16 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
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>), 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>), Powidła śliwkowe 25 g , Jabłko 1 szt 1 szt ,	Krupnik jęczmienny * 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ,</u>), Ziemiaki z koperkiem () 200 g , Ryba smażona (Morszczuk) 90 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 ,	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 jaj z natką pietruszki i cebulą 80 g (<u>JAJ, MLE, GOR,</u>), Papryka świeża 80 g , Salata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: E: 2204.63 kcal; B: 95.11 g; T: 63.48 g; Kw. tł. nasy.: 11.27 g; W: 329.58 g; W tym cukry: 69.68 g; Bł.: 33.49 g; Sól: 7.55 g; WW: 29.65 Por; Ener. z B: 17.26 %; Ener. z W: 53.72 %; Ener. z T: 25.91 %; Ener. z Bł.: 3.04 %; K: 4843.69 mg;

piątek 2024-02-16 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 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 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE,</u>), Jabłko 1 szt 1 szt ,	Krupnik jęczmienny * 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ,</u>), Ziemiaki z koperkiem () 200 g , Ryba pieczona (Morszczuk) 80 g (<u>RYB,</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 ,	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 natką pietruszki i cebulą 80 g (<u>JAJ, MLE, GOR,</u>), Papryka świeża 80 g , Salata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 200 ml ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE,</u>),	Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: E: 2108.05 kcal; B: 102.92 g; T: 57.11 g; Kw. tł. nasy.: 11.66 g; W: 311.99 g; W tym cukry: 70.98 g; Bł.: 37.05 g; Sól: 7.23 g; WW: 27.57 Por; Ener. z B: 19.53 %; Ener. z W: 52.17 %; Ener. z T: 24.38 %; Ener. z Bł.: 3.52 %; K: 5176.93 mg;

piątek 2024-02-16 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, 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 , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (<u>MLE,</u>), Dżem 25 g 1 szt , Jabłko pieczone 1szt. 1 szt ,	Krupnik jęczmienny * 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ,</u>), Ziemiaki z koperkiem () 200 g , Ryba pieczona (Morszczuk) 80 g (<u>RYB,</u>), Warzywa po grecku* 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 , Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>), Salatka z pomidorów z jogurtem natur i natką pietr 100 g (<u>MLE,</u>),
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: E: 2063.55 kcal; B: 94.98 g; T: 49.44 g; Kw. tł. nasy.: 10.53 g; W: 323.54 g; W tym cukry: 71.64 g; Bł.: 24.69 g; Sól: 6 g; WW: 29.94 Por; Ener. z B: 18.41 %; Ener. z W: 57.93 %; Ener. z T: 21.56 %; Ener. z Bł.: 2.39 %; K: 4698.1 mg;

piątek 2024-02-16 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, 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 , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (<u>MLE,</u>), Dżem 25 g 1 szt , Jabłko pieczone 1szt. 1 szt ,	Krupnik jęczmienny * 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ,</u>), Ziemiaki z koperkiem () 200 g , Ryba pieczona (Morszczuk) 80 g (<u>RYB,</u>), Warzywa po grecku* 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 , Pasta z białek z natką pietruszki 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>), Salatka z pomidorów z jogurtem natur i natką pietr b/skórki 100 g (<u>MLE,</u>),
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: E: 2081.11 kcal; B: 101.37 g; T: 48.58 g; Kw. tł. nasy.: 10.75 g; W: 323.44 g; W tym cukry: 71.36 g; Bł.: 24.69 g; Sól: 6.16 g; WW: 29.9 Por; Ener. z B: 19.48 %; Ener. z W: 57.42 %; Ener. z T: 21.01 %; Ener. z Bł.: 2.37 %; K: 4755.7 mg;

piątek 2024-02-16 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
Zacierka na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Poledwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 50 g (<u>SOJ,</u>), Dżem 25 g 1 szt , Jabłko pieczone 1szt. 1 szt ,	Krupnik jęczmienny (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL, GLU JĘCZ,</u>), Ziemiaki z koperkiem () 200 g , Ryba pieczona (Morszczuk) 80 g (<u>RYB,</u>), Warzywa po grecku* 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 , Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta (bez mleka) 80 g (<u>JAJ,</u>), Salatka z pomidorów z olejem i natką pietr 100 g ,

Jadłospisy dla oddziałów

		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,
--	--	--

Wartości odżywcze: E: 1896.81 kcal; B: 80.41 g; T: 47.51 g; Kw. tł. nasy.: 9.3 g; W: 300.39 g; W tym cukry: 54.09 g; Bł.: 25.45 g; Sól: 6.71 g; WW: 27.56 Por; Ener. z B: 16.96 %; Ener. z W: 57.98 %; Ener. z T: 22.54 %; Ener. z Bł.: 2.68 %; K: 4064.07 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2024-02-17 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> , <u>OW</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb Graham 50 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Parówki cieszynki- węd. wp. homog. wędz. parz 80 g (<u>SOJ</u> , <u>SEL</u>), Ketchup saszetka 20g 1 szt, Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g,	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ryż na sypko (brązowy) 200 g, Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g (<u>SEL</u>), Surówka z marchwi b/c () 150 g (<u>MLE</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb Graham 50 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową 150 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>GOR</u>), Sałata zielona 20 g,
		Posiłek nocny: Orzechy włoskie tuskane 30 g (<u>ORZ</u>), Jabłko 1 szt 1 szt,

Wartości odżywcze: E: 2544.57 kcal; B: 91.1 g; T: 91.77 g; Kw. tł. nasy.: 18.61 g; W: 358.44 g; W tym cukry: 61.87 g; Bł.: 43.23 g; Sól: 9.27 g; WW: 31.52 Por; Ener. z B: 14.32 %; Ener. z W: 49.55 %; Ener. z T: 32.46 %; Ener. z Bł.: 3.4 %; K: 4034.98 mg;

sobota 2024-02-17 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> , <u>OW</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Chleb Graham 50 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u>), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Szynka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 50 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>SOJ</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g,	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ryż na sypko (brązowy) 200 g, Potrawka drobiowa z warzywami* 180 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>SEL</u>), Surówka z marchwi b/c () 150 g (<u>MLE</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Chleb Graham 50 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Sałatka z makaronu pełnoziarnistego z wędliną drobiowo wieprzową 150 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>GOR</u>), Sałata zielona 20 g,
II Śniadanie: Sałatka wiosenna 100 g,	Podwieczorek: Serek homo. naturalny 150 g (<u>MLE</u>), Mus z truskawek* b/c 50 g,	Posiłek nocny: Orzechy włoskie tuskane 30 g (<u>ORZ</u>), Jabłko 1 szt 1 szt,

Wartości odżywcze: E: 2417.94 kcal; B: 108.21 g; T: 72.44 g; Kw. tł. nasy.: 11.98 g; W: 350.7 g; W tym cukry: 60.42 g; Bł.: 47.39 g; Sól: 7.19 g; WW: 30.34 Por; Ener. z B: 17.9 %; Ener. z W: 50.18 %; Ener. z T: 26.96 %; Ener. z Bł.: 3.92 %; K: 4416.3 mg;

sobota 2024-02-17 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> , <u>OW</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt, Szynka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 50 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>SOJ</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g,	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ryż na sypko 200 g, Potrawka drobiowa z warzywami* 180 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>SEL</u>), Buraczki oprószone () 150 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową- dieta* 150 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u>), Sałata zielona 20 g,
		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt,

Wartości odżywcze: E: 2156.17 kcal; B: 81.92 g; T: 49.06 g; Kw. tł. nasy.: 9.18 g; W: 359.95 g; W tym cukry: 61.61 g; Bł.: 27.9 g; Sól: 6.76 g; WW: 33.14 Por; Ener. z B: 15.2 %; Ener. z W: 61.6 %; Ener. z T: 20.48 %; Ener. z Bł.: 2.59 %; K: 3658.54 mg;

sobota 2024-02-17 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> , <u>OW</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Szynka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 50 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>SOJ</u>), Pasta warzywna* 100 g (<u>SEL</u>),	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ryż na sypko 200 g, Potrawka drobiowa z warzywami* 180 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>SEL</u>), Buraczki oprószone () 150 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową- dieta* 150 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u>), Sałata zielona 20 g,
		Posiłek nocny: Jabłko pieczone 1szt. 1 szt,

Wartości odżywcze: E: 2130.84 kcal; B: 82.05 g; T: 45.21 g; Kw. tł. nasy.: 7.96 g; W: 362.78 g; W tym cukry: 63.74 g; Bł.: 29.02 g; Sól: 6.94 g; WW: 33.3 Por; Ener. z B: 15.4 %; Ener. z W: 62.65 %; Ener. z T: 19.1 %; Ener. z Bł.: 2.72 %; K: 3752.38 mg;

sobota 2024-02-17 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL</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>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Szyńka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ</u>), Pasta warzywna* 100 g (<u>SEL</u>),	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)*() 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Ryż na sypko 200 g, Potrawka drobiowa z warzywami * 180 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Buraczki oprószone () 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, Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową- dieta* 150 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u>), Sałata zielona 20 g,
		Posiłek nocny: Jabłko pieczone 1szt. 1 szt,

Wartości odżywcze: E: 2000.97 kcal; B: 70.12 g; T: 43.68 g; Kw. tł. nasy.: 7.58 g; W: 345.31 g; W tym cukry: 47.31 g; Bł.: 29.96 g; Sól: 6.56 g; WW: 31.45 Por; Ener. z B: 14.02 %; Ener. z W: 63.04 %; Ener. z T: 19.65 %; Ener. z Bł.: 2.99 %; K: 3183.21 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2024-02-18 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (MLE, GLU JĘCZ.), 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, Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g, Rzepa biała 80 g, Mix салат 20 g,	Pomidorowa z zacierką * 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.), Ziemiaki z koperkiem () 200 g, Kotlet schabowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.), Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (SEL.), Fasolka szparagowa z wody* 100 g, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Kakao/p 250 ml (MLE.), 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.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE.), Szynekowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.), Mandarynka 2 szt,
		Posiłek nocny: Napój sojowy 250ml 1 szt (SOJ.),

Wartości odżywcze: E: 2172.95 kcal; B: 101.19 g; T: 53.66 g; Kw. tł. nasy.: 9.97 g; W: 335.26 g; W tym cukry: 78.56 g; Bł.: 34.49 g; Sól: 8.37 g; WW: 30.2 Por; Ener. z B: 18.63 %; Ener. z W: 55.37 %; Ener. z T: 22.22 %; Ener. z Bł.: 3.17 %; K: 4528.87 mg;

niedziela 2024-02-18 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (MLE, GLU JĘCZ.), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g, Rzepa biała 80 g, Mix салат 20 g,	Pomidorowa z zacierką * 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.), Ziemiaki z koperkiem () 200 g, Schab pieczony w rękawie 100 g, Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.), Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (SEL.), Fasolka szparagowa z wody* 100 g, Kompot owocowy* b/c 250 ml,	Kakao/p b/c 250 ml (MLE.), Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE.), Szynekowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.), Mandarynka 2 szt,
II Śniadanie: jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.),	Podwieczorek: Chleb Graham 25 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 0.50 szt, Szynekowa z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej 25 g (SOJ, SEL.), Pomidor 15 g,	Posiłek nocny: Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.), Hummus 50 g (SEZ.), Salata zielona 10 g,

Wartości odżywcze: E: 2260.74 kcal; B: 123.18 g; T: 57.14 g; Kw. tł. nasy.: 12.47 g; W: 331.58 g; W tym cukry: 64.52 g; Bł.: 37.98 g; Sól: 9.78 g; WW: 29.46 Por; Ener. z B: 21.79 %; Ener. z W: 51.95 %; Ener. z T: 22.75 %; Ener. z Bł.: 3.36 %; K: 5412 mg;

niedziela 2024-02-18 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (MLE, GLU JĘCZ.), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt, Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g, Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 100 g (SEL.),	Pomidorowa z zacierką * 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.), Ziemiaki z koperkiem () 200 g, Schab pieczony w rękawie 100 g, Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.), Cukinia gotowana z pomidorami* 150 g, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Kakao/p 250 ml (MLE.), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE.), Szynekowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.), Mandarynka 2 szt,
		Posiłek nocny: Napój sojowy 250ml 1 szt (SOJ.),

Wartości odżywcze: E: 2240.25 kcal; B: 112.84 g; T: 56.22 g; Kw. tł. nasy.: 11.45 g; W: 330.58 g; W tym cukry: 86.45 g; Bł.: 23.31 g; Sól: 7.82 g; WW: 30.7 Por; Ener. z B: 20.15 %; Ener. z W: 54.86 %; Ener. z T: 22.59 %; Ener. z Bł.: 2.08 %; K: 4739.28 mg;

niedziela 2024-02-18 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (MLE, GLU JĘCZ.), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g, Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 100 g (SEL.),	Pomidorowa z zacierką * 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.), Ziemiaki z koperkiem () 200 g, Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.), Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.), Cukinia gotowana z pomidorami* 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.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE.), Szynekowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.), Banan 1szt. 1 szt,
		Posiłek nocny: Napój sojowy 250ml 1 szt (SOJ.),

Wartości odżywcze: E: 2320.8 kcal; B: 100.53 g; T: 58.13 g; Kw. tł. nasy.: 11.56 g; W: 358.82 g; W tym cukry: 101.98 g; Bł.: 23.1 g; Sól: 7.75 g; WW: 33.64 Por; Ener. z B: 17.33 %; Ener. z W: 57.86 %; Ener. z T: 22.54 %; Ener. z Bł.: 1.99 %; K: 4717.89 mg;

niedziela 2024-02-18 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL, GLU JECZ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g , Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 100 g (SEL),	Pomidorowa z zacierką (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL), ziemniaki z koperkiem () 200 g , Schab pieczony w rękawie 100 g , Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL), Cukinia gotowana z pomidorami* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Szynka konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ), Mandarynka 2 szt ,
II Śniadanie: Kisiel o smaku wiśniowym b/c 150 ml ,		Posiłek nocny: Napój sojowy 250ml 1 szt (SOJ),

Wartości odżywcze: E: 2055.85 kcal; B: 91.21 g; T: 47.44 g; Kw. tł. nasy.: 9.28 g; W: 325.8 g; W tym cukry: 78.15 g; Bł.: 24.17 g; Sól: 7.77 g; WW: 30.15 Por; Ener. z B: 17.75 %; Ener. z W: 58.69 %; Ener. z T: 20.77 %; Ener. z Bł.: 2.35 %; K: 3888.78 mg;