

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2024-02-26</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa</b>		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml ( <b>MLE, GLU OW</b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Chleb Graham 50 g ( <b>GLUPSZ</b> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Kielbasa Szynkowa wieprzowa grubo rozdrobniona parzona w osłonce niejadalnej 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ</b> ), Papryka świeża mix 80 g, Sałata zielona 20 g,	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ), Ryż brązowy z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g, Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE</b> ), Mandarynka 2 szt, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Chleb Graham 50 g ( <b>GLUPSZ</b> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Pasta z twarogu i cebuli 80 g ( <b>MLE</b> ), Sałatka z pomidorów i koperku 90 g, Rukola 10 g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1937.92 kcal; Białko ogółem: 79.43 g; Tłuszcz: 38.16 g; Kw. tł. nasy.: 8.69 g; Węglowodany ogółem: 334.73 g; W tym cukry: 71.38 g; Błonnik pok.: 37.81 g; Sól: 7.91 g; WW: 29.71 Por; : 16.4 %; : 61.29%; Ener. z T: 17.72 %; Ener. z Bł.: 3.9 %; K: 3744.29 mg;

<b>poniedziałek 2024-02-26</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml ( <b>MLE, GLU OW</b> ), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Kielbasa Szynkowa wieprzowa grubo rozdrobniona parzona w osłonce niejadalnej 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ</b> ), Papryka świeża mix 80 g, Sałata zielona 20 g,	Solferino * () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ), Ryż brązowy z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g, Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE</b> ), Mandarynka 2 szt, Kompot owocowy* b/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Pasta z twarogu i cebuli 80 g ( <b>MLE</b> ), Sałatka z pomidorów i koperku 80 g, Rukola 20 g,
<b>II Śniadanie:</b> Chleb Graham 25 g ( <b>GLUPSZ</b> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 0.50 szt, Jajko gotowane kl M 0.50 szt ( <b>JAJ</b> ), Sałata zielona 10 g,	<b>Podwieczorek:</b> Surówka Coleslaw b/c () 100 g ( <b>JAJ, MLE, GOR</b> ),	<b>Posiłek nocny:</b> Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1962.71 kcal; Białko ogółem: 82.53 g; Tłuszcz: 43.78 g; Kw. tł. nasy.: 10.27 g; Węglowodany ogółem: 326.6 g; W tym cukry: 73.89 g; Błonnik pok.: 39.75 g; Sól: 8.17 g; WW: 28.75 Por; : 16.82 %; : 58.46 %; Ener. z T: 20.08 %; Ener. z Bł.: 4.05 %; K: 4337.31 mg;

<b>poniedziałek 2024-02-26</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna</b>		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml ( <b>MLE, GLU OW</b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLUPSZ</b> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt, Kielbasa Szynkowa wieprzowa grubo rozdrobniona parzona w osłonce niejadalnej 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ</b> ), Fasolka szparagowa z wody* 80 g, Sałata zielona 20 g,	Solferino * () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ), Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g, Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE</b> ), Banan 1szt. 1 szt, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt, Pasta z twarogu z koperkiem 80 g ( <b>MLE</b> ), Sałatka z pomidorów b/skórki i koperku 90 g, Rukola 10 g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2102.34 kcal; Białko ogółem: 77.52 g; Tłuszcz: 45.08 g; Kw. tł. nasy.: 11.05 g; Węglowodany ogółem: 358.93 g; W tym cukry: 92.93 g; Błonnik pok.: 22.08 g; Sól: 7.23 g; WW: 33.88 Por; : 14.75 %; : 64.09 %; Ener. z T: 19.3 %; Ener. z Bł.: 2.1 %; K: 4003.76 mg;

<b>poniedziałek 2024-02-26</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu</b>		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml ( <b>MLE, GLU OW</b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLUPSZ</b> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Kielbasa Szynkowa wieprzowa grubo rozdrobniona parzona w osłonce niejadalnej 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ</b> ), Bukiet jarzyn oprószony z olejem* 80 g ( <b>GLUPSZ, SEL</b> ), Sałata zielona 20 g,	Solferino * () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ), Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g, Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE</b> ), Banan 1szt. 1 szt, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Pasta z twarogu z koperkiem 80 g ( <b>MLE</b> ), Sałatka z pomidorów b/skórki i koperku 80 g, Sałata zielona 20 g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2062.09 kcal; Białko ogółem: 77.08 g; Tłuszcz: 37.05 g; Kw. tł. nasy.: 8.7 g; Węglowodany ogółem: 367.51 g; W tym cukry: 100.11 g; Błonnik pok.: 22.5 g; Sól: 7.18 g; WW: 34.62 Por; : 14.95 %; : 66.92 %; Ener. z T: 16.17 %; Ener. z Bł.: 2.18 %; K: 3980.8 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-02-26		Jadłospis dla diety: PUŁ- 9 Bogatobiałkowa
Platki owsiane na mleku/p 400 ml ( <u>MLE, GLU OW</u> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Kielbasa Szynkowa wieprzowa grubo rozdrobniona parzona w osłonce niejadalnej 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> ), Fasolka szparagowa z wody* 80 g , Salata zielona 20 g ,	Solferino * () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 400 g , Sos jogurtowy naturalny 150 g ( <u>MLE</u> ), Banan 1szt. 1 szt , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu z koperkiem 120 g ( <u>MLE</u> ), Sałatka z pomidorów b/skórki i koperku 90 g , Rukola 10 g ,
<b>II Śniadanie:</b> Bułka pszenna długa krojona 25 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 0.50 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ), Salata zielona 10 g ,		<b>Posiłek nocny:</b> Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2379.02 kcal; Białko ogółem: 97.04 g; Tłuszcz: 45.03 g; Kw. tł. nasy.: 12.42 g; Węglowodany ogółem: 409.46 g; W tym cukry: 107 g; Błonnik pok.: 24.09 g; Sól: 7.79 g; WW: 38.72 Por; : 16.32 %; : 64.8 %; Ener. z T: 17.04 %; Ener. z Bł.: 2.02 %; K: 4342.64 mg;

poniedziałek 2024-02-26		Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna
Platki owsiane na wywarze jarzynowym 400 ml ( <u>SEL, GLU OW</u> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Kielbasa Szynkowa wieprzowa grubo rozdrobniona parzona w osłonce niejadalnej 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> ), Fasolka szparagowa z wody* 80 g , Salata zielona 20 g ,	Solferino (bez mleka)*() 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Ryż na sypko 200 g , Pulpet drobiowy 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ), Sos majerankowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Marchew gotowana z olejem* 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 ( <u>GLU PSZ</u> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g ( <u>SOJ</u> ), Sałatka z pomidorów b/skórki i koperku 80 g , Salata zielona 20 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2068.93 kcal; Białko ogółem: 75.51 g; Tłuszcz: 43.49 g; Kw. tł. nasy.: 7.7 g; Węglowodany ogółem: 358.63 g; W tym cukry: 72.85 g; Błonnik pok.: 26.88 g; Sól: 8.76 g; WW: 33.44 Por; : 14.6 %; : 64.14 %; Ener. z T: 18.92 %; Ener. z Bł.: 2.6 %; K: 3750.65 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>wtorek 2024-02-27</b> <b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa</b>		
Makaron na mleku/p 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u> ), Ćwikła z jabłkiem () 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Wielowarzynna z ziemniakami * () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), kasza pęczak/sypko 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ), Sos chrzanowy 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SO2</u> ), Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 100 g ( <u>MLE</u> ), Szpinak gotowany z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ), Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z makreli wędzonej z warzywami* 80 g ( <u>RYB, SEL</u> ), Pomidor 80 g , Mix салат 20 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Talarki z marchwi 100 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2278.13 kcal; Białko ogółem: 105.87 g; Tłuszcz: 58.95 g; Kw. tł. nasy.: 14.98 g; Węglowodany ogółem: 338.15 g; W tym cukry: 58.09 g; Błonnik pok.: 42.06 g; Sól: 9.59 g; WW: 29.63 Por; : 18.59 %; : 51.99 %; Ener. z T: 23.29 %; Ener. z Bł.: 3.69 %; K: 4391.63 mg;

<b>wtorek 2024-02-27</b> <b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>		
Makaron pełnoziarnisty na mleku/p 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u> ), Ćwikła z jabłkiem b/c () 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Wielowarzynna z ziemniakami * () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), kasza pęczak/sypko 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ), Sos chrzanowy 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SO2</u> ), Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 100 g ( <u>MLE</u> ), Szpinak gotowany z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ), Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z makreli wędzonej z warzywami* 80 g ( <u>RYB, SEL</u> ), Pomidor 80 g , Mix салат 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> Koktajl z czarnej porzeczki* b/c 200 ml ( <u>MLE</u> ),	<b>Podwieczorek:</b> Gruszka 1szt. 150 g ,	<b>Posiłek nocny:</b> Talarki z marchwi 100 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2420.35 kcal; Białko ogółem: 115.78 g; Tłuszcz: 61.89 g; Kw. tł. nasy.: 16.87 g; Węglowodany ogółem: 361.96 g; W tym cukry: 78.82 g; Błonnik pok.: 53.32 g; Sól: 9.3 g; WW: 30.89 Por; : 19.13 %; : 51.01 %; Ener. z T: 23.01 %; Ener. z Bł.: 4.41 %; K: 5253.31 mg;

<b>wtorek 2024-02-27</b> <b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna</b>		
Makaron na mleku/p 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt , Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u> ), Ćwikła z jabłkiem () 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Wielowarzynna z ziemniakami * () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ</u> ), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ), Sos ziołowy 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Marchew oprószana z olejem* 150 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt , Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 80 g ( <u>RYB, SEL</u> ), Pomidor b/skórki 80 g , Mix салат 20 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Talarki z marchwi 100 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2266.35 kcal; Białko ogółem: 97.57 g; Tłuszcz: 59 g; Kw. tł. nasy.: 14.37 g; Węglowodany ogółem: 350.28 g; W tym cukry: 59.66 g; Błonnik pok.: 32.07 g; Sól: 8.07 g; WW: 31.88 Por; : 17.22 %; : 56.16 %; Ener. z T: 23.43 %; Ener. z Bł.: 2.83 %; K: 4145.81 mg;

<b>wtorek 2024-02-27</b> <b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu</b>		
Makaron na mleku/p 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt , Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u> ), Ćwikła z jabłkiem () 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Wielowarzynna z ziemniakami * () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ</u> ), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ), Sos ziołowy 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Marchew oprószana z olejem* 150 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	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 , Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 80 g ( <u>RYB, SEL</u> ), Pomidor b/skórki 80 g , Mix салат 20 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Kanapka z szynką i sałatą (bułka pszenna 45g, tłuszcz do smarowania 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2223.46 kcal; Białko ogółem: 97.65 g; Tłuszcz: 51.81 g; Kw. tł. nasy.: 14.53 g; Węglowodany ogółem: 353.91 g; W tym cukry: 45.8 g; Błonnik pok.: 27.8 g; Sól: 8.58 g; WW: 32.69 Por; : 17.57 %; : 58.67 %; Ener. z T: 20.97 %; Ener. z Bł.: 2.5 %; K: 3588.68 mg;

<b>wtorek 2024-02-27</b> <b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 9 Bogatobiałkowa</b>		
--	--	--

## Jadłospisy dla oddziałów

Makaron na mleku/p 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ,</u> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt, Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u> ), Ćwikła z jabłkiem () 80 g, Salata zielona 20 g,	Wielowarzywna z ziemniakami * () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ,</u> ), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ), Sos ziołowy 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ), Marchew oprószana z olejem* 150 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ,</u> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt, Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 80 g ( <u>RYB, SEL,</u> ), Pomidor b/skórki 80 g, Mix sałat 20 g,
II Śniadanie: Koktajl z czarnej porzeczki* b/c 200 ml ( <u>MLE,</u> ),		Posiłek nocny: Talarki z marchwi 100 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2382.03 kcal; Białko ogółem: 105.06 g; Tłuszcz: 62.57 g; Kw. tł. nasy.: 16.47 g; Węglowodany ogółem: 364.45 g; W tym cukry: 68.94 g; Błonnik pok.: 33.94 g; Sól: 8.33 g; WW: 33.08 Por; : 17.64 %; : 55.5 %; Ener. z T: 23.64 %; Ener. z Bł.: 2.85 %; K: 4564.29 mg;

wtorek 2024-02-27 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna</span>		
Makaron na wywarze jarzynowym 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</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, Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 50 g ( <u>SOJ,</u> ), Ćwikła z jabłkiem () 80 g, Salata zielona 20 g,	Wielowarzywna z ziemniakami *(bez mleka) () 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ), Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ,</u> ), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ), Sos ziołowy 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ), Marchew oprószana z olejem* 150 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml,	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, Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 80 g ( <u>RYB, SEL,</u> ), Pomidor b/skórki 80 g, Mix sałat 20 g,
		Posiłek nocny: Talarki z marchwi 100 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1989.26 kcal; Białko ogółem: 79.68 g; Tłuszcz: 48.5 g; Kw. tł. nasy.: 11.61 g; Węglowodany ogółem: 323.05 g; W tym cukry: 36.72 g; Błonnik pok.: 33.76 g; Sól: 7.55 g; WW: 29 Por; : 16.02 %; : 58.17 %; Ener. z T: 21.94 %; Ener. z Bł.: 3.39 %; K: 3429.17 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>środa 2024-02-28</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa</b>		
Ryż na mleku/p 400 ml ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Serek homo o smaku wanilinowym 60 g ( <u>MLE</u> ), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g ( <u>SOJ</u> ), Sałatka warzywna (ogórek, pomidor, papryka) 100 g ( <u>MLE</u> ),	Grysikowa * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Ziemiaki z koperkiem 200 g, Eskalopka z kurczaka 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ), Surówka Coleslaw b/c 100 g ( <u>JAJ, MLE, GOR</u> ), Fasolka szparagowa z bułką tartą i 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, GLU ŻYT</u> ), Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE</u> ), Sałata zielona z jogurtem 20 g ( <u>MLE</u> ), Ogórek kiszony 80 g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2001.22 kcal; Białko ogółem: 87.87 g; Tłuszcz: 56.67 g; Kw. tł. nasy.: 10.91 g; Węglowodany ogółem: 296.62 g; W tym cukry: 40.94 g; Błonnik pok.: 26.62 g; Sól: 8.21 g; WW: 27.08 Por; : 17.56 %; : 53.97 %; Ener. z T: 25.48 %; Ener. z Bł.: 2.66 %; K: 3793.18 mg;

<b>środa 2024-02-28</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>		
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, Serek homo. naturalny 60 g ( <u>MLE</u> ), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g ( <u>SOJ</u> ), Sałatka warzywna (ogórek, pomidor, papryka) 100 g ( <u>MLE</u> ),	Grysikowa * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Ziemiaki z koperkiem 200 g, Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g, Sos bazyliowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Fasolka szparagowa z wody* 100 g, Surówka Coleslaw b/c 100 g ( <u>JAJ, MLE, GOR</u> ), Kompot owocowy* b/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g ( <u>SOJ</u> ), Sałata zielona z jogurtem 20 g ( <u>MLE</u> ), Ogórek kiszony 80 g,
<b>II Śniadanie:</b> Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ),	<b>Podwieczorek:</b> Warzywa pieczone 100 g, Dip zielony 10 g ( <u>MLE</u> ),	<b>Posiłek nocny:</b> Sok pomidorowy 200 ml,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1947.3 kcal; Białko ogółem: 99.37 g; Tłuszcz: 54.68 g; Kw. tł. nasy.: 10.16 g; Węglowodany ogółem: 281 g; W tym cukry: 40.12 g; Błonnik pok.: 33.62 g; Sól: 9.98 g; WW: 24.86 Por; : 20.41 %; : 50.82 %; Ener. z T: 25.27 %; Ener. z Bł.: 3.45 %; K: 5035.59 mg;

<b>środa 2024-02-28</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna</b>		
Ryż na mleku/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, Serek homo o smaku wanilinowym 60 g ( <u>MLE</u> ), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g ( <u>SOJ</u> ), Sałatka wiosenna - diety 100 g,	Grysikowa * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Ziemiaki z koperkiem 200 g, Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g, Sos bazyliowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki z olejem* 150 g, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt, Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g ( <u>SOJ</u> ), Sałata zielona z jogurtem 20 g ( <u>MLE</u> ), Pomidor b/skórki 80 g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2078.16 kcal; Białko ogółem: 88.88 g; Tłuszcz: 61.89 g; Kw. tł. nasy.: 12 g; Węglowodany ogółem: 298.6 g; W tym cukry: 45.65 g; Błonnik pok.: 19.59 g; Sól: 7.04 g; WW: 27.94 Por; : 17.11 %; : 53.7 %; Ener. z T: 26.8 %; Ener. z Bł.: 1.89 %; K: 3896.99 mg;

<b>środa 2024-02-28</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu</b>		
Ryż na mleku/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, Serek homo o smaku wanilinowym 60 g ( <u>MLE</u> ), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g ( <u>SOJ</u> ), Sałatka wiosenna - diety b/skórki 100 g,	Grysikowa * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Ziemiaki z koperkiem 200 g, Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g, Sos bazyliowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki z olejem* 150 g, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g ( <u>SOJ</u> ), Sałata zielona z jogurtem 20 g ( <u>MLE</u> ), Pomidor b/skórki 80 g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1971.96 kcal; Białko ogółem: 88.88 g; Tłuszcz: 50.09 g; Kw. tł. nasy.: 9.4 g; Węglowodany ogółem: 298.6 g; W tym cukry: 45.65 g; Błonnik pok.: 19.59 g; Sól: 7 g; WW: 27.94 Por; : 18.03 %; : 56.59 %; Ener. z T: 22.86 %; Ener. z Bł.: 1.99 %; K: 3896.99 mg;

<b>środa 2024-02-28</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 9 Bogatobiałkowa</b>		

## Jadłospisy dla oddziałów

Ryż na mleku/p 400 ml ( <b>MLE</b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Serek homo o smaku wanilinowym 60 g ( <b>MLE</b> ), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g ( <b>SOJ</b> ), Sałatka wiosenna - diety 100 g ,	Grycikowa * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ), Ziemniaki z koperkiem () 200 g , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g , Sos bazyliowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki z olejem* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Szynka Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g ( <b>SOJ</b> ), Sałata zielona z jogurtem 20 g ( <b>MLE</b> ), Pomidor 80 g ,
<b>II Śniadanie:</b> Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2073.55 kcal; Białko ogółem: 94.01 g; Tłuszcz: 53.09 g; Kw. tł. nasy.: 9.4 g; Węglowodany ogółem: 312.27 g; W tym cukry: 52.23 g; Błonnik pok.: 19.62 g; Sól: 7.16 g; WW: 29.3 Por; : 18.13 %; : 56.45 %; Ener. z T: 23.04 %; Ener. z Bł.: 1.89 %; K: 4089.79 mg;

środa 2024-02-28 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna</span>		
Ryż na wywarze jarzynowym 400 ml ( <b>SEL</b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g ( <b>SOJ</b> ), Sałatka wiosenna - diety 100 g ,	Grycikowa * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ), Ziemniaki z koperkiem () 200 g , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g , Sos bazyliowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki z olejem* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Szynka Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g ( <b>SOJ</b> ), Sałata zielona 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1826.18 kcal; Białko ogółem: 71.14 g; Tłuszcz: 51.08 g; Kw. tł. nasy.: 10.02 g; Węglowodany ogółem: 277.41 g; W tym cukry: 26.52 g; Błonnik pok.: 20.65 g; Sól: 7.05 g; WW: 25.72 Por; : 15.58 %; : 56.24 %; Ener. z T: 25.18 %; Ener. z Bł.: 2.26 %; K: 3340.14 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>czwartek 2024-02-29</b> <b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa</b>		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml ( <b>MLE</b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ), Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ</b> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Szyrkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g , Rzodkiew biała 80 g , Salata zielona 20 g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ), Łazanki z kapustą i mięs wp z łąpatki 350 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR</b> ), Mandarynka 2 szt , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ), Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ</b> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Pasztet z ciecierzycy* 60 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ), Serek a'la homogenizowany z ziołami 30 g ( <b>MLE</b> ), Roszponka 20 g , Pomidor 80 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Orzechy włoskie tuskane 20 g ( <b>ORZ</b> ), Jablko 1 szt 1 szt ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2400.55 kcal; Białko ogółem: 91.61 g; Tłuszcz: 75.11 g; Kw. tł. nasy.: 14.9 g; Węglowodany ogółem: 352.8 g; W tym cukry: 78.78 g; Błonnik pok.: 38.58 g; Sól: 7.59 g; WW: 31.43 Por; : 15.26 %; : 52.36 %; Ener. z T: 28.16 %; Ener. z Bł.: 3.21 %; K: 4236.57 mg;

<b>czwartek 2024-02-29</b> <b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml ( <b>MLE, GLU JEĆZ</b> ), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ</b> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Szyrkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g , Rzodkiew biała 80 g , Salata zielona 20 g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ), Makaron pełnoziarnisty z sosem mięsno-warzywnym, z miesa wieprzowego () 350 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ), Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 150 g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ</b> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Pasztet z ciecierzycy* 60 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ), Serek a'la homogenizowany z ziołami 30 g ( <b>MLE</b> ), Roszponka 20 g , Pomidor 80 g ,
<b>II Śniadanie:</b> Owsianka z jabłkiem pieczonym i cynamonem 200 g ( <b>MLE, GLU OW</b> ),	<b>Podwieczorek:</b> Mandarynka 2 szt ,	<b>Posiłek nocny:</b> Orzechy włoskie tuskane 20 g ( <b>ORZ</b> ), Jablko 1 szt 1 szt ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2565.16 kcal; Białko ogółem: 103.44 g; Tłuszcz: 72.05 g; Kw. tł. nasy.: 12.83 g; Węglowodany ogółem: 397.37 g; W tym cukry: 82.74 g; Błonnik pok.: 51.04 g; Sól: 6.87 g; WW: 34.68 Por; : 16.13 %; : 54.01 %; Ener. z T: 25.28 %; Ener. z Bł.: 3.98 %; K: 5095.53 mg;

<b>czwartek 2024-02-29</b> <b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna</b>		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml ( <b>MLE</b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ</b> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt , Szyrkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g , Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g ( <b>SEL</b> ), Salata zielona 20 g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ), Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z miesa wieprzowego () 350 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ), Brokuł gotowany* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ</b> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt , Polędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 50 g ( <b>SOJ</b> ), Serek a'la homogenizowany z ziołami 30 g ( <b>MLE</b> ), Roszponka 20 g , Pomidor b/śkórki 80 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Banan 1szt. 1 szt ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2283.36 kcal; Białko ogółem: 89.73 g; Tłuszcz: 56.98 g; Kw. tł. nasy.: 12.39 g; Węglowodany ogółem: 365.15 g; W tym cukry: 83.77 g; Błonnik pok.: 28.55 g; Sól: 8.64 g; WW: 33.64 Por; : 15.72 %; : 58.96 %; Ener. z T: 22.46 %; Ener. z Bł.: 2.5 %; K: 4429.04 mg;

<b>czwartek 2024-02-29</b> <b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu</b>		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml ( <b>MLE</b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ</b> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Szyrkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g , Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g ( <b>SEL</b> ), Salata zielona 20 g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ), Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z miesa wieprzowego () 350 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ), Brokuł gotowany* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ</b> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 50 g ( <b>SOJ</b> ), Serek a'la homogenizowany z ziołami 30 g ( <b>MLE</b> ), Roszponka 20 g , Pomidor b/śkórki 80 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Banan 1szt. 1 szt ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2177.16 kcal; Białko ogółem: 89.73 g; Tłuszcz: 45.18 g; Kw. tł. nasy.: 9.79 g; Węglowodany ogółem: 365.15 g; W tym cukry: 83.77 g; Błonnik pok.: 28.55 g; Sól: 8.6 g; WW: 33.64 Por; : 16.48 %; : 61.84 %; Ener. z T: 18.68 %; Ener. z Bł.: 2.62 %; K: 4429.04 mg;

<b>czwartek 2024-02-29</b> <b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 9 Bogatobiałkowa</b>		
--	--	--

## Jadłospisy dla oddziałów

kasza kukurydziana na ml/p 400 ml ( <b>MLE</b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ</b> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodak.wody w osł.niejad 50 g, Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g ( <b>SEL</b> ), Sałata zielona 20 g,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ), Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z miesa wieprzowego () 350 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ), Brokuł gotowany* 150 g, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ</b> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Polędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 50 g ( <b>SOJ</b> ), Serek a'la homogenizowany z ziołami 30 g ( <b>MLE</b> ), Roszponka 20 g, Pomidor 80 g,
II Śniadanie: Owsianka z jabłkiem pieczonym i cynamonem 200 g ( <b>MLE, GLU OW</b> ),		Posiłek nocny: Banan 1szt. 1 szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2378.15 kcal; Białko ogółem: 96.1 g; Tłuszcz: 48.94 g; Kw. tł. nasy.: 11.2 g; Węglowodany ogółem: 402.04 g; W tym cukry: 94.05 g; Błonnik pok.: 31.65 g; Sól: 8.69 g; WW: 37.01 Por; : 16.16 %; : 62.3 %; Ener. z T: 18.52 %; Ener. z Bł.: 2.66 %; K: 4651.24 mg;

czwartek 2024-02-29 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 400 ml ( <b>SEL</b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ</b> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodak.wody w osł.niejad 50 g, Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g ( <b>SEL</b> ), Sałata zielona 20 g,	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ), Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z miesa wieprzowego () 350 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ), Brokuł gotowany* 150 g, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ</b> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Polędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 50 g ( <b>SOJ</b> ), Roszponka 20 g, Pomidor b/skórki 80 g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt. 1 szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2002.19 kcal; Białko ogółem: 72.74 g; Tłuszcz: 42.39 g; Kw. tł. nasy.: 8.63 g; Węglowodany ogółem: 344.41 g; W tym cukry: 66.3 g; Błonnik pok.: 29.5 g; Sól: 7.95 g; WW: 31.44 Por; : 14.53 %; : 62.91 %; Ener. z T: 19.05 %; Ener. z Bł.: 2.95 %; K: 3733.46 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>piątek 2024-03-01</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa</b>		
Zacierka na mleku/p 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Twaróg półtłusty 60 g ( <u>MLE,</u> ), Dżem 25 g 1 szt, Gruszka 1szt. 150 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Kalaforowa z ryżem * 400 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ), Ziemniaki z koperkiem () 200 g, Ryba smażona (Morszczuk) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u> ), Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 100 g, Warzywa po grecku* 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 80 g ( <u>JAJ, GOR,</u> ), Sałata zielona 20 g, Papryka świeża 80 g, Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ),
		<b>Posiłek nocny:</b> Sok pomidorowy 250 ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2304.5 kcal; Białko ogółem: 106.83 g; Tłuszcz: 65.33 g; Kw. tł. nasy.: 12.48 g; Węglowodany ogółem: 338.49 g; W tym cukry: 75.57 g; Błonnik pok.: 32.64 g; Sól: 7.85 g; WW: 30.66 Por; : 18.54 %; : 53.09 %; Ener. z T: 25.51 %; Ener. z Bł.: 2.83 %; K: 5062.85 mg;		
<b>piątek 2024-03-01</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>		
Makaron pełnoziarnisty na mleku/p 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ), Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Twaróg półtłusty 60 g ( <u>MLE,</u> ), Gruszka 1szt. 150 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Kalaforowa z ryżem * 400 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ), Ziemniaki z koperkiem () 200 g, Pulpet rybno-warzywny* 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,</u> ), Sos szpinakowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ,</u> ), Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 100 g, Warzywa po grecku * (bez cukru) 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ), Kompot owocowy* b/c 250 ml,	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ), Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 80 g ( <u>JAJ, GOR,</u> ), Sałata zielona 20 g, Papryka świeża 80 g,
<b>II Śniadanie:</b> Koktajl wieloowocowy* b/c 200 ml ( <u>MLE,</u> ),	<b>Podwieczorek:</b> Chleb Graham 25 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Hummus 30 g ( <u>SEZ,</u> ), Pomidor 15 g,	<b>Posiłek nocny:</b> Sok pomidorowy 250 ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2271.43 kcal; Białko ogółem: 106.08 g; Tłuszcz: 64.1 g; Kw. tł. nasy.: 13.89 g; Węglowodany ogółem: 334.66 g; W tym cukry: 75.2 g; Błonnik pok.: 41.3 g; Sól: 8.47 g; WW: 29.37 Por; : 18.68 %; : 51.66 %; Ener. z T: 25.4 %; Ener. z Bł.: 3.64 %; K: 5661.89 mg;		
<b>piątek 2024-03-01</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna</b>		
Zacierka na mleku/p 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ), Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt, Twaróg półtłusty 60 g ( <u>MLE,</u> ), Dżem 25 g 1 szt, Jabłko 1 szt 1 szt, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Kalaforowa z ryżem * 400 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ), Ziemniaki z koperkiem () 200 g, Pulpet rybno-warzywny* 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,</u> ), Sos szpinakowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ,</u> ), Warzywa po grecku* 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ), Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt, Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <u>JAJ, MLE,</u> ), Sałata zielona 20 g, Pomidor b/skórki 80 g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Sok pomidorowy 250 ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2214.17 kcal; Białko ogółem: 95.87 g; Tłuszcz: 55.95 g; Kw. tł. nasy.: 13.46 g; Węglowodany ogółem: 345.65 g; W tym cukry: 81.16 g; Błonnik pok.: 26.31 g; Sól: 6.3 g; WW: 31.98 Por; : 17.32 %; : 57.69 %; Ener. z T: 22.74 %; Ener. z Bł.: 2.38 %; K: 4920.97 mg;		
<b>piątek 2024-03-01</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu</b>		
Zacierka na mleku/p 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ), Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Twaróg półtłusty 60 g ( <u>MLE,</u> ), Dżem 25 g 1 szt, Jabłko pieczone 1szt. 1 szt, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Kalaforowa z ryżem * 400 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ), Ziemniaki z koperkiem () 200 g, Pulpet rybno-warzywny* 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,</u> ), Sos szpinakowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ,</u> ), Warzywa po grecku* 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml,	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 koperkiem 80 g ( <u>JAJ, MLE,</u> ), Sałata zielona 20 g, Pomidor b/skórki 80 g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Sok pomidorowy 250 ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2120.44 kcal; Białko ogółem: 97.87 g; Tłuszcz: 49.04 g; Kw. tł. nasy.: 12.28 g; Węglowodany ogółem: 335.68 g; W tym cukry: 74.76 g; Błonnik pok.: 26.31 g; Sól: 6.31 g; WW: 30.95 Por; : 18.46 %; : 58.36 %; Ener. z T: 20.82 %; Ener. z Bł.: 2.48 %; K: 4753.82 mg;		
<b>piątek 2024-03-01</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 9 Bogatobiałkowa</b>		
Zacierka na mleku/p 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ), Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt, Twaróg półtłusty 60 g ( <u>MLE,</u> ), Dżem 25 g 1 szt, Jabłko 1 szt 1 szt, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Kalaforowa z ryżem * 400 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ), Ziemniaki z koperkiem () 200 g, Pulpet rybno-warzywny* 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,</u> ), Sos szpinakowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ,</u> ), Warzywa po grecku* 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ), Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt, Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <u>JAJ, MLE,</u> ), Sałata zielona 20 g, Pomidor b/skórki 80 g,
<b>II Śniadanie:</b> Koktajl wieloowocowy* b/c 200 ml ( <u>MLE,</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Sok pomidorowy 250 ml,

## Jadłospisy dla oddziałów

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2324.33 kcal; Białko ogółem: 101.99 g; Tłuszcz: 59.05 g; Kw. tł. nasy.: 15.22 g; Węglowodany ogółem: 361.16 g; W tym cukry: 91.72 g; Błonnik pok.: 28.59 g; Sól: 6.5 g; WW: 33.28 Por; : 17.55 %; : 57.23 %; Ener. z T: 22.86 %; Ener. z Bł.: 2.46 %; K: 5305.77 mg;

piątek 2024-03-01		
Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
Zacierka na wywarze jarzynowym 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u> ), Bułka pszenna długa krojona 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> ), Dżem 25 g 1 szt, Jabłko 1 szt 1 szt, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Kalafiorna z ryżem (bez mleka)* 400 ml ( <u>SEL</u> ), Ziemniaki z koperkiem () 200 g, Pulpet rybno-warzywny* 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL</u> ), Sos szpinakowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> ), Warzywa po grecku* 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml,	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 (bez mleka) 80 g ( <u>JAJ</u> ), Sałata zielona 20 g, Pomidor b/skórki 80 g,
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1895.4 kcal; Białko ogółem: 72.12 g; Tłuszcz: 46.58 g; Kw. tł. nasy.: 10.84 g; Węglowodany ogółem: 310.57 g; W tym cukry: 55.84 g; Błonnik pok.: 27.07 g; Sól: 6.9 g; WW: 28.4 Por; : 15.22 %; : 59.83 %; Ener. z T: 22.12 %; Ener. z Bł.: 2.86 %; K: 4007.72 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

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

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2388.84 kcal; Białko ogółem: 98.19 g; Tłuszcz: 71.04 g; Kw. tł. nasy.: 14.32 g; Węglowodany ogółem: 351.23 g; W tym cukry: 55.58 g; Błonnik pok.: 32.38 g; Sól: 8.9 g; WW: 31.89 Por; : 16.44 %; : 53.39%; Ener. z T: 26.76 %; Ener. z Bł.: 2.71 %; K: 4072.97 mg;

<b>sobota 2024-03-02</b> <b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>		
Plątki pszenne na mleku/p 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ,</u> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Szynka Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW,</u> ), Musztarda 15g saszetka 1 szt ( <u>GOR,</u> ), Sałatka z pomidorów z jogurtem natur i natką pietr 100 g ( <u>MLE,</u> ),	Ogórkowa z ziemniakami * () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ,</u> ), Potrawka drobiowa () 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () b/c 100 g, Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i słonecznikiem z olejem* 100 g, Kompot owocowy* b/c 250 ml,	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ), Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ,</u> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Sałatka z ryżu brązowego, brokułów i wędliny drobiu 150 g ( <u>JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u> ), Sałata zielona 20 g,
<b>II Śniadanie:</b> Jabłko 1 szt 1 szt,	<b>Podwieczorek:</b> Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml,	<b>Posiłek nocny:</b> Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 0.50 szt, Serek homo. naturalny 25 g ( <u>MLE,</u> ), Pomidor 15 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2421.39 kcal; Białko ogółem: 103.08 g; Tłuszcz: 72.24 g; Kw. tł. nasy.: 14.21 g; Węglowodany ogółem: 359.82 g; W tym cukry: 66.31 g; Błonnik pok.: 43.39 g; Sól: 11.54 g; WW: 31.62 Por; : 17.03 %; : 52.27 %; Ener. z T: 26.85 %; Ener. z Bł.: 3.58 %; K: 4754.71 mg;

<b>sobota 2024-03-02</b> <b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna</b>		
Plątki pszenne na mleku/p 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ,</u> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt, Szynka Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW,</u> ), Sałatka z pomidorów z jogurtem natur i natką pietr b/skórki 100 g ( <u>MLE,</u> ),	Ziemniaczana * () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ,</u> ), Potrawka drobiowa () 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ), Buraczki gotowane () 150 g, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ,</u> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt, Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drobiu 150 g ( <u>SOJ, MLE, SEL,</u> ), Sałata zielona 20 g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Rogal maślany 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2349.44 kcal; Białko ogółem: 92.19 g; Tłuszcz: 58.48 g; Kw. tł. nasy.: 14.25 g; Węglowodany ogółem: 376.67 g; W tym cukry: 58.73 g; Błonnik pok.: 29.87 g; Sól: 8.37 g; WW: 34.62 Por; : 15.7 %; : 59.04 %; Ener. z T: 22.4 %; Ener. z Bł.: 2.54 %; K: 4321.36 mg;

<b>sobota 2024-03-02</b> <b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu</b>		
Plątki pszenne na mleku/p 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ,</u> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Szynka Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW,</u> ), Sałatka z pomidorów z jogurtem natur i natką pietr b/skórki 100 g ( <u>MLE,</u> ),	Ziemniaczana * () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ,</u> ), Potrawka drobiowa () 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ), Buraczki gotowane () 150 g, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ,</u> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drobiu 150 g ( <u>SOJ, MLE, SEL,</u> ), Sałata zielona 20 g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Rogal maślany 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ),

## Jadłospisy dla oddziałów

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2185.04 kcal; Białko ogółem: 87.8 g; Tłuszcz: 46.53 g; Kw. tł. nasy.: 11.55 g; Węglowodany ogółem: 366.79 g; W tym cukry: 52.61 g; Błonnik pok.: 29.87 g; Sól: 8.19 g; WW: 33.63 Por; : 16.07 %; : 61.68 %; Ener. z T: 19.17 %; Ener. z Bł.: 2.73 %; K: 4096.61 mg;

sobota 2024-03-02 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: PUŁ- 9 Bogatobiałkowa</span>		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ,</u> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt , Szynka Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW,</u> ), Sałatka z pomidorów z jogurtem natur i natką pietr b/skórki 100 g ( <u>MLE,</u> ),	Ziemniaczana * () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JĘCZ,</u> ), Potrawka drobiowa () 250 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ), Buraczki gotowane () 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</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 2 szt , Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz - dieta 150 g ( <u>SOJ, MLE, SEL,</u> ), Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 szt ,		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2479.1 kcal; Białko ogółem: 99.11 g; Tłuszcz: 61.12 g; Kw. tł. nasy.: 14.81 g; Węglowodany ogółem: 397.98 g; W tym cukry: 74.08 g; Błonnik pok.: 33.63 g; Sól: 8.51 g; WW: 36.36 Por; : 15.99 %; : 58.79 %; Ener. z T: 22.19 %; Ener. z Bł.: 2.71 %; K: 4690.2 mg;

sobota 2024-03-02 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna</span>		
Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</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 , Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g ( <u>SOJ,</u> ), Sałatka z pomidorów z olejem i natką pietr b/skórki 100 g ,	Ziemniaczana *(bez mleka) () 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ), Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JĘCZ,</u> ), Potrawka drobiowa () 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ), Buraczki gotowane () 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ,</u> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz - dieta (bez mleka) 150 g ( <u>SOJ, SEL,</u> ), Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Chrupki kukurydziane 20 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2167.12 kcal; Białko ogółem: 71.56 g; Tłuszcz: 65.74 g; Kw. tł. nasy.: 9.79 g; Węglowodany ogółem: 336.36 g; W tym cukry: 34.54 g; Błonnik pok.: 32.32 g; Sól: 7.9 g; WW: 30.39 Por; : 13.21 %; : 56.12 %; Ener. z T: 27.3 %; Ener. z Bł.: 2.98 %; K: 3505.31 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>niedziela 2024-03-03</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa</b>		
Kasza manna na mleku/p 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ), Chleb Graham 50 g ( <b>GLUPSZ,</b> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Ser żółty 60 g ( <b>MLE,</b> ), Ogórek kiszony 80 g , Salata zielona 20 g ,	Pomidorowa z makaronem * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ), Ziemniaki z koperkiem () 200 g , Kotlet schabowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> ), Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g , Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ), Chleb Graham 50 g ( <b>GLUPSZ,</b> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Kielbasa Krakowska wieprzowa parzona grubo rozdrobniona wędzona w osłonce niejadalnej. 30 g ( <b>GOR,</b> ), Serek homo. naturalny 50 g ( <b>MLE,</b> ), Pomidor 90 g , Rukola 10 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Migdały 30 g ( <b>ORZ,</b> ), Pomarańcza 150 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2379.81 kcal; Białko ogółem: 109.92 g; Tłuszcz: 82.38 g; Kw. tł. nasy.: 22.37 g; Węglowodany ogółem: 314.87 g; W tym cukry: 52.88 g; Błonnik pok.: 31.13 g; Sól: 8.58 g; WW: 28.4 Por; : 18.48 %; : 47.69 %; Ener. z T: 31.15 %; Ener. z Bł.: 2.62 %; K: 4347.94 mg;

<b>niedziela 2024-03-03</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>		
Kasza manna na mleku/p 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Ser żółty 50 g ( <b>MLE,</b> ), Ogórek kiszony 80 g , Salata zielona 20 g ,	Pomidorowa z makaronem * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ), Ziemniaki z koperkiem () 200 g , Schab pieczony w rękawie 100 g , Sos własny () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ), Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g , Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g ( <b>SOJ,</b> ), Serek homo. naturalny 50 g ( <b>MLE,</b> ), Pomidor 90 g , Rukola 10 g ,
<b>II Śniadanie:</b> Jogurt naturalny z mussem truskawkowym 150 g ( <b>MLE,</b> ),	<b>Podwieczorek:</b> Salátka jarzynowa* 100 g ( <b>JAJ, MLE, SEL, GOR,</b> ),	<b>Posiłek nocny:</b> Migdały 30 g ( <b>ORZ,</b> ), Pomarańcza 150 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2355.23 kcal; Białko ogółem: 125.93 g; Tłuszcz: 75.87 g; Kw. tł. nasy.: 22.3 g; Węglowodany ogółem: 310.89 g; W tym cukry: 58.84 g; Błonnik pok.: 35.79 g; Sól: 8.59 g; WW: 27.52 Por; : 21.39 %; : 46.72 %; Ener. z T: 28.99 %; Ener. z Bł.: 3.04 %; K: 5376.45 mg;

<b>niedziela 2024-03-03</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna</b>		
Kasza manna na mleku/p 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLUPSZ,</b> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt , Twarożek z koperkiem 80 g ( <b>MLE,</b> ), Warzywa pieczone (buraki, pietruszka, cukinia) 80 g , Salata zielona 20 g ,	Pomidorowa z makaronem * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ), Ziemniaki z koperkiem () 200 g , Schab pieczony w rękawie 100 g , Sos własny () 100 ml ( <b>GLUPSZ, SEL,</b> ), 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 ( <b>GLU PSZ,</b> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt , Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g ( <b>SOJ,</b> ), Serek homo. naturalny 50 g ( <b>MLE,</b> ), Pomidor b/skórki 90 g , Rukola 10 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Pomarańcza 150 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2107.13 kcal; Białko ogółem: 110.45 g; Tłuszcz: 54.34 g; Kw. tł. nasy.: 13.11 g; Węglowodany ogółem: 302.19 g; W tym cukry: 53.02 g; Błonnik pok.: 18.65 g; Sól: 5.13 g; WW: 28.4 Por; : 20.97 %; : 53.82 %; Ener. z T: 23.21 %; Ener. z Bł.: 1.77 %; K: 4185.19 mg;

<b>niedziela 2024-03-03</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu</b>		
Kasza manna na mleku/p 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLUPSZ,</b> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek z koperkiem 80 g ( <b>MLE,</b> ), Warzywa pieczone (buraki, pietruszka, cukinia) 80 g , Salata zielona 20 g ,	Pomidorowa z makaronem * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ), Ziemniaki z koperkiem () 200 g , Schab pieczony w rękawie 100 g , Sos własny () 100 ml ( <b>GLUPSZ, SEL,</b> ), 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 ( <b>GLU PSZ,</b> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g ( <b>SOJ,</b> ), Serek homo. naturalny 50 g ( <b>MLE,</b> ), Pomidor b/skórki 80 g , Salata zielona 20 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Banan 1szt. 1 szt ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2125.17 kcal; Białko ogółem: 111.25 g; Tłuszcz: 42.85 g; Kw. tł. nasy.: 10.74 g; Węglowodany ogółem: 332.3 g; W tym cukry: 78.25 g; Błonnik pok.: 19.32 g; Sól: 5.08 g; WW: 31.45 Por; : 20.94 %; : 58.91 %; Ener. z T: 18.15 %; Ener. z Bł.: 1.82 %; K: 4694.06 mg;

<b>niedziela 2024-03-03</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 9 Bogatobiałkowa</b>		
Kasza manna na mleku/p 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLUPSZ,</b> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt , Twarożek z koperkiem 80 g ( <b>MLE,</b> ), Warzywa pieczone (buraki, pietruszka, cukinia) 80 g , Salata zielona 20 g ,	Pomidorowa z makaronem * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ), Ziemniaki z koperkiem () 200 g , Schab pieczony w rękawie 100 g , Sos własny () 100 ml ( <b>GLUPSZ, SEL,</b> ), 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 ( <b>GLU PSZ,</b> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt , Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g ( <b>SOJ,</b> ), Serek homo. naturalny 50 g ( <b>MLE,</b> ), Pomidor b/skórki 90 g , Rukola 10 g ,

## Jadłospisy dla oddziałów

<b>II Śniadanie:</b> Jogurt naturalny z musem truskawkowym 150 g ( <b>MLE</b> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Pomarańcza 150 g,
--	--	---

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2213.63 kcal; Białko ogółem: 117.1 g; Tłuszcz: 57.54 g; Kw. tł. nasy.: 14.91 g; Węglowodany ogółem: 315.29 g; W tym cukry: 62.22 g; Błonnik pok.: 19.55 g; Sól: 5.37 g; WW: 29.6 Por.: 21.16 %; : 53.44 %; Ener. z T: 23.39 %; Ener. z Bł.: 1.77 %; K: 4551.69 mg;

<b>niedziela 2024-03-03</b>	<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna</b>	
-----------------------------	--	--

Kasza manna na wywarze jarzynowym* 400 ml ( <b>GLUPSZ, SEL</b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Polędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 50 g ( <b>SOJ</b> ), Warzywa pieczone (buraki, pietruszka, cukinia) 80 g, Sałata zielona 20 g,	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ), Ziemniaki z koperkiem () 200 g, Schab pieczony w rękawie 100 g, Sos własny () 100 ml ( <b>GLUPSZ, SEL</b> ), 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 ( <b>GLU PSZ</b> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <b>SOJ</b> ), Pomidor b/skórki 80 g, Sałata zielona 20 g,
<b>II Śniadanie:</b> Kisiel o smaku wiśniowym b/c 150 ml,		<b>Posiłek nocny:</b> Pomarańcza 150 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1865.02 kcal; Białko ogółem: 87.4 g; Tłuszcz: 37.65 g; Kw. tł. nasy.: 8.6 g; Węglowodany ogółem: 302.25 g; W tym cukry: 46.48 g; Błonnik pok.: 19.65 g; Sól: 6.26 g; WW: 28.3 Por.: 18.74 %; : 60.61 %; Ener. z T: 18.17 %; Ener. z Bł.: 2.11 %; K: 3509.47 mg;