

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2024-02-19		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Plátky 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>), Chleb Graham 50 g (<u>GLUPSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw oslonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ,</u>), Słupki z marchewki 80 g , Salata zielona 20 g ,	Fasolowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i serem żółtym * 300 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Surówka z selera i migdałów () b/c 150 g (<u>MLE, ORZ, SEL,</u>), Mandarynka 2 szt , Kompot owocowy* 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>GLUPSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>), Pomidor 80 g , Roszponka 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2221.66 kcal; Białko ogółem: 86.86 g; Tłuszcz: 66.74 g; Kw. tł. nasy.: 18.47 g; Węglowodany ogółem: 337.28 g; W tym cukry: 61.97 g; Błonnik pok.: 48.46 g; Sól: 9.86 g; WW: 28.94 Por; : 15.64 %; : 52 %; Ener. z T: 27.04 %; Ener. z Bł.: 4.36 %; K: 4211.83 mg;

poniedziałek 2024-02-19		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Plátky pszenne na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw oslonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ,</u>), Słupki z marchewki 80 g , Salata zielona 20 g ,	Fasolowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i serem żółtym * 300 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Surówka z selera i migdałów b/c () 150 g (<u>MLE, ORZ, SEL,</u>), Mandarynka 2 szt , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>), Pomidor 80 g , Roszponka 20 g ,
II Śniadanie: Koktajl z jagód * b/c 200 g (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: Sałatka rubinowa b/c 100 g ,	Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

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

poniedziałek 2024-02-19		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Plátky pszenne na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw oslonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ,</u>), Słupki z marchewki 80 g , Salata zielona 20 g ,	Dyniowa z ziemniakami*(*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta 300 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Surówka z selera i jabłka () 150 g (<u>MLE, SEL,</u>), Mandarynka 2 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 2 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Roszponka 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2064.02 kcal; Białko ogółem: 77.73 g; Tłuszcz: 52.45 g; Kw. tł. nasy.: 14.23 g; Węglowodany ogółem: 337.04 g; W tym cukry: 67.56 g; Błonnik pok.: 32.37 g; Sól: 8.18 g; WW: 30.48 Por; : 15.06 %; : 59.05 %; Ener. z T: 22.87 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 3812.2 mg;

poniedziałek 2024-02-19		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
Plátky pszenne na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Salata zielona 20 g ,	Dyniowa z ziemniakami*(*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta 300 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Surówka z selera i jabłka () 150 g (<u>MLE, SEL,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml , Jabłko pieczone 1szt. 1 szt ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Roszponka 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2180.46 kcal; Białko ogółem: 86.06 g; Tłuszcz: 38.83 g; Kw. tł. nasy.: 10.43 g; Węglowodany ogółem: 389.23 g; W tym cukry: 63.24 g; Błonnik pok.: 31.49 g; Sól: 10.09 g; WW: 35.89 Por; : 15.79 %; : 65.63 %; Ener. z T: 16.03 %; Ener. z Bł.: 2.89 %; K: 3690.37 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-02-19	Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna	
Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ</u>), Słupki z marchewki 80 g, Salata zielona 20 g,	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)*() 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>), Pulpet jarski () 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u>), Sos majerankowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Surówka z selera i jabłka z olejem () 150 g (<u>SEL</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml, Mandarynka 2 szt,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Pomidor b/skórki 80 g, Roszponka 20 g,
II Śniadanie: Chrupki kukurydziane 20 g,		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2374.19 kcal; Białko ogółem: 72.98 g; Tłuszcz: 53.67 g; Kw. tł. nasy.: 10.24 g; Węglowodany ogółem: 419.56 g; W tym cukry: 54.72 g; Błonnik pok.: 41.87 g; Sól: 9.12 g; WW: 37.74 Por; : 12.3 %; : 63.63 %; Ener. z T: 20.35 %; Ener. z Bł.: 3.53 %; K: 3647.9 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2024-02-20		
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 Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE</u>), Rukola 10 g, Pomidor 90 g,	Brokułowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JE CZ</u>), Szynka wieprzowa gotowana 100 g, Sos meksykański 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g, Kalafior gotowany* 100 g, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JE CZ</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, Galaretki drobiowa z udźca kurczaka* 150 g (<u>SEL</u>), Rzodkiew biała 90 g, Cytryna 10 g,
Posiłek nocny: Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 0.50 szt, Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona 10 g,		
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2172.73 kcal; Białko ogółem: 120.16 g; Tłuszcz: 46.45 g; Kw. tł. nasy.: 12.33 g; Węglowodany ogółem: 333.8 g; W tym cukry: 54.88 g; Błonnik pok.: 33.75 g; Sól: 7.63 g; WW: 30.06 Por; : 22.12 %; : 55.24 %; Ener. z T: 19.24 %; Ener. z Bł.: 3.11 %; K: 4742.06 mg;		
wtorek 2024-02-20		
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 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE</u>), Rukola 10 g, Pomidor 90 g,	Brokułowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JE CZ</u>), Szynka wieprzowa gotowana 100 g, Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g, Kalafior gotowany* 100 g, Kompot owocowy* b/c 250 ml,	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JE CZ</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, Galaretki drobiowa z udźca kurczaka* 150 g (<u>SEL</u>), Rzodkiew biała 90 g, Cytryna 10 g,
II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 szt,	Podwieczorek: Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Posiłek nocny: Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 0.50 szt, Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona 10 g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2281.36 kcal; Białko ogółem: 135.35 g; Tłuszcz: 50.67 g; Kw. tł. nasy.: 11.99 g; Węglowodany ogółem: 340.02 g; W tym cukry: 65.41 g; Błonnik pok.: 41.95 g; Sól: 6.91 g; WW: 29.97 Por; : 23.73 %; : 52.26 %; Ener. z T: 19.99 %; Ener. z Bł.: 3.68 %; K: 5081.48 mg;		
wtorek 2024-02-20		
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, 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, Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE</u>), Rukola 10 g, Pomidor b/skórki 90 g,	Brokułowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JE CZ</u>), Szynka wieprzowa gotowana 100 g, Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JE CZ</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, Galaretki drobiowa z udźca kurczaka* dieta 150 g (<u>SEL</u>), Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem* 100 g (<u>SEL</u>),
Posiłek nocny: Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 0.50 szt, Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona 10 g,		
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2372.33 kcal; Białko ogółem: 113.99 g; Tłuszcz: 66.05 g; Kw. tł. nasy.: 15.5 g; Węglowodany ogółem: 342.61 g; W tym cukry: 55.9 g; Błonnik pok.: 27.62 g; Sól: 8.27 g; WW: 31.48 Por; : 19.22 %; : 53.11 %; Ener. z T: 25.06 %; Ener. z Bł.: 2.33 %; K: 4311.64 mg;		
wtorek 2024-02-20		
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 150 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE</u>), Sałata zielona 20 g, Pomidor b/skórki 80 g,	Brokułowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JE CZ</u>), Szynka wieprzowa gotowana 100 g, Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Galaretki drobiowa z udźca kurczaka* dieta 150 g (<u>SEL</u>), Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem* 100 g (<u>SEL</u>),
Posiłek nocny: Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 0.50 szt, Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona 10 g,		

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2492.67 kcal; Białko ogółem: 122.89 g; Tłuszcz: 54.57 g; Kw. tł. nasy.: 12.64 g; Węglowodany ogółem: 392.01 g; W tym cukry: 53.62 g; Błonnik pok.: 27.39 g; Sól: 7.35 g; WW: 36.48 Por; : 19.72 %; : 58.51 %; Ener. z T: 19.7 %; Ener. z Bł.: 2.2 %; K: 4449.86 mg;

wtorek 2024-02-20 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
<p>Zacierka na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, 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>), Rukola 10 g, Pomidor b/skórki 90 g,</p>	<p>Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ</u>), Szynka wieprzowa gotowana 100 g, Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g, Kompot owocowy* z/c 250 ml,</p>	<p>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, Galaretka drobiowa z udźca kurczaka* dieta 150 g (<u>SEL</u>), Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 100 g (<u>SEL</u>),</p>
		<p>Posiłek nocny: Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 0.50 szt, Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona 10 g,</p>

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1998.57 kcal; Białko ogółem: 88.97 g; Tłuszcz: 50 g; Kw. tł. nasy.: 10.3 g; Węglowodany ogółem: 309.95 g; W tym cukry: 30.61 g; Błonnik pok.: 28.31 g; Sól: 8.76 g; WW: 28.13 Por; : 17.81 %; : 56.37 %; Ener. z T: 22.51 %; Ener. z Bł.: 2.83 %; K: 3405.07 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2114.55 kcal; Białko ogółem: 88.49 g; Tłuszcz: 65.45 g; Kw. tł. nasy.: 12.68 g; Węglowodany ogółem: 306.17 g; W tym cukry: 42.53 g; Błonnik pok.: 27.62 g; Sól: 8.95 g; WW: 27.93 Por; : 16.74 %; : 52.69 %; Ener. z T: 27.86 %; Ener. z Bł.: 2.61 %; K: 4061.75 mg;

środa 2024-02-21		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (MLE, GLU JEJCZ), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Chleb Graham 100 g (GLUPSZ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Polędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ), Sałata zielona z jogurtem 20 g (MLE), Pomidor 80 g,	Pieczarkowa z makaronem* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Ziemniaki z koperkiem () 200 g, Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ), Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE), Surówka z marchwi i chrzanu b/c () 150 g (MLE, SOJ), Kompot owocowy* b/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Chleb Graham 100 g (GLUPSZ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 80 g (RYB, SEL), Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (SOJ, SEL), Pomidor ze szczypiorkiem i olejem 80 g, Sałata zielona 20 g,
II Śniadanie: Koktajl truskawkowy* b/c 200 ml (MLE),	Podwieczorek: Chleb Graham 25 g (GLU PSZ), Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 50 g (SEL),	Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml,

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

środa 2024-02-21		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (MLE), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt, Polędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ), Sałata zielona z jogurtem 20 g (MLE), Pomidor b/skórki 80 g,	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Ziemniaki z koperkiem () 200 g, Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ), Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE), Marchew gotowana z olejem* 150 g, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt, Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 80 g (RYB, SEL), Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (SOJ, SEL), Pomidor b/s z olejem 80 g, Sałata zielona 20 g,
		Posiłek nocny: Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2169.57 kcal; Białko ogółem: 92.48 g; Tłuszcz: 64.73 g; Kw. tł. nasy.: 11.57 g; Węglowodany ogółem: 315.61 g; W tym cukry: 43.86 g; Błonnik pok.: 21.71 g; Sól: 7.04 g; WW: 29.53 Por; : 17.05 %; : 54.18 %; Ener. z T: 26.85 %; Ener. z Bł.: 2 %; K: 4108.56 mg;

środa 2024-02-21		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (MLE), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Polędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ), Sałata zielona z jogurtem 20 g (MLE), Pomidor b/skórki 80 g,	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Ziemniaki z koperkiem () 200 g, Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ), Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE), Marchew gotowana z olejem* 150 g, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 80 g (RYB, SEL), Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (SOJ, SEL), Pomidor b/s z olejem 80 g, Sałata zielona 20 g,
		Posiłek nocny: Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2063.37 kcal; Białko ogółem: 92.48 g; Tłuszcz: 52.93 g; Kw. tł. nasy.: 8.97 g; Węglowodany ogółem: 315.61 g; W tym cukry: 43.86 g; Błonnik pok.: 21.71 g; Sól: 7 g; WW: 29.53 Por; : 17.93 %; : 56.97 %; Ener. z T: 23.09 %; Ener. z Bł.: 2.1 %; K: 4108.56 mg;

środa 2024-02-21		
Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		

Jadłospisy dla oddziałów

Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ), Sałata zielona 20 g, Pomidor b/skórki 80 g,	Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL), Ziemniaki z koperkiem () 200 g, Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ), Sos pietruszkowy (bez mleka)* 100 ml (GLU PSZ), Marchew gotowana z olejem* 150 g, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 80 g (RYB, SEL), Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (SOJ, SEL), Pomidor b/s z olejem 80 g, Sałata zielona 20 g,
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200 ml		Posiłek nocny: Chrupki kukurydziane 20 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1949.29 kcal; Białko ogółem: 79.36 g; Tłuszcz: 47.99 g; Kw. tł. nasy.: 8.74 g; Węglowodany ogółem: 312.72 g; W tym cukry: 39.99 g; Błonnik pok.: 25.12 g; Sól: 6.43 g; WW: 28.9 Por; : 16.28 %; : 59.02 %; Ener. z T: 22.16 %; Ener. z Bł.: 2.58 %; K: 3580.07 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2024-02-22		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Plátky owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb Graham 50 g (GLU PSZ), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 30 g (SOJ), Sałatka jarzynowa z jajkiem () 150 g (JAJ, MLE, SEL, GOR), Sałata zielona 20 g,	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ), Fasolka po bretońsku 300 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR), Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 150 g (SEL), Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb Graham 50 g (GLU PSZ), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Ser topiony 50 g (MLE), Sałatka z pomidora i sałaty lodowej 100 g,
		Posiłek nocny: Jablko 1 szt 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2233.69 kcal; Białko ogółem: 81.03 g; Tłuszcz: 70.49 g; Kw. tł. nasy.: 20.98 g; Węglowodany ogółem: 336.72 g; W tym cukry: 60.32 g; Błonnik pok.: 40.62 g; Sól: 10.06 g; WW: 29.68 Por; : 14.51 %; : 53.03 %; Ener. z T: 28.4 %; Ener. z Bł.: 3.64 %; K: 4494.11 mg;

czwartek 2024-02-22		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Plátky owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Chleb Graham 50 g (GLU PSZ), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 30 g (SOJ), Sałatka jarzynowa z jajkiem () 150 g (JAJ, MLE, SEL, GOR), Sałata zielona 20 g,	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT), Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 350 g (SEL, GLU JECZ), Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ), Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 150 g (SEL), Kompot owocowy* b/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Chleb Graham 50 g (GLU PSZ), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (MLE), Sałatka z pomidora i sałaty lodowej 100 g,
II Śniadanie: Smoothie jarmuż, jablko, pomarańcza 150 g,	Podwieczorek: Gruszka 1szt. 150 g,	Posiłek nocny: Jablko 1 szt 1 szt,

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

czwartek 2024-02-22		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Plátky owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt, Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 30 g (SOJ), Sałatka jarzynowa z jajkiem-diety () 150 g (JAJ, MLE, SEL), Sałata zielona 20 g,	Ziemniaczana * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 350 g (SEL, GLU JECZ), Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ), Fasolka szparagowa z wody* 150 g, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt, Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (MLE), Sałatka z pomidora i sałaty lodowej b/skórki 100 g,
		Posiłek nocny: Jablko 1 szt 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2250.36 kcal; Białko ogółem: 90.97 g; Tłuszcz: 63.05 g; Kw. tł. nasy.: 14.67 g; Węglowodany ogółem: 345.77 g; W tym cukry: 60.55 g; Błonnik pok.: 34.93 g; Sól: 6.85 g; WW: 31.18 Por; : 16.17 %; : 55.25 %; Ener. z T: 25.22 %; Ener. z Bł.: 3.1 %; K: 4568.38 mg;

czwartek 2024-02-22		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
Plátky owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 30 g (SOJ), Sałatka jarzynowa - dieta () 150 g (MLE, SEL), Sałata zielona 20 g,	Ziemniaczana * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 350 g (SEL, GLU JECZ), Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ), Cukinia pieczona z olejem * 150 g, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (MLE), Sałatka z pomidora i sałaty lodowej b/skórki 100 g,
		Posiłek nocny: Jablko pieczone 1szt. 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2163.13 kcal; Białko ogółem: 87.18 g; Tłuszcz: 56.75 g; Kw. tł. nasy.: 11.9 g; Węglowodany ogółem: 340.6 g; W tym cukry: 61.86 g; Błonnik pok.: 32.92 g; Sól: 6.8 g; WW: 30.73 Por; : 16.12 %; : 56.89 %; Ener. z T: 23.61 %; Ener. z Bł.: 3.04 %; K: 4666.21 mg;

czwartek 2024-02-22		
Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		

Jadłospisy dla oddziałów

<p>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 , Polędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 30 g (<u>SOJ</u>), Sałatka jarzynowa z olejem () 150 g (<u>SEL</u>), Sałata zielona 20 g ,</p>	<p>Ziemniaczana *(bez mleka) () 400 ml (<u>GLU PSZ</u>, <u>SEL</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 350 g (<u>SEL</u>, <u>GLU JECZ</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Fasolka szparagowa z wody* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,</p>	<p>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 Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ</u>), Sałatka z pomidora i sałaty lodowej b/skórki 100 g ,</p>
<p>II Śniadanie: Smoothie jarmuż, jabłko, pomarańcza 150 g ,</p>		<p>Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt ,</p>

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2085.49 kcal; Białko ogółem: 69.82 g; Tłuszcz: 53.08 g; Kw. tł. nasy.: 9.64 g; Węglowodany ogółem: 349.25 g; W tym cukry: 48.39 g; Błonnik pok.: 38.42 g; Sól: 7.51 g; WW: 31.19 Por; : 13.39 %; : 59.62 %; Ener. z T: 22.91 %; Ener. z Bł.: 3.68 %; K: 4127.23 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2024-02-23		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Kasza manna na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, 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>), Miód (25g) 1 szt, Jabłko 1 szt 1 szt, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Szpinakowa z zacierką * 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>), Ziemiaki z koperkiem () 200 g, Kotlet z ryby (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g, Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>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, Jajko gotowane kl M 1.50 szt (<u>JAJ</u>), Sałatka wiosenna - diety 100 g, Kawa zbożowa z makiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2210.97 kcal; Białko ogółem: 92.66 g; Tłuszcz: 61.28 g; Kw. tł. nasy.: 11.64 g; Węglowodany ogółem: 338.17 g; W tym cukry: 71.45 g; Błonnik pok.: 32.39 g; Sól: 7.05 g; WW: 30.61 Por; : 16.76 %; : 55.32 %; Ener. z T: 24.95%; Ener. z Bł.: 2.93 %; K: 4912.47 mg;

piątek 2024-02-23		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kasza manna na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Ser żółty 60 g (<u>MLE</u>), Pomidor 100 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Szpinakowa z zacierką * 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>), Ziemiaki z koperkiem () 200 g, Ryba pieczona w ziołach (Morszczuk) 100 g (<u>RYB</u>), Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g, Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml,	Kawa zbożowa z makiem/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, Jajko gotowane kl M 1.50 szt (<u>JAJ</u>), Sałatka wiosenna - diety 100 g,
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Chleb Graham 25 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 0.50 szt, Twarożek z natką pietruszki 30 g (<u>MLE</u>), Sałata zielona 10 g,	Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml,

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

piątek 2024-02-23		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Kasza manna na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE</u>), Miód (25g) 1 szt, Jabłko 1 szt 1 szt, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Szpinakowa z zacierką * 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>), Ziemiaki z koperkiem () 200 g, Ryba pieczona w ziołach (Morszczuk) 100 g (<u>RYB</u>), Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Bukiet jarzyn oprószony z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Kawa zbożowa z makiem/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 1 szt, Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE</u>), Sałatka wiosenna - diety 100 g,
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2288.44 kcal; Białko ogółem: 109.64 g; Tłuszcz: 60.97 g; Kw. tł. nasy.: 11.97 g; Węglowodany ogółem: 337.92 g; W tym cukry: 70.01 g; Błonnik pok.: 23.66 g; Sól: 6.46 g; WW: 31.47 Por; : 19.16 %; : 54.93 %; Ener. z T: 23.98%; Ener. z Bł.: 2.07 %; K: 4921.38 mg;

piątek 2024-02-23		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
Kasza manna na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE</u>), Miód (25g) 1 szt, Jabłko pieczone 1szt. 1 szt, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Szpinakowa z zacierką * 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>), Ziemiaki z koperkiem () 200 g, Ryba pieczona w ziołach (Morszczuk) 100 g (<u>RYB</u>), Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Bukiet jarzyn oprószony z olejem* 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>), Sałatka wiosenna - diety 100 g,
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2300.9 kcal; Białko ogółem: 111.63 g; Tłuszcz: 65.86 g; Kw. tł. nasy.: 13.39 g; Węglowodany ogółem: 327.95 g; W tym cukry: 63.61 g; Błonnik pok.: 23.66 g; Sól: 6.51 g; WW: 30.44 Por; : 19.41 %; : 52.9%; Ener. z T: 25.76 %; Ener. z Bł.: 2.06 %; K: 4754.23 mg;

piątek 2024-02-23		
Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		

Jadłospisy dla oddziałów

Kasza manna na wywarze jarzynowym* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Szynga z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (<u>SOJ</u>), Miód (25g) 1 szt, Jabłko pieczone 1szt. 1 szt, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Szpinakowa z zacierką *(bez mleka) 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem () 200 g, Ryba pieczona w ziołach (Morszczuk) 100 g (<u>RYB</u>), Sos cytrynowy (bez mleka) 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Bukiet jarzyn oprószany z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Pasta z jaj z koperkiem -dieta (bez mleka) 80 g (<u>JAJ</u>), Sałatka wiosenna - diety 100 g,
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2064.08 kcal; Białko ogółem: 86.52 g; Tłuszcz: 58.77 g; Kw. tł. nasy.: 10.23 g; Węglowodany ogółem: 310.01 g; W tym cukry: 44.7 g; Błonnik pok.: 24.6 g; Sól: 7.09 g; WW: 28.58 Por; : 16.77 %; : 55.31 %; Ener. z T: 25.62 %; Ener. z Bł.: 2.38 %; K: 4020.22 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2474.68 kcal; Białko ogółem: 86.96 g; Tłuszcz: 87.8 g; Kw. tł. nasy.: 22.08 g; Węglowodany ogółem: 350.41 g; W tym cukry: 56.31 g; Błonnik pok.: 39.62 g; Sól: 12.36 g; WW: 31.06 Por; : 14.06 %; : 50.24 %; Ener. z T: 31.93 %; Ener. z Bł.: 3.2 %; K: 4778.17 mg;

sobota 2024-02-24 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (MLE, GLU JEĆZ.), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLUPSZ.), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw oslonce niejadalnej 50 g (SOJ.), Mix sałat 20 g , Ogórek kiszony 80 g ,	Koperkowa z ryżem* 400 ml (MLE, SEL.), Ziemniaki z koperkiem () 200 g , Gulasz wieprzowy z warzywami* 200 g (GLU PSZ, SEL.), Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 150 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Pasztet z soczewicy * 80 g (GLU PSZ, JAJ.), Sałata zielona z oliwą 20 g , Ćwikła z jabłkiem b/c () 80 g ,
II Śniadanie: Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.),	Podwieczorek: Budyń o smaku śmietankowym z chipsami kokosowymi b/c 150 ml (MLE, SO2.),	Posiłek nocny: Mus jabłkowo- buraczany 200g OWOLOVO Siła&Moc 1 szt ,

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

sobota 2024-02-24 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (MLE, GLU JEĆZ.), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw oslonce niejadalnej 50 g (SOJ.), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g ,	Koperkowa z ryżem* 400 ml (MLE, SEL.), Ziemniaki z koperkiem () 200 g , Gulasz wieprzowy z warzywami* 200 g (GLU PSZ, SEL.), Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt , Szynka Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (SOJ.), Sałata zielona z oliwą 20 g , Ćwikła z jabłkiem b/c () 80 g ,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2197.6 kcal; Białko ogółem: 86.46 g; Tłuszcz: 67.25 g; Kw. tł. nasy.: 16.06 g; Węglowodany ogółem: 324.03 g; W tym cukry: 52.33 g; Błonnik pok.: 29.89 g; Sól: 9.15 g; WW: 29.42 Por; : 15.74 %; : 53.54 %; Ener. z T: 27.54 %; Ener. z Bł.: 2.72 %; K: 4239.64 mg;

sobota 2024-02-24 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (MLE, GLU JEĆZ.), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw oslonce niejadalnej 50 g (SOJ.), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g ,	Koperkowa z ryżem* 400 ml (MLE, SEL.), Ziemniaki z koperkiem () 200 g , Gulasz wieprzowy z warzywami* 200 g (GLU PSZ, SEL.), Marchew gotowana z olejem* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Szynka Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (SOJ.), Sałata zielona z oliwą 20 g , Ćwikła z jabłkiem b/c () 80 g ,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2011.92 kcal; Białko ogółem: 81.7 g; Tłuszcz: 55.6 g; Kw. tł. nasy.: 13.25 g; Węglowodany ogółem: 307.67 g; W tym cukry: 45.13 g; Błonnik pok.: 28.3 g; Sól: 8.93 g; WW: 28.02 Por; : 16.24 %; : 55.54 %; Ener. z T: 24.87 %; Ener. z Bł.: 2.81 %; K: 3912.63 mg;

sobota 2024-02-24 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

<p>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, Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ), Pomidor b/skórki 80 g, Mix sałat 20 g,</p>	<p>Koperkowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (SEL), Ziemniaki z koperkiem () 200 g, Gulasz wieprzowy z warzywami* 200 g (GLU PSZ, SEL), Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 150 g, Kompot owocowy* z/c 250 ml,</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Szyńka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (SOJ), Sałata zielona z oliwą 20 g, Ćwikła z jabłkiem b/c () 80 g,</p>
		<p>Posiłek nocny: Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt</p>

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1903.33 kcal; Białko ogółem: 70.13 g; Tłuszcz: 53.77 g; Kw. tł. nasy.: 12.97 g; Węglowodany ogółem: 296.68 g; W tym cukry: 29.79 g; Błonnik pok.: 30.82 g; Sól: 8.59 g; WW: 26.58 Por; : 14.74 %; : 55.87 %; Ener. z T: 25.42 %; Ener. z Bł.: 3.24 %; K: 3445.72 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2395.85 kcal; Białko ogółem: 122.77 g; Tłuszcz: 85.73 g; Kw. tł. nasy.: 28.65 g; Węglowodany ogółem: 295.57 g; W tym cukry: 36.4 g; Błonnik pok.: 24.42 g; Sól: 7.65 g; WW: 27.16 Por; : 20.5 %; : 45.27 %; Ener. z T: 32.2 %; Ener. z Bł.: 2.04 %; K: 4013.96 mg;

niedziela 2024-02-25 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Ryż pełnoziarnisty na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Twarożek 80 g (<u>MLE</u>), Sałatka z pomidorów z cebulką i olejem 100 g,	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem () 200 g, udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g, Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () b/c 100 g, Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g, Kompot owocowy* b/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Polędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 30 g (<u>SOJ</u>), Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u>), Słupki z marchewki 90 g, Rukola 10 g,
II Śniadanie: Jogurt naturalny z płatkami owsianymi 150 g (<u>MLE, GLU OW</u>),	Podwieczorek: Kiwi 1 szt 1 szt,	Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml,

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

niedziela 2024-02-25 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt, Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 80 g (<u>MLE</u>), Banan 1szt. 1 szt,	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem () 200 g, Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g, Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt, Polędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 30 g (<u>SOJ</u>), Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u>), Słupki z marchewki 90 g, Rukola 10 g,
		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2470.34 kcal; Białko ogółem: 117.26 g; Tłuszcz: 67.35 g; Kw. tł. nasy.: 17.05 g; Węglowodany ogółem: 356.24 g; W tym cukry: 73.34 g; Błonnik pok.: 18.36 g; Sól: 5.26 g; WW: 33.92 Por; : 18.99 %; : 54.71 %; Ener. z T: 24.54 %; Ener. z Bł.: 1.49 %; K: 4326.07 mg;

niedziela 2024-02-25 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 80 g (<u>MLE</u>), Banan 1szt. 1 szt,	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem () 200 g, Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g, Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Polędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 30 g (<u>SOJ</u>), Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u>), Słupki z marchewki 80 g, Sałata zielona 20 g,
		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2363.56 kcal; Białko ogółem: 117.4 g; Tłuszcz: 55.56 g; Kw. tł. nasy.: 14.46 g; Węglowodany ogółem: 355.86 g; W tym cukry: 73.01 g; Błonnik pok.: 18.24 g; Sól: 5.2 g; WW: 33.9 Por; : 19.87 %; : 57.14 %; Ener. z T: 21.16 %; Ener. z Bł.: 1.54 %; K: 4320.65 mg;

niedziela 2024-02-25 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL), 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 wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (SOJ), Banan 1szt. 1 szt,	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL), Ziemniaki z koperkiem () 200 g, Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g, Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 50 g (SOJ), Słupki z marchewki 80 g, Sałata zielona 20 g,
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2054.31 kcal; Białko ogółem: 96.83 g; Tłuszcz: 50.87 g; Kw. tł. nasy.: 13.16 g; Węglowodany ogółem: 311.33 g; W tym cukry: 61.64 g; Błonnik pok.: 21.93 g; Sól: 7.76 g; WW: 29.14 Por; : 18.85 %; : 56.35 %; Ener. z T: 22.29 %; Ener. z Bł.: 2.13 %; K: 4351.58 mg;