

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2024-03-25		
Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU OW</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 , Kielbasa Szynkowa wieprzowa grubo rozdrobniona parzona w osłonce niejadalnej 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>), Papryka świeża mix 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ryż brązowy z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g , Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE</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>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE</u>), Sałatka z pomidorów i koperku 90 g , Rukola 10 g ,
II Śniadanie: Chleb Graham 25 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 0.50 szt , Jajko gotowane kl M 0.50 szt (<u>JAJ</u>), Sałata zielona 10 g ,		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2088.41 kcal; Białko ogółem: 85.95 g; Tłuszcz: 44.22 g; Kw. tł. nasy.: 10.33 g; Węglowodany ogółem: 352.88 g; W tym cukry: 77.59 g; Błonnik pok.: 39.17 g; Sól: 8.31 g; WW: 31.38 Por; : 16.46 %; : 60.09 %; Ener. z T: 19.06 %; Ener. z Bł.: 3.75 %; K: 3834.28 mg;

poniedziałek 2024-03-25		
Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci		
Płatki 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 , Sałata 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 , Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna długa krojona 25 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 0.50 szt , Jajko gotowane kl M 0.50 szt (<u>JAJ</u>), Sałata zielona 10 g ,		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2201.64 kcal; Białko ogółem: 81.05 g; Tłuszcz: 49.26 g; Kw. tł. nasy.: 9.17 g; Węglowodany ogółem: 373.6 g; W tym cukry: 73.29 g; Błonnik pok.: 27.52 g; Sól: 9.1 g; WW: 34.87 Por; : 14.73 %; : 62.88 %; Ener. z T: 20.14 %; Ener. z Bł.: 2.5 %; K: 3829.99 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-25	Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci	
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>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 Szynekowa wieprzowa grubo rozdrobniona parzona w osłonce niejadalnej 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ</u>), Fasolka szparagowa z wody* 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Solferino * () 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g , Sos jogurtowy naturalny 100 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 80 g (<u>MLE</u>), Sałatka z pomidorów b/skórki i koperku 80 g , Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna długa krojona 25 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 0.50 szt , Jajko gotowane kl M 0.50 szt (<u>JAJ</u>), Sałata zielona 10 g ,		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2152.84 kcal; Białko ogółem: 83.21 g; Tłuszcz: 38.76 g; Kw. tł. nasy.: 9.91 g; Węglowodany ogółem: 380.44 g; W tym cukry: 99.74 g; Błonnik pok.: 22.83 g; Sól: 7.52 g; WW: 35.95 Por; : 15.46 %; : 66.44 %; Ener. z T: 16.2 %; Ener. z Bł.: 2.12 %; K: 4077.02 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2024-03-26		
Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
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 kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>), Ćwikła z jabłkiem () 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Wielowarzywna 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 ziołowy 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</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 JĘCZ,</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 80 g (<u>SEL,</u>), Pomidor 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: 2281.76 kcal; Białko ogółem: 107.72 g; Tłuszcz: 51.78 g; Kw. tł. nasy.: 14.96 g; Węglowodany ogółem: 354.76 g; W tym cukry: 68.72 g; Błonnik pok.: 45.15 g; Sól: 7.79 g; WW: 30.94 Por; : 18.88 %; : 54.28 %; Ener. z T: 20.42 %; Ener. z Bł.: 3.96 %; K: 4875.5 mg;

wtorek 2024-03-26		
Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci		
Makaron na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</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 , Sałata zielona 20 g ,	Wielowarzywna z ziemniakami *(bez mleka) () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ,</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 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 80 g (<u>SEL,</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g ,
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml ,		Posiłek nocny: Talarki z marchwi 100 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2026.41 kcal; Białko ogółem: 75.23 g; Tłuszcz: 48.07 g; Kw. tł. nasy.: 11.63 g; Węglowodany ogółem: 340.21 g; W tym cukry: 49.68 g; Błonnik pok.: 35.22 g; Sól: 7.32 g; WW: 30.57 Por; : 14.85 %; : 60.2 %; Ener. z T: 21.35 %; Ener. z Bł.: 3.48 %; K: 3426.47 mg;

wtorek 2024-03-26		
Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci		
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 kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</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 , Sałata zielona 20 g ,	Wielowarzywna z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ,</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 JĘCZ,</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt , Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 80 g (<u>SEL,</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g ,
II Śniadanie: Koktajl bananowy 200 ml (<u>MLE,</u>),		Posiłek nocny: Talarki z marchwi 100 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2421.77 kcal; Białko ogółem: 101.97 g; Tłuszcz: 63.53 g; Kw. tł. nasy.: 16.78 g; Węglowodany ogółem: 375.06 g; W tym cukry: 80.61 g; Błonnik pok.: 33.02 g; Sól: 8.23 g; WW: 34.26 Por; : 16.84 %; : 56.49 %; Ener. z T: 23.61 %; Ener. z Bł.: 2.73 %; K: 4614.17 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2024-03-27		
Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
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,parzonyw 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>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Eskalopka z kurczaka 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Fasolka szparagowa z bułką tartą i z olejem * 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Surówka Coleslaw b/c () 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR</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 ,
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2096.62 kcal; Białko ogółem: 92.97 g; Tłuszcz: 59.91 g; Kw. tł. nasy.: 10.91 g; Węglowodany ogółem: 307.27 g; W tym cukry: 54.14 g; Błonnik pok.: 25.42 g; Sól: 8.36 g; WW: 28.28 Por; : 17.74 %; : 53.77 %; Ener. z T: 25.72 %; Ener. z Bł.: 2.42 %; K: 3976.18 mg;

środa 2024-03-27		
Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci		
Ryż na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ</u>), Sałatka wiosenna - diety 100 g ,	Grysikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 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 , Szyunka Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,
II Śniadanie: Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ</u>),		Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1963.58 kcal; Białko ogółem: 73.57 g; Tłuszcz: 53.45 g; Kw. tł. nasy.: 10.02 g; Węglowodany ogółem: 302.91 g; W tym cukry: 39.72 g; Błonnik pok.: 19.45 g; Sól: 7.05 g; WW: 28.41 Por; : 14.99 %; : 57.74 %; Ener. z T: 24.5 %; Ener. z Bł.: 1.98 %; K: 3340.14 mg;

środa 2024-03-27		
Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci		
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,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u>), Sałatka wiosenna - diety b/skórki 100 g ,	Grysikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 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 , Szyunka 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 ,
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE</u>),

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2173.56 kcal; Białko ogółem: 93.98 g; Tłuszcz: 65.13 g; Kw. tł. nasy.: 12 g; Węglowodany ogółem: 309.25 g; W tym cukry: 58.85 g; Błonnik pok.: 18.39 g; Sól: 7.19 g; WW: 29.14 Por; : 17.3 %; : 53.53 %; Ener. z T: 26.97 %; Ener. z Bł.: 1.69 %; K: 4079.99 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2024-03-28 Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g , Rzodkiew biała 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z miesa wieprzowego () 300 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Brokuł gotowany* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Pasztet z ciecierzycy* 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Serek a'la homogenizowany z ziołami 30 g (<u>MLE</u>), Roszponka 20 g , Pomidor 80 g ,
II Śniadanie: Owsianka z jabłkiem pieczonym i cynamonem 200 g (<u>MLE, GLU OW</u>),		Posiłek nocny: Orzechy włoskie łuskane 20 g (<u>ORZ</u>), Jabłko 1 szt 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2404.74 kcal; Białko ogółem: 99.39 g; Tłuszcz: 65.59 g; Kw. tł. nasy.: 12.25 g; Węglowodany ogółem: 367.74 g; W tym cukry: 63.99 g; Błonnik pok.: 39.89 g; Sól: 7.11 g; WW: 32.77 Por; : 16.53 %; : 54.53 %; Ener. z T: 24.55 %; Ener. z Bł.: 3.32 %; K: 4460.04 mg;

czwartek 2024-03-28 Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci		
Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g , Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (<u>SEL</u>), Sałata zielona 20 g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z miesa wieprzowego () 350 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Brokuł gotowany* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 50 g (<u>SOJ</u>), Roszponka 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,
II Śniadanie: Owsianka na wodzie z jabłkiem pieczonym i cynamonem 200 g (<u>GLU OW</u>),		Posiłek nocny: Banan 1szt. 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2102.89 kcal; Białko ogółem: 74.58 g; Tłuszcz: 43.25 g; Kw. tł. nasy.: 8.85 g; Węglowodany ogółem: 369.55 g; W tym cukry: 66.57 g; Błonnik pok.: 33.87 g; Sól: 7.75 g; WW: 33.5 Por; : 14.19 %; : 63.85 %; Ener. z T: 18.51 %; Ener. z Bł.: 3.22 %; K: 3847.16 mg;

czwartek 2024-03-28 Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci		
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>), Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g , Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (<u>SEL</u>), Sałata zielona 20 g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z miesa wieprzowego () 350 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Brokuł gotowany* 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 kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 50 g (<u>SOJ</u>), Serek a'la homogenizowany z ziołami 30 g (<u>MLE</u>), Roszponka 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,
II Śniadanie: Owsianka z jabłkiem pieczonym i cynamonem 200 g (<u>MLE, GLU OW</u>),		Posiłek nocny: Banan 1szt. 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2351.56 kcal; Białko ogółem: 96.08 g; Tłuszcz: 48.94 g; Kw. tł. nasy.: 11.2 g; Węglowodany ogółem: 395.42 g; W tym cukry: 87.47 g; Błonnik pok.: 31.62 g; Sól: 8.68 g; WW: 36.35 Por; : 16.34 %; : 61.88 %; Ener. z T: 18.73 %; Ener. z Bł.: 2.69 %; K: 4641.44 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2024-03-29		
Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
Zacierka na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 60 g (MLE), Dżem 25 g 1 szt , Gruszka 1szt. 150 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB), Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 100 g , Warzywa po grecku* 100 g (GLU PSZ, SEL), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 80 g (JAJ, GOR), Sałata zielona 20 g , Papryka świeża 80 g , Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ),
II Śniadanie: Koktajl wieloowocowy* b/c 200 ml (MLE),		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2391.26 kcal; Białko ogółem: 110.37 g; Tłuszcz: 67.22 g; Kw. tł. nasy.: 12.56 g; Węglowodany ogółem: 353.58 g; W tym cukry: 87.21 g; Błonnik pok.: 34.92 g; Sól: 8.05 g; WW: 31.89 Por; : 18.46 %; : 53.3 %; Ener. z T: 25.3 %; Ener. z Bł.: 2.92 %; K: 5379.85 mg;

piątek 2024-03-29		
Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci		
Zacierka na wywarze jarzynowym 400 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ), Dżem 25 g 1 szt , Jabłko 1 szt 1 szt , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Kalafiorowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (SEL), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Pulpet rybno-warzywny* 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL), Sos szpinakowy* 100 ml (GLU PSZ), Warzywa po grecku* 150 g (GLU PSZ, SEL), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z jaj z koperkiem -dieta (bez mleka) 80 g (JAJ), Sałata zielona 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,
II Śniadanie: Kisiel o smaku cytrynowym b/c 150 ml ,		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1969.6 kcal; Białko ogółem: 72.16 g; Tłuszcz: 46.58 g; Kw. tł. nasy.: 10.84 g; Węglowodany ogółem: 329.11 g; W tym cukry: 68.58 g; Błonnik pok.: 27.09 g; Sól: 6.94 g; WW: 30.26 Por; : 14.66 %; : 61.33 %; Ener. z T: 21.28 %; Ener. z Bł.: 2.75 %; K: 4008.92 mg;

piątek 2024-03-29		
Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci		
Zacierka na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 60 g (MLE), Dżem 25 g 1 szt , Jabłko 1 szt 1 szt , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Pulpet rybno-warzywny* 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL), Sos szpinakowy* 100 ml (GLU PSZ), Warzywa po grecku* 150 g (GLU PSZ, SEL), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE), Sałata zielona 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,
II Śniadanie: Koktajl wieloowocowy* b/c 200 ml (MLE),		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2194.73 kcal; Białko ogółem: 99.41 g; Tłuszcz: 46.05 g; Kw. tł. nasy.: 10.94 g; Węglowodany ogółem: 360.74 g; W tym cukry: 89.8 g; Błonnik pok.: 28.59 g; Sól: 6.46 g; WW: 33.22 Por; : 18.12 %; : 60.54 %; Ener. z T: 18.88 %; Ener. z Bł.: 2.61 %; K: 5237.97 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2024-03-30		
Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE,), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,), Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE,), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek z koperkiem 80 g (MLE,), Sałatka z pomidorów z jogurtem natur i natką pietr 100 g (MLE,),	Ogórkowa z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JEĆZ,), Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (GLU PSZ, SOJ, SEL,), Buraczki gotowane () 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml , Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i słonecznikiem z olejem* 100 g ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ,), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,), Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE,), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 80 g (RYB, SEL,), Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 szt ,		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE,),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2362.06 kcal; Białko ogółem: 91.29 g; Tłuszcz: 68.15 g; Kw. tł. nasy.: 12.48 g; Węglowodany ogółem: 360.23 g; W tym cukry: 75.61 g; Błonnik pok.: 35.1 g; Sól: 9.12 g; WW: 32.49 Por; : 15.46 %; : 55.06 %; Ener. z T: 25.97 %; Ener. z Bł.: 2.97 %; K: 4270.13 mg;

sobota 2024-03-30		
Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci		
Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 400 ml (GLU PSZ, SEL,), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 50 g , Sałatka z pomidorów z olejem i natką pietr b/skórki 100 g ,	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (SEL,), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JEĆZ,), Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (GLU PSZ, SOJ, SEL,), Buraczki gotowane () 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 80 g (RYB, SEL,), Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 szt ,		Posiłek nocny: Chrupki kukurydziane 20 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1896.4 kcal; Białko ogółem: 66.38 g; Tłuszcz: 47.4 g; Kw. tł. nasy.: 7.32 g; Węglowodany ogółem: 318.69 g; W tym cukry: 52.2 g; Błonnik pok.: 37.38 g; Sól: 6.39 g; WW: 28.11 Por; : 14 %; : 59.34 %; Ener. z T: 22.5 %; Ener. z Bł.: 3.94 %; K: 3529.31 mg;

sobota 2024-03-30		
Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE,), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE,), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt , Twarożek z koperkiem 80 g (MLE,), Sałatka z pomidorów z jogurtem natur i natką pietr b/skórki 100 g (MLE,),	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (MLE, SEL,), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JEĆZ,), Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (GLU PSZ, SOJ, SEL,), Buraczki gotowane () 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 kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE,), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt , Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 80 g (RYB, SEL,), Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 szt ,		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE,),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2268.54 kcal; Białko ogółem: 88.18 g; Tłuszcz: 57.18 g; Kw. tł. nasy.: 11.34 g; Węglowodany ogółem: 364.72 g; W tym cukry: 77.77 g; Błonnik pok.: 33.7 g; Sól: 7.06 g; WW: 33.11 Por; : 15.55 %; : 58.37 %; Ener. z T: 22.68 %; Ener. z Bł.: 2.97 %; K: 4157.91 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2024-03-31		
Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci		
Kasza manna 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>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>), Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 25 g (<u>SOJ, SEL,</u>), Ogórek kiszony 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Żurek z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Kotlet schabowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>), 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 (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Kielbasa Krakowska wieprzowa parzona grubo rozdrobniona wędzona w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>GOR,</u>), Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE,</u>), Pomidor 90 g , Rukola 10 g ,
II Śniadanie: Babka cytrynowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>),		Posiłek nocny: Migdały 30 g (<u>ORZ,</u>), Pomarańcza 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2432.36 kcal; Białko ogółem: 103.44 g; Tłuszcz: 70.5 g; Kw. tł. nasy.: 12.15 g; Węglowodany ogółem: 337.51 g; W tym cukry: 52.97 g; Błonnik pok.: 33.29 g; Sól: 8.33 g; WW: 30.45 Por; : 17.01 %; : 50.03 %; Ener. z T: 26.08 %; Ener. z Bł.: 2.74 %; K: 4855.04 mg;

niedziela 2024-03-31		
Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci		
Kasza manna na wywarze jarzynowym* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>), Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 25 g (<u>SOJ, SEL,</u>), Warzywa pieczone (buraki, pietruszka, cukinia) 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Ziemniaczana *(bez mleka) () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Schab pieczony w rękawie 100 g , Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), 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 Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ,</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,		Posiłek nocny: Pomarańcza 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1943.61 kcal; Białko ogółem: 91.72 g; Tłuszcz: 43.02 g; Kw. tł. nasy.: 10.1 g; Węglowodany ogółem: 306.86 g; W tym cukry: 30.84 g; Błonnik pok.: 21.65 g; Sól: 8.31 g; WW: 28.54 Por; : 18.88 %; : 58.7 %; Ener. z T: 19.92 %; Ener. z Bł.: 2.23 %; K: 4317.72 mg;

niedziela 2024-03-31		
Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci		
Kasza manna na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, 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 , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>), Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 25 g (<u>SOJ, SEL,</u>), Warzywa pieczone (buraki, pietruszka, cukinia) 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Schab pieczony w rękawie 100 g , Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), 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 Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ,</u>), Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE,</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Babka cytrynowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>),		Posiłek nocny: Pomarańcza 150 g ,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2235.63 kcal; Białko ogółem: 107.92 g; Tłuszcz: 45.16 g; Kw. tł. nasy.: 10.07 g; Węglowodany ogółem: 336.7 g; W tym cukry: 47.26 g; Błonnik pok.: 20.72 g; Sól: 5.7 g; WW: 31.64 Por; : 19.31 %; : 56.54 %; Ener. z T: 18.18 %; Ener. z Bł.: 1.85 %; K: 4886.89 mg;