

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2024-03-25		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
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 i cebuli 80 g (<u>MLE,</u>), Sałatka z pomidorów i koperku 90 g , Rukola 10 g ,
		Posiłek nocny: 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;

poniedziałek 2024-03-25		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 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>), Papryka świeża mix 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Solferino * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ryż brązowy z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g , Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE,</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 , Pasta z twarogu i cebuli 80 g (<u>MLE,</u>), Sałatka z pomidorów i koperku 80 g , Rukola 20 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 ,	Podwieczorek: Surówka Colesław b/c () 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR,</u>),	Posiłek nocny: 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;

poniedziałek 2024-03-25		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Płatki 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 2 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 * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, 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 2 szt , Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>), Sałatka z pomidorów b/skórki i koperku 90 g , Rukola 10 g ,
		Posiłek nocny: 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;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-25		Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu
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>), Bukiet jarzyn oprószany z olejem* 80 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), 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 ,
		Posiłek nocny: 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;

poniedziałek 2024-03-25		Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna
Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL</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 (bez mleka)*() 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SEL</u>), Ryż na sypko 200 g , Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u>), Sos majerankowy * 100 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>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 , Szynek 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 ,
		Posiłek nocny: 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
wtorek 2024-03-26		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Makaron 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 , Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,), Ćwikła z jabłkiem () 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Wielowarzywna z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), kasza pęczak/sypko 200 g (GLU PSZ,), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ,), Sos chrzanowy 100 ml (GLU PSZ, MLE, S02,), Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 100 g (MLE,), Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ,), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,), 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 mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 80 g (SEL,), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
		Posiłek nocny: Talarki z marchwi 100 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2174.23 kcal; Białko ogółem: 100.31 g; Tłuszcz: 49.28 g; Kw. tł. nasy.: 12.85 g; Węglowodany ogółem: 339.79 g; W tym cukry: 58.92 g; Błonnik pok.: 42.79 g; Sól: 7.63 g; WW: 29.72 Por; : 18.45 %; : 54.64 %; Ener. z T: 20.4 %; Ener. z Bł.: 3.94 %; K: 4419.08 mg;

wtorek 2024-03-26		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Makaron pełnoziarnisty na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE,), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,), 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 (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,), Ćwikła z jabłkiem b/c () 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Wielowarzywna z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), kasza pęczak/sypko 200 g (GLU PSZ,), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ,), Sos chrzanowy 100 ml (GLU PSZ, MLE, S02,), Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 100 g (MLE,), Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ,), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 80 g (SEL,), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
II Śniadanie: Koktajl z czarnej porzeczki* b/c 200 ml (MLE,),	Podwieczorek: Gruszka 1szt. 150 g ,	Posiłek nocny: Talarki z marchwi 100 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2316.44 kcal; Białko ogółem: 110.22 g; Tłuszcz: 52.23 g; Kw. tł. nasy.: 14.74 g; Węglowodany ogółem: 363.6 g; W tym cukry: 79.65 g; Błonnik pok.: 54.05 g; Sól: 7.33 g; WW: 30.97 Por; : 19.03 %; : 53.45 %; Ener. z T: 20.29 %; Ener. z Bł.: 4.67 %; K: 5280.76 mg;

wtorek 2024-03-26		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Makaron na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE,), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE,), 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 (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,), Ćwikła z jabłkiem () 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Wielowarzywna z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ,), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ,), Sos ziołowy 100 ml (GLU PSZ, SEL,), Marchew oprószana z olejem* 150 g (GLU PSZ,), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,), 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 mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 80 g (SEL,), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g ,
		Posiłek nocny: Talarki z marchwi 100 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2267.3 kcal; Białko ogółem: 95.28 g; Tłuszcz: 60.07 g; Kw. tł. nasy.: 14.75 g; Węglowodany ogółem: 350.59 g; W tym cukry: 59.87 g; Błonnik pok.: 32.21 g; Sól: 8 g; WW: 31.89 Por; : 16.81 %; : 56.17 %; Ener. z T: 23.84 %; Ener. z Bł.: 2.84 %; K: 4141.9 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-03-26	Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu	
Makaron na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE,), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , 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 1 szt , Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,), Ćwikła z jabłkiem () 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Wielowarzywna z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JEĆZ,), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ,), Sos ziołowy 100 ml (GLU PSZ, SEL,), Marchew oprószana z olejem* 150 g (GLU PSZ,), 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 kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE,), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 80 g (SEL,), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g ,
		Posiłek nocny: Kanapka z szynką i sałatą (bułka pszenna 45g, tłuszcz do smarowania 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE,),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2224.41 kcal; Białko ogółem: 95.36 g; Tłuszcz: 52.87 g; Kw. tł. nasy.: 14.91 g; Węglowodany ogółem: 354.22 g; W tym cukry: 46.02 g; Błonnik pok.: 27.94 g; Sól: 8.51 g; WW: 32.7 Por; : 17.15 %; : 58.67 %; Ener. z T: 21.39 %; Ener. z Bł.: 2.51 %; K: 3584.78 mg;

wtorek 2024-03-26	Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna	
Makaron 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 , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (SOJ,), Ćwikła z jabłkiem () 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Wielowarzywna z ziemniakami *(bez mleka) () 400 ml (GLU PSZ, SEL,), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JEĆZ,), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ,), Sos ziołowy 100 ml (GLU PSZ, SEL,), Marchew oprószana z olejem* 150 g (GLU PSZ,), 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 mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 80 g (SEL,), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g ,
		Posiłek nocny: Talarki z marchwi 100 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1952.21 kcal; Białko ogółem: 75.19 g; Tłuszcz: 48.07 g; Kw. tł. nasy.: 11.63 g; Węglowodany ogółem: 321.67 g; W tym cukry: 36.94 g; Błonnik pok.: 35.2 g; Sól: 7.28 g; WW: 28.71 Por; : 15.41 %; : 58.7 %; Ener. z T: 22.16 %; Ener. z Bł.: 3.61 %; K: 3425.27 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2024-03-27		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
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>), Surówka Colesław 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 ,
		Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2021.62 kcal; Białko ogółem: 87.87 g; Tłuszcz: 56.91 g; Kw. tł. nasy.: 10.91 g; Węglowodany ogółem: 300.22 g; W tym cukry: 54.14 g; Błonnik pok.: 25.42 g; Sól: 8.21 g; WW: 27.58 Por; : 17.39 %; : 54.37 %; Ener. z T: 25.33 %; Ener. z Bt.: 2.51 %; K: 3793.18 mg;

środa 2024-03-27		
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 , Serek homo. naturalny 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 , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g , Sos bazyliowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Fasolka szparagowa z wody* 100 g , Surówka Colesław 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 , Szyńka 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 ,
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Warzywa pieczone 100 g , Dip ziołowy 10 g (<u>MLE</u>),	Posiłek nocny: 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 Bt.: 3.45 %; K: 5035.59 mg;

środa 2024-03-27		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
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 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 , Szyńka 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 ,
		Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE</u>),

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2098.56 kcal; Białko ogółem: 88.88 g; Tłuszcz: 62.13 g; Kw. tł. nasy.: 12 g; Węglowodany ogółem: 302.2 g; W tym cukry: 58.85 g; Błonnik pok.: 18.39 g; Sól: 7.04 g; WW: 28.44 Por; : 16.94 %; : 54.1 %; Ener. z T: 26.64 %; Ener. z Bł.: 1.75 %; K: 3896.99 mg;

środa 2024-03-27		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
Ryż na mleku/p 400 ml (MLE₁), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ₁), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo o smaku wanilinowym 60 g (MLE₁), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ₁), Sałatka wiosenna - diety b/skórki 100 g ,	Grycikowa * 400 ml (GLU PSZ, SEL₁), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g , Sos bazyliowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL₁), 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 (GLU PSZ₁), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (SOJ₁), Sałata zielona z jogurtem 20 g (MLE₁), Pomidor b/skórki 80 g ,
		Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE₁),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1992.36 kcal; Białko ogółem: 88.88 g; Tłuszcz: 50.33 g; Kw. tł. nasy.: 9.4 g; Węglowodany ogółem: 302.2 g; W tym cukry: 58.85 g; Błonnik pok.: 18.39 g; Sól: 7 g; WW: 28.44 Por; : 17.84 %; : 56.98 %; Ener. z T: 22.73 %; Ener. z Bł.: 1.85 %; K: 3896.99 mg;

środa 2024-03-27		
Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
Ryż na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL₁), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ₁), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (SOJ₁), Sałatka wiosenna - diety 100 g ,	Grycikowa * 400 ml (GLU PSZ, SEL₁), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g , Sos bazyliowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL₁), 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 (GLU PSZ₁), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (SOJ₁), Sałata zielona 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,
		Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE₁),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1846.58 kcal; Białko ogółem: 71.14 g; Tłuszcz: 51.32 g; Kw. tł. nasy.: 10.02 g; Węglowodany ogółem: 281.01 g; W tym cukry: 39.72 g; Błonnik pok.: 19.45 g; Sól: 7.05 g; WW: 26.22 Por; : 15.41 %; : 56.66 %; Ener. z T: 25.01 %; Ener. z Bł.: 2.11 %; K: 3340.14 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2024-03-28 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
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>), Łazanki z kapustą i mięs wp z łopatki 350 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR</u>), Mandarynka 2 szt , 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 ,
		Posiłek nocny: Orzechy włoskie łuskane 20 g (<u>ORZ</u>), Jabłko 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;

czwartek 2024-03-28 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU JECZ</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Szynekowa dębowa 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 (*) b/c 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Makaron pełnoziarnisty z sosem mięsno-warzywnym, z miesa wieprzowego () 350 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 150 g (<u>SEL</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	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 , 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>),	Podwieczorek: Mandarynka 2 szt ,	Posiłek nocny: Orzechy włoskie łuskane 20 g (<u>ORZ</u>), Jabłko 1 szt 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2561.17 kcal; Białko ogółem: 103.44 g; Tłuszcz: 72.05 g; Kw. tł. nasy.: 12.83 g; Węglowodany ogółem: 396.37 g; W tym cukry: 81.74 g; Błonnik pok.: 51.04 g; Sól: 6.87 g; WW: 34.58 Por; : 16.16 %; : 53.93 %; Ener. z T: 25.32 %; Ener. z Bł.: 3.99 %; K: 5095.51 mg;

czwartek 2024-03-28 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
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 2 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 2 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 ,
		Posiłek nocny: 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;

czwartek 2024-03-28 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (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 1 szt , Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g , Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (SEL), Sałata zielona 20 g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z miesa wieprzowego () 350 g (GLU PSZ, SEL), Brokuł gotowany* 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 kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 50 g (SOJ), Serek a`la homogenizowany z ziołami 30 g (MLE), Roszponka 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,
		Posiłek nocny: 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;

czwartek 2024-03-28 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 400 ml (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 , Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g , Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (SEL), Sałata zielona 20 g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml (GLU PSZ, SEL), Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z miesa wieprzowego () 350 g (GLU PSZ, SEL), Brokuł gotowany* 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 , Polędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 50 g (SOJ), Roszponka 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,
		Posiłek nocny: Banan 1szt. 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1964.19 kcal; Białko ogółem: 70.54 g; Tłuszcz: 40.89 g; Kw. tł. nasy.: 8.27 g; Węglowodany ogółem: 342.71 g; W tym cukry: 66.3 g; Błonnik pok.: 30.8 g; Sól: 7.75 g; WW: 31.14 Por; : 14.37 %; : 63.52 %; Ener. z T: 18.74 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 3733.46 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2024-03-29 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
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,),
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2281.1 kcal; Białko ogółem: 104.25 g; Tłuszcz: 64.13 g; Kw. tł. nasy.: 10.8 g; Węglowodany ogółem: 338.07 g; W tym cukry: 76.65 g; Błonnik pok.: 32.64 g; Sól: 7.85 g; WW: 30.6 Por; : 18.28 %; : 53.56 %; Ener. z T: 25.3 %; Ener. z Bł.: 2.86 %; K: 4995.05 mg;

piątek 2024-03-29 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Makaron pełnoziarnisty na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE,), Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 60 g (MLE,), Gruszka 1szt. 150 g , Herbata czarna granulowana b/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,), Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 100 g , Warzywa po grecku * (bez cukru) 100 g (GLU PSZ, SEL,), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,), Chleb Graham 100 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 ,
II Śniadanie: Koktajl wieloowocowy* b/c 200 ml (MLE,),	Podwieczorek: Chleb Graham 25 g (GLU PSZ,), Hummus 30 g (SEZ,), Pomidor 15 g ,	Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2248.03 kcal; Białko ogółem: 103.5 g; Tłuszcz: 62.9 g; Kw. tł. nasy.: 12.22 g; Węglowodany ogółem: 334.24 g; W tym cukry: 73.28 g; Błonnik pok.: 41.3 g; Sól: 8.47 g; WW: 29.31 Por; : 18.42 %; : 52.12 %; Ener. z T: 25.18 %; Ener. z Bł.: 3.67 %; K: 5594.09 mg;

piątek 2024-03-29 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Zacierka na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 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 2 szt , Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE,), Sałata zielona 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2190.77 kcal; Białko ogółem: 93.29 g; Tłuszcz: 54.75 g; Kw. tł. nasy.: 11.78 g; Węglowodany ogółem: 345.23 g; W tym cukry: 79.24 g; Błonnik pok.: 26.31 g; Sól: 6.3 g; WW: 31.92 Por; : 17.03 %; : 58.23 %; Ener. z T: 22.49 %; Ener. z Bł.: 2.4 %; K: 4853.17 mg;

piątek 2024-03-29 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

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, Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE</u>), Dżem 25 g 1 szt, Jabłko pieczone 1szt. 1 szt, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 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,
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2097.04 kcal; Białko ogółem: 95.29 g; Tłuszcz: 47.84 g; Kw. tł. nasy.: 10.6 g; Węglowodany ogółem: 335.26 g; W tym cukry: 72.84 g; Błonnik pok.: 26.31 g; Sól: 6.31 g; WW: 30.89 Por; : 18.18 %; : 58.93 %; Ener. z T: 20.53 %; Ener. z Bł.: 2.51 %; K: 4686.02 mg;

piątek 2024-03-29 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,	Kalafiorowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 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
sobota 2024-03-30 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
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 z żołądków drobiowych* 200 g (GLU PSZ, MLE, SEL,), 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 (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 ,
		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE,),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2359.74 kcal; Białko ogółem: 108.25 g; Tłuszcz: 71.79 g; Kw. tł. nasy.: 14.71 g; Węglowodany ogółem: 332.1 g; W tym cukry: 56.44 g; Błonnik pok.: 29.4 g; Sól: 8.67 g; WW: 30.31 Por; : 18.35 %; : 51.31 %; Ener. z T: 27.38 %; Ener. z Bł.: 2.49 %; K: 3963.48 mg;

sobota 2024-03-30 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE,), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , 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,), 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 (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 , Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 80 g (RYB, SEL,), Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 szt ,	Podwieczorek: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,	Posiłek nocny: Chleb Graham 30 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 0.50 szt , Serek homo. naturalny 25 g (MLE,), Pomidor 15 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2362.21 kcal; Białko ogółem: 96.56 g; Tłuszcz: 74.63 g; Kw. tł. nasy.: 13.62 g; Węglowodany ogółem: 346.16 g; W tym cukry: 69.94 g; Błonnik pok.: 41.54 g; Sól: 11.36 g; WW: 30.53 Por; : 16.35 %; : 51.58 %; Ener. z T: 28.43 %; Ener. z Bł.: 3.52 %; K: 4486.63 mg;

sobota 2024-03-30 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
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 ,
		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE,),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2193.54 kcal; Białko ogółem: 87.58 g; Tłuszcz: 56.58 g; Kw. tł. nasy.: 11.28 g; Węglowodany ogółem: 346.57 g; W tym cukry: 63.22 g; Błonnik pok.: 30.7 g; Sól: 7.05 g; WW: 31.61 Por; : 15.97 %; : 57.6 %; Ener. z T: 23.21 %; Ener. z Bł.: 2.8 %; K: 3956.91 mg;

sobota 2024-03-30 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2024-03-31		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
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>), Szyńka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 25 g (<u>SOJ, SEL,</u>), Ogórek kiszony 80 g , Sałata zielona 20 g , Babka cytrynowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>),	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 niejadanej. 30 g (<u>GOR,</u>), Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE,</u>), Pomidor 90 g , Rukola 10 g ,
		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- 6 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kasza manna 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 , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>), Szyńka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 25 g (<u>SOJ, SEL,</u>), Ogórek kiszony 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>), 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 (<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 90 g , Rukola 10 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny z musem truskawkowym 150 g (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: Jabłko 1 szt 1 szt ,	Posiłek nocny: Migdały 30 g (<u>ORZ,</u>), Pomarańcza 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2264.85 kcal; Białko ogółem: 119.72 g; Tłuszcz: 58.45 g; Kw. tł. nasy.: 13.01 g; Węglowodany ogółem: 333.7 g; W tym cukry: 68.08 g; Błonnik pok.: 38.27 g; Sól: 7.85 g; WW: 29.55 Por; : 21.14 %; : 52.18 %; Ener. z T: 23.23 %; Ener. z Bł.: 3.38 %; K: 6100.82 mg;

niedziela 2024-03-31		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
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 2 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>), Szyńka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 25 g (<u>SOJ, SEL,</u>), Warzywa pieczone (buraki, pietruszka, cukinia) 80 g , Sałata zielona 20 g , Babka cytrynowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>),	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 2 szt , Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ,</u>), Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE,</u>), Pomidor b/skórki 90 g , Rukola 10 g ,
		Posiłek nocny: Pomarańcza 150 g ,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2341.09 kcal; Białko ogółem: 107.78 g; Tłuszcz: 56.95 g; Kw. tł. nasy.: 12.67 g; Węglowodany ogółem: 336.64 g; W tym cukry: 47.38 g; Błonnik pok.: 20.6 g; Sól: 5.74 g; WW: 31.64 Por; : 18.41 %; : 54 %; Ener. z T: 21.9 %; Ener. z Bł.: 1.76 %; K: 4893.52 mg;

niedziela 2024-03-31 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
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 , Pasta z białek z koperkiem 50 g (<u>JAJ, MLE,</u>), Szyńka 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 , Babka cytrynowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>),	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 ,
		Posiłek nocny: Banan 1szt. 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2346.13 kcal; Białko ogółem: 113.1 g; Tłuszcz: 41.66 g; Kw. tł. nasy.: 10.91 g; Węglowodany ogółem: 367.49 g; W tym cukry: 72.96 g; Błonnik pok.: 21.28 g; Sól: 5.9 g; WW: 34.74 Por; : 19.28 %; : 59.03 %; Ener. z T: 15.98 %; Ener. z Bł.: 1.81 %; K: 5465.04 mg;

niedziela 2024-03-31 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
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>), Szyńka 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 , Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,	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 ,
		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;