

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: SZPITAL PUŁAWY | | |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie - II Śniadanie | Obiad - Podwieczorek | Kolacja - Posiłek nocny |
| poniedziałek 2024-04-01 | | |
| Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa | | |
| Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</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>), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g , | Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Ryż na sypko 200 g , Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g , Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>), Surówka wykwitna z olejem b/c 100 g (<u>JAJ, GOR.</u>), Cukinia pieczona z olejem * 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml , | Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Ogonówka wieprzowa, wędzona, parzona z dodaną wodą białkiem sojowym i białkiem wieprzowym w osłonce niejadalnej 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>), Sałatka jarzynowa () 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>), |
| | | Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2421.04 kcal; Białko ogółem: 113.2 g; Tłuszcz: 76.15 g; Kw. tł. nasy.: 15.89 g; Węglowodany ogółem: 335.48 g; W tym cukry: 39.85 g; Błonnik pok.: 28.18 g; Sól: 12.77 g; WW: 30.75 Por; : 18.7 %; : 50.77 %; Ener. z T: 28.31 %; Ener. z Bł.: 2.33 %; K: 3235.91 mg;

| | | |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| poniedziałek 2024-04-01 | | |
| Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów | | |
| Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</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>), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g , | Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Ryż na sypko 200 g , Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g , Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>), Surówka wykwitna z olejem b/c 100 g (<u>JAJ, GOR.</u>), Cukinia pieczona z olejem * 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 , Ogonówka wieprzowa, wędzona, parzona z dodaną wodą białkiem sojowym i białkiem wieprzowym w osłonce niejadalnej 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>), Sałatka jarzynowa () 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>), |
| II Śniadanie: Mandarynka 2 szt , | Podwieczorek: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>), | Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml , Orzechy włoskie łuskane 10 g (<u>ORZ.</u>), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2442.6 kcal; Białko ogółem: 120.97 g; Tłuszcz: 85.16 g; Kw. tł. nasy.: 16.41 g; Węglowodany ogółem: 316.39 g; W tym cukry: 52.83 g; Błonnik pok.: 33.53 g; Sól: 11.48 g; WW: 28.27 Por; : 19.81 %; : 46.32 %; Ener. z T: 31.38 %; Ener. z Bł.: 2.75 %; K: 4102.19 mg;

| | | |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| poniedziałek 2024-04-01 | | |
| Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna | | |
| Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</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 , Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g , | Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Ryż na sypko 200 g , Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g , Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>), Cukinia pieczona z olejem * 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml , | Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Ogonówka wieprzowa, wędzona, parzona z dodaną wodą białkiem sojowym i białkiem wieprzowym w osłonce niejadalnej 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>), Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>), |
| | | Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2198.54 kcal; Białko ogółem: 110.24 g; Tłuszcz: 67.34 g; Kw. tł. nasy.: 15.59 g; Węglowodany ogółem: 298.03 g; W tym cukry: 38.96 g; Błonnik pok.: 17.87 g; Sól: 10.25 g; WW: 28.01 Por; : 20.06 %; : 50.97 %; Ener. z T: 27.57 %; Ener. z Bł.: 1.63 %; K: 3208.63 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| poniedziałek 2024-04-01 | | Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ.</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>), Pomidor b/skórki 90 g , Roszponka 10 g , | Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Ryż na sypko 200 g , Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g , Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>), Cukinia pieczona z olejem * 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml , | Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ.</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Ogonówka wieprzowa, wędzona, parzona z dodaną wodą białkiem sojowym i białkiem wieprzowym w osłonce niejadalnej 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>), Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>), |
| | | Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2144.7 kcal; Białko ogółem: 110.21 g; Tłuszcz: 61.44 g; Kw. tł. nasy.: 14.29 g; Węglowodany ogółem: 297.86 g; W tym cukry: 38.85 g; Błonnik pok.: 17.83 g; Sól: 10.22 g; WW: 28 Por; : 20.56 %; : 52.23 %; Ener. z T: 25.78 %; Ener. z Bł.: 1.66 %; K: 3197.75 mg;

| poniedziałek 2024-04-01 | | Jadłospis dla diety: PUŁ- GL Bezglutenowa |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Płatki kukurydziane na mleku/p 400 ml (<u>MLE.</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb bezglutenowy 100 g , Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g , | Rosół z makaronem (bez glutenu)* 400 ml (<u>SEL.</u>), Ryż na sypko 200 g , Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g , Sos szpinakowy (bez glutenu)* 80 ml , Cukinia pieczona z olejem * 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml , | Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb bezglutenowy 100 g , Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 50 g , Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>), |
| | | Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2207.63 kcal; Białko ogółem: 95.99 g; Tłuszcz: 78.42 g; Kw. tł. nasy.: 16.23 g; Węglowodany ogółem: 282.8 g; W tym cukry: 38.44 g; Błonnik pok.: 13.69 g; Sól: 5.9 g; WW: 26.86 Por; : 17.39 %; : 48.76 %; Ener. z T: 31.97 %; Ener. z Bł.: 1.24 %; K: 3155.61 mg;

| poniedziałek 2024-04-01 | | Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Płatki jęczminne na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL, GLU JĘCZ.</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 , Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>), Pomidor b/skórki 90 g , Roszponka 10 g , | Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Ryż na sypko 200 g , Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g , Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>), Cukinia pieczona z olejem * 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml , | Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 50 g , Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>), |
| | | Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2170.17 kcal; Białko ogółem: 103.37 g; Tłuszcz: 73.23 g; Kw. tł. nasy.: 15.65 g; Węglowodany ogółem: 284.31 g; W tym cukry: 22.33 g; Błonnik pok.: 19.1 g; Sól: 8.5 g; WW: 26.54 Por; : 19.05 %; : 48.88 %; Ener. z T: 30.37 %; Ener. z Bł.: 1.76 %; K: 2924.9 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: SZPITAL PUŁAWY | | |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie - II Śniadanie | Obiad - Podwieczorek | Kolacja - Posiłek nocny |
| wtorek 2024-04-02 | | |
| Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa | | |
| kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE₁</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ₁</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>SOJ₁</u>), Sałata zielona 20 g , Talarki z marchewki 80 g , | Pieczarkowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL₁</u>), Makaron z serem 350 g (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>), Mus z jabłek () b/c 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 ŻYT₁</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL₁</u>), Sałatka z pomidora i ogórka z cebulą 80 g , |
| | | Posiłek nocny: Mandarynka 2 szt , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2027.48 kcal; Białko ogółem: 90.83 g; Tłuszcz: 36.36 g; Kw. tł. nasy.: 9.78 g; Węglowodany ogółem: 348.39 g; W tym cukry: 66.35 g; Błonnik pok.: 30.37 g; Sól: 5.88 g; WW: 31.8 Por; : 17.92 %; : 62.74 %; Ener. z T: 16.14 %; Ener. z Bł.: 3 %; K: 3327.81 mg;

| | | |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| wtorek 2024-04-02 | | |
| Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów | | |
| Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ₁</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ₁</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>SOJ₁</u>), Sałata zielona 20 g , Talarki z marchewki 80 g , | Pieczarkowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL₁</u>), Makaron pełnoziarnisty z serem b/c 350 g (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>), Mus z jabłek () b/c 150 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml , | Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL₁</u>), Sałatka z pomidora i ogórka z cebulą 80 g , |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE₁</u>), | Podwieczorek: Warzywa pieczone 100 g , Dip zielony 10 g (<u>MLE₁</u>), | Posiłek nocny: Kanapka z twarożkiem i sałatą (chleb razowy 60g, tłuszcz 5g, twarożek 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2226.05 kcal; Białko ogółem: 107.32 g; Tłuszcz: 54.96 g; Kw. tł. nasy.: 13.31 g; Węglowodany ogółem: 344.2 g; W tym cukry: 42.38 g; Błonnik pok.: 36.77 g; Sól: 6.5 g; WW: 30.8 Por; : 19.28 %; : 55.24 %; Ener. z T: 22.22 %; Ener. z Bł.: 3.3 %; K: 3827.02 mg;

| | | |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| wtorek 2024-04-02 | | |
| Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna | | |
| kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₁</u>), Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE₁</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt , Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (<u>SOJ₁</u>), Sałata zielona 20 g , Talarki z marchewki 80 g , | Solferino * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL₁</u>), Makaron z serem 350 g (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>), Mus z jabłek () b/c 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml , | Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL₁</u>), Sałatka z pomidora i sałaty lodowej 100 g , |
| | | Posiłek nocny: Mandarynka 2 szt , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2184.83 kcal; Białko ogółem: 90.93 g; Tłuszcz: 46.28 g; Kw. tł. nasy.: 11.34 g; Węglowodany ogółem: 363.88 g; W tym cukry: 70.68 g; Błonnik pok.: 26.8 g; Sól: 5.7 g; WW: 33.72 Por; : 16.65 %; : 61.71 %; Ener. z T: 19.06 %; Ener. z Bł.: 2.45 %; K: 3459.74 mg;

| | | |
|---------------------------------------------------------------------------|--|--|
| wtorek 2024-04-02 | | |
| Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu | | |

Jadłospisy dla oddziałów

| | | |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE</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>), Sałata zielona 20 g , Pomidor b/skórki 80 g , | Solferino * () 400 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL</u>), Makaron z serem 350 g (<u>GLUPSZ, MLE</u>), Mus z jabłek () b/c 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml , | Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL</u>), Sałatka z pomidora i sałaty lodowej b/skórki 100 g , |
| | | Posiłek nocny: Banan 1szt. 1 szt , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2225.18 kcal; Białko ogółem: 91.69 g; Tłuszcz: 40.59 g; Kw. tł. nasy.: 10.25 g; Węglowodany ogółem: 384.94 g; W tym cukry: 89.01 g; Błonnik pok.: 24.53 g; Sól: 5.54 g; WW: 36.17 Por; : 16.48 %; : 64.79 %; Ener. z T: 16.42 %; Ener. z Bł.: 2.2 %; K: 3881.41 mg;

| wtorek 2024-04-02 Jadłospis dla diety: PUŁ- GL Bezglutenowa | | |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb bezglutenowy 100 g , Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 50 g , Sałata zielona 20 g , Talarki z marchewki 80 g , | Solferino (bez glutenu)*() 400 ml (<u>MLE, SEL</u>), Makaron z serem (bez glutenu) 350 g (<u>GLUPSZ, MLE</u>), Mus z jabłek () b/c 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml , | Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb bezglutenowy 100 g , Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL</u>), Sałatka z pomidora i sałaty lodowej 100 g , |
| | | Posiłek nocny: Mandarynka 2 szt , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2167.36 kcal; Białko ogółem: 83.43 g; Tłuszcz: 54.99 g; Kw. tł. nasy.: 11.11 g; Węglowodany ogółem: 343.11 g; W tym cukry: 69.47 g; Błonnik pok.: 22.26 g; Sól: 2.07 g; WW: 32.06 Por; : 15.4 %; : 59.22 %; Ener. z T: 22.83 %; Ener. z Bł.: 2.05 %; K: 3581.91 mg;

| wtorek 2024-04-02 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna | | |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt , Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona 20 g , Pomidor b/skórki 80 g , | Solferino (bez mleka)*() 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>), Makaron 200 g (<u>GLUPSZ</u>), Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLUPSZ, JAJ</u>), Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml (<u>GLUPSZ</u>), Dynia duszona z olejem* 150 g (<u>GLUPSZ</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml , | Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL</u>), Sałatka z pomidora i sałaty lodowej b/skórki 100 g , |
| | | Posiłek nocny: Banan 1szt. 1 szt , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2144.23 kcal; Białko ogółem: 79.57 g; Tłuszcz: 53.9 g; Kw. tł. nasy.: 9.52 g; Węglowodany ogółem: 344.96 g; W tym cukry: 66.43 g; Błonnik pok.: 25.88 g; Sól: 5.72 g; WW: 31.96 Por; : 14.84 %; : 59.52 %; Ener. z T: 22.63 %; Ener. z Bł.: 2.41 %; K: 4007.92 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: SZPITAL PUŁAWY | | |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie - II Śniadanie | Obiad - Podwieczorek | Kolacja - Posiłek nocny |
| środa 2024-04-03 | | |
| Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa | | |
| Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW,), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE,), Szynka luksusowa-wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ,), Kiwi 1 szt 1 szt , Sałata zielona 20 g , | Zupa z soczewicy i ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, SEL,), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (GLU PSZ, JAJ,), Sos jarzynowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL,), Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g (GOR,), Buraczki oprószone () b/c 100 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,), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,), Papryka świeża 90 g , Rukola 10 g , |
| | | Posiłek nocny: Przecier owocowy jabłko-morela 120g 1 szt (może zawierać: MLE,), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2055.43 kcal; Białko ogółem: 90.89 g; Tłuszcz: 43.79 g; Kw. tł. nasy.: 8.29 g; Węglowodany ogółem: 339.25 g; W tym cukry: 63.08 g; Błonnik pok.: 33.27 g; Sól: 8.34 g; WW: 30.68 Por; : 17.69 %; : 59.55 %; Ener. z T: 19.18 %; Ener. z Bł.: 3.24 %; K: 4989.02 mg;

| środa 2024-04-03 | | |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów | | |
| Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW,), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE,), Szynka luksusowa-wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ,), Kiwi 1 szt 1 szt , Sałata zielona 20 g , | Zupa z soczewicy i ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, SEL,), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (GLU PSZ, JAJ,), Sos jarzynowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL,), Sałatka szwedzka z olejem b/c 150 g (GOR,), Kompot owocowy* b/c 250 ml , | Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,), Papryka świeża 90 g , Rukola 10 g , |
| II Śniadanie: Budyń o smaku śmietankowym z chipsami kokosowymi b/c 200 ml (MLE, SOJ,), | Podwieczorek: Sałatka z brokułu, oleju i koperku 100 g , | Posiłek nocny: Kanapka z jajkiem i sałatą (chleb razowy 60g, tłuszcz 5g, jajko 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, JAJ,), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2381.21 kcal; Białko ogółem: 109.47 g; Tłuszcz: 64.8 g; Kw. tł. nasy.: 14.92 g; Węglowodany ogółem: 360.7 g; W tym cukry: 59.74 g; Błonnik pok.: 40.04 g; Sól: 9.54 g; WW: 32.14 Por; : 18.39 %; : 53.86 %; Ener. z T: 24.49 %; Ener. z Bł.: 3.36 %; K: 5702.29 mg;

| środa 2024-04-03 | | |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna | | |
| Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW,), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE,), Szynka luksusowa-wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ,), Banan 1szt. 1 szt , Sałata zielona 20 g , | Grysikowa * 400 ml (GLU PSZ, SEL,), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (GLU PSZ, JAJ,), Sos jarzynowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL,), Buraczki oprószone () 150 g (GLU PSZ,), Kompot owocowy* z/c 250 ml , | Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,), Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g , |
| | | Posiłek nocny: Przecier owocowy jabłko-morela 120g 1 szt (może zawierać: MLE,), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2055.27 kcal; Białko ogółem: 84.1 g; Tłuszcz: 38.32 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; Węglowodany ogółem: 353.9 g; W tym cukry: 95.26 g; Błonnik pok.: 23.16 g; Sól: 6.21 g; WW: 33.11 Por; : 16.37 %; : 64.37 %; Ener. z T: 16.78 %; Ener. z Bł.: 2.25 %; K: 4542.6 mg;

| środa 2024-04-03 | | |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu | | |
| Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW,), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE,), Szynka luksusowa-wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ,), Banan 1szt. 1 szt , Sałata zielona 20 g , | Grysikowa * 400 ml (GLU PSZ, SEL,), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (GLU PSZ, JAJ,), Sos jarzynowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL,), Buraczki oprószone () 150 g (GLU PSZ,), Kompot owocowy* z/c 250 ml , | Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g , |

Jadłospisy dla oddziałów

| | | |
|--|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------|
| | | Posiłek nocny: Przecier owocowy jabłko-morela 120g 1 szt (może zawierać: MLE,), |
|--|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------|

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2056.72 kcal; Białko ogółem: 85.85 g; Tłuszcz: 32.72 g; Kw. tł. nasy.: 7.51 g; Węglowodany ogółem: 365.29 g; W tym cukry: 95.4 g; Błonnik pok.: 23.49 g; Sól: 6.37 g; WW: 34.22 Por; : 16.7 %; : 66.48 %; Ener. z T: 14.32 %; Ener. z Bł.: 2.28 %; K: 4555.33 mg;

| | | |
|-------------------------|--------------------------------------------------|--|
| środa 2024-04-03 | Jadłospis dla diety: PUŁ- GL Bezglutenowa | |
|-------------------------|--------------------------------------------------|--|

| | | |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Płatki kukurydziane na mleku/p 400 ml (MLE,), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb bezglutenowy 100 g , Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (MLE,), Banan 1szt. 1 szt , Sałata zielona 20 g , | Ryżowa* 400 ml (MLE, SEL,), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez glutenu) 80 g (JAJ,), Sos jarzynowy* (bez glutenu) 80 ml (SEL,), Buraczki gotowane () 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml , | Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb bezglutenowy 100 g , Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 50 g , Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g , |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

| | | |
|--|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------|
| | | Posiłek nocny: Przecier owocowy jabłko-morela 120g 1 szt (może zawierać: MLE,), |
|--|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------|

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2055.6 kcal; Białko ogółem: 76.9 g; Tłuszcz: 47.95 g; Kw. tł. nasy.: 8.83 g; Węglowodany ogółem: 333.55 g; W tym cukry: 97.14 g; Błonnik pok.: 19.96 g; Sól: 2.77 g; WW: 31.4 Por; : 14.96 %; : 61.02 %; Ener. z T: 20.99 %; Ener. z Bł.: 1.94 %; K: 4692.06 mg;

| | | |
|-------------------------|------------------------------------------------|--|
| środa 2024-04-03 | Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna | |
|-------------------------|------------------------------------------------|--|

| | | |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL, GLU OW,), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ,), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt , Szynka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ,), Banan 1szt. 1 szt , Sałata zielona 20 g , | Grysikowa * 400 ml (GLU PSZ, SEL,), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (GLU PSZ, JAJ,), Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL,), Buraczki oprószane () 150 g (GLU PSZ,), Kompot owocowy* z/c 250 ml , | Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 40 g (SOJ,), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g , |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

| | | |
|--|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------|
| | | Posiłek nocny: Przecier owocowy jabłko-morela 120g 1 szt (może zawierać: MLE,), |
|--|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------|

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1941.18 kcal; Białko ogółem: 66.09 g; Tłuszcz: 41.87 g; Kw. tł. nasy.: 10.24 g; Węglowodany ogółem: 335.12 g; W tym cukry: 79.23 g; Błonnik pok.: 24.06 g; Sól: 6.07 g; WW: 31.16 Por; : 13.62 %; : 64.1 %; Ener. z T: 19.41 %; Ener. z Bł.: 2.48 %; K: 3977.87 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: SZPITAL PUŁAWY | | |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie - II Śniadanie | Obiad - Podwieczorek | Kolacja - Posiłek nocny |
| czwartek 2024-04-04 | | |
| 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 , Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE,</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>), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g , | Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u>), Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 400 g (<u>SEL,</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>), Surówka z selera i jabłka z olejem () b/c 150 g (<u>SEL,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml , | Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Tyrolska kiełbasa wieprzowa drobno rozdrobniona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>), Sałatka jarzynowa z jajkiem () 150 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>), Sałata zielona 20 g , |
| | | Posiłek nocny: Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2353.57 kcal; Białko ogółem: 98.64 g; Tłuszcz: 63.72 g; Kw. tł. nasy.: 15.74 g; Węglowodany ogółem: 364.27 g; W tym cukry: 48.59 g; Błonnik pok.: 38.56 g; Sól: 6.75 g; WW: 32.67 Por; : 16.76 %; : 55.36 %; Ener. z T: 24.37 %; Ener. z Bł.: 3.28 %; K: 4725.76 mg;

| czwartek 2024-04-04 | | |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 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 , Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g , | Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u>), Risotto (ryż brązowy) z mięsem wieprz i warzywami* 400 g (<u>SEL,</u>), Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ,</u>), Surówka z selera i jabłka z olejem () b/c 150 g (<u>SEL,</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml , | Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Tyrolska kiełbasa wieprzowa drobno rozdrobniona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>), Sałatka jarzynowa z jajkiem () 150 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>), Sałata zielona 20 g , |
| II Śniadanie: Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, tłuszcz do smarowania 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>), | Podwieczorek: Koktajl z jagód * b/c 250 g (<u>MLE,</u>), | Posiłek nocny: Kanapka z szynką i pomidorem (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2681.16 kcal; Białko ogółem: 120.91 g; Tłuszcz: 80.71 g; Kw. tł. nasy.: 24.03 g; Węglowodany ogółem: 394.71 g; W tym cukry: 57.78 g; Błonnik pok.: 57.26 g; Sól: 8.96 g; WW: 33.9 Por; : 18.04 %; : 50.34 %; Ener. z T: 27.09 %; Ener. z Bł.: 4.27 %; K: 5861.23 mg;

| czwartek 2024-04-04 | | |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 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 kajzerka 50g 1 szt (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE,</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt , Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g , | Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 400 g (<u>SEL,</u>), Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ,</u>), Seler z pietruszką gotowany 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 , Tyrolska kiełbasa wieprzowa drobno rozdrobniona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>), Sałatka jarzynowa z jajkiem- diety () 150 g (<u>JAJ, MLE, SEL,</u>), Sałata zielona 20 g , |
| | | Posiłek nocny: Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2422.51 kcal; Białko ogółem: 100.73 g; Tłuszcz: 62.21 g; Kw. tł. nasy.: 14.79 g; Węglowodany ogółem: 380.55 g; W tym cukry: 51.81 g; Błonnik pok.: 33 g; Sól: 6.12 g; WW: 34.77 Por; : 16.63 %; : 57.39 %; Ener. z T: 23.11 %; Ener. z Bł.: 2.72 %; K: 4776.3 mg;

| czwartek 2024-04-04 | | |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 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 , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE,</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>), Pomidor b/skórki 90 g , Roszponka 10 g , | Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 400 g (<u>SEL,</u>), Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ,</u>), Seler z pietruszką gotowany 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 , Tyrolska kiełbasa wieprzowa drobno rozdrobniona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>), Sałatka jarzynowa - dieta () 150 g (<u>MLE, SEL,</u>), Sałata zielona 20 g , |

Jadłospisy dla oddziałów

| | | |
|--|--|-------------------------------------------------------------------------|
| | | Posiłek nocny: Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ), |
|--|--|-------------------------------------------------------------------------|

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2341.45 kcal; Białko ogółem: 98.2 g; Tłuszcz: 54.45 g; Kw. tł. nasy.: 12.92 g; Węglowodany ogółem: 380.18 g; W tym cukry: 51.82 g; Błonnik pok.: 32.81 g; Sól: 6.03 g; WW: 34.76 Por; : 16.78 %; : 59.34 %; Ener. z T: 20.93 %; Ener. z Bł.: 2.8 %; K: 4728.85 mg;

| czwartek 2024-04-04 | Jadłospis dla diety: PUŁ- GL Bezglutenowa | |
|---------------------|-------------------------------------------|--|
|---------------------|-------------------------------------------|--|

| | | |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Makaron bezglutenowy na mleku/p 400 ml (MLE), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb bezglutenowy 100 g , Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt , Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g , | Ziemniaczana *(bez glutenu) () 400 ml (MLE, SEL), Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 400 g (SEL), Sos pomidorowy (bez glutenu) 80 ml , Seler z pietruszką gotowany z olejem () (bez glutenu) 150 g (SEL), Kompot owocowy* z/c 250 ml , | Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb bezglutenowy 100 g , Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z kurczaka 40 g , Sałatka jarzynowa z jajkiem- diety () 150 g (JAJ, MLE, SEL), Sałata zielona 20 g , |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

| | | |
|--|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| | | Posiłek nocny: Kanapka z szynką i pomidorem (chleb bezglutenowy 60g, masło 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (SOJ, MLE), |
|--|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2428.73 kcal; Białko ogółem: 90.69 g; Tłuszcz: 74.24 g; Kw. tł. nasy.: 17.03 g; Węglowodany ogółem: 360.95 g; W tym cukry: 50.93 g; Błonnik pok.: 28.54 g; Sól: 3.38 g; WW: 33.28 Por; : 14.94 %; : 54.75 %; Ener. z T: 27.51 %; Ener. z Bł.: 2.35 %; K: 4853.53 mg;

| czwartek 2024-04-04 | Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna | |
|---------------------|-----------------------------------------|--|
|---------------------|-----------------------------------------|--|

| | | |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Zacierka na wywarze jarzynowym 400 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt , Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g , | Ziemniaczana *(bez mleka) () 400 ml (GLU PSZ, SEL), Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 400 g (SEL), Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ), Seler z pietruszką gotowany z olejem () 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 , Tyrolska kielbasa wieprzowa drobno rozdrobniona 30 g (GLU PSZ, SOJ), Sałatka jarzynowa z jajkiem- diety () (bez mleka) 150 g (JAJ, SEL), Sałata zielona 20 g , |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

| | | |
|--|--|-------------------------------------------------------------------------|
| | | Posiłek nocny: Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ), |
|--|--|-------------------------------------------------------------------------|

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2386.32 kcal; Białko ogółem: 79.54 g; Tłuszcz: 79.87 g; Kw. tł. nasy.: 13.91 g; Węglowodany ogółem: 353.56 g; W tym cukry: 31.75 g; Błonnik pok.: 34.38 g; Sól: 6.48 g; WW: 31.91 Por; : 13.33 %; : 53.5 %; Ener. z T: 30.12 %; Ener. z Bł.: 2.88 %; K: 4055.69 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: SZPITAL PUŁAWY | | |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie - II Śniadanie | Obiad - Podwieczorek | Kolacja - Posiłek nocny |
| piątek 2024-04-05 | | |
| Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa | | |
| Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ,</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 , Ser żółty 50 g (<u>MLE,</u>), Miód (25g) 1 szt, Jabłko 1 szt 1 szt , | Dyniowa z makaronem* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemiaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba smażona (Morszczuk) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>), Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () b/c 100 g , Szpinak gotowany 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 , Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 80 g (<u>JAJ, GOR,</u>), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g , |
| | | Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2411.59 kcal; Białko ogółem: 107 g; Tłuszcz: 75.69g; Kw. tł. nasy.: 20.58 g; Węglowodany ogółem: 342.61 g; W tym cukry: 68.09 g; Błonnik pok.: 33.86 g; Sól: 8.8 g; WW: 30.92 Por; : 17.75 %; : 51.21 %; Ener. z T: 28.25 %; Ener. z Bł.: 2.81 %; K: 5155.13 mg;

| | | |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| piątek 2024-04-05 | | |
| Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów | | |
| Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ,</u>), Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE,</u>), Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g , | Dyniowa z makaronem* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemiaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba gotowana (Morszczuk) 80 g (<u>RYB,</u>), Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () b/c 100 g , Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml , | Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 80 g (<u>JAJ, GOR,</u>), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g , |
| II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>), | Podwieczorek: Kanapka z serem żółtym i sałata (chleb razowy 60g, tłuszcz do smarowania 5g, ser żółty 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), | Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2276.13 kcal; Białko ogółem: 125.28g; Tłuszcz: 63.7 g; Kw. tł. nasy.: 17.09 g; Węglowodany ogółem: 319.73 g; W tym cukry: 54.8 g; Błonnik pok.: 37.2 g; Sól: 8.63 g; WW: 28.38 Por; : 22.02 %; : 49.65 %; Ener. z T: 25.19 %; Ener. z Bł.: 3.27 %; K: 5815.06 mg;

| | | |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| piątek 2024-04-05 | | |
| Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna | | |
| Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ,</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt , Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE,</u>), Miód (25g) 1 szt , Jabłko 1 szt 1 szt , | Dyniowa z makaronem* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemiaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba gotowana (Morszczuk) 80 g (<u>RYB,</u>), Szpinak gotowany z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml , | Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g , |
| | | Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2142.91 kcal; Białko ogółem: 102.41 g; Tłuszcz: 49.17 g; Kw. tł. nasy.: 11.95 g; Węglowodany ogółem: 335.11 g; W tym cukry: 67.08 g; Błonnik pok.: 25.03 g; Sól: 6.58 g; WW: 31.09 Por; : 19.12 %; : 57.88 %; Ener. z T: 20.65 %; Ener. z Bł.: 2.34 %; K: 4963.11 mg;

| | | |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| piątek 2024-04-05 | | |
| Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu | | |
| Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ,</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE,</u>), Miód (25g) 1 szt , Jabłko pieczone 1szt. 1 szt , | Dyniowa z makaronem* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemiaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba gotowana (Morszczuk) 80 g (<u>RYB,</u>), Szpinak gotowany z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml , | Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z białek z koperkiem 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>), Sałatka z pomidorów i koperku b/skórki 100 g , |
| | | Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2160.48 kcal; Białko ogółem: 108.79 g; Tłuszcz: 48.31 g; Kw. tł. nasy.: 12.17 g; Węglowodany ogółem: 335.02 g; W tym cukry: 66.8 g; Błonnik pok.: 25.03 g; Sól: 6.75 g; WW: 31.05 Por; : 20.14 %; : 57.39 %; Ener. z T: 20.13 %; Ener. z Bł.: 2.32 %; K: 5020.71 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| piątek 2024-04-05 | | Jadłospis dla diety: PUŁ- GL Bezglutenowa |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Płatki kukurydziane na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb bezglutenowy 100 g , Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt , Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>), Miód (25g) 1 szt , Jabłko 1 szt 1 szt , | Dyniowa z makaronem (bez glutenu)* 400 ml (<u>MLE, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba gotowana (Morszczuk) 80 g (<u>RYB</u>), Szpinak gotowany z olejem (bez glutenu)* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml , | Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb bezglutenowy 100 g , Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE</u>), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g , |
| | | Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2034.92 kcal; Białko ogółem: 78.35 g; Tłuszcz: 54.98 g; Kw. tł. nasy.: 11.19 g; Węglowodany ogółem: 312.08 g; W tym cukry: 58.99 g; Błonnik pok.: 20.52 g; Sól: 4.53 g; WW: 29.2 Por; : 15.4 %; : 57.31 %; Ener. z T: 24.31 %; Ener. z Bł.: 2.02 %; K: 4380.31 mg;

| piątek 2024-04-05 | | Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt , Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ</u>), Miód (25g) 1 szt , Jabłko pieczone 1szt. 1 szt , | Dyniowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba gotowana (Morszczuk) 80 g (<u>RYB</u>), Szpinak gotowany z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml , | Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z jaj z koperkiem -dieta (bez mleka) 80 g (<u>JAJ</u>), Sałatka z pomidorów i koperku b/skórki 100 g , |
| | | Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1920.31 kcal; Białko ogółem: 81.47 g; Tłuszcz: 45.8 g; Kw. tł. nasy.: 9.82 g; Węglowodany ogółem: 307.68 g; W tym cukry: 42.09 g; Błonnik pok.: 25.96 g; Sól: 7.2 g; WW: 28.26 Por; : 16.97 %; : 58.68 %; Ener. z T: 21.47 %; Ener. z Bł.: 2.7 %; K: 4072.69 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: SZPITAL PUŁAWY | | |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie - II Śniadanie | Obiad - Podwieczorek | Kolacja - Posiłek nocny |
| sobota 2024-04-06 | | |
| Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa | | |
| Ryż na mleku/p 400 ml (MLE₁), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE₁), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Parówki cieszynki-węd. wp. homog. wędz. parz 80 g (SOJ, SEL₁), Musztarda 10 g (GOR₁), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i słonecznikiem z olejem* 80 g , Sałata zielona 20 g , | Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, SEL₁), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JEĆZ₁), Wątróbka wieprzowa duszona w sosie własnym 180 g (GLU PSZ₁), Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g , Fasolka szparagowa z wody* 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml , | Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT₁), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ₁), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 50 g (MLE₁), Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ₁), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g , |
| | | Posiłek nocny: Mandarynka 2 szt , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2418.63 kcal; Białko ogółem: 108.3 g; Tłuszcz: 78.96 g; Kw. tł. nasy.: 16.08 g; Węglowodany ogółem: 335.4 g; W tym cukry: 56.11 g; Błonnik pok.: 35.6 g; Sól: 10.02 g; WW: 30.11 Por; : 17.91 %; : 49.58 %; Ener. z T: 29.38 %; Ener. z Bł.: 2.94 %; K: 4028.73 mg;

| | | |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| sobota 2024-04-06 | | |
| Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów | | |
| Ryż pełnoziarnisty na mleku/p 400 ml (MLE₁), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (GLU PSZ₁), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ₁), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Szynka Familijna wieprzowa, z dodatkiem wody i białka wp z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE₁), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i słonecznikiem z olejem* 80 g , Sałata zielona 20 g , | Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, SEL₁), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JEĆZ₁), Gulasz wieprzowy- dieta 180 g (GLU PSZ₁), Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g , Fasolka szparagowa z wody* 100 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml , | Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (GLU PSZ₁), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 50 g (MLE₁), Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ₁), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g , |
| II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml , | Podwieczorek: Chleb Graham 25 g (GLU PSZ₁), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 0.50 szt, Twarożek 30 g (MLE₁), Pomidor 15 g , | Posiłek nocny: Mandarynka 2 szt , Migdały 10 g (ORZ₁), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2449.07 kcal; Białko ogółem: 119.22 g; Tłuszcz: 68.7 g; Kw. tł. nasy.: 13.46 g; Węglowodany ogółem: 358.72 g; W tym cukry: 70.04 g; Błonnik pok.: 44.1 g; Sól: 9.08 g; WW: 31.56 Por; : 19.47 %; : 51.39 %; Ener. z T: 25.25 %; Ener. z Bł.: 3.6 %; K: 4628.03 mg;

| | | |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| sobota 2024-04-06 | | |
| Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna | | |
| Ryż na mleku/p 400 ml (MLE₁), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT₁), Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE₁), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt , Szynka Familijna wieprzowa, z dodatkiem wody i białka wp z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE₁), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i olejem* 80 g , Sałata zielona 20 g , | Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (MLE, SEL₁), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JEĆZ₁), Gulasz wieprzowy-dieta 180 g (GLU PSZ₁), Fasolka szparagowa z wody* 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 , Serek homo. naturalny 50 g (MLE₁), Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ₁), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g , |
| | | Posiłek nocny: Mandarynka 2 szt , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2106.61 kcal; Białko ogółem: 97.52 g; Tłuszcz: 52.79 g; Kw. tł. nasy.: 11.86 g; Węglowodany ogółem: 323.98 g; W tym cukry: 57.17 g; Błonnik pok.: 29.58 g; Sól: 7.4 g; WW: 29.57 Por; : 18.52 %; : 55.9 %; Ener. z T: 22.55 %; Ener. z Bł.: 2.81 %; K: 3985.63 mg;

| | | |
|---------------------------------------------------------------------------|--|--|
| sobota 2024-04-06 | | |
| Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu | | |

Jadłospisy dla oddziałów

| | | |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Ryż na mleku/p 400 ml (MLE), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT), Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLUPSZ, SOJ, MLE), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Szyntka Familijna wieprzowa, z dodatkiem wody i białka wp z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i olejem* 80 g , Sałata zielona 20 g , | Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (MLE, SEL), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ), Gulasz wieprzowy-dieta 180 g (GLU PSZ), Buraczki gotowane () 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml , | Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 50 g (MLE), Szyntka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g , |
| | | Posiłek nocny: Banan 1szt. 1 szt , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2190.45 kcal; Białko ogółem: 98.31 g; Tłuszcz: 46.96 g; Kw. tł. nasy.: 10.71 g; Węglowodany ogółem: 357.2 g; W tym cukry: 88.49 g; Błonnik pok.: 29.79 g; Sól: 7.39 g; WW: 32.81 Por; : 17.95 %; : 59.79 %; Ener. z T: 19.3 %; Ener. z Bł.: 2.72 %; K: 4739.58 mg;

| sobota 2024-04-06 Jadłospis dla diety: PUŁ- GL Bezglutenowa | | |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Ryż na mleku/p 400 ml (MLE), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb bezglutenowy 100 g , Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 50 g , Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i olejem* 80 g , Sałata zielona 20 g , | Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (MLE, SEL), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Gulasz wieprzowy (bez glutenu) 180 g , Buraczki gotowane () 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml , | Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb bezglutenowy 100 g , Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 50 g (MLE), Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 40 g (SEL), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g , |
| | | Posiłek nocny: Mandarynka 2 szt , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2176.04 kcal; Białko ogółem: 88.77 g; Tłuszcz: 64.53 g; Kw. tł. nasy.: 12.63 g; Węglowodany ogółem: 320.56 g; W tym cukry: 69.33 g; Błonnik pok.: 26.55 g; Sól: 2.87 g; WW: 29.37 Por; : 16.32 %; : 54.04 %; Ener. z T: 26.69 %; Ener. z Bł.: 2.44 %; K: 5836.19 mg;

| sobota 2024-04-06 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna | | |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Ryż 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 2 szt , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i olejem* 80 g , Sałata zielona 20 g , | Selerowa z ziemniakami (bez mleka)*() 400 ml (SEL), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ), Gulasz wieprzowy-dieta 180 g (GLU PSZ), Buraczki gotowane () 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml , | Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Szyntka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g , |
| | | Posiłek nocny: Mandarynka 2 szt , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2006.64 kcal; Białko ogółem: 77.43 g; Tłuszcz: 55.12 g; Kw. tł. nasy.: 13.13 g; Węglowodany ogółem: 314.67 g; W tym cukry: 52.07 g; Błonnik pok.: 31.78 g; Sól: 6.97 g; WW: 28.3 Por; : 15.43 %; : 56.39 %; Ener. z T: 24.72 %; Ener. z Bł.: 3.17 %; K: 3758.41 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: SZPITAL PUŁAWY | | |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie - II Śniadanie | Obiad - Podwieczorek | Kolacja - Posiłek nocny |
| niedziela 2024-04-07 | | |
| Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa | | |
| Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW,), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 80 g (MLE,), Papryka świeża 80 g , Sałata zielona 20 g , | Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL,), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 120 g , Surówka Colesław b/c () 100 g (JAJ, MLE, GOR,), Brokuł gotowany* 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml , | Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g , |
| | | Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE,), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2027.62 kcal; Białko ogółem: 105.57 g; Tłuszcz: 57.63 g; Kw. tł. nasy.: 14.74 g; Węglowodany ogółem: 284.26 g; W tym cukry: 57.37 g; Błonnik pok.: 28.07 g; Sól: 6.89 g; WW: 25.71 Por; : 20.83 %; : 50.54 %; Ener. z T: 25.58 %; Ener. z Bt.: 2.77 %; K: 4421.62 mg;

| | | |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| niedziela 2024-04-07 | | |
| Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów | | |
| Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW,), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 80 g (MLE,), Papryka świeża 80 g , Sałata zielona 20 g , | Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL,), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 120 g , Surówka Colesław b/c () 100 g (JAJ, MLE, GOR,), Brokuł gotowany* 100 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml , | Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g , |
| II Śniadanie: Surówka z marchwi i jabłka b/c () 150 g (MLE,), | Podwieczorek: Koktajl wieloowocowy* b/c 200 ml (MLE,), | Posiłek nocny: Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE,), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2189.59 kcal; Białko ogółem: 122.62 g; Tłuszcz: 65.71 g; Kw. tł. nasy.: 19.47 g; Węglowodany ogółem: 297.19 g; W tym cukry: 67.86 g; Błonnik pok.: 38.54 g; Sól: 7.34 g; WW: 25.93 Por; : 22.4 %; : 47.25 %; Ener. z T: 27.01 %; Ener. z Bt.: 3.52 %; K: 5792.3 mg;

| | | |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| niedziela 2024-04-07 | | |
| Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna | | |
| Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW,), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt , Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (MLE,), Sałata zielona 20 g , Jabłko 1 szt 1 szt , | Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL,), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 120 g , Brokuł gotowany* 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 , Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g , |
| | | Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE,), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2129.38 kcal; Białko ogółem: 107.19 g; Tłuszcz: 60.14 g; Kw. tł. nasy.: 15.61 g; Węglowodany ogółem: 300.92 g; W tym cukry: 65.56 g; Błonnik pok.: 22.27 g; Sól: 5.91 g; WW: 27.86 Por; : 20.13 %; : 52.34 %; Ener. z T: 25.42 %; Ener. z Bt.: 2.09 %; K: 4287.57 mg;

| | | |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| niedziela 2024-04-07 | | |
| Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu | | |
| Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW,), 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 twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (MLE,), Sałata zielona 20 g , Jabłko pieczone 1szt. 1 szt , | Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL,), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 120 g , Brokuł gotowany* 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 , Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,), Sałatka z pomidorów i koperku b/skórki 100 g , |

Jadłospisy dla oddziałów

| | | |
|--|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| | | Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać:</u> <u>MLE</u>), |
|--|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2076.28 kcal; Białko ogółem: 107.19 g; Tłuszcz: 54.24 g; Kw. tł. nasy.: 14.31 g; Węglowodany ogółem: 300.92 g; W tym cukry: 65.56 g; Błonnik pok.: 22.27 g; Sól: 5.89 g; WW: 27.86 Por.; : 20.65 %; : 53.68 %; Ener. z T: 23.51 %; Ener. z Bł.: 2.15 %; K: 4287.57 mg;

| | |
|-----------------------------|--------------------------------------------------|
| niedziela 2024-04-07 | Jadłospis dla diety: PUŁ- GL Bezglutenowa |
|-----------------------------|--------------------------------------------------|

| | | |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Płatki kukurydziane na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb bezglutenowy 100 g , Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt , Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (<u>MLE</u>), Sałata zielona 20 g , Jabłko 1 szt 1 szt , | Rosół z makaronem (bez glutenu)* 400 ml (<u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 120 g , Brokuł gotowany* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml , | Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb bezglutenowy 100 g , Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Filet z kurczaka gotowany 50 g , Sałatka z pomidorów i koperku 100 g , |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

| | | |
|--|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| | | Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać:</u> <u>MLE</u>), |
|--|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2109.02 kcal; Białko ogółem: 96.94 g; Tłuszcz: 64.27 g; Kw. tł. nasy.: 14.66 g; Węglowodany ogółem: 290.5 g; W tym cukry: 65.06 g; Błonnik pok.: 18.99 g; Sól: 3.49 g; WW: 27.13 Por.; : 18.39 %; : 51.49 %; Ener. z T: 27.43 %; Ener. z Bł.: 1.8 %; K: 4210.98 mg;

| | |
|-----------------------------|------------------------------------------------|
| niedziela 2024-04-07 | 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>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt , Szynga Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona 20 g , Jabłko pieczone 1szt. 1 szt , | Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 120 g , Brokuł gotowany* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml , | Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ</u>), Sałatka z pomidorów i koperku b/skórki 100 g , |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

| | | |
|--|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| | | Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać:</u> <u>MLE</u>), |
|--|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1959.86 kcal; Białko ogółem: 87.24 g; Tłuszcz: 56.42 g; Kw. tł. nasy.: 13.18 g; Węglowodany ogółem: 285.37 g; W tym cukry: 46.93 g; Błonnik pok.: 22.8 g; Sól: 6.76 g; WW: 26.21 Por.; : 17.8 %; : 53.59 %; Ener. z T: 25.91 %; Ener. z Bł.: 2.33 %; K: 3619.85 mg;