

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2024-04-29</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa</b>		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml ( <b>MLE, GLU JECZ.</b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ), Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</b> ), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,	Brokułowa z ryżem * 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Gulasz warzywny z ciecierzycą * 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ), Surówka z marchwi b/c () 150 g ( <b>MLE.</b> ), Gruszka 1szt. 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ), Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szprot w sosie pomidorowym 40 g ( <b>RYB, SEL.</b> ), Twaróg półtłusty 40 g ( <b>MLE.</b> ), Sałata zielona 20 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2028.67 kcal; Białko ogółem: 75.29 g; Tłuszcz: 39.78 g; Kw. tł. nasy.: 10.44 g; Węglowodany ogółem: 361.11 g; W tym cukry: 61.98 g; Błonnik pok.: 37.85 g; Sól: 10.95 g; WW: 32.32 Por; : 14.84 %; : 838.25 %; Ener. z T: 17.65 %; Ener. z Bł.: 3.73 %; K: 4124.38 mg;

<b>poniedziałek 2024-04-29</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml ( <b>MLE, GLU JECZ.</b> ), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 120 g ( <b>GLU PSZ.</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</b> ), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,	Brokułowa z ryżem * 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Gulasz warzywny z ciecierzycą * 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ), Surówka z marchwi b/c () 150 g ( <b>MLE.</b> ), Gruszka 1szt. 150 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE.</b> ), Sałata zielona 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> Smoothie (jabłko, szpinak) 200 g ,	<b>Podwieczorek:</b> Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ),	<b>Posiłek nocny:</b> Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml , Orzechy włoskie łuskane 10 g ( <b>ORZ.</b> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2005.3 kcal; Białko ogółem: 83.38 g; Tłuszcz: 46.96 g; Kw. tł. nasy.: 10.77 g; Węglowodany ogółem: 333.69 g; W tym cukry: 58.16 g; Błonnik pok.: 42.09 g; Sól: 9.83 g; WW: 29.2 Por; : 16.63 %; : 931.41 %; Ener. z T: 21.07 %; Ener. z Bł.: 4.2 %; K: 4714.99 mg;

<b>poniedziałek 2024-04-29</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna</b>		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml ( <b>MLE, GLU JECZ.</b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt , Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</b> ), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,	Brokułowa z ryżem * 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL.</b> ), Surówka z marchwi () drobno tarta b/c 150 g ( <b>MLE.</b> ), Banan 120 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE.</b> ), Sałata zielona 20 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1954.94 kcal; Białko ogółem: 75.49 g; Tłuszcz: 44.59 g; Kw. tł. nasy.: 11.22 g; Węglowodany ogółem: 328.38 g; W tym cukry: 73.27 g; Błonnik pok.: 28.18 g; Sól: 8.88 g; WW: 30.12 Por; : 15.45 %; : 859 %; Ener. z T: 20.53 %; Ener. z Bł.: 2.88 %; K: 4493.28 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-04-29	Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu	
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>GLU JĘCZ.</u> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLUPSZ.</u> ), Tłuszcz do smarowania 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 ,	Brokułowa z ryżem * 400 ml ( <u>MLE. SEL.</u> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 200 g , Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g ( <u>GLU PSZ. SOJ. SEL.</u> ), Cukinia gotowana z pomidorami* 150 g , Banan 120 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 smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g ( <u>MLE.</u> ), Sałata zielona 20 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1938.19 kcal; Białko ogółem: 75.38 g; Tłuszcz: 44.6 g; Kw. tł. nasy.: 9.53 g; Węglowodany ogółem: 320.98 g; W tym cukry: 70.9 g; Błonnik pok.: 22.55 g; Sól: 9.19 g; WW: 29.93 Por; : 15.56 %; : 869.94 %; Ener. z T: 20.71 %; Ener. z Bł.: 2.33 %; K: 4280.14 mg;

poniedziałek 2024-04-29	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 smarowania 59% tł. 10g 2 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ), Pomidor b/skórki 90 g , Roszponka 10 g ,	Brokułowa z ryżem (bez mleka) * 400 ml ( <u>SEL.</u> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 200 g , Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g ( <u>GLU PSZ. SOJ. SEL.</u> ), Surówka z marchwi ( ) drobno tarta (z olejem) 150 g , Banan 120 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 smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g ( <u>SOJ.</u> ), Sałata zielona 20 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1880.65 kcal; Białko ogółem: 59.03 g; Tłuszcz: 50.1 g; Kw. tł. nasy.: 9.03 g; Węglowodany ogółem: 313.99 g; W tym cukry: 56.48 g; Błonnik pok.: 29.02 g; Sól: 9.38 g; WW: 28.52 Por; : 12.55 %; : 891.32 %; Ener. z T: 23.98 %; Ener. z Bł.: 3.09 %; K: 3861.89 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>wtorek 2024-04-30</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa</b>		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE<sub>1</sub></u> ), Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ<sub>1</sub></u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyunka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g ( <u>SOJ<sub>1</sub></u> ), Sałata zielona 20 g , Talarki z marchewki 80 g ,	Pieczarkowa z ziemniakami * () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL<sub>1</sub></u> ), Makaron pełnoziarnisty 200 g ( <u>GLU PSZ<sub>1</sub></u> ), Szyunka wieprzowa pieczona 80 g , Sos szpinakowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ<sub>1</sub></u> ), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g , Dynia duszona z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ<sub>1</sub></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<sub>1</sub></u> ), Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ<sub>1</sub></u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyunka wiśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g ( <u>SOJ<sub>1</sub></u> ), Sałatka z pomidora i ogórka z cebulą 80 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Jabłko 150 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1899.47 kcal; Białko ogółem: 91.98 g; Tłuszcz: 39.07 g; Kw. tł. nasy.: 8.67 g; Węglowodany ogółem: 302.9 g; W tym cukry: 56.29 g; Błonnik pok.: 32.71 g; Sól: 7.92 g; WW: 27.04 Por; : 19.37 %; : 687.97 %; Ener. z T: 18.51 %; Ener. z Bt.: 3.44 %; K: 3769.68 mg;

<b>wtorek 2024-04-30</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml ( <u>MLE, GLU JĘCZ<sub>1</sub></u> ), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ<sub>1</sub></u> ), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ<sub>1</sub></u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyunka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g ( <u>SOJ<sub>1</sub></u> ), Sałata zielona 20 g , Talarki z marchewki 80 g ,	Pieczarkowa z ziemniakami * () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL<sub>1</sub></u> ), Makaron pełnoziarnisty 200 g ( <u>GLU PSZ<sub>1</sub></u> ), Szyunka wieprzowa gotowana 100 g , Sos szpinakowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ<sub>1</sub></u> ), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ<sub>1</sub></u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyunka wiśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g ( <u>SOJ<sub>1</sub></u> ), Sałatka z pomidora i ogórka z cebulą 80 g ,
<b>II Śniadanie:</b> Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ),	<b>Podwieczorek:</b> Warzywa pieczone 100 g , Dip ziołowy 10 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ),	<b>Posiłek nocny:</b> Kanapka z twarożkiem i sałatą (chleb razowy 60g, tłuszcz 5g, twarożek 25g, sałata 5g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE<sub>1</sub></u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2133.76 kcal; Białko ogółem: 113.32 g; Tłuszcz: 57.4 g; Kw. tł. nasy.: 12.52 g; Węglowodany ogółem: 305.56 g; W tym cukry: 42.08 g; Błonnik pok.: 38.76 g; Sól: 8.55 g; WW: 26.74 Por; : 21.24 %; : 719.5 %; Ener. z T: 24.21 %; Ener. z Bt.: 3.63 %; K: 4349.91 mg;

<b>wtorek 2024-04-30</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna</b>		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></u> ), Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE<sub>1</sub></u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt , Szyunka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g ( <u>SOJ<sub>1</sub></u> ), Sałata zielona 20 g , Talarki z marchewki 80 g ,	Solferino * () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL<sub>1</sub></u> ), Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ<sub>1</sub></u> ), Szyunka wieprzowa gotowana 100 g , Sos szpinakowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ<sub>1</sub></u> ), Dynia duszona z olejem* 150 g ( <u>GLU PSZ<sub>1</sub></u> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ<sub>1</sub></u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyunka wiśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g ( <u>SOJ<sub>1</sub></u> ), Sałatka z pomidora i sałaty lodowej 100 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Jabłko 150 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2089.35 kcal; Białko ogółem: 97.4 g; Tłuszcz: 47.94 g; Kw. tł. nasy.: 10.59 g; Węglowodany ogółem: 325.67 g; W tym cukry: 58.99 g; Błonnik pok.: 23.99 g; Sól: 7.59 g; WW: 30.17 Por; : 18.65 %; : 763.98 %; Ener. z T: 20.65 %; Ener. z Bt.: 2.3 %; K: 3876.14 mg;

<b>wtorek 2024-04-30</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu</b>		



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>środa 2024-05-01</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa</b>		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ), Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g ( <b>MLE.</b> ), Szyńka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 30 g ( <b>GLU PSZ,</b> <b>SOJ.</b> ), Kiwi (g) 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Zupa z soczewicy i ziemniakami (*) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ), Sos jarzynowy * 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ), Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g ( <b>GOR.</b> ), Buraczki oprószone () b/c 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ), Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ,</b> <b>MLE, SEL.</b> ), Papryka świeża 90 g , Rukola 10 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Przecier owocowy jabłko-morela 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> ),

**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 %; : 840.97 %; Ener. z T: 19.18 %; Ener. z Bł.: 3.24 %; K: 4989.02 mg;

środa 2024-05-01		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g ( <b>MLE.</b> ), Szyńka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> ), Kiwi (g) 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Zupa z soczewicy i ziemniakami (*) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ), Sos jarzynowy * 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ), Sałatka szwedzka z olejem b/c 150 g ( <b>GOR.</b> ), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE,</b> <b>SEL.</b> ), Papryka świeża 90 g , Rukola 10 g ,
<b>II Śniadanie:</b> Budyń o smaku śmietankowym z chipsami kokosowymi b/c 200 ml ( <b>MLE, SOJ.</b> ),	<b>Podwieczorek:</b> Sałatka z brokułu, oleju i koperku 100 g ,	<b>Posiłek nocny:</b> Kanapka z jajkiem i sałatą (chleb razowy 60g, tłuszcz 5g, jajko 25g, sałata 5g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ),

**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 %; : 1046.82 %; Ener. z T: 24.49 %; Ener. z Bł.: 3.36 %; K: 5702.29 mg;

środa 2024-05-01		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g ( <b>MLE.</b> ), Szyńka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 30 g ( <b>GLU PSZ,</b> <b>SOJ.</b> ), Banan 120 g , Sałata zielona 20 g ,	Grycikowa * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ), Sos jarzynowy * 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ), Buraczki oprószone () 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ,</b> <b>MLE, SEL.</b> ), Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Przecier owocowy jabłko-morela 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1977.67 kcal; Białko ogółem: 83.3 g; Tłuszcz: 38.08 g; Kw. tł. nasy.: 8.66 g; Węglowodany ogółem: 335.1 g; W tym cukry: 79.9 g; Błonnik pok.: 21.8 g; Sól: 6.2 g; WW: 31.35 Por; : 16.85 %; : 835.34 %; Ener. z T: 17.33 %; Ener. z Bł.: 2.21 %; K: 4226.6 mg;

środa 2024-05-01		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ.</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g ( <b>MLE.</b> ), Szyńka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 30 g ( <b>GLU PSZ,</b> <b>SOJ.</b> ), Banan 120 g , Sałata zielona 20 g ,	Grycikowa * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ), Sos jarzynowy * 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ), Buraczki oprószone () 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ,</b> <b>MLE, SEL.</b> ), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,

## Jadłospisy dla oddziałów

		<b>Posiłek nocny:</b> Przecier owocowy jabłko-morela 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE,</b> ),
--	--	--

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1979.12 kcal; Białko ogółem: 85.05 g; Tłuszcz: 32.48 g; Kw. tł. nasy.: 7.41 g; Węglowodany ogółem: 346.49 g; W tym cukry: 80.04 g; Błonnik pok.: 22.13 g; Sól: 6.36 g; WW: 32.46 Por; : 17.19 %; : 849.69 %; Ener. z T: 14.77 %; Ener. z Bł.: 2.24 %; K: 4239.33 mg;

środa 2024-05-01	Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna	
Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 400 ml ( <b>SEL</b> , <b>GLU OW</b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt , Szynka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ</b> ), Banan 120 g , Sałata zielona 20 g ,	Grysikowa * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ), Sos jarzynowy * 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ), Buraczki oprószone ( ) 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 40 g ( <b>SOJ</b> ), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1861.18 kcal; Białko ogółem: 65.31 g; Tłuszcz: 42.01 g; Kw. tł. nasy.: 10.24 g; Węglowodany ogółem: 317.92 g; W tym cukry: 67.87 g; Błonnik pok.: 22.1 g; Sól: 6.07 g; WW: 29.6 Por; : 14.04 %; : 880.13 %; Ener. z T: 20.31 %; Ener. z Bł.: 2.38 %; K: 3661.87 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>czwartek 2024-05-02</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa</b>		
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 smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 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 smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Tyrolska kiełbasa wieprzowa drobno rozdrobniona 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ,</u> ), Sałatka jarzynowa z olejem* 150 g ( <u>SEL,</u> ), Sałata zielona 20 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2388.6 kcal; Białko ogółem: 94.68 g; Tłuszcz: 70.39 g; Kw. tł. nasy.: 14.53 g; Węglowodany ogółem: 361.47 g; W tym cukry: 47 g; Błonnik pok.: 37.7 g; Sól: 6.32 g; WW: 32.44 Por; : 15.85 %; : 722.91 %; Ener. z T: 26.52 %; Ener. z Bł.: 3.16 %; K: 4610.86 mg;

<b>czwartek 2024-05-02</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>		
Makaron pełnoziarnisty na mleku/p 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ,</u> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 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 smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Tyrolska kiełbasa wieprzowa drobno rozdrobniona 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ,</u> ), Sałatka jarzynowa z olejem* 150 g ( <u>SEL,</u> ), Sałata zielona 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, tłuszcz do smarowania 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ,</u> ),	<b>Podwieczorek:</b> Koktajl z jagód * b/c 250 g ( <u>MLE,</u> ),	<b>Posiłek nocny:</b> 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: 2716.19 kcal; Białko ogółem: 116.94 g; Tłuszcz: 87.39 g; Kw. tł. nasy.: 22.82 g; Węglowodany ogółem: 391.9 g; W tym cukry: 56.2 g; Błonnik pok.: 56.4 g; Sól: 8.53 g; WW: 33.67 Por; : 17.22 %; : 893.19 %; Ener. z T: 28.96 %; Ener. z Bł.: 4.15 %; K: 5746.34 mg;

<b>czwartek 2024-05-02</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna</b>		
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 smarowania 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 smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Tyrolska kiełbasa wieprzowa drobno rozdrobniona 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ,</u> ), Sałatka jarzynowa z olejem* 150 g ( <u>SEL,</u> ), Sałata zielona 20 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2500.58 kcal; Białko ogółem: 96.85 g; Tłuszcz: 74.9 g; Kw. tł. nasy.: 14.96 g; Węglowodany ogółem: 374.77 g; W tym cukry: 49.71 g; Błonnik pok.: 31.86 g; Sól: 5.97 g; WW: 34.29 Por; : 15.49 %; : 767.68 %; Ener. z T: 26.96 %; Ener. z Bł.: 2.55 %; K: 4539.78 mg;

<b>czwartek 2024-05-02</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu</b>		
Zacierka na mleku/p 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ), 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 smarowania 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 smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Tyrolska kiełbasa wieprzowa drobno rozdrobniona 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ,</u> ), Sałatka jarzynowa z olejem* 150 g ( <u>SEL,</u> ), Sałata zielona 20 g ,

## Jadłospisy dla oddziałów

		<b>Posiłek nocny:</b> Drożdżówka mini 50g 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ),
--	--	--

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2446.75 kcal; Białko ogółem: 96.82 g; Tłuszcz: 69 g; Kw. tł. nasy.: 13.66 g; Węglowodany ogółem: 374.6 g; W tym cukry: 49.6 g; Błonnik pok.: 31.82 g; Sól: 5.94 g; WW: 34.28 Por; : 15.83 %; : 765.35 %; Ener. z T: 25.38 %; Ener. z Bł.: 2.6 %; K: 4528.9 mg;

<b>czwartek 2024-05-02</b>	<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna</b>	
----------------------------	--	--

Zacierka na wywarze jarzynowym 400 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt , Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g ( <b>SOJ.</b> ), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,	Ziemniaczana *(bez mleka) () 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ), Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 400 g ( <b>SEL.</b> ), Sos pomidorowy 80 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ), Seler z pietruszką gotowany z olejem () 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Tyrolska kiełbasa wieprzowa drobno rozdrobniona 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> ), Sałatka jarzynowa z olejem* 150 g ( <b>SEL.</b> ), Sałata zielona 20 g ,
---	--	--

		<b>Posiłek nocny:</b> Drożdżówka mini 50g 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ),
--	--	--

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2275.39 kcal; Białko ogółem: 76.6 g; Tłuszcz: 70.51 g; Kw. tł. nasy.: 12.85 g; Węglowodany ogółem: 349.18 g; W tym cukry: 30.6 g; Błonnik pok.: 33.24 g; Sól: 6.36 g; WW: 31.57 Por; : 13.46 %; : 742.63 %; Ener. z T: 27.89 %; Ener. z Bł.: 2.92 %; K: 3864.17 mg;



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>piątek 2024-05-03      Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa</b>		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE<sub>1</sub></b> ), Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ<sub>1</sub></b> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></b> ), Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ<sub>1</sub></b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Ser żółty 50 g ( <b>MLE<sub>1</sub></b> ), Miód (25g) 1 szt , Jabłko 150 g ,	Dyniowa z makaronem* 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL<sub>1</sub></b> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba smażona (Morszczuk) 90 g ( <b>GLUPSZ, JAJ, RYB<sub>1</sub></b> ), Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () b/c 100 g , Szpinak gotowany z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ<sub>1</sub></b> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></b> ), Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ<sub>1</sub></b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ<sub>1</sub></b> ), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2350.88 kcal; Białko ogółem: 101.47 g; Tłuszcz: 67.56 g; Kw. tł. nasy.: 19.39 g; Węglowodany ogółem: 350.15 g; W tym cukry: 77.48 g; Błonnik pok.: 30.89 g; Sól: 7.23 g; WW: 31.89 Por; : 17.27 %; : 751.69 %; Ener. z T: 25.87 %; Ener. z Bł.: 2.63 %; K: 4446.92 mg;

<b>piątek 2024-05-03      Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE<sub>1</sub></b> ), Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ<sub>1</sub></b> ), Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ<sub>1</sub></b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twaróg półtłusty 80 g ( <b>MLE<sub>1</sub></b> ), Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Dyniowa z makaronem* 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL<sub>1</sub></b> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba gotowana (Morszczuk) 80 g ( <b>RYB<sub>1</sub></b> ), Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () b/c 100 g , Szpinak gotowany z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ<sub>1</sub></b> ), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ<sub>1</sub></b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ<sub>1</sub></b> ), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g ,
<b>II Śniadanie:</b> Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <b>MLE<sub>1</sub></b> ),	<b>Podwieczorek:</b> Kanapka z serem żółtym i sałata (chleb razowy 60g, tłuszcz do smarowania 5g, ser żółty 25g, sałata 5g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE<sub>1</sub></b> ),	<b>Posiłek nocny:</b> Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2215.43 kcal; Białko ogółem: 119.76 g; Tłuszcz: 55.57 g; Kw. tł. nasy.: 15.9 g; Węglowodany ogółem: 327.27 g; W tym cukry: 64.19 g; Błonnik pok.: 34.22 g; Sól: 7.06 g; WW: 29.35 Por; : 21.62 %; : 810.88 %; Ener. z T: 22.58 %; Ener. z Bł.: 3.09 %; K: 5106.85 mg;

<b>piątek 2024-05-03      Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna</b>		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE<sub>1</sub></b> ), Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ<sub>1</sub></b> ), Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ<sub>1</sub></b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt , Twaróg półtłusty 50 g ( <b>MLE<sub>1</sub></b> ), Miód (25g) 1 szt , Jabłko 150 g ,	Dyniowa z makaronem* 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL<sub>1</sub></b> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba gotowana (Morszczuk) 80 g ( <b>RYB<sub>1</sub></b> ), Szpinak gotowany z olejem* 150 g ( <b>GLU PSZ<sub>1</sub></b> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ<sub>1</sub></b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ<sub>1</sub></b> ), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2119.69 kcal; Białko ogółem: 96.4 g; Tłuszcz: 45.56 g; Kw. tł. nasy.: 10.88 g; Węglowodany ogółem: 342.35 g; W tym cukry: 76.54 g; Błonnik pok.: 22.25 g; Sól: 5.17 g; WW: 32.02 Por; : 18.19 %; : 807.42 %; Ener. z T: 19.35 %; Ener. z Bł.: 2.1 %; K: 4230.57 mg;

<b>piątek 2024-05-03      Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu</b>		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE<sub>1</sub></b> ), Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ<sub>1</sub></b> ), Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ<sub>1</sub></b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twaróg półtłusty 50 g ( <b>MLE<sub>1</sub></b> ), Miód (25g) 1 szt , Jabłko pieczone 150 g ,	Dyniowa z makaronem* 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL<sub>1</sub></b> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba gotowana (Morszczuk) 80 g ( <b>RYB<sub>1</sub></b> ), Szpinak gotowany z olejem* 150 g ( <b>GLU PSZ<sub>1</sub></b> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ<sub>1</sub></b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 80 g ( <b>MLE<sub>1</sub></b> ), Sałatka z pomidorów i koperku b/skórki 100 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt ,

## Jadłospisy dla oddziałów

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2069.39 kcal; Białko ogółem: 101.35 g; Tłuszcz: 36.81 g; Kw. tł. nasy.: 8.08 g; Węglowodany ogółem: 344.45 g; W tym cukry: 76.54 g; Błonnik pok.: 22.25 g; Sól: 5 g; WW: 32.26 Por; : 19.59 %; : 770.71 %; Ener. z T: 16.01 %; Ener. z Bł.: 2.15 %; K: 4164.07 mg;

piątek 2024-05-03		Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna
Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt, Szyńka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g ( <b>SOJ</b> ), Miód (25g) 1 szt, Jabłko pieczone 150 g,	Dyniowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Ryba gotowana (Morszczuk) 80 g ( <b>RYB</b> ), Szpinak gotowany z olejem* 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ), Sałatka z pomidorów i koperku b/skórki 100 g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1909.08 kcal; Białko ogółem: 76.31 g; Tłuszcz: 42.59 g; Kw. tł. nasy.: 9 g; Węglowodany ogółem: 316.16 g; W tym cukry: 52.39 g; Błonnik pok.: 23.19 g; Sól: 5.81 g; WW: 29.31 Por; : 15.99 %; : 750.41 %; Ener. z T: 20.08 %; Ener. z Bł.: 2.43 %; K: 3380.15 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>sobota 2024-05-04</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa</b>		
Ryż na mleku/p 400 ml ( <b>MLE<sub>1</sub></b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE<sub>1</sub></b> ), Chleb Graham 50 g ( <b>GLUPSZ</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Parówki cieszynki- węd. wp. homog. wędz. parz 80 g ( <b>SOJ, SEL<sub>1</sub></b> ), Musztarda 10 g ( <b>GOR<sub>1</sub></b> ), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i słonecznikiem z olejem* 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml ( <b>GLUPSZ, SEL<sub>1</sub></b> ), Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JĘCZ<sub>1</sub></b> ), Wątróbka wieprzowa duszona w sosie własnym 180 g ( <b>GLUPSZ<sub>1</sub></b> ), 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 ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></b> ), Chleb Graham 50 g ( <b>GLUPSZ<sub>1</sub></b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 50 g ( <b>MLE<sub>1</sub></b> ), Szyunka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g ( <b>SOJ<sub>1</sub></b> ), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Gruszka 150 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2415.63 kcal; Białko ogółem: 108 g; Tłuszcz: 78.86 g; Kw. tł. nasy.: 16.1 g; Węglowodany ogółem: 334.6 g; W tym cukry: 52.56 g; Błonnik pok.: 34.95 g; Sól: 10.03 g; WW: 30.11 Por; : 17.88 %; : 756.99 %; Ener. z T: 29.38 %; Ener. z Bt.: 2.89 %; K: 3827.73 mg;

<b>sobota 2024-05-04</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>		
Ryż pełnoziarnisty na mleku/p 400 ml ( <b>MLE<sub>1</sub></b> ), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g ( <b>GLUPSZ<sub>1</sub></b> ), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLUPSZ<sub>1</sub></b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyunka Familijna wieprzowa, z dodatkiem wody i białka wp z połączonych kawałków mięsa 50 g ( <b>SOJ, MLE<sub>1</sub></b> ), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i słonecznikiem z olejem* 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml ( <b>GLUPSZ, SEL<sub>1</sub></b> ), Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JĘCZ<sub>1</sub></b> ), Gulasz wieprzowy- dieta 180 g ( <b>GLUPSZ<sub>1</sub></b> ), 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 ( <b>GLUPSZ<sub>1</sub></b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 50 g ( <b>MLE<sub>1</sub></b> ), Szyunka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g ( <b>SOJ<sub>1</sub></b> ), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml ,	<b>Podwieczorek:</b> Chleb Graham 25 g ( <b>GLUPSZ<sub>1</sub></b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 0.50 szt, Twarożek 30 g ( <b>MLE<sub>1</sub></b> ), Pomidor 15 g ,	<b>Posiłek nocny:</b> Gruszka 150 g , Migdały 10 g ( <b>ORZ<sub>1</sub></b> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2446.07 kcal; Białko ogółem: 118.92 g; Tłuszcz: 68.6 g; Kw. tł. nasy.: 13.48 g; Węglowodany ogółem: 357.92 g; W tym cukry: 66.49 g; Błonnik pok.: 43.45 g; Sól: 9.09 g; WW: 31.56 Por; : 19.45 %; : 868.88 %; Ener. z T: 25.24 %; Ener. z Bt.: 3.55 %; K: 4427.03 mg;

<b>sobota 2024-05-04</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna</b>		
Ryż na mleku/p 400 ml ( <b>MLE<sub>1</sub></b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></b> ), Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE<sub>1</sub></b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt , Szyunka Familijna wieprzowa, z dodatkiem wody i białka wp z połączonych kawałków mięsa 50 g ( <b>SOJ, MLE<sub>1</sub></b> ), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i olejem* 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Selerowa z ziemniakami * ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL<sub>1</sub></b> ), Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JĘCZ<sub>1</sub></b> ), Gulasz wieprzowy- dieta 180 g ( <b>GLUPSZ<sub>1</sub></b> ), 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 ( <b>GLUPSZ<sub>1</sub></b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 50 g ( <b>MLE<sub>1</sub></b> ), Szyunka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g ( <b>SOJ<sub>1</sub></b> ), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Gruszka 150 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2103.61 kcal; Białko ogółem: 97.22 g; Tłuszcz: 52.69 g; Kw. tł. nasy.: 11.88 g; Węglowodany ogółem: 323.18 g; W tym cukry: 53.62 g; Błonnik pok.: 28.93 g; Sól: 7.41 g; WW: 29.57 Por; : 18.49 %; : 708.8 %; Ener. z T: 22.54 %; Ener. z Bt.: 2.75 %; K: 3784.63 mg;

<b>sobota 2024-05-04</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu</b>		



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>niedziela 2024-05-05</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa</b>		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml ( <b>MLE, GLU OW,</b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ), Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE,</b> ), Papryka świeża 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Rosół z makaronem * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 120 g , Surówka Colesław b/c () 100 g ( <b>JAJ, MLE, GOR,</b> ), Brokuł gotowany* 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ), Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</b> ), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE,</b> ),

**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 %; : 665.54 %; Ener. z T: 25.58 %; Ener. z Bt.: 2.77 %; K: 4421.62 mg;

<b>niedziela 2024-05-05</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml ( <b>MLE, GLU OW,</b> ), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE,</b> ), Papryka świeża 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Rosół z makaronem * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 120 g , Surówka Colesław b/c () 100 g ( <b>JAJ, MLE, GOR,</b> ), Brokuł gotowany* 100 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</b> ), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g ,
<b>II Śniadanie:</b> Surówka z marchwi i jabłka b/c () 150 g ( <b>MLE,</b> ),	<b>Podwieczorek:</b> Koktajl wieloowocowy* b/c 200 ml ( <b>MLE,</b> ),	<b>Posiłek nocny:</b> Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE,</b> ),

**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 %; : 1026.88 %; Ener. z T: 27.01 %; Ener. z Bt.: 3.52 %; K: 5792.3 mg;

<b>niedziela 2024-05-05</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna</b>		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml ( <b>MLE, GLU OW,</b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt , Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE,</b> ), Sałata zielona 20 g , Jabłko 150 g ,	Rosół z makaronem * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ), 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 ( <b>GLU PSZ,</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</b> ), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE,</b> ),

**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 %; : 798.7 %; Ener. z T: 25.42 %; Ener. z Bt.: 2.09 %; K: 4287.57 mg;

<b>niedziela 2024-05-05</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu</b>		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml ( <b>MLE, GLU OW,</b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE,</b> ), Sałata zielona 20 g , Jabłko pieczone 150 g ,	Rosół z makaronem * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ), 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 ( <b>GLU PSZ,</b> ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</b> ), Sałatka z pomidorów i koperku b/skórki 100 g ,

## Jadłospisy dla oddziałów

		<b>Posiłek nocny:</b> Przekier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <u>może zawierać: 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 %; : 736 %; Ener. z T: 23.51 %; Ener. z Bł.: 2.15 %; K: 4287.57 mg;

<b>niedziela 2024-05-05</b>	<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna</b>	
-----------------------------	--	--

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 smarowania 59% tł. 10g 2 szt , Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g ( <u>SOJ</u> ), Sałata zielona 20 g , Jabłko pieczone 150 g ,	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 smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 50 g ( <u>SOJ</u> ), Sałatka z pomidorów i koperku b/skórki 100 g ,
---	---	--

		<b>Posiłek nocny:</b> Mus- przekier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt ,
--	--	---

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1996.27 kcal; Białko ogółem: 86.08 g; Tłuszcz: 62.96 g; Kw. tł. nasy.: 15.29 g; Węglowodany ogółem: 284.04 g; W tym cukry: 49.73 g; Błonnik pok.: 22.2 g; Sól: 6.71 g; WW: 26.15 Por; : 17.25 %; : 719.83 %; Ener. z T: 28.38 %; Ener. z Bł.: 2.22 %; K: 3619.85 mg;