

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2024-04-22</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 smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Kielbasa Szynekowa wieprzowa grubo rozdrobniona parzona w osłonce niejadalnej 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> ), Papryka świeża mix 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ), Ryż brązowy z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g , Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ), Mandarynka 2 szt , 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 smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu i cebuli 80 g ( <b>MLE.</b> ), Sałatka z pomidorów i koperku 90 g , Rukola 10 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1937.92 kcal; Białko ogółem: 79.43 g; Tłuszcz: 38.16 g; Kw. tł. nasy.: 8.69 g; Węglowodany ogółem: 334.73 g; W tym cukry: 71.38 g; Błonnik pok.: 37.81 g; Sól: 7.91 g; WW: 29.71 Por; : 16.4 %; : 942.8 %; Ener. z T: 17.72 %; Ener. z Bł.: 3.9 %; K: 3744.29 mg;

<b>poniedziałek 2024-04-22</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 smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Kielbasa Szynekowa wieprzowa grubo rozdrobniona parzona w osłonce niejadalnej 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> ), Papryka świeża mix 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Solferino * () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ), Ryż brązowy z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g , Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ), Mandarynka 2 szt , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu i cebuli 80 g ( <b>MLE.</b> ), Sałatka z pomidorów i koperku 80 g , Rukola 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> Chleb Graham 25 g ( <b>GLU PSZ.</b> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 0.50 szt , Jajko gotowane kl M 0.50 szt ( <b>JAJ.</b> ), Sałata zielona 10 g ,	<b>Podwieczorek:</b> Surówka Colesław b/c () 100 g ( <b>JAJ, MLE, GOR.</b> ),	<b>Posiłek nocny:</b> Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1962.71 kcal; Białko ogółem: 82.53 g; Tłuszcz: 43.78 g; Kw. tł. nasy.: 10.27 g; Węglowodany ogółem: 326.6 g; W tym cukry: 73.89 g; Błonnik pok.: 39.75 g; Sól: 8.17 g; WW: 28.75 Por; : 16.82 %; : 1131.95 %; Ener. z T: 20.08 %; Ener. z Bł.: 4.05 %; K: 4337.31 mg;

<b>poniedziałek 2024-04-22</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 smarownia 59% tł. 10g 2 szt , Kielbasa Szynekowa wieprzowa grubo rozdrobniona parzona w osłonce niejadalnej 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> ), Fasolka szparagowa z wody* 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Solferino * () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ), Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g , Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ), Banan 1szt. 1 szt , 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 smarownia 59% tł. 10g 2 szt , Pasta z twarogu z koperkiem 80 g ( <b>MLE.</b> ), Sałatka z pomidorów b/skórki i koperku 90 g , Rukola 10 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2102.34 kcal; Białko ogółem: 77.52 g; Tłuszcz: 45.08 g; Kw. tł. nasy.: 11.05 g; Węglowodany ogółem: 358.93 g; W tym cukry: 92.93 g; Błonnik pok.: 22.08 g; Sól: 7.23 g; WW: 33.88 Por; : 14.75 %; : 925.45 %; Ener. z T: 19.3 %; Ener. z Bł.: 2.1 %; K: 4003.76 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-04-22      Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>GLU OW.</u> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLUPSZ.</u> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Kielbasa Szykowa wieprzowa grubo rozdrobniona parzona w osłonce niejadalnej 50 g ( <u>GLUPSZ</u> , <u>SOJ.</u> ), Bukiet jarzyn oprószony z olejem* 80 g ( <u>GLUPSZ</u> , <u>SEL.</u> ), Sałata zielona 20 g ,	Solferino * ( ) 400 ml ( <u>GLUPSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL.</u> ), Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g , Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <u>MLE.</u> ), Banan 1szt. 1 szt , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLUPSZ.</u> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu z koperkiem 80 g ( <u>MLE.</u> ), Sałatka z pomidorów b/skórki i koperku 80 g , Sałata zielona 20 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2062.09 kcal; Białko ogółem: 77.08 g; Tłuszcz: 37.05 g; Kw. tł. nasy.: 8.7 g; Węglowodany ogółem: 367.51 g; W tym cukry: 100.11 g; Błonnik pok.: 22.5 g; Sól: 7.18 g; WW: 34.62 Por; : 14.95 %; : 945.76 %; Ener. z T: 16.17 %; Ener. z Bt.: 2.18 %; K: 3980.8 mg;

poniedziałek 2024-04-22      Jadłospis dla diety: PUŁ- 4 Łatwo.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>GLU OW.</u> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLUPSZ.</u> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Kielbasa Szykowa wieprzowa grubo rozdrobniona parzona w osłonce niejadalnej 50 g ( <u>GLUPSZ</u> , <u>SOJ.</u> ), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g ( <u>SEL.</u> ), Sałata zielona 20 g ,	Solferino * ( ) 400 ml ( <u>GLUPSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL.</u> ), Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g , Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <u>MLE.</u> ), Banan 1szt. 1 szt , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLUPSZ.</u> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu z koperkiem 80 g ( <u>MLE.</u> ), Sałatka z pomidorów b/skórki i koperku 80 g , Sałata zielona 20 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2055.34 kcal; Białko ogółem: 76.93 g; Tłuszcz: 37.07 g; Kw. tł. nasy.: 8.69 g; Węglowodany ogółem: 366.25 g; W tym cukry: 100.96 g; Błonnik pok.: 23.16 g; Sól: 7.21 g; WW: 34.42 Por; : 14.97 %; : 938.89 %; Ener. z T: 16.23 %; Ener. z Bt.: 2.25 %; K: 4032.77 mg;

poniedziałek 2024-04-22      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 1 szt , Kielbasa Szykowa wieprzowa grubo rozdrobniona parzona w osłonce niejadalnej 50 g ( <u>GLUPSZ</u> , <u>SOJ.</u> ), Fasolka szparagowa z wody* 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Solferino (bez mleka)*() 400 ml ( <u>GLU PSZ</u> , <u>SEL.</u> ), Ryż na sypko 200 g , Pulpet drobiowy 100 g ( <u>GLUPSZ</u> , <u>JAJ.</u> ), Sos majerankowy * 100 ml ( <u>GLUPSZ</u> , <u>SEL.</u> ), Marchew gotowana z olejem* 150 g , Banan 1szt. 1 szt , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLUPSZ.</u> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Szynga z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g ( <u>SOJ.</u> ), Sałatka z pomidorów b/skórki i koperku 80 g , Sałata zielona 20 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2068.93 kcal; Białko ogółem: 75.51 g; Tłuszcz: 43.49 g; Kw. tł. nasy.: 7.7 g; Węglowodany ogółem: 358.63 g; W tym cukry: 72.85 g; Błonnik pok.: 26.88 g; Sól: 8.76 g; WW: 33.44 Por; : 14.6 %; : 1044.64 %; Ener. z T: 18.92 %; Ener. z Bt.: 2.6 %; K: 3750.65 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>wtorek 2024-04-23</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa</b>		
Makaron na mleku/p 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Bułka pszenna 50g 1 szt ( <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 100 g , Sałata zielona 20 g ,	Wielowarzywna z ziemniakami * ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), kasza pęczak/sypko 200 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ), Sos chrzanowy 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SO2,</u> ), Surówka z rzepy, jabłka i marchewki ( ) 100 g ( <u>MLE,</u> ), Szpinak gotowany z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u> ), Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ,</u> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 80 g ( <u>SEL,</u> ), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Talarki z marchwi 100 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2069.35 kcal; Białko ogółem: 96.2 g; Tłuszcz: 47.55 g; Kw. tł. nasy.: 12.18 g; Węglowodany ogółem: 320.87 g; W tym cukry: 54.54 g; Błonnik pok.: 39.74 g; Sól: 5.65 g; WW: 28.17 Por; : 18.6 %; : 1102.99 %; Ener. z T: 20.68 %; Ener. z Bł.: 3.84 %; K: 4391.16 mg;

<b>wtorek 2024-04-23</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 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 100 g , Sałata zielona 20 g ,	Wielowarzywna z ziemniakami * ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), kasza pęczak/sypko 200 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ), Sos chrzanowy 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SO2,</u> ), Surówka z rzepy, jabłka i marchewki ( ) 100 g ( <u>MLE,</u> ), Szpinak gotowany z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u> ), Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ,</u> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 80 g ( <u>SEL,</u> ), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> Koktajl z czarnej porzeczki* b/c 200 ml ( <u>MLE,</u> ),	<b>Podwieczorek:</b> Gruszka 1szt. 150 g ,	<b>Posiłek nocny:</b> Talarki z marchwi 100 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2290.75 kcal; Białko ogółem: 109.42 g; Tłuszcz: 52.3 g; Kw. tł. nasy.: 14.73 g; Węglowodany ogółem: 357.48 g; W tym cukry: 76.07 g; Błonnik pok.: 52.99 g; Sól: 7.15 g; WW: 30.51 Por; : 19.11 %; : 1178.16 %; Ener. z T: 20.55 %; Ener. z Bł.: 4.63 %; K: 5252.85 mg;

<b>wtorek 2024-04-23</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna</b>		
Makaron na mleku/p 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Bułka pszenna 50g 1 szt ( <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 b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Wielowarzywna z ziemniakami * ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JĘCZ,</u> ), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ), Sos ziołowy 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ), Marchew oprószana z olejem* 150 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ,</u> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt , Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 80 g ( <u>SEL,</u> ), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Talarki z marchwi 100 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2157.64 kcal; Białko ogółem: 90.96 g; Tłuszcz: 58.3 g; Kw. tł. nasy.: 14.07 g; Węglowodany ogółem: 330.63 g; W tym cukry: 54.78 g; Błonnik pok.: 28.86 g; Sól: 6.01 g; WW: 30.27 Por; : 16.86 %; : 1102.7 %; Ener. z T: 24.32 %; Ener. z Bł.: 2.68 %; K: 4043.08 mg;

<b>wtorek 2024-04-23</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu</b>		

## Jadłospisy dla oddziałów

<p>Makaron na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<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 b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,</p>	<p>Wielowarzywna z ziemniakami * ( ) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JE CZ,</u>), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>), Sos ziołowy 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Marchew oprószana z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 80 g (<u>SEL,</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g ,</p>
		<p><b>Posiłek nocny:</b> Kanapka z szynką i sałatą (bułka pszenna 45g, tłuszcz do smarowania 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>),</p>

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2114.75 kcal; Białko ogółem: 91.04 g; Tłuszcz: 51.1 g; Kw. tł. nasy.: 14.23 g; Węglowodany ogółem: 334.26 g; W tym cukry: 40.92 g; Błonnik pok.: 24.6 g; Sól: 6.52 g; WW: 31.08 Por; : 17.22 %; : 994.91 %; Ener. z T: 21.75 %; Ener. z Bt.: 2.33 %; K: 3485.95 mg;

wtorek 2024-04-23 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: PUŁ- 4 Łatwo.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych</span>		
<p>Makaron na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<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 b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,</p>	<p>Wielowarzywna z ziemniakami * ( ) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JE CZ,</u>), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>), Sos ziołowy 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Marchew oprószana z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 80 g (<u>SEL,</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g ,</p>
		<p><b>Posiłek nocny:</b> Kanapka z szynką i sałatą (bułka pszenna 45g, tłuszcz do smarowania 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>),</p>

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2114.75 kcal; Białko ogółem: 91.04 g; Tłuszcz: 51.1 g; Kw. tł. nasy.: 14.23 g; Węglowodany ogółem: 334.26 g; W tym cukry: 40.92 g; Błonnik pok.: 24.6 g; Sól: 6.52 g; WW: 31.08 Por; : 17.22 %; : 994.91 %; Ener. z T: 21.75 %; Ener. z Bt.: 2.33 %; K: 3485.95 mg;

wtorek 2024-04-23 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna</span>		
<p>Makaron na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ,</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,</p>	<p>Wielowarzywna z ziemniakami *(bez mleka) ( ) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JE CZ,</u>), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>), Sos ziołowy 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Marchew oprószana z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 80 g (<u>SEL,</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g ,</p>
		<p><b>Posiłek nocny:</b> Talarki z marchwi 100 g ,</p>

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1918.55 kcal; Białko ogółem: 74.17 g; Tłuszcz: 48.1 g; Kw. tł. nasy.: 11.61 g; Węglowodany ogółem: 313.71 g; W tym cukry: 31.84 g; Błonnik pok.: 33.85 g; Sól: 7.09 g; WW: 28.09 Por; : 15.46 %; : 949.3 %; Ener. z T: 22.56 %; Ener. z Bt.: 3.53 %; K: 3326.44 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>środa 2024-04-24</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 , 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 smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo o smaku wanilinowym 60 g ( <b>MLE<sub>1</sub></b> ), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g ( <b>SOJ<sub>1</sub></b> ), Sałatka warzywna (ogórek,pomidor,papryka) () 100 g ( <b>MLE<sub>1</sub></b> ),	Grysikowa * 400 ml ( <b>GLUPSZ, SEL<sub>1</sub></b> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Eskalopka z kurczaka 100 g ( <b>GLUPSZ, JAJ, MLE<sub>1</sub></b> ), Surówka Colesław b/c () 100 g ( <b>JAJ, MLE, GOR<sub>1</sub></b> ), Fasolka szparagowa z bułką tartą i z olejem* 100 g ( <b>GLUPSZ<sub>1</sub></b> ), 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 smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 50 g ( <b>GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE<sub>1</sub></b> ), Sałata zielona z jogurtem 20 g ( <b>MLE<sub>1</sub></b> ), Ogórek kiszony 80 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE<sub>1</sub></b> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2021.62 kcal; Białko ogółem: 87.87 g; Tłuszcz: 56.91 g; Kw. tł. nasy.: 10.91 g; Węglowodany ogółem: 300.22 g; W tym cukry: 54.14 g; Błonnik pok.: 25.42 g; Sól: 8.21 g; WW: 27.58 Por; : 17.39 %; : 710.18 %; Ener. z T: 25.33 %; Ener. z Bł.: 2.51 %; K: 3793.18 mg;

<b>środa 2024-04-24</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 100 g ( <b>GLUPSZ<sub>1</sub></b> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 60 g ( <b>MLE<sub>1</sub></b> ), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g ( <b>SOJ<sub>1</sub></b> ), Sałatka warzywna (ogórek,pomidor,papryka) () 100 g ( <b>MLE<sub>1</sub></b> ),	Grysikowa * 400 ml ( <b>GLUPSZ, SEL<sub>1</sub></b> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g , Sos bazyliowy* 100 ml ( <b>GLUPSZ, SEL<sub>1</sub></b> ), Fasolka szparagowa z wody* 100 g , Surówka Colesław b/c () 100 g ( <b>JAJ, MLE, GOR<sub>1</sub></b> ), 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 smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Szynka Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g ( <b>SOJ<sub>1</sub></b> ), Sałata zielona z jogurtem 20 g ( <b>MLE<sub>1</sub></b> ), Ogórek kiszony 80 g ,
<b>II Śniadanie:</b> Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <b>MLE<sub>1</sub></b> ),	<b>Podwieczorek:</b> Warzywa pieczone 100 g , Dip ziołowy 10 g ( <b>MLE<sub>1</sub></b> ),	<b>Posiłek nocny:</b> Sok pomidorowy 200 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1947.3 kcal; Białko ogółem: 99.37 g; Tłuszcz: 54.68 g; Kw. tł. nasy.: 10.16 g; Węglowodany ogółem: 281 g; W tym cukry: 40.12 g; Błonnik pok.: 33.62 g; Sól: 9.98 g; WW: 24.86 Por; : 20.41 %; : 948.64 %; Ener. z T: 25.27 %; Ener. z Bł.: 3.45 %; K: 5035.59 mg;

<b>środa 2024-04-24</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 , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLUPSZ<sub>1</sub></b> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt , Serek homo o smaku wanilinowym 60 g ( <b>MLE<sub>1</sub></b> ), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g ( <b>SOJ<sub>1</sub></b> ), Sałatka wiosenna - diety 100 g ,	Grysikowa * 400 ml ( <b>GLUPSZ, SEL<sub>1</sub></b> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g , Sos bazyliowy* 100 ml ( <b>GLUPSZ, SEL<sub>1</sub></b> ), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki z olejem* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLUPSZ<sub>1</sub></b> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt , Szynka Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g ( <b>SOJ<sub>1</sub></b> ), Sałata zielona z jogurtem 20 g ( <b>MLE<sub>1</sub></b> ), Pomidor b/skórki 80 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE<sub>1</sub></b> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2098.56 kcal; Białko ogółem: 88.88 g; Tłuszcz: 62.13 g; Kw. tł. nasy.: 12 g; Węglowodany ogółem: 302.2 g; W tym cukry: 58.85 g; Błonnik pok.: 18.39 g; Sól: 7.04 g; WW: 28.44 Por; : 16.94 %; : 819.48 %; Ener. z T: 26.64 %; Ener. z Bł.: 1.75 %; K: 3896.99 mg;

<b>środa 2024-04-24</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu</b>		

## Jadłospisy dla oddziałów

Ryż na mleku/p 400 ml ( <b>MLE<sub>1</sub></b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLUPSZ<sub>1</sub></b> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo o smaku wanilinowym 60 g ( <b>MLE<sub>1</sub></b> ), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g ( <b>SOJ<sub>1</sub></b> ), Sałatka wiosenna - diety b/skórki 100 g ,	Grycikowa * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL<sub>1</sub></b> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 200 g , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g , Sos bazyliowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL<sub>1</sub></b> ), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki z olejem* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLUPSZ<sub>1</sub></b> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Szyunka Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g ( <b>SOJ<sub>1</sub></b> ), Sałata zielona z jogurtem 20 g ( <b>MLE<sub>1</sub></b> ), Pomidor b/skórki 80 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać:</b> <b>MLE<sub>1</sub></b> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1992.36 kcal; Białko ogółem: 88.88 g; Tłuszcz: 50.33 g; Kw. tł. nasy.: 9.4 g; Węglowodany ogółem: 302.2 g; W tym cukry: 58.85 g; Błonnik pok.: 18.39 g; Sól: 7 g; WW: 28.44 Por; : 17.84 %; : 819.48 %; Ener. z T: 22.73 %; Ener. z Bł.: 1.85 %; K: 3896.99 mg;

<b>środa 2024-04-24 Jadłospis dla diety: PUŁ- 4 Łatwo.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych</b>		
Ryż na mleku/p 400 ml ( <b>MLE<sub>1</sub></b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLUPSZ<sub>1</sub></b> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo o smaku wanilinowym 60 g ( <b>MLE<sub>1</sub></b> ), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g ( <b>SOJ<sub>1</sub></b> ), Sałatka wiosenna - diety b/skórki 100 g ,	Grycikowa * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL<sub>1</sub></b> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 200 g , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g , Sos bazyliowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL<sub>1</sub></b> ), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki z olejem* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLUPSZ<sub>1</sub></b> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Szyunka Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g ( <b>SOJ<sub>1</sub></b> ), Sałata zielona z jogurtem 20 g ( <b>MLE<sub>1</sub></b> ), Pomidor b/skórki 80 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać:</b> <b>MLE<sub>1</sub></b> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1992.36 kcal; Białko ogółem: 88.88 g; Tłuszcz: 50.33 g; Kw. tł. nasy.: 9.4 g; Węglowodany ogółem: 302.2 g; W tym cukry: 58.85 g; Błonnik pok.: 18.39 g; Sól: 7 g; WW: 28.44 Por; : 17.84 %; : 819.48 %; Ener. z T: 22.73 %; Ener. z Bł.: 1.85 %; K: 3896.99 mg;

<b>środa 2024-04-24 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna</b>		
Ryż na wywarze jarzynowym 400 ml ( <b>SEL<sub>1</sub></b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLUPSZ<sub>1</sub></b> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g ( <b>SOJ<sub>1</sub></b> ), Sałatka wiosenna - diety 100 g ,	Grycikowa * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL<sub>1</sub></b> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 200 g , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g , Sos bazyliowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL<sub>1</sub></b> ), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki z olejem* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLUPSZ<sub>1</sub></b> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Szyunka Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g ( <b>SOJ<sub>1</sub></b> ), Sałata zielona 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1838.18 kcal; Białko ogółem: 71.04 g; Tłuszcz: 51.58 g; Kw. tł. nasy.: 10.12 g; Węglowodany ogółem: 281.41 g; W tym cukry: 42.52 g; Błonnik pok.: 18.85 g; Sól: 7.06 g; WW: 26.32 Por; : 15.46 %; : 847.47 %; Ener. z T: 25.26 %; Ener. z Bł.: 2.05 %; K: 3340.14 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>czwartek 2024-04-25</b> <b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa</b>		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g , Rzodkiew biała 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Łazanki z kapustą i mięs wp z łopatki 350 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR</u> ), Mandarynka 2 szt, Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Pasztet z ciecierzycy* 60 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ), Serek a`la homogenizowany z ziołami 30 g ( <u>MLE</u> ), Roszponka 20 g , Pomidor 80 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Orzechy włoskie łuskane 20 g ( <u>ORZ</u> ), Jabłko 1 szt 1 szt ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2324.55 kcal; Białko ogółem: 88.31 g; Tłuszcz: 73.31 g; Kw. tł. nasy.: 14.24 g; Węglowodany ogółem: 340.8 g; W tym cukry: 78.78 g; Błonnik pok.: 36.58 g; Sól: 5.79 g; WW: 30.43 Por; : 15.2 %; : 1013.65 %; Ener. z T: 28.39 %; Ener. z Bł.: 3.15 %; K: 4236.57 mg;

<b>czwartek 2024-04-25</b> <b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml ( <u>MLE, GLU JEZ</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, Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g , Rzodkiew biała 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) b/c 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Makaron pełnoziarnisty z sosem mięsno-warzywnym, z miesa wieprzowego () 350 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 150 g ( <u>SEL</u> ), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Pasztet z ciecierzycy* 60 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ), Serek a`la homogenizowany z ziołami 30 g ( <u>MLE</u> ), Roszponka 20 g , Pomidor 80 g ,
<b>II Śniadanie:</b> Owsianka z jabłkiem pieczonym i cynamonem 200 g ( <u>MLE, GLU OW</u> ),	<b>Podwieczorek:</b> Mandarynka 2 szt ,	<b>Posiłek nocny:</b> Orzechy włoskie łuskane 20 g ( <u>ORZ</u> ), Jabłko 1 szt 1 szt ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2550.77 kcal; Białko ogółem: 104 g; Tłuszcz: 72.45 g; Kw. tł. nasy.: 12.9 g; Węglowodany ogółem: 388.53 g; W tym cukry: 83.42 g; Błonnik pok.: 54.72 g; Sól: 6.99 g; WW: 33.46 Por; : 16.31 %; : 1168.41 %; Ener. z T: 25.56 %; Ener. z Bł.: 4.29 %; K: 5187.51 mg;

<b>czwartek 2024-04-25</b> <b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna</b>		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt, Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g , Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g ( <u>SEL</u> ), Sałata zielona 20 g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z miesa wieprzowego () 350 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Brokuł gotowany* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt, Szynka wiśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g ( <u>SOJ</u> ), Serek a`la homogenizowany z ziołami 30 g ( <u>MLE</u> ), Roszponka 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Banan 1szt. 1 szt ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2209.15 kcal; Białko ogółem: 87.66 g; Tłuszcz: 55.84 g; Kw. tł. nasy.: 11.83 g; Węglowodany ogółem: 350.86 g; W tym cukry: 83.82 g; Błonnik pok.: 26.55 g; Sól: 7.46 g; WW: 32.42 Por; : 15.87 %; : 838.54 %; Ener. z T: 22.75 %; Ener. z Bł.: 2.4 %; K: 4429.04 mg;

<b>czwartek 2024-04-25</b> <b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu</b>		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g , Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g ( <u>SEL</u> ), Sałata zielona 20 g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z miesa wieprzowego () 350 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Brokuł gotowany* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Szynka wiśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g ( <u>SOJ</u> ), Serek a`la homogenizowany z ziołami 30 g ( <u>MLE</u> ), Roszponka 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,

## Jadłospisy dla oddziałów

		<b>Posiłek nocny:</b> Banan 1szt. 1 szt ,
--	--	---

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2102.95 kcal; Białko ogółem: 87.66 g; Tłuszcz: 44.04 g; Kw. tł. nasy.: 9.23 g; Węglowodany ogółem: 350.86 g; W tym cukry: 83.82 g; Błonnik pok.: 26.55 g; Sól: 7.42 g; WW: 32.42 Por; : 16.67 %; : 838.54 %; Ener. z T: 18.85 %; Ener. z Bł.: 2.52 %; K: 4429.04 mg;

<b>czwartek 2024-04-25</b>	<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 4 Łatwo.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych</b>	
----------------------------	---	--

kasza kukurydziana na ml/p 400 ml ( <b>MLE.</b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ. GLU ŻYT.</b> ), Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLUPSZ.</b> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g , Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g ( <b>SEL.</b> ), Sałata zielona 20 g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml ( <b>GLUPSZ. MLE. SEL.</b> ), Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego () 350 g ( <b>GLUPSZ. SEL.</b> ), Brokuł gotowany* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ. GLU ŻYT.</b> ), Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLUPSZ.</b> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Szynka wiśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g ( <b>SOJ.</b> ), Serek a'la homogenizowany z ziołami 30 g ( <b>MLE.</b> ), Roszponka 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,
---	---	--

		<b>Posiłek nocny:</b> Banan 1szt. 1 szt ,
--	--	---

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2102.95 kcal; Białko ogółem: 87.66 g; Tłuszcz: 44.04 g; Kw. tł. nasy.: 9.23 g; Węglowodany ogółem: 350.86 g; W tym cukry: 83.82 g; Błonnik pok.: 26.55 g; Sól: 7.42 g; WW: 32.42 Por; : 16.67 %; : 838.54 %; Ener. z T: 18.85 %; Ener. z Bł.: 2.52 %; K: 4429.04 mg;

<b>czwartek 2024-04-25</b>	<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna</b>	
----------------------------	--	--

Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 400 ml ( <b>SEL.</b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLUPSZ. GLU ŻYT.</b> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g , Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g ( <b>SEL.</b> ), Sałata zielona 20 g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml ( <b>GLUPSZ. SEL.</b> ), Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego () 350 g ( <b>GLUPSZ. SEL.</b> ), Brokuł gotowany* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLUPSZ. GLU ŻYT.</b> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Szynka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g ( <b>SOJ.</b> ), Roszponka 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,
--	--	--

		<b>Posiłek nocny:</b> Banan 1szt. 1 szt ,
--	--	---

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1965.98 kcal; Białko ogółem: 71.77 g; Tłuszcz: 41.55 g; Kw. tł. nasy.: 8.37 g; Węglowodany ogółem: 340.42 g; W tym cukry: 66.35 g; Błonnik pok.: 30.8 g; Sól: 8.37 g; WW: 30.92 Por; : 14.6 %; : 748.94 %; Ener. z T: 19.02 %; Ener. z Bł.: 3.13 %; K: 3733.46 mg;



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>piątek 2024-04-26</b> <b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa</b>		
Zacierka na mleku/p 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 60 g ( <u>MLE,</u> ), Dżem 25 g 1 szt , Gruszka 1szt. 150 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 200 g , Ryba smażona (Morszczuk) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u> ), Surówka z kapusty kiszanej z olejem b/c ( ) 100 g , Warzywa po grecku* 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 80 g ( <u>JAJ, GOR,</u> ), Sałata zielona 20 g , Papryka świeża 80 g , Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u> ),
		<b>Posiłek nocny:</b> Sok pomidorowy 250 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2281.1 kcal; Białko ogółem: 104.25 g; Tłuszcz: 64.13 g; Kw. tł. nasy.: 10.8 g; Węglowodany ogółem: 338.07 g; W tym cukry: 76.65 g; Błonnik pok.: 32.64 g; Sól: 7.85 g; WW: 30.6 Por; : 18.28 %; : 846.15 %; Ener. z T: 25.3 %; Ener. z Bł.: 2.86 %; K: 4995.05 mg;

<b>piątek 2024-04-26</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> ), Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 60 g ( <u>MLE,</u> ), Gruszka 1szt. 150 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 200 g , Pulpet rybno-warzywny* 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,</u> ), Sos szpinakowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ,</u> ), Surówka z kapusty kiszanej z olejem b/c ( ) 100 g , Warzywa po grecku * (bez cukru) 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u> ), 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> ), Sałata zielona 20 g , Papryka świeża 80 g ,
<b>II Śniadanie:</b> Koktajl wieloowocowy* b/c 200 ml ( <u>MLE,</u> ),	<b>Podwieczorek:</b> Chleb Graham 25 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Hummus 30 g ( <u>SEZ,</u> ), Pomidor 15 g ,	<b>Posiłek nocny:</b> Sok pomidorowy 250 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2248.03 kcal; Białko ogółem: 103.5 g; Tłuszcz: 62.9 g; Kw. tł. nasy.: 12.22 g; Węglowodany ogółem: 334.24 g; W tym cukry: 73.28 g; Błonnik pok.: 41.3 g; Sól: 8.47 g; WW: 29.31 Por; : 18.42 %; : 888.58 %; Ener. z T: 25.18 %; Ener. z Bł.: 3.67 %; K: 5594.09 mg;

<b>piątek 2024-04-26</b> <b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna</b>		
Zacierka na mleku/p 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ), Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt , Serek homo. naturalny 60 g ( <u>MLE,</u> ), Dżem 25 g 1 szt , Jabłko 1 szt 1 szt , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 200 g , Pulpet rybno-warzywny* 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,</u> ), Sos szpinakowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ,</u> ), Warzywa po grecku* 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u> ), Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt , Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <u>JAJ, MLE,</u> ), Sałata zielona 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Sok pomidorowy 250 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2190.77 kcal; Białko ogółem: 93.29 g; Tłuszcz: 54.75 g; Kw. tł. nasy.: 11.78 g; Węglowodany ogółem: 345.23 g; W tym cukry: 79.24 g; Błonnik pok.: 26.31 g; Sól: 6.3 g; WW: 31.92 Por; : 17.03 %; : 890.24 %; Ener. z T: 22.49 %; Ener. z Bł.: 2.4 %; K: 4853.17 mg;

<b>piątek 2024-04-26</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> ), Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 60 g ( <u>MLE,</u> ), Dżem 25 g 1 szt , Jabłko pieczone 1szt. 1 szt , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 200 g , Pulpet rybno-warzywny* 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,</u> ), Sos szpinakowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ,</u> ), Warzywa po grecku* 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z białek z koperkiem 80 g ( <u>JAJ, MLE,</u> ), Sałata zielona 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Sok pomidorowy 250 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2097.04 kcal; Białko ogółem: 95.29 g; Tłuszcz: 47.84 g; Kw. tł. nasy.: 10.6 g; Węglowodany ogółem: 335.26 g; W tym cukry: 72.84 g; Błonnik pok.: 26.31 g; Sól: 6.31 g; WW: 30.89 Por; : 18.18 %; : 880.37 %; Ener. z T: 20.53 %; Ener. z Bł.: 2.51 %; K: 4686.02 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

<b>piątek 2024-04-26</b>		<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 4 Łatwo.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych</b>
Zacierka na mleku/p 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ), Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Serek homo. naturalny 60 g ( <u>MLE.</u> ), Dżem 25 g 1 szt, Jabłko pieczone 1szt. 1 szt, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Kalafiorowa z ryżem* 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Pulpet rybno-warzywny* 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL.</u> ), Sos szpinakowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ), Warzywa po grecku* 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Pasta z białek z koperkiem 80 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ), Sałata zielona 20 g, Pomidor b/skórki 80 g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Sok pomidorowy 250 ml,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2097.04 kcal; Białko ogółem: 95.29 g; Tłuszcz: 47.84 g; Kw. tł. nasy.: 10.6 g; Węglowodany ogółem: 335.26 g; W tym cukry: 72.84 g; Błonnik pok.: 26.31 g; Sól: 6.31 g; WW: 30.89 Por; : 18.18 %; : 880.37 %; Ener. z T: 20.53 %; Ener. z Bł.: 2.51 %; K: 4686.02 mg;

<b>piątek 2024-04-26</b>		<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna</b>
Zacierka na wywarze jarzynowym 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u> ), Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 50 g ( <u>SOJ.</u> ), Dżem 25 g 1 szt, Jabłko 1 szt 1 szt, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Kalafiorowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml ( <u>SEL.</u> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Pulpet rybno-warzywny* 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL.</u> ), Sos szpinakowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ), Warzywa po grecku* 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Pasta z jaj z koperkiem -dieta (bez mleka) 80 g ( <u>JAJ.</u> ), Sałata zielona 20 g, Pomidor b/skórki 80 g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Sok pomidorowy 250 ml,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1895.4 kcal; Białko ogółem: 72.12 g; Tłuszcz: 46.58 g; Kw. tł. nasy.: 10.84 g; Węglowodany ogółem: 310.57 g; W tym cukry: 55.84 g; Błonnik pok.: 27.07 g; Sól: 6.9 g; WW: 28.4 Por; : 15.22 %; : 890.73 %; Ener. z T: 22.12 %; Ener. z Bł.: 2.86 %; K: 4007.72 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>sobota 2024-04-27</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa</b>		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ), Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ,</b> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt ( <b>GLU PSZ,</b> ), Szynka Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW,</b> ), Sałatka z pomidorów z jogurtem natur i natką pietr 100 g ( <b>MLE,</b> ),	Ogórkowa z ziemniakami * () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ), Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JEJCZ,</b> ), Gulasz z żołądków drobiowych* 200 g ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ), Buraczki gotowane () 100 g , Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i słonecznikiem z olejem* 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ,</b> ), Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ), Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ,</b> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Sałatka z ryżu brązowego, brokułów i wędliny drob wieprz 150 g ( <b>JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), Sałata zielona 20 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Rogal maślany 50g. 1 szt ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2312.84 kcal; Białko ogółem: 94.89 g; Tłuszcz: 69.24 g; Kw. tł. nasy.: 13.66 g; Węglowodany ogółem: 339.23 g; W tym cukry: 55.58 g; Błonnik pok.: 30.38 g; Sól: 7.1 g; WW: 30.89 Por; : 16.41 %; : 780.32 %; Ener. z T: 26.94 %; Ener. z Bł.: 2.63 %; K: 4072.97 mg;

<b>sobota 2024-04-27</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ,</b> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Szynka Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW,</b> ), Musztarda 15g saszetka 1 szt ( <b>GOR,</b> ), Sałatka z pomidorów z jogurtem natur i natką pietr 100 g ( <b>MLE,</b> ),	Ogórkowa z ziemniakami * () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ), Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JEJCZ,</b> ), Potrawka drobiowa () 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ), Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g , Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i słonecznikiem z olejem* 100 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ,</b> ), Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ,</b> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Sałatka z ryżu brązowego, brokułów i wędliny drob wieprz 150 g ( <b>JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), Sałata zielona 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> Jabłko 1 szt 1 szt ,	<b>Podwieczorek:</b> Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,	<b>Posiłek nocny:</b> Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ,</b> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 0.50 szt , Serek homo. naturalny 25 g ( <b>MLE,</b> ), Pomidor 15 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2390.94 kcal; Białko ogółem: 102.51 g; Tłuszcz: 70.29 g; Kw. tł. nasy.: 13.99 g; Węglowodany ogółem: 358.44 g; W tym cukry: 66.16 g; Błonnik pok.: 45.45 g; Sól: 11.69 g; WW: 31.3 Por; : 17.15 %; : 1060.61 %; Ener. z T: 26.46 %; Ener. z Bł.: 3.8 %; K: 4787.41 mg;

<b>sobota 2024-04-27</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna</b>		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ), Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ,</b> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt , Szynka Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW,</b> ), Sałatka z pomidorów z jogurtem natur i natką pietr b/skórki 100 g ( <b>MLE,</b> ),	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml ( <b>MLE, SEL,</b> ), Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JEJCZ,</b> ), Potrawka drobiowa () 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ), Buraczki gotowane () 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ,</b> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ), Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ,</b> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt , Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz - dieta 150 g ( <b>SOJ, MLE, SEL,</b> ), Sałata zielona 20 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Rogal maślany 50g. 1 szt ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2243.93 kcal; Białko ogółem: 88.87 g; Tłuszcz: 56.83 g; Kw. tł. nasy.: 13.61 g; Węglowodany ogółem: 358.56 g; W tym cukry: 60.47 g; Błonnik pok.: 31.02 g; Sól: 6.34 g; WW: 32.71 Por; : 15.84 %; : 781.81 %; Ener. z T: 22.79 %; Ener. z Bł.: 2.76 %; K: 4352.35 mg;

<b>sobota 2024-04-27</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu</b>		

## Jadłospisy dla oddziałów

<p>Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (<b>GLU PSZ, MLE,</b>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<b>GLU PSZ,</b>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Szynka Królewicka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 50 g (<b>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW,</b>), Sałatka z pomidorów z jogurtem natur i natką pietr b/skórki 100 g (<b>MLE,</b>),</p>	<p>Selerowa z ziemniakami * ( ) 400 ml (<b>MLE, SEL,</b>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<b>GLU JĘCZ,</b>), Potrawka drobiowa ( ) 200 g (<b>GLUPSZ, SEL,</b>), Buraczki gotowane ( ) 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<b>GLU PSZ,</b>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz - dieta 150 g (<b>SOJ, MLE, SEL,</b>), Sałata zielona 20 g ,</p>
		<p><b>Posiłek nocny:</b> Rogal maślany 50g. 1 szt (<b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b>),</p>

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2079.53 kcal; Białko ogółem: 84.48 g; Tłuszcz: 44.88 g; Kw. tł. nasy.: 10.91 g; Węglowodany ogółem: 348.68 g; W tym cukry: 54.35 g; Błonnik pok.: 31.02 g; Sól: 6.16 g; WW: 31.72 Por; : 16.25 %; : 774.89 %; Ener. z T: 19.43 %; Ener. z Bł.: 2.98 %; K: 4127.6 mg;

<b>sobota 2024-04-27 Jadłospis dla diety: PUŁ- 4 Łatwo.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych</b>		
<p>Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (<b>GLU PSZ, MLE,</b>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<b>GLU PSZ,</b>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Szynka Królewicka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 50 g (<b>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW,</b>), Sałatka z pomidorów z jogurtem natur i natką pietr b/skórki 100 g (<b>MLE,</b>),</p>	<p>Selerowa z ziemniakami * ( ) 400 ml (<b>MLE, SEL,</b>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<b>GLU JĘCZ,</b>), Potrawka drobiowa ( ) 200 g (<b>GLUPSZ, SEL,</b>), Buraczki gotowane ( ) 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<b>GLU PSZ,</b>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz - dieta 150 g (<b>SOJ, MLE, SEL,</b>), Sałata zielona 20 g ,</p>
		<p><b>Posiłek nocny:</b> Rogal maślany 50g. 1 szt (<b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b>),</p>

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2079.53 kcal; Białko ogółem: 84.48 g; Tłuszcz: 44.88 g; Kw. tł. nasy.: 10.91 g; Węglowodany ogółem: 348.68 g; W tym cukry: 54.35 g; Błonnik pok.: 31.02 g; Sól: 6.16 g; WW: 31.72 Por; : 16.25 %; : 774.89 %; Ener. z T: 19.43 %; Ener. z Bł.: 2.98 %; K: 4127.6 mg;

<b>sobota 2024-04-27 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna</b>		
<p>Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 400 ml (<b>GLU PSZ, SEL,</b>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (<b>SOJ,</b>), Sałatka z pomidorów z olejem i natką pietr b/skórki 100 g ,</p>	<p>Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* ( ) 400 ml (<b>SEL,</b>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<b>GLU JĘCZ,</b>), Potrawka drobiowa ( ) 200 g (<b>GLUPSZ, SEL,</b>), Buraczki gotowane ( ) 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz - dieta (bez mleka) 150 g (<b>SOJ, SEL,</b>), Sałata zielona 20 g ,</p>
		<p><b>Posiłek nocny:</b> Chrupki kukurydziane 20 g ,</p>

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2099.61 kcal; Białko ogółem: 69.34 g; Tłuszcz: 64.39 g; Kw. tł. nasy.: 9.45 g; Węglowodany ogółem: 328.55 g; W tym cukry: 36.28 g; Błonnik pok.: 36.77 g; Sól: 7.47 g; WW: 29.18 Por; : 13.21 %; : 738.11 %; Ener. z T: 27.6 %; Ener. z Bł.: 3.5 %; K: 3536.3 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>niedziela 2024-04-28</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa</b>		
Kasza manna na mleku/p 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</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 smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Ser żółty 60 g ( <b>MLE,</b> ), Ogórek kiszony 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Pomidorowa z makaronem * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 200 g , Kotlet schabowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> ), Surówka z kapusty białej z olejem b/c ( ) 100 g , Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ), Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Kiełbasa Krakowska wieprzowa parzona grubo rozdrobniona wędzona w osłonce niejadalnej. 30 g ( <b>GOR,</b> ), Serek homo. naturalny 50 g ( <b>MLE,</b> ), Pomidor 90 g , Rukola 10 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Migdały 30 g ( <b>ORZ,</b> ), Pomarańcza 150 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2379.81 kcal; Białko ogółem: 109.92 g; Tłuszcz: 82.38 g; Kw. tł. nasy.: 22.37 g; Węglowodany ogółem: 314.87 g; W tym cukry: 52.88 g; Błonnik pok.: 31.13 g; Sól: 8.58 g; WW: 28.4 Por; : 18.48 %; : 903.58 %; Ener. z T: 31.15 %; Ener. z Bł.: 2.62 %; K: 4347.94 mg;		
<b>niedziela 2024-04-28</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>		
Kasza manna na mleku/p 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Ser żółty 50 g ( <b>MLE,</b> ), Ogórek kiszony 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Pomidorowa z makaronem * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 200 g , Schab pieczony w rękawie 100 g , Sos własny ( ) 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ), Surówka z kapusty białej z olejem b/c ( ) 100 g , Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Szyunka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g ( <b>SOJ,</b> ), Serek homo. naturalny 50 g ( <b>MLE,</b> ), Pomidor 90 g , Rukola 10 g ,
<b>II Śniadanie:</b> Jogurt naturalny z musem truskawkowym 150 g ( <b>MLE,</b> ),	<b>Podwieczorek:</b> Sałatka jarzynowa* 100 g ( <b>JAJ, MLE, SEL, GOR,</b> ),	<b>Posiłek nocny:</b> Migdały 30 g ( <b>ORZ,</b> ), Pomarańcza 150 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2353.18 kcal; Białko ogółem: 125.36 g; Tłuszcz: 75.78 g; Kw. tł. nasy.: 22.05 g; Węglowodany ogółem: 311.15 g; W tym cukry: 58.84 g; Błonnik pok.: 35.79 g; Sól: 8.54 g; WW: 27.56 Por; : 21.31 %; : 1179.78 %; Ener. z T: 28.98 %; Ener. z Bł.: 3.04 %; K: 5376.45 mg;		
<b>niedziela 2024-04-28</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna</b>		
Kasza manna na mleku/p 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt , Twarożek z koperkiem 80 g ( <b>MLE,</b> ), Warzywa pieczone (buraki, pietruszka, cukinia) 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Pomidorowa z makaronem * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 200 g , Schab pieczony w rękawie 100 g , Sos własny ( ) 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt , Szyunka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g ( <b>SOJ,</b> ), Serek homo. naturalny 50 g ( <b>MLE,</b> ), Pomidor b/skórki 90 g , Rukola 10 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Pomarańcza 150 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2105.08 kcal; Białko ogółem: 109.88 g; Tłuszcz: 54.25 g; Kw. tł. nasy.: 12.86 g; Węglowodany ogółem: 302.44 g; W tym cukry: 53.02 g; Błonnik pok.: 18.65 g; Sól: 5.08 g; WW: 28.44 Por; : 20.88 %; : 934.44 %; Ener. z T: 23.19 %; Ener. z Bł.: 1.77 %; K: 4185.19 mg;		
<b>niedziela 2024-04-28</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu</b>		
Kasza manna na mleku/p 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek z koperkiem 80 g ( <b>MLE,</b> ), Warzywa pieczone (buraki, pietruszka, cukinia) 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Pomidorowa z makaronem * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 200 g , Schab pieczony w rękawie 100 g , Sos własny ( ) 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Szyunka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g ( <b>SOJ,</b> ), Serek homo. naturalny 50 g ( <b>MLE,</b> ), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Banan 1szt. 1 szt ,

## Jadłospisy dla oddziałów

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2123.12 kcal; Białko ogółem: 110.68 g; Tłuszcz: 42.76 g; Kw. tł. nasy.: 10.49 g; Węglowodany ogółem: 332.56 g; W tym cukry: 78.25 g; Błonnik pok.: 19.32 g; Sól: 5.03 g; WW: 31.49 Por; : 20.85 %; : 843.76 %; Ener. z T: 18.13 %; Ener. z Bł.: 1.82 %; K: 4694.06 mg;

niedziela 2024-04-28		Jadłospis dla diety: PUŁ- 4 Łatwo.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych
Kasza manna na mleku/p 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLUPSZ.</b> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek z koperkiem 80 g ( <b>MLE.</b> ), Warzywa pieczone (buraki, pietruszka, cukinia) 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Pomidorowa z makaronem * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Schab pieczony w rękawie 100 g , Sos własny () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLUPSZ.</b> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Szyunka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g ( <b>SOJ.</b> ), Serek homo. naturalny 50 g ( <b>MLE.</b> ), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Banan 1szt. 1 szt ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2123.12 kcal; Białko ogółem: 110.68 g; Tłuszcz: 42.76 g; Kw. tł. nasy.: 10.49 g; Węglowodany ogółem: 332.56 g; W tym cukry: 78.25 g; Błonnik pok.: 19.32 g; Sól: 5.03 g; WW: 31.49 Por; : 20.85 %; : 843.76 %; Ener. z T: 18.13 %; Ener. z Bł.: 1.82 %; K: 4694.06 mg;

niedziela 2024-04-28		Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna
Kasza manna na wywarze jarzynowym* 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLUPSZ.</b> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g ( <b>SOJ.</b> ), Warzywa pieczone (buraki, pietruszka, cukinia) 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Schab pieczony w rękawie 100 g , Sos własny () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLUPSZ.</b> ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Szyunka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g ( <b>SOJ.</b> ), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> Kisiel o smaku wiśniowym b/c 150 ml ,		<b>Posiłek nocny:</b> Pomarańcza 150 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1909.37 kcal; Białko ogółem: 85.36 g; Tłuszcz: 44.08 g; Kw. tł. nasy.: 10.24 g; Węglowodany ogółem: 300.93 g; W tym cukry: 46.48 g; Błonnik pok.: 19.65 g; Sól: 6.23 g; WW: 28.2 Por; : 17.88 %; : 1041.59 %; Ener. z T: 20.78 %; Ener. z Bł.: 2.06 %; K: 3509.47 mg;