

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: SZPITAL PUŁAWY | | |
|---|---|--|
| Śniadanie - II Śniadanie | Obiad - Podwieczorek | Kolacja - Posiłek nocny |
| poniedziałek 2024-04-08 Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci | | |
| kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE</u>), Ogórek kiszony 100 g, | Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ryż na sypko (brązowy) 200 g, Sos jogurtowo-truskawkowy* 150 g (<u>MLE</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml, Mandarynka 2 szt, | Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 80 g (<u>SEL</u>), Pomidor 90 g, Roszponka 10 g, |
| II Śniadanie: Budyń o smaku waniliowym/p b/c 200 ml (<u>MLE</u>), | | Posiłek nocny: Rogal maślany 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2121.25 kcal; Białko ogółem: 80.79 g; Tłuszcz: 41.3 g; Kw. tł. nasy.: 8.97 g; Węglowodany ogółem: 368.08 g; W tym cukry: 85.52 g; Błonnik pok.: 32.27 g; Sól: 7.72 g; WW: 33.44 Por; : 15.23 %; : 63.32 %; Ener. z T: 17.52 %; Ener. z Bł.: 3.04 %; K: 4066.72 mg;

| | | |
|---|---|--|
| poniedziałek 2024-04-08 Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci | | |
| Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt, Szyńka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (<u>SOJ</u>), Warzywa pieczone 100 g, | Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ryż na sypko 200 g, Klopsik drobiowy z udźca 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 150 g, Mandarynka 2 szt, Kompot owocowy* z/c 250 ml, | Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 80 g (<u>SEL</u>), Pomidor b/skórki 90 g, Roszponka 10 g, |
| II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml, | | Posiłek nocny: Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 25 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona 10 g, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2320.12 kcal; Białko ogółem: 76.2 g; Tłuszcz: 62.73 g; Kw. tł. nasy.: 10.8 g; Węglowodany ogółem: 378.48 g; W tym cukry: 69.32 g; Błonnik pok.: 30.43 g; Sól: 6.22 g; WW: 34.8 Por; : 13.14 %; : 60 %; Ener. z T: 24.33 %; Ener. z Bł.: 2.62 %; K: 3686.51 mg;

| | | |
|---|--|--|
| poniedziałek 2024-04-08 Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci | | |
| kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt, Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatkiem mięsa wp 50 g (<u>SOJ, MLE</u>), Warzywa pieczone 100 g, | Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ryż na sypko 200 g, Sos jogurtowo-truskawkowy* 150 g (<u>MLE</u>), Mandarynka 2 szt, Kompot owocowy* z/c 250 ml, | Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 80 g (<u>SEL</u>), Pomidor b/skórki 90 g, Roszponka 10 g, |
| II Śniadanie: Budyń o smaku waniliowym/p b/c 200 ml (<u>MLE</u>), | | Posiłek nocny: Rogal maślany 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2307.09 kcal; Białko ogółem: 80.79 g; Tłuszcz: 52.01 g; Kw. tł. nasy.: 9.37 g; Węglowodany ogółem: 390.73 g; W tym cukry: 88.26 g; Błonnik pok.: 22.1 g; Sól: 5.25 g; WW: 36.83 Por; : 14.01 %; : 63.91 %; Ener. z T: 20.29 %; Ener. z Bł.: 1.92 %; K: 4148.29 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: SZPITAL PUŁAWY | | |
|--|--|---|
| Śniadanie - II Śniadanie | Obiad - Podwieczorek | Kolacja - Posiłek nocny |
| wtorek 2024-04-09 Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci | | |
| Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (MLE, GLU JEĆZ.), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE.), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g , Salatką z pomidorów z cebulką i olejem 80 g , Salata lodowa 20 g , | Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Kotlec drobiowy panierowany 80 g (GLU PSZ, JAJ.), Surówka wykwintna z olejem b/c 100 g (JAJ, GOR.), Marchew oprószana z olejem* 100g (GLU PSZ.), Kompot owocowy* z/c 250 ml , | Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.), Surówka z rzodkwi i czarnuszki 80 g , Mix салат 20 g , |
| II Śniadanie: Jogurt naturalny z musem jabłkowym b/c 150 g (MLE.), | | Posiłek nocny: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2091.51 kcal; Białko ogółem: 86.64 g; Tłuszcz: 65.39 g; Kw. tł. nasy.: 11.15 g; Węglowodany ogółem: 303.91 g; W tym cukry: 50.07 g; Błonnik pok.: 30.66 g; Sól: 7.48 g; WW: 27.35 Por; : 16.57 %; : 52.26 %; Ener. z T: 28.14 %; Ener. z Bł.: 2.93 %; K: 4232.96 mg;

| | | |
|---|--|---|
| wtorek 2024-04-09 Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci | | |
| Płatki jęczminne na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL, GLU JEĆZ.), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g , Dynia z wody 80 g , Salata lodowa 20 g , | Jarzynowa z zacierką *-dieta (bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL.), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Filet z kurczaka gotowany 80 g , Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml (GLU PSZ.), Marchew oprószana z olejem* 150 g (GLU PSZ.), Kompot owocowy* z/c 250 ml , | Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.), Pomidor b/skórki 80 g , Mix салат 20 g , |
| II Śniadanie: Wafle ryżowe 30 g , | | Posiłek nocny: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1742.38 kcal; Białko ogółem: 76.67 g; Tłuszcz: 33.61 g; Kw. tł. nasy.: 7.55 g; Węglowodany ogółem: 293.92 g; W tym cukry: 25.25 g; Błonnik pok.: 25.79 g; Sól: 6.7 g; WW: 26.82 Por; : 17.6 %; : 61.55 %; Ener. z T: 17.36 %; Ener. z Bł.: 2.96 %; K: 3301.18 mg;

| | | |
|---|---|---|
| wtorek 2024-04-09 Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci | | |
| Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (MLE, GLU JEĆZ.), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE.), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g , Dynia z wody 80 g , Salata lodowa 20 g , | Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Filet z kurczaka gotowany 80 g , Sos pietruszkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Marchew oprószana z olejem* 150 g (GLU PSZ.), Kompot owocowy* z/c 250 ml , | Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.), Pomidor b/skórki 80 g , Mix салат 20 g , |
| II Śniadanie: Jogurt naturalny z musem jabłkowym b/c 150 g (MLE.), | | Posiłek nocny: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1872.29 kcal; Białko ogółem: 91.99 g; Tłuszcz: 38.21 g; Kw. tł. nasy.: 9.18 g; Węglowodany ogółem: 300.86 g; W tym cukry: 50.14 g; Błonnik pok.: 24.27 g; Sól: 7.34 g; WW: 27.66 Por; : 19.65 %; : 59.09 %; Ener. z T: 18.37 %; Ener. z Bł.: 2.59 %; K: 4149.97 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: SZPITAL PUŁAWY | | |
|---|---|--|
| Śniadanie - II Śniadanie | Obiad - Podwieczorek | Kolacja - Posiłek nocny |
| środa 2024-04-10 Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci | | |
| Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU OW</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u>), Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (<u>SOJ, SEL</u>), Pomidor 90 g, Rukola 10 g, | Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Kasza gryczana 200 g, Pieczeń rzymska drobiowa z indyka 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Surówka z marchwi i migdałów () b/c 150 g (<u>MLE, ORZ</u>), Gruszka 1szt. 150 g, Kompot owocowy* z/c 250 ml, | Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</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, Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny* 80 g (<u>RYB, SEL</u>), Sałata zielona 20 g, |
| II Śniadanie: Sałatka jarzynowa* 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR</u>), | | Posiłek nocny: Przecier owocowy jabłko 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE</u>), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2352.72 kcal; Białko ogółem: 106.14 g; Tłuszcz: 51.31 g; Kw. tł. nasy.: 9.69 g; Węglowodany ogółem: 383.76 g; W tym cukry: 79.3 g; Błonnik pok.: 40.12 g; Sól: 6.91 g; WW: 34.3 Por; : 18.04 %; : 58.42 %; Ener. z T: 19.63 %; Ener. z Bl.: 3.41 %; K: 4914.57 mg;

| środa 2024-04-10 Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci | | |
|---|--|---|
| Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL, GLU OW</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt, Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (<u>SOJ, SEL</u>), Pomidor b/skórki 90 g, Sałata zielona 10 g, | Ziemniaczana *(bez mleka) () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>), Pieczeń rzymska drobiowa z indyka 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Cukinia gotowana z pomidorami* 150 g, Banan 1szt. 1 szt, Kompot owocowy* z/c 250 ml, | Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny* 80 g (<u>RYB, SEL</u>), Sałata zielona 20 g, |
| II Śniadanie: Sałatka jarzynowa z olejem* 100 g (<u>SEL</u>), | | Posiłek nocny: Przecier owocowy jabłko 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE</u>), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2299.25 kcal; Białko ogółem: 79.93 g; Tłuszcz: 52.14 g; Kw. tł. nasy.: 9.04 g; Węglowodany ogółem: 390.45 g; W tym cukry: 80.31 g; Błonnik pok.: 29.67 g; Sól: 5.94 g; WW: 36.12 Por; : 13.91 %; : 62.76 %; Ener. z T: 20.41 %; Ener. z Bl.: 2.58 %; K: 4383.46 mg;

| środa 2024-04-10 Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci | | |
|---|--|---|
| Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU OW</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt, Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u>), Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (<u>SOJ, SEL</u>), Pomidor b/skórki 90 g, Sałata zielona 10 g, | Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>), Pieczeń rzymska drobiowa z indyka 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Cukinia gotowana z pomidorami* 150 g, Banan 1szt. 1 szt, Kompot owocowy* z/c 250 ml, | Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny* 80 g (<u>RYB, SEL</u>), Sałata zielona 20 g, |
| II Śniadanie: Sałatka jarzynowa* dieta 100 g (<u>MLE, SEL</u>), | | Posiłek nocny: Przecier owocowy jabłko 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE</u>), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2417.55 kcal; Białko ogółem: 101.33 g; Tłuszcz: 44.8 g; Kw. tł. nasy.: 8.81 g; Węglowodany ogółem: 415.51 g; W tym cukry: 103.94 g; Błonnik pok.: 28.78 g; Sól: 6.06 g; WW: 38.72 Por; : 16.77 %; : 63.99 %; Ener. z T: 16.68 %; Ener. z Bl.: 2.38 %; K: 5143.11 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: SZPITAL PUŁAWY | | |
|--|--|--|
| Śniadanie - II Śniadanie | Obiad - Podwieczorek | Kolacja - Posiłek nocny |
| czwartek 2024-04-11 | | |
| Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci | | |
| Kasza manna na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Pasztet z fasoli* 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>), Salatką z ogórka kons. i papryki konserwowej 100 g (<u>GOR,</u>), | Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese z łop wp* 350 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Surówka z rzepy białej i jabłka () 150 g (<u>MLE,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml , | Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek 50 g (<u>MLE,</u>), Poledwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g , |
| II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>), | | Posiłek nocny: Napój owsiany bez cukru 0,33l 1 szt (<u>GLU OW, może zawierać: SOJ, ORZ,</u>), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2353.26 kcal; Białko ogółem: 104.8 g; Tłuszcz: 67.37 g; Kw. tł. nasy.: 15.99 g; Węglowodany ogółem: 342.29 g; W tym cukry: 59.79 g; Błonnik pok.: 34.98 g; Sól: 7.18 g; WW: 30.77 Por; : 17.81 %; : 52.23 %; Ener. z T: 25.76 %; Ener. z Bł.: 2.97 %; K: 4319.57 mg;

| | | |
|--|--|---|
| czwartek 2024-04-11 | | |
| Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci | | |
| Kasza manna na wywarze jarzynowym* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt , Śniadaniowa drobiowo- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ,</u>), Ćwikła z jabłkiem () 90 g , Roszponka 10 g , | Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Makaron z sosem bolognese z łop wp-dieta* 350 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml , | Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ,</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g , |
| II Śniadanie: Ryż z jabłkiem prażonym 150 g , | | Posiłek nocny: Napój owsiany bez cukru 0,33l 1 szt (<u>GLU OW, może zawierać: SOJ, ORZ,</u>), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2157.69 kcal; Białko ogółem: 79.54 g; Tłuszcz: 54.26 g; Kw. tł. nasy.: 11.92 g; Węglowodany ogółem: 346.79 g; W tym cukry: 46.45 g; Błonnik pok.: 20.15 g; Sól: 5.98 g; WW: 32.7 Por; : 14.74 %; : 60.55 %; Ener. z T: 22.63 %; Ener. z Bł.: 1.87 %; K: 2796.25 mg;

| | | |
|--|--|---|
| czwartek 2024-04-11 | | |
| Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci | | |
| Kasza manna na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Blok drobiowy- wędlna dro. parzona z dodatkiem mięsa wp 50 g (<u>SOJ, MLE,</u>), Ćwikła z jabłkiem () 90 g , Roszponka 10 g , | Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Makaron z sosem bolognese z łop wp-dieta* 350 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml , | Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek 50 g (<u>MLE,</u>), Poledwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g , |
| II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>), | | Posiłek nocny: Napój owsiany bez cukru 0,33l 1 szt (<u>GLU OW, może zawierać: SOJ, ORZ,</u>), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2186.96 kcal; Białko ogółem: 102.17 g; Tłuszcz: 49.58 g; Kw. tł. nasy.: 10.68 g; Węglowodany ogółem: 339.04 g; W tym cukry: 54.92 g; Błonnik pok.: 18.72 g; Sól: 6.57 g; WW: 32.05 Por; : 18.69 %; : 58.59 %; Ener. z T: 20.4 %; Ener. z Bł.: 1.71 %; K: 3630.54 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: SZPITAL PUŁAWY | | |
|--|--|---|
| Śniadanie - II Śniadanie | Obiad - Podwieczorek | Kolacja - Posiłek nocny |
| piątek 2024-04-12 Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci | | |
| 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>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (<u>MLE,</u>), Powidła śliwkowe 25 g, Jabłko 1 szt 1 szt, | Krupnik jęczmienny* 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Ryba smażona (Morszczuk) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>), Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 100 g, Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml, | Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 80 g (<u>JAJ, MLE, GOR,</u>), Papryka świeża 80 g, Salata zielona 20 g, |
| II Śniadanie: Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 200 ml, | | Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2298.83 kcal; Białko ogółem: 95.31 g; Tłuszcz: 63.64 g; Kw. tł. nasy.: 11.43 g; Węglowodany ogółem: 352.97 g; W tym cukry: 82.43 g; Błonnik pok.: 34.31 g; Sól: 7.59 g; WW: 31.92 Por; : 16.58 %; : 55.45 %; Ener. z T: 24.92 %; Ener. z Bł.: 2.99 %; K: 4844.89 mg;

| | | |
|---|---|--|
| piątek 2024-04-12 Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci | | |
| Zacierka na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Polędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 50 g (<u>SOJ,</u>), Dżem 25 g 1 szt, Jabłko pieczone 1szt. 1 szt, | Krupnik jęczmienny (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL, GLU JĘCZ,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Ryba pieczona (Morszczuk) 80 g (<u>RYB,</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 natką pietruszki - dieta (bez mleka) 80 g (<u>JAJ,</u>), Sałatka z pomidorów z olejem i natką pietr 100 g, |
| II Śniadanie: Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 200 ml, | | Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1991.01 kcal; Białko ogółem: 80.61 g; Tłuszcz: 47.67 g; Kw. tł. nasy.: 9.46 g; Węglowodany ogółem: 323.78 g; W tym cukry: 66.83 g; Błonnik pok.: 26.27 g; Sól: 6.75 g; WW: 29.82 Por; : 16.19 %; : 59.77 %; Ener. z T: 21.55 %; Ener. z Bł.: 2.64 %; K: 4065.27 mg;

| | | |
|---|--|--|
| piątek 2024-04-12 Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci | | |
| Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (<u>MLE,</u>), Dżem 25 g 1 szt, Jabłko pieczone 1szt. 1 szt, | Krupnik jęczmienny* 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Ryba pieczona (Morszczuk) 80 g (<u>RYB,</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 natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>), Sałatka z pomidorów z jogurtem natur i natką pietr b/skórki 100 g (<u>MLE,</u>), |
| II Śniadanie: Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 200 ml, | | Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2104.65 kcal; Białko ogółem: 95.18 g; Tłuszcz: 43.7 g; Kw. tł. nasy.: 9.39 g; Węglowodany ogółem: 346.92 g; W tym cukry: 84.39 g; Błonnik pok.: 25.51 g; Sól: 6.02 g; WW: 32.21 Por; : 18.09 %; : 61.09 %; Ener. z T: 18.69 %; Ener. z Bł.: 2.42 %; K: 4699.3 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: SZPITAL PUŁAWY | | |
|---|--|---|
| Śniadanie - II Śniadanie | Obiad - Podwieczorek | Kolacja - Posiłek nocny |
| sobota 2024-04-13 Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci | | |
| Plátky owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU OW</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Szynka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g , | Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ryż na sypko (brązowy) 200 g , Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g (<u>SEL</u>), Surówka z marchwi b/c () 150 g (<u>MLE</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml , | Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Salátka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową 150 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, GOR</u>), Salata zielona 20 g , |
| II Śniadanie: Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JEĆZ</u>), | | Posiłek nocny: Kanapka z serkiem naturalnym i pomidorem (chleb graham 60g, masło 5g, serek śniadaniowy 25g, pomidor 15g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE</u>), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2329.05 kcal; Białko ogółem: 86.64 g; Tłuszcz: 60.95 g; Kw. tł. nasy.: 14.02 g; Węglowodany ogółem: 380.88 g; W tym cukry: 57.12 g; Błonnik pok.: 41.88 g; Sól: 8.67 g; WW: 33.91 Por: : 14.88 %; : 58.22 %; Ener. z T: 23.55 %; Ener. z Bł.: 3.6 %; K: 3864.33 mg;

| | | |
|--|---|--|
| sobota 2024-04-13 Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci | | |
| Plátky owsiane na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL, GLU OW</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 , Szynka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>), Pasta warzywna* 100 g (<u>SEL</u>), | Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)*() 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ryż na sypko 200 g , Potrawka drobiowa z warzywami * 180 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Buraczki oprószane () 150 g (<u>GLU PSZ</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml , | Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Salátka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową- dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL</u>), Salata zielona 20 g , |
| II Śniadanie: Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ</u>), | | Posiłek nocny: Kanapka z szynką i pomidorem (bułka pszenna 45g, tłuszcz 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ</u>), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2201.07 kcal; Białko ogółem: 77.95 g; Tłuszcz: 49.1 g; Kw. tł. nasy.: 8.4 g; Węglowodany ogółem: 375.35 g; W tym cukry: 33.72 g; Błonnik pok.: 28.6 g; Sól: 7.44 g; WW: 34.61 Por: : 14.17 %; : 63.01 %; Ener. z T: 20.08 %; Ener. z Bł.: 2.6 %; K: 3074.91 mg;

| | | |
|---|---|--|
| sobota 2024-04-13 Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci | | |
| Plátky owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU OW</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Szynka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>), Pasta warzywna* 100 g (<u>SEL</u>), | Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ryż na sypko 200 g , Potrawka drobiowa z warzywami * 180 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Buraczki oprószane () 150 g (<u>GLU PSZ</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml , | Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Salátka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową- dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL</u>), Salata zielona 20 g , |
| II Śniadanie: Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JEĆZ</u>), | | Posiłek nocny: Kanapka z serkiem naturalnym i pomidorem (bułka pszenna 45g, masło 5g, serek śniadaniowy 25g, pomidor 15g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE</u>), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2330.34 kcal; Białko ogółem: 90.17 g; Tłuszcz: 52.53 g; Kw. tł. nasy.: 11.84 g; Węglowodany ogółem: 394.59 g; W tym cukry: 60.01 g; Błonnik pok.: 27.01 g; Sól: 7.53 g; WW: 36.73 Por: : 15.48 %; : 63.09 %; Ener. z T: 20.29 %; Ener. z Bł.: 2.32 %; K: 3645.33 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: SZPITAL PUŁAWY | | |
|--|---|---|
| Śniadanie - II Śniadanie | Obiad - Podwieczorek | Kolacja - Posiłek nocny |
| niedziela 2024-04-14 Jadłospis dla diety: PUŁ- P1 Podstawowa dzieci | | |
| Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (MLE, GLU JEĆZ.), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g, Rzodkiew biała 80 g, Mix sałat 20 g, | Pomidorowa z zacierką * 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Kotlet schabowy 100 g (GLUPSZ, JAJ.), Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (SEL.), Fasolka szparagowa z wody* 100 g, Kompot owocowy* z/c 250 ml, | Kakao/p 250 ml (MLE.), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE.), Szynekowa konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.), Mandarynka 2 szt, |
| II Śniadanie: Maślanka 150 ml (MLE.), | | Posiłek nocny: Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2195.64 kcal; Białko ogółem: 107.8 g; Tłuszcz: 53.21 g; Kw. tł. nasy.: 11.67 g; Węglowodany ogółem: 337.06 g; W tym cukry: 80.72 g; Błonnik pok.: 33.08 g; Sól: 8.52 g; WW: 30.5 Por; : 19.64 %; : 55.38 %; Ener. z T: 21.81 %; Ener. z Bł.: 3.01 %; K: 5194.09 mg;

| | | |
|---|---|---|
| niedziela 2024-04-14 Jadłospis dla diety: PUŁ- P15 Bezmleczna dzieci | | |
| Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL, GLU JEĆZ.), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g, Cukinia pieczona z olejem * 100 g, | Pomidorowa z zacierką (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL.), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Schab pieczony w rękawie 100 g, Sos własny () 100 ml (GLUPSZ, SEL.), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (SEL.), Kompot owocowy* z/c 250 ml, | Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Szynekowa konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ.), Mandarynka 2 szt, |
| II Śniadanie: Kisiel o smaku wiśniowym b/c 150 ml, | | Posiłek nocny: Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1985.56 kcal; Białko ogółem: 90.18 g; Tłuszcz: 45.19 g; Kw. tł. nasy.: 10.36 g; Węglowodany ogółem: 317.22 g; W tym cukry: 67.94 g; Błonnik pok.: 25.22 g; Sól: 7.18 g; WW: 29.11 Por; : 18.17 %; : 58.83 %; Ener. z T: 20.48 %; Ener. z Bł.: 2.54 %; K: 4199.46 mg;

| | | |
|--|---|--|
| niedziela 2024-04-14 Jadłospis dla diety: PUŁ- P2 Łatwo strawna dzieci | | |
| Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (MLE, GLU JEĆZ.), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt, Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g, Cukinia pieczona z olejem * 100 g, | Pomidorowa z zacierką * 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Schab pieczony w rękawie 100 g, Sos własny () 100 ml (GLUPSZ, SEL.), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (SEL.), Kompot owocowy* z/c 250 ml, | Kakao/p 250 ml (MLE.), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE.), Szynekowa konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.), Mandarynka 2 szt, |
| II Śniadanie: Maślanka 150 ml (MLE.), | | Posiłek nocny: Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2225.45 kcal; Białko ogółem: 116.76 g; Tłuszcz: 54.72 g; Kw. tł. nasy.: 13.04 g; Węglowodany ogółem: 329.05 g; W tym cukry: 83.29 g; Błonnik pok.: 24.36 g; Sól: 7.46 g; WW: 30.41 Por; : 20.99 %; : 54.76 %; Ener. z T: 22.13 %; Ener. z Bł.: 2.19 %; K: 5274.96 mg;