

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2024-04-29		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (MLE, GLU JECZ.), 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 smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,	Brokułowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL.), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Gulasz warzywny z ciecierzycą * 150 g (GLU PSZ, SEL.), Surówka z marchwi b/c () 150 g (MLE.), Gruszka 1szt. 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE.), Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Smoothie (jabłko, szpinak) 200 g ,		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1868.94 kcal; Białko ogółem: 71.93 g; Tłuszcz: 37.31 g; Kw. tł. nasy.: 10.05 g; Węglowodany ogółem: 330.14 g; W tym cukry: 63.58 g; Błonnik pok.: 37.9 g; Sól: 9.84 g; WW: 29.24 Por; : 15.39 %; : 848.14 %; Ener. z T: 17.96 %; Ener. z Bt.: 4.06 %; K: 4226.71 mg;

poniedziałek 2024-04-29		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
Płatki jęczmienna na mleku /p 250 ml (MLE, GLU JECZ.), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.), Pomidor 80 g , Roszponka 20 g ,	Brokułowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL.), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (GLU PSZ, SEL.), Surówka z marchwi () drobno tarta 150 g (MLE.), Banan 120 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE.), Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Smoothie (jabłko, szpinak) 200 g ,		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1831.43 kcal; Białko ogółem: 69.23 g; Tłuszcz: 38.36 g; Kw. tł. nasy.: 10.13 g; Węglowodany ogółem: 317.97 g; W tym cukry: 69.52 g; Błonnik pok.: 29.49 g; Sól: 8.35 g; WW: 28.94 Por; : 15.12 %; : 847.7 %; Ener. z T: 18.85 %; Ener. z Bt.: 3.22 %; K: 4229.68 mg;

poniedziałek 2024-04-29		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (MLE, GLU JECZ.), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,	Brokułowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL.), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Gulasz warzywny z ciecierzycą * 150 g (GLU PSZ, SEL.), Surówka z marchwi b/c () 150 g (MLE.), Gruszka 1szt. 150 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE.), Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Smoothie (jabłko, szpinak) 200 g ,	Podwieczorek: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.),	Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml , Orzechy włoskie łuskane 10 g (ORZ.),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1959.7 kcal; Białko ogółem: 81.62 g; Tłuszcz: 46.64 g; Kw. tł. nasy.: 10.71 g; Węglowodany ogółem: 324.19 g; W tym cukry: 58.1 g; Błonnik pok.: 40.95 g; Sól: 9.59 g; WW: 28.36 Por; : 16.66 %; : 916.65 %; Ener. z T: 21.42 %; Ener. z Bt.: 4.18 %; K: 4671.99 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2024-04-30		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE₁</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyunka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (<u>SOJ₁</u>), Sałata zielona 20 g , Talarki z marchewki 80 g ,	Pieczarkowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL₁</u>), Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Szyunka wieprzowa pieczona 80 g , Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ₁</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g , Dynia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₁</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyunka wiśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (<u>SOJ₁</u>), Sałatka z pomidora i ogórka z cebulą 80 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE₁</u>),		Posiłek nocny: Jabłko 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1963.47 kcal; Białko ogółem: 95.88 g; Tłuszcz: 42.07 g; Kw. tł. nasy.: 9.86 g; Węglowodany ogółem: 308.2 g; W tym cukry: 60.49 g; Błonnik pok.: 32.71 g; Sól: 8.02 g; WW: 27.54 Por; : 19.53 %; : 729.67 %; Ener. z T: 19.29 %; Ener. z Bł.: 3.33 %; K: 3969.68 mg;

wtorek 2024-04-30		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
kasza kukurydziana na ml/p 250 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₁</u>), Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyunka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (<u>SOJ₁</u>), Sałata zielona 20 g , Talarki z marchewki 80 g ,	Solferino * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL₁</u>), Makaron 200 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Szyunka wieprzowa gotowana 100 g , Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ₁</u>), Dynia duszona z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyunka wiśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (<u>SOJ₁</u>), Sałatka z pomidora i sałaty lodowej 100 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE₁</u>),		Posiłek nocny: Jabłko 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1986.55 kcal; Białko ogółem: 94.94 g; Tłuszcz: 44.62 g; Kw. tł. nasy.: 10.33 g; Węglowodany ogółem: 309.46 g; W tym cukry: 56.68 g; Błonnik pok.: 23.52 g; Sól: 7.43 g; WW: 28.56 Por; : 19.12 %; : 780.43 %; Ener. z T: 20.21 %; Ener. z Bł.: 2.37 %; K: 3817.35 mg;

wtorek 2024-04-30		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ₁</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyunka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (<u>SOJ₁</u>), Sałata zielona 20 g , Talarki z marchewki 80 g ,	Pieczarkowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL₁</u>), Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Szyunka wieprzowa gotowana 100 g , Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ₁</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyunka wiśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (<u>SOJ₁</u>), Sałatka z pomidora i ogórka z cebulą 80 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE₁</u>),	Podwieczorek: Warzywa pieczone 100 g , Dip ziołowy 10 g (<u>MLE₁</u>),	Posiłek nocny: Kanapka z twarożkiem i sałatą (chleb razowy 60g, tłuszcz 5g, twarożek 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>),

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2024-05-01 Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW.), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE.), Szyńka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ.), Kiwi (g) 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Zupa z soczewicy i ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, SEL.), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (GLU PSZ, JAJ.), Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.), Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g (GOR.), Buraczki oprószone () b/c 100 g (GLU PSZ.), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.), Papryka świeża 90 g , Rukola 10 g ,
II Śniadanie: Budyń o smaku śmietankowym z chipsami kokosowymi b/c 200 ml (MLE, SOJ.),		Posiłek nocny: Przecier owocowy jabłko-morela 120g 1 szt (może zawierać: MLE.),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2256.67 kcal; Białko ogółem: 97.82 g; Tłuszcz: 50.35 g; Kw. tł. nasy.: 12.81 g; Węglowodany ogółem: 368.23 g; W tym cukry: 81.65 g; Błonnik pok.: 34.15 g; Sól: 8.57 g; WW: 33.51 Por; : 17.34 %; : 938.38 %; Ener. z T: 20.08 %; Ener. z Bt.: 3.03 %; K: 5299.22 mg;

środa 2024-05-01 Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
Płatki owsiane na mleku/p 250 ml (MLE, GLU OW.), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE.), Szyńka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ.), Banan 120 g , Sałata zielona 20 g ,	Grysikowa * 400 ml (GLU PSZ, SEL.), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (GLU PSZ, JAJ.), Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.), Buraczki oprószone () 150 g (GLU PSZ.), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.), Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Budyń o smaku śmietankowym z chipsami kokosowymi b/c 200 ml (MLE, SOJ.),		Posiłek nocny: Przecier owocowy jabłko-morela 120g 1 szt (może zawierać: MLE.),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1981.4 kcal; Białko ogółem: 82.6 g; Tłuszcz: 37.46 g; Kw. tł. nasy.: 11.57 g; Węglowodany ogółem: 337.58 g; W tym cukry: 91.76 g; Błonnik pok.: 21.53 g; Sól: 6.07 g; WW: 31.64 Por; : 16.68 %; : 901.42 %; Ener. z T: 17.01 %; Ener. z Bt.: 2.17 %; K: 4236.57 mg;

środa 2024-05-01 Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW.), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE.), Szyńka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ.), Kiwi (g) 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Zupa z soczewicy i ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, SEL.), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (GLU PSZ, JAJ.), Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.), Sałatka szwedzka z olejem b/c 150 g (GOR.), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.), Papryka świeża 90 g , Rukola 10 g ,
II Śniadanie: Budyń o smaku śmietankowym z chipsami kokosowymi b/c 200 ml (MLE, SOJ.),	Podwieczorek: Sałatka z brokułu, oleju i koperku 100 g ,	Posiłek nocny: Kanapka z jajkiem i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, tłuszcz 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, JAJ.),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2381.21 kcal; Białko ogółem: 109.47 g; Tłuszcz: 64.8 g; Kw. tł. nasy.: 14.92 g; Węglowodany ogółem: 360.7 g; W tym cukry: 59.74 g; Błonnik pok.: 40.04 g; Sól: 9.54 g; WW: 32.14 Por; : 18.39 %; : 1046.82 %; Ener. z T: 24.49 %; Ener. z Bt.: 3.36 %; K: 5702.29 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2024-05-02		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE,</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 80 g (<u>MLE,</u>), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u>), Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 400 g (<u>SEL,</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>), Surówka z selera i jabłka z olejem () b/c 150 g (<u>SEL,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Tyrolska kiełbasa wieprzowa drobno rozdrobniona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>), Sałatka jarzynowa z olejem* 150 g (<u>SEL,</u>), Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Kanapka z szynką i sałatą (bułka pszenna 45g, tłuszcz do smarowania 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>),		Posiłek nocny: Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2583.15 kcal; Białko ogółem: 101.26 g; Tłuszcz: 77.53 g; Kw. tł. nasy.: 16.45 g; Węglowodany ogółem: 387.99 g; W tym cukry: 47.59 g; Błonnik pok.: 38.58 g; Sól: 7.34 g; WW: 35.02 Por; : 15.68 %; : 761.74 %; Ener. z T: 27.01 %; Ener. z Bł.: 2.99 %; K: 4667.96 mg;

czwartek 2024-05-02		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt , Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 400 g (<u>SEL,</u>), Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ,</u>), Seler z pietruszką gotowany z olejem () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Tyrolska kiełbasa wieprzowa drobno rozdrobniona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>), Sałatka jarzynowa z olejem* 150 g (<u>SEL,</u>), Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Kanapka z szynką i sałatą (bułka pszenna 45g, tłuszcz do smarowania 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>),		Posiłek nocny: Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2695.13 kcal; Białko ogółem: 103.43 g; Tłuszcz: 82.04 g; Kw. tł. nasy.: 16.88 g; Węglowodany ogółem: 401.29 g; W tym cukry: 50.3 g; Błonnik pok.: 32.74 g; Sól: 6.99 g; WW: 36.87 Por; : 15.35 %; : 806.51 %; Ener. z T: 27.4 %; Ener. z Bł.: 2.43 %; K: 4596.88 mg;

czwartek 2024-05-02		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Makaron pełnoziarnisty na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 80 g (<u>MLE,</u>), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u>), Risotto (ryż brązowy) z mięsem wieprz i warzywami* 400 g (<u>SEL,</u>), Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ,</u>), Surówka z selera i jabłka z olejem () b/c 150 g (<u>SEL,</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Tyrolska kiełbasa wieprzowa drobno rozdrobniona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>), Sałatka jarzynowa z olejem* 150 g (<u>SEL,</u>), Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, tłuszcz do smarowania 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>),	Podwieczorek: Koktajl z jagód * b/c 250 g (<u>MLE,</u>),	Posiłek nocny: Kanapka z szynką i pomidorem (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2716.19 kcal; Białko ogółem: 116.94 g; Tłuszcz: 87.39 g; Kw. tł. nasy.: 22.82 g; Węglowodany ogółem: 391.9 g; W tym cukry: 56.2 g; Błonnik pok.: 56.4 g; Sól: 8.53 g; WW: 33.67 Por; : 17.22 %; : 893.19 %; Ener. z T: 28.96 %; Ener. z Bł.: 4.15 %; K: 5746.34 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2024-05-03		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE,), Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ,), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Ser żółty 50 g (MLE,), Miód (25g) 1 szt , Jabłko 150 g ,	Dyniowa z makaronem* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba smażona (Morszczuk) 90 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,), Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () b/c 100 g , Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ,), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g ,
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE,),		Posiłek nocny: Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2425.88 kcal; Białko ogółem: 106.57 g; Tłuszcz: 70.56 g; Kw. tł. nasy.: 19.39 g; Węglowodany ogółem: 357.2 g; W tym cukry: 77.48 g; Błonnik pok.: 30.89 g; Sól: 7.38 g; WW: 32.59 Por; : 17.57 %; : 751.69 %; Ener. z T: 26.18 %; Ener. z Bł.: 2.55 %; K: 4629.92 mg;

piątek 2024-05-03		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE,), Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ,), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt , Twaróg półtłusty 50 g (MLE,), Miód (25g) 1 szt , Jabłko 150 g ,	Dyniowa z makaronem* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba gotowana (Morszczuk) 80 g (RYB,), Szpinak gotowany 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 smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g ,
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE,),		Posiłek nocny: Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2194.69 kcal; Białko ogółem: 101.5 g; Tłuszcz: 48.56 g; Kw. tł. nasy.: 10.88 g; Węglowodany ogółem: 349.4 g; W tym cukry: 76.54 g; Błonnik pok.: 22.25 g; Sól: 5.32 g; WW: 32.72 Por; : 18.5 %; : 807.42 %; Ener. z T: 19.92 %; Ener. z Bł.: 2.03 %; K: 4413.57 mg;

piątek 2024-05-03		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE,), Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ,), Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twaróg półtłusty 80 g (MLE,), Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Dyniowa z makaronem* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba gotowana (Morszczuk) 80 g (RYB,), Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () b/c 100 g , Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ,), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g ,
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE,),	Podwieczorek: Kanapka z serem żółtym i sałatą (chleb razowy 60g, tłuszcz do smarowania 5g, ser żółty 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE,),	Posiłek nocny: Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt ,

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2024-05-04		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
Ryż na mleku/p 400 ml (MLE₁), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLUPSZ, SOJ, MLE₁), Chleb Graham 50 g (GLUPSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Parówki cieszynki- węd. wp. homog. wędz. parz 80 g (SOJ, SEL₁), Musztarda 10 g (GOR₁), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i słonecznikiem z olejem* 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLUPSZ, SEL₁), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ₁), Wątróbka wieprzowa duszona w sosie własnym 180 g (GLUPSZ₁), Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g , Fasolka szparagowa z wody* 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT₁), Chleb Graham 50 g (GLUPSZ₁), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 50 g (MLE₁), Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ₁), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml ,		Posiłek nocny: Gruszka 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2514.56 kcal; Białko ogółem: 108.05 g; Tłuszcz: 78.86 g; Kw. tł. nasy.: 16.1 g; Węglowodany ogółem: 359.32 g; W tym cukry: 69.54 g; Błonnik pok.: 34.98 g; Sól: 10.08 g; WW: 32.59 Por; : 17.19 %; : 783.57 %; Ener. z T: 28.22 %; Ener. z Bł.: 2.78 %; K: 3829.33 mg;

sobota 2024-05-04		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
Ryż na mleku/p 400 ml (MLE₁), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT₁), Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLUPSZ, SOJ, MLE₁), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt , Szynka Familijna wieprzowa, z dodatkiem wody i białka wp z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE₁), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i olejem* 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Selerowa z ziemniakami (*) 400 ml (MLE, SEL₁), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ₁), Gulasz wieprzowy-dieta 180 g (GLUPSZ₁), Fasolka szparagowa z wody* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ₁), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 50 g (MLE₁), Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ₁), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml ,		Posiłek nocny: Gruszka 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2202.54 kcal; Białko ogółem: 97.27 g; Tłuszcz: 52.69 g; Kw. tł. nasy.: 11.88 g; Węglowodany ogółem: 347.9 g; W tym cukry: 70.61 g; Błonnik pok.: 28.96 g; Sól: 7.47 g; WW: 32.05 Por; : 17.67 %; : 735.39 %; Ener. z T: 21.53 %; Ener. z Bł.: 2.63 %; K: 3786.23 mg;

sobota 2024-05-04		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Ryż pełnoziarnisty na mleku/p 400 ml (MLE₁), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (GLUPSZ₁), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLUPSZ₁), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka Familijna wieprzowa, z dodatkiem wody i białka wp z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE₁), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i słonecznikiem z olejem* 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLUPSZ, SEL₁), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ₁), Gulasz wieprzowy-dieta 180 g (GLUPSZ₁), Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g , Fasolka szparagowa z wody* 100 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (GLUPSZ₁), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 50 g (MLE₁), Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ₁), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml ,	Podwieczorek: Chleb Graham 25 g (GLUPSZ₁), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 0.50 szt, Twarożek 30 g (MLE₁), Pomidor 15 g ,	Posiłek nocny: Gruszka 150 g , Migdały 10 g (ORZ₁),

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2024-05-05		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW,), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 80 g (MLE,), Papryka świeża 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL,), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 120 g , Surówka Colesław b/c () 100 g (JAJ, MLE, GOR,), Brokuł gotowany* 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g ,
II Śniadanie: Surówka z marchwi i jabłka b/c () 150 g (MLE,),		Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE,),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2111.77 kcal; Białko ogółem: 107.8 g; Tłuszcz: 59.55 g; Kw. tł. nasy.: 15.79 g; Węglowodany ogółem: 302.08 g; W tym cukry: 66.2 g; Błonnik pok.: 34.46 g; Sól: 7.33 g; WW: 26.83 Por; : 20.42 %; : 771.58 %; Ener. z T: 25.38 %; Ener. z Bt.: 3.26 %; K: 4910.62 mg;

niedziela 2024-05-05		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW,), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt , Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (MLE,), Sałata zielona 20 g , Jabłko 150 g ,	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL,), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 120 g , Brokuł gotowany* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g ,
II Śniadanie: Surówka z marchwi i jabłka b/c () 150 g (MLE,),		Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE,),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2213.53 kcal; Białko ogółem: 109.42 g; Tłuszcz: 62.06 g; Kw. tł. nasy.: 16.66 g; Węglowodany ogółem: 318.74 g; W tym cukry: 74.39 g; Błonnik pok.: 28.66 g; Sól: 6.34 g; WW: 28.98 Por; : 19.77 %; : 877.85 %; Ener. z T: 25.23 %; Ener. z Bt.: 2.59 %; K: 4776.57 mg;

niedziela 2024-05-05		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW,), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 80 g (MLE,), Papryka świeża 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL,), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 120 g , Surówka Colesław b/c () 100 g (JAJ, MLE, GOR,), Brokuł gotowany* 100 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g ,
II Śniadanie: Surówka z marchwi i jabłka b/c () 150 g (MLE,),	Podwieczorek: Koktajl wieloowocowy* b/c 200 ml (MLE,),	Posiłek nocny: Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE,),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2189.59 kcal; Białko ogółem: 122.62 g; Tłuszcz: 65.71 g; Kw. tł. nasy.: 19.47 g; Węglowodany ogółem: 297.19 g; W tym cukry: 67.86 g; Błonnik pok.: 38.54 g; Sól: 7.34 g; WW: 25.93 Por; : 22.4 %; : 1026.88 %; Ener. z T: 27.01 %; Ener. z Bt.: 3.52 %; K: 5792.3 mg;