

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2024-04-08		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 60 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,
		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2001.05 kcal; Białko ogółem: 74.34 g; Tłuszcz: 41.15 g; Kw. tł. nasy.: 8.83 g; Węglowodany ogółem: 344.4 g; W tym cukry: 66.78 g; Błonnik pok.: 32.56 g; Sól: 7.64 g; WW: 31.05 Por.: 14.86 %; : 62.34 %; Ener. z T: 18.51 %; Ener. z Bł.: 3.25 %; K: 3690.12 mg;

poniedziałek 2024-04-08		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU JECZ</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Blok drobiowy- wędlna dro. parzona z dodatkiem mięsa wp 50 g (<u>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*b/c 150 g (<u>MLE</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml, Mandarynka 2 szt,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Chleb Graham 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 90 g, Roszponka 10 g,
II Śniadanie: Budyń o smaku waniliowym/p b/c 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Chleb Graham 25 g (<u>GLU PSZ</u>), Hummus 30 g (<u>SEZ</u>), Pomidor 15 g,	Posiłek nocny: Chleb Graham 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: 2113.4 kcal; Białko ogółem: 86.8 g; Tłuszcz: 47.83 g; Kw. tł. nasy.: 9.99 g; Węglowodany ogółem: 349.52 g; W tym cukry: 77.51 g; Błonnik pok.: 39.12 g; Sól: 9.1 g; WW: 31 Por.: 16.43 %; : 58.75 %; Ener. z T: 20.37 %; Ener. z Bł.: 3.7 %; K: 4416.7 mg;

poniedziałek 2024-04-08		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
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- wędlna 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 90 g, Roszponka 10 g,
		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2162.03 kcal; Białko ogółem: 73.75 g; Tłuszcz: 51.73 g; Kw. tł. nasy.: 9.19 g; Węglowodany ogółem: 361.59 g; W tym cukry: 69.63 g; Błonnik pok.: 22.1 g; Sól: 5.02 g; WW: 33.92 Por.: 13.64 %; : 62.81 %; Ener. z T: 21.54 %; Ener. z Bł.: 2.04 %; K: 3782.56 mg;

poniedziałek 2024-04-08		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
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 1 szt, Blok drobiowy- wędlna 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>), Jabłko pieczone 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, Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 80 g (<u>SEL</u>), Pomidor b/skórki 90 g, Roszponka 10 g,
		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2093.19 kcal; Białko ogółem: 73.12 g; Tłuszcz: 46.03 g; Kw. tł. nasy.: 7.91 g; Węglowodany ogółem: 357.17 g; W tym cukry: 65.66 g; Błonnik pok.: 21.26 g; Sól: 5 g; WW: 33.61 Por.: 13.97 %; : 64.19 %; Ener. z T: 19.79 %; Ener. z Bł.: 2.03 %; K: 3594.69 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-04-08			Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna
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,	
		Posiłek nocny: Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 25 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona 10 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2221.18 kcal; Białko ogółem: 76.14 g; Tłuszcz: 62.73 g; Kw. tł. nasy.: 10.8 g; Węglowodany ogółem: 353.76 g; W tym cukry: 52.33 g; Błonnik pok.: 30.41 g; Sól: 6.16 g; WW: 32.32 Por; : 13.71 %; : 58.23 %; Ener. z T: 25.42 %; Ener. z Bł.: 2.74 %; K: 3684.91 mg;

poniedziałek 2024-04-08			Jadłospis dla diety: PUŁ- WE Wegetariańska
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, Ser żółty 50 g (<u>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 z twardu z koperkiem 80 g (<u>MLE</u>), Pomidor 90 g, Roszponka 10 g,	
		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2044.22 kcal; Białko ogółem: 82.25 g; Tłuszcz: 46.16 g; Kw. tł. nasy.: 17.8 g; Węglowodany ogółem: 336.55 g; W tym cukry: 67.42 g; Błonnik pok.: 30.41 g; Sól: 7.44 g; WW: 30.53 Por; : 16.09 %; : 59.9 %; Ener. z T: 20.32 %; Ener. z Bł.: 2.98 %; K: 3393.5 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2006.51 kcal; Białko ogółem: 82.24 g; Tłuszcz: 63.19 g; Kw. tł. nasy.: 9.94 g; Węglowodany ogółem: 291.66 g; W tym cukry: 41.02 g; Błonnik pok.: 29.66 g; Sól: 7.32 g; WW: 26.25 Por; : 16.39 %; : 52.23 %; Ener. z T: 28.35 %; Ener. z Bł.: 2.96 %; K: 3965.96 mg;

wtorek 2024-04-09		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Plátky jęczmienna na mleku /p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU JEĆZ</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 drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g , Salátka z pomidorów z cebulką i olejem 80 g , Salata lodowa 20 g ,	Jarzynowa z zacierką*-dieta 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Fileć z kurczaka gotowany 80 g , Sos pietruszkowy () 80 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Surówka wykwinna z olejem b/c 150 g (<u>JAJ</u> , <u>GOR</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Surówka z rzodkwi i czarnuszki 80 g , Mix salát 20 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny z musem jabłkowym b/c 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Chleb Graham 25 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 0.50 szt , Ser żółty 30 g (<u>MLE</u>), Salata zielona 10 g ,	Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2115.91 kcal; Białko ogółem: 107.18 g; Tłuszcz: 68.12 g; Kw. tł. nasy.: 16.97 g; Węglowodany ogółem: 287.68 g; W tym cukry: 44.32 g; Błonnik pok.: 33.4 g; Sól: 10.28 g; WW: 25.47 Por; : 20.26 %; : 48.07 %; Ener. z T: 28.97 %; Ener. z Bł.: 3.16 %; K: 4598.96 mg;

wtorek 2024-04-09		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Plátky jęczmienna na mleku /p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU JEĆZ</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt , Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g , Dynia z wody 80 g , Salata lodowa 20 g ,	Jarzynowa z zacierką*-dieta 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Fileć z kurczaka gotowany 80 g , Sos pietruszkowy () 80 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Marchew oprószana z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Pomidor 80 g , Mix salát 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2024.24 kcal; Białko ogółem: 92.44 g; Tłuszcz: 42.86 g; Kw. tł. nasy.: 9.47 g; Węglowodany ogółem: 328.45 g; W tym cukry: 41.43 g; Błonnik pok.: 25.31 g; Sól: 8.2 g; WW: 30.34 Por; : 18.27 %; : 59.9 %; Ener. z T: 19.05 %; Ener. z Bł.: 2.5 %; K: 3915.04 mg;

wtorek 2024-04-09		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
Plátky jęczmienna na mleku /p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU JEĆZ</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), 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 (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Fileć z kurczaka gotowany 80 g , Sos pietruszkowy () 80 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Marchew oprószana z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 130 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>), Pomidor 80 g , Mix salát 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2019.43 kcal; Białko ogółem: 92.35 g; Tłuszcz: 39.64 g; Kw. tł. nasy.: 9.12 g; Węglowodany ogółem: 334.76 g; W tym cukry: 41.55 g; Błonnik pok.: 25.49 g; Sól: 9.3 g; WW: 31.01 Por; : 18.29 %; : 61.26 %; Ener. z T: 17.67 %; Ener. z Bł.: 2.52 %; K: 3859.74 mg;

wtorek 2024-04-09		
Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		

Jadłospisy dla oddziałów

<p>Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL, GLU JEĆZ.), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 100g (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, Sałata lodowa 20 g,</p>	<p>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,</p>	<p>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 sałat 20 g,</p>
		<p>Posiłek nocny: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt</p>

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1628.98 kcal; Białko ogółem: 74.21 g; Tłuszcz: 32.92 g; Kw. tł. nasy.: 7.4 g; Węglowodany ogółem: 270.07 g; W tym cukry: 24.83 g; Błonnik pok.: 24.8 g; Sól: 6.69 g; WW: 24.54 Por; : 18.22 %; : 60.23 %; Ener. z T: 18.19 %; Ener. z Bł.: 3.05 %; K: 3301.18 mg;

wtorek 2024-04-09 Jadłospis dla diety: PUŁ- WE Wegetariańska		
<p>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, Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (MLE.), Sałatka z pomidorów z cebulką i olejem 80 g, Sałata lodowa 20 g,</p>	<p>Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.), Pierogi ze szpinakiem* 300 g (GLU PSZ, MLE.), Kompot owocowy* z/c 250 ml,</p>	<p>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 sałat 20 g,</p>
		<p>Posiłek nocny: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt</p>

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1918.29 kcal; Białko ogółem: 77.33 g; Tłuszcz: 44.59 g; Kw. tł. nasy.: 7.68 g; Węglowodany ogółem: 305.37 g; W tym cukry: 31.21 g; Błonnik pok.: 25.84 g; Sól: 6.27 g; WW: 27.89 Por; : 16.13 %; : 58.29 %; Ener. z T: 20.92 %; Ener. z Bł.: 2.69 %; K: 1759.12 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2237.12 kcal; Białko ogółem: 104.8 g; Tłuszcz: 51.36 g; Kw. tł. nasy.: 10.5 g; Węglowodany ogółem: 354.96 g; W tym cukry: 80.32 g; Błonnik pok.: 37.91 g; Sól: 6.81 g; WW: 31.65 Por; : 18.74 %; : 56.69 %; Ener. z T: 20.66 %; Ener. z Bł.: 3.39 %; K: 4282.96 mg;

środa 2024-04-10 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW,), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Serek homo. naturalny 50 g (MLE,), Szyunka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (SOJ, SEL,), Pomidor 90 g, Rukola 10 g,	Ziemniaczana * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Kasza gryczana 200 g, Pieczeń rzymska drobiowa z indyka 100 g (GLU PSZ, JAJ,), Sos jarzynowy * 100 ml (GLU PSZ, SEL,), Surówka z marchwi i migdałów b/c () 150 g (MLE, ORZ,), Gruszka 1szt. 150 g, Kompot owocowy* b/c 250 ml,	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,), Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny* 80 g (RYB, SEL,), Sałata zielona 20 g,
II Śniadanie: Sałatka jarzynowa* 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR,),	Podwieczorek: Koktajl z czarnej porzeczki* b/c 150 ml (MLE,),	Posiłek nocny: Kanapka z twarogiem i pomidorem (chleb razowy 60g, masło 5g, twaróg 25g, pomidor 15g) 1 szt (GLU PSZ, MLE,),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2527.28 kcal; Białko ogółem: 124.16 g; Tłuszcz: 60.41 g; Kw. tł. nasy.: 14.89 g; Węglowodany ogółem: 394.34 g; W tym cukry: 68.94 g; Błonnik pok.: 47.03 g; Sól: 7.45 g; WW: 34.7 Por; : 19.65 %; : 54.97 %; Ener. z T: 21.51 %; Ener. z Bł.: 3.72 %; K: 5652.57 mg;

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2365.29 kcal; Białko ogółem: 99.36 g; Tłuszcz: 44.25 g; Kw. tł. nasy.: 8.56 g; Węglowodany ogółem: 404.31 g; W tym cukry: 100.81 g; Błonnik pok.: 26.02 g; Sól: 5.87 g; WW: 37.9 Por; : 16.8 %; : 63.97 %; Ener. z T: 16.84 %; Ener. z Bł.: 2.2 %; K: 4853.19 mg;

środa 2024-04-10 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW,), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ,), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Serek homo. naturalny 50 g (MLE,), Szyunka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (SOJ, SEL,), Pomidor b/skórki 90 g, Sałata zielona 10 g,	Ziemniaczana * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ,), Pieczeń rzymska drobiowa z indyka 100 g (GLU PSZ, JAJ,), Sos jarzynowy * 100 ml (GLU PSZ, SEL,), 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 (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny* 80 g (RYB, SEL,), Sałata zielona 20 g,
		Posiłek nocny: Przecier owocowy jabłko 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE,</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2253.81 kcal; Białko ogółem: 94.99 g; Tłuszcz: 38.2 g; Kw. tł. nasy.: 7.16 g; Węglowodany ogółem: 394.36 g; W tym cukry: 94.61 g; Błonnik pok.: 26.03 g; Sól: 5.69 g; WW: 36.91 Por; : 16.86 %; : 65.37 %; Ener. z T: 15.26 %; Ener. z Bł.: 2.31 %; K: 4622.25 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-04-10	Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna	
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 , Szyńka 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 JĘCZ,</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 ,
		Posiłek nocny: Przecier owocowy jabłko 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE,</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2150.2 kcal; Białko ogółem: 78.39 g; Tłuszcz: 41.89 g; Kw. tł. nasy.: 8.29 g; Węglowodany ogółem: 376.43 g; W tym cukry: 78.19 g; Błonnik pok.: 26.96 g; Sól: 5.76 g; WW: 35.01 Por; : 14.58 %; : 65.01 %; Ener. z T: 17.53 %; Ener. z Bł.: 2.51 %; K: 4053.08 mg;

środa 2024-04-10	Jadłospis dla diety: PUŁ- WE Wegetariańska	
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 , Ser topiony trójkąt 17,5 g 2 szt (<u>MLE,</u>), Pomidor 90 g , Rukola 10 g ,	Kapuśniak z kapusty białej * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR,</u>), Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie* 400 g (<u>SEL, GLU JĘCZ,</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Surówka z marchwi i migdałów () b/c 150 g (<u>MLE, ORZ,</u>), Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>), Gruszka 1szt. 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</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 , Tofu 50 g (<u>SOJ,</u>), Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Przecier owocowy jabłko 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE,</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2196.71 kcal; Białko ogółem: 75.77 g; Tłuszcz: 64.62 g; Kw. tł. nasy.: 15.87 g; Węglowodany ogółem: 345.75 g; W tym cukry: 89.54 g; Błonnik pok.: 40.69 g; Sól: 6.93 g; WW: 30.41 Por; : 13.8 %; : 55.55 %; Ener. z T: 26.48 %; Ener. z Bł.: 3.7 %; K: 4139.25 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2024-04-11		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
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 , Paszтет z fasoli* 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>), Salátka 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>), Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawalków mięsa, w osłonce niejadalnej 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>), Pomidor 80 g , Mix salát 20 g ,
		Posiłek nocny: Napój owsiany bez cukru 0,33l 1 szt (<u>GLU OW, może zawierać: SOJ, ORZ,</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2278.26 kcal; Białko ogółem: 99.7 g; Tłuszcz: 64.37 g; Kw. tł. nasy.: 15.99 g; Węglowodany ogółem: 335.24 g; W tym cukry: 59.79 g; Błonnik pok.: 34.98 g; Sól: 7.03 g; WW: 30.07 Por; : 17.5 %; : 52.72 %; Ener. z T: 25.43 %; Ener. z Bł.: 3.07 %; K: 4136.57 mg;

czwartek 2024-04-11		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU JECZ,</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 , Paszтет z fasoli* 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>), Salátka 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* b/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 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>), Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawalków mięsa, w osłonce niejadalnej 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>), Pomidor 80 g , Mix salát 20 g ,
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por , Orzechy włoskie tuskane 20 g (<u>ORZ,</u>),	Posiłek nocny: Napój owsiany bez cukru 0,33l 1 szt (<u>GLU OW, może zawierać: SOJ, ORZ,</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2516.12 kcal; Białko ogółem: 109.92 g; Tłuszcz: 79.46 g; Kw. tł. nasy.: 17.25 g; Węglowodany ogółem: 355.37 g; W tym cukry: 68.76 g; Błonnik pok.: 42.62 g; Sól: 6.88 g; WW: 31.31 Por; : 17.48 %; : 49.72 %; Ener. z T: 28.42 %; Ener. z Bł.: 3.39 %; K: 4848.14 mg;

czwartek 2024-04-11		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
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 2 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>), Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawalków mięsa, w osłonce niejadalnej 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Mix salát 20 g ,
		Posiłek nocny: Napój owsiany bez cukru 0,33l 1 szt (<u>GLU OW, może zawierać: SOJ, ORZ,</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2165.06 kcal; Białko ogółem: 97.07 g; Tłuszcz: 52.48 g; Kw. tł. nasy.: 11.98 g; Węglowodany ogółem: 331.99 g; W tym cukry: 54.92 g; Błonnik pok.: 18.72 g; Sól: 6.44 g; WW: 31.35 Por; : 17.93 %; : 57.88 %; Ener. z T: 21.82 %; Ener. z Bł.: 1.73 %; K: 3447.54 mg;

czwartek 2024-04-11		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
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 ,	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 , Twarożek 50 g (<u>MLE,</u>), Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawalków mięsa, w osłonce niejadalnej 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Mix salát 20 g ,
		Posiłek nocny: Napój owsiany bez cukru 0,33l 1 szt (<u>GLU OW, może zawierać: SOJ, ORZ,</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2053.76 kcal; Białko ogółem: 92.68 g; Tłuszcz: 46.43 g; Kw. tł. nasy.: 10.58 g; Węglowodany ogółem: 322.11 g; W tym cukry: 48.8 g; Błonnik pok.: 18.72 g; Sól: 6.28 g; WW: 30.36 Por; : 18.05 %; : 59.09 %; Ener. z T: 20.35 %; Ener. z Bł.: 1.82 %; K: 3222.79 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-04-11	Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna	
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 drobiowa- 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, Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ</u>), Pomidor b/skórki 80 g, Mix салат 20 g,
		Posiłek nocny: Napój owsiany bez cukru 0,33l 1 szt (<u>GLU OW, może zawierać: SOJ, ORZ</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1972.63 kcal; Białko ogółem: 75.67 g; Tłuszcz: 53.25 g; Kw. tł. nasy.: 11.8 g; Węglowodany ogółem: 304.27 g; W tym cukry: 31.87 g; Błonnik pok.: 18.8 g; Sól: 5.92 g; WW: 28.57 Por; : 15.34 %; : 57.89 %; Ener. z T: 24.3 %; Ener. z Bł.: 1.91 %; K: 2707.37 mg;

czwartek 2024-04-11	Jadłospis dla diety: PUŁ- WE Wegetariańska	
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, Paszтет z fasoli* 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sałatka z ogórka kons, i papryki konserwowej 100 g (<u>GOR</u>),	Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Makaron z warzywami* 350 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<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 80 g (<u>MLE</u>), Pomidor 80 g, Mix салат 20 g,
		Posiłek nocny: Napój owsiany bez cukru 0,33l 1 szt (<u>GLU OW, może zawierać: SOJ, ORZ</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1988.49 kcal; Białko ogółem: 81.5 g; Tłuszcz: 43.51 g; Kw. tł. nasy.: 8.52 g; Węglowodany ogółem: 329.8 g; W tym cukry: 50.75 g; Błonnik pok.: 25.88 g; Sól: 5.92 g; WW: 30.36 Por; : 16.39 %; : 61.14 %; Ener. z T: 19.69 %; Ener. z Bł.: 2.6 %; K: 3436.71 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2024-04-12 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, 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 JE CZ</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, Sałata zielona 20 g,
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2204.63 kcal; Białko ogółem: 95.11 g; Tłuszcz: 63.48 g; Kw. tł. nasy.: 11.27 g; Węglowodany ogółem: 329.58 g; W tym cukry: 69.68 g; Błonnik pok.: 33.49 g; Sól: 7.55 g; WW: 29.65 Por; : 17.26 %; : 53.72 %; Ener. z T: 25.91 %; Ener. z Bł.: 3.04 %; K: 4843.69 mg;

piątek 2024-04-12 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Makaron pełnoziarnisty na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE</u>), Jabłko 1 szt 1 szt,	Krupnik jęczmienny* 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JE CZ</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Ryba pieczona (Morszczuk) 80 g (<u>RYB</u>), Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 100 g, Warzywa po grecku* (bez cukru) 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 80 g (<u>JAJ, MLE, GOR</u>), Papryka świeża 80 g, Sałata zielona 20 g,
II Śniadanie: Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 200 ml,	Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>),	Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2108.05 kcal; Białko ogółem: 102.92 g; Tłuszcz: 57.11 g; Kw. tł. nasy.: 11.66 g; Węglowodany ogółem: 311.99 g; W tym cukry: 70.98 g; Błonnik pok.: 37.05 g; Sól: 7.23 g; WW: 27.57 Por; : 19.53 %; : 52.17 %; Ener. z T: 24.38 %; Ener. z Bł.: 3.52 %; K: 5176.93 mg;

piątek 2024-04-12 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 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 JE CZ</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 100 g (<u>MLE</u>),
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2063.55 kcal; Białko ogółem: 94.98 g; Tłuszcz: 49.44 g; Kw. tł. nasy.: 10.53 g; Węglowodany ogółem: 323.54 g; W tym cukry: 71.64 g; Błonnik pok.: 24.69 g; Sól: 6 g; WW: 29.94 Por; : 18.41 %; : 57.93 %; Ener. z T: 21.56 %; Ener. z Bł.: 2.39 %; K: 4698.1 mg;

piątek 2024-04-12 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, 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 JE CZ</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 białek z natką pietruszki 80 g (<u>JAJ, MLE</u>), Sałatka z pomidorów z jogurtem natur i natką pietr b/skórki 100 g (<u>MLE</u>),
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2081.11 kcal; Białko ogółem: 101.37 g; Tłuszcz: 48.58 g; Kw. tł. nasy.: 10.75 g; Węglowodany ogółem: 323.44 g; W tym cukry: 71.36 g; Błonnik pok.: 24.69 g; Sól: 6.16 g; WW: 29.9 Por; : 19.48 %; : 57.42 %; Ener. z T: 21.01 %; Ener. z Bł.: 2.37 %; K: 4755.7 mg;

piątek 2024-04-12 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
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, Poledwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wierzpinowy, 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 JE CZ</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,

Jadłospisy dla oddziałów

		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml,
--	--	--

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1896.81 kcal; Białko ogółem: 80.41 g; Tłuszcz: 47.51 g; Kw. tł. nasy.: 9.3 g; Węglowodany ogółem: 300.39 g; W tym cukry: 54.09 g; Błonnik pok.: 25.45 g; Sól: 6.71 g; WW: 27.56 Por; : 16.96 %; : 57.98 %; Ener. z T: 22.54 %; Ener. z Bł.: 2.68 %; K: 4064.07 mg;

piątek 2024-04-12 Jadłospis dla diety: PUŁ- WE Wegetariańska		
Zacierka na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE), Powidła śliwkowe 25 g, Jabłko 1 szt 1 szt,	Krupnik jęczmienny* 400 ml (MLE, SEL, GLU JECZ), Ziemiaki z koperkiem gotowane () 200 g, Kotlety sojowe 100 g (SOJ), Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c () 100 g, Warzywa po grecku* 100 g (GLU PSZ, SEL), 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, Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 80 g (JAJ, MLE, GOR), Papryka świeża 80 g, Salata zielona 20 g,
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2009.89 kcal; Białko ogółem: 86.76 g; Tłuszcz: 46.19 g; Kw. tł. nasy.: 9.29 g; Węglowodany ogółem: 324.97 g; W tym cukry: 69.64 g; Błonnik pok.: 39.86 g; Sól: 7.08 g; WW: 28.56 Por; : 17.27 %; : 56.74 %; Ener. z T: 20.68 %; Ener. z Bł.: 3.97 %; K: 4394.1 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2024-04-13 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
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 , Parówki cieszynki-węd. wp. homog. wędz. parz 80 g (<u>SOJ, SEL</u>), Ketchup saszetka 20g 1 szt , 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 , Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową 150 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, GOR</u>), Sałata zielona 20 g ,
		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: 2467.77 kcal; Białko ogółem: 92.42 g; Tłuszcz: 79.45 g; Kw. tł. nasy.: 20.33 g; Węglowodany ogółem: 365.18 g; W tym cukry: 48.42 g; Błonnik pok.: 41.88 g; Sól: 10 g; WW: 32.37 Por; : 14.98 %; : 52.4 %; Ener. z T: 28.97 %; Ener. z Bł.: 3.39 %; K: 3864.33 mg;

sobota 2024-04-13 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Plátky owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU OW</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 , Szyńka 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 , Potrawka drobiowa z warzywami * 180 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Surówka z marchwi b/c () 150 g (<u>MLE</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/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 , Sałatka z makaronu pełnoziarnistego z wędliną drobiowo wieprzową 150 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, GOR</u>), Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Sałatka wiosenna 100 g ,	Podwieczorek: Serek homo. naturalny 150 g (<u>MLE</u>), Mus z truskawek* b/c 50 g ,	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: 2341.14 kcal; Białko ogółem: 109.53 g; Tłuszcz: 60.12 g; Kw. tł. nasy.: 13.7 g; Węglowodany ogółem: 357.44 g; W tym cukry: 46.97 g; Błonnik pok.: 46.04 g; Sól: 7.92 g; WW: 31.19 Por; : 18.71 %; : 53.21 %; Ener. z T: 23.11 %; Ener. z Bł.: 3.93 %; K: 4245.65 mg;

sobota 2024-04-13 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
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 2 szt , Szyńka 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 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 , Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową- dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL</u>), Sałata zielona 20 g ,
		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: 2269.87 kcal; Białko ogółem: 87.64 g; Tłuszcz: 54.55 g; Kw. tł. nasy.: 12.82 g; Węglowodany ogółem: 369.56 g; W tym cukry: 49.18 g; Błonnik pok.: 25.89 g; Sól: 7.2 g; WW: 34.35 Por; : 15.44 %; : 60.56 %; Ener. z T: 21.63 %; Ener. z Bł.: 2.28 %; K: 3551.49 mg;

sobota 2024-04-13 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
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 , Szyńka 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 , Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową- dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL</u>), Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Kanapka z serkiem naturalnym i pomidorem b/skórki (bułka pszenna 45g, masło 5g, serek śniadaniowy 25g, pomidor 15g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE</u>),

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2244.54 kcal; Białko ogółem: 87.77 g; Tłuszcz: 50.7 g; Kw. tł. nasy.: 11.6 g; Węglowodany ogółem: 372.39 g; W tym cukry: 51.31 g; Błonnik pok.: 27.01 g; Sól: 7.38 g; WW: 34.51 Por; : 15.64 %; : 61.55 %; Ener. z T: 20.33 %; Ener. z Bł.: 2.41 %; K: 3645.33 mg;

sobota 2024-04-13 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, Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Szyńka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ</u>), Pasta warzywna* 100 g (<u>SEL</u>),	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)*() 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Ryż na sypko 200 g, Potrawka drobiowa z warzywami * 180 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Buraczki oprószone () 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, Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową- dieta* 150 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u>), Sałata zielona 20 g,
		Posiłek nocny: Kanapka z szynką i pomidorem (bułka pszenna 45g, tłuszcz 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (<u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2084.07 kcal; Białko ogółem: 75.52 g; Tłuszcz: 46.97 g; Kw. tł. nasy.: 8.4 g; Węglowodany ogółem: 353.45 g; W tym cukry: 33.72 g; Błonnik pok.: 28.6 g; Sól: 7.44 g; WW: 32.42 Por; : 14.49 %; : 62.35 %; Ener. z T: 20.28 %; Ener. z Bł.: 2.74 %; K: 3074.91 mg;

sobota 2024-04-13 Jadłospis dla diety: PUŁ- WE Wegetariańska		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>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</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Parówki sojowe 80 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ</u>), Ketchup saszetka 20g 1 szt, Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g,	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Kottlety ryżowe 300 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</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</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Ser topiony 50 g (<u>MLE</u>), Sałata zielona 20 g,
		Posiłek nocny: Kanapka z serkiem naturalnym i pomidorem (chleb graham 60g, masło 5g, serek śniadaniowy 25g, pomidor 15g) 1 szt (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2437.45 kcal; Białko ogółem: 95.02 g; Tłuszcz: 84.6 g; Kw. tł. nasy.: 27.76 g; Węglowodany ogółem: 343.87 g; W tym cukry: 43.62 g; Błonnik pok.: 33.58 g; Sól: 9.48 g; WW: 31.07 Por; : 15.59 %; : 50.92 %; Ener. z T: 31.24 %; Ener. z Bł.: 2.75 %; K: 3201.14 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2024-04-14		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (MLE, GLU JĘCZ.), 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, Szynkowa dębowa kiel.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 (GLU PSZ, 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE.), Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.), Mandarynka 2 szt,
		Posiłek nocny: Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2115.81 kcal; Białko ogółem: 100.52 g; Tłuszcz: 52.38 g; Kw. tł. nasy.: 11.11 g; Węglowodany ogółem: 326.27 g; W tym cukry: 70.27 g; Błonnik pok.: 33.08 g; Sól: 8.21 g; WW: 29.37 Por.; : 19 %; : 55.43 %; Ener. z T: 22.28 %; Ener. z Bł.: 3.13 %; K: 4844.15 mg;

niedziela 2024-04-14		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (MLE, GLU JĘCZ.), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Szynkowa dębowa kiel.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, Schab pieczony w rękawie 100 g, Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.), Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (SEL.), Fasolka szparagowa z wody* 100 g, Kompot owocowy* b/c 250 ml,	Kakao/p b/c 250 ml (MLE.), Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE.), Szynka 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.),	Podwieczorek: Chleb Graham 25 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 0.50 szt, Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej 25 g (SOJ, SEL.), Pomidor 15 g,	Posiłek nocny: Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.), Hummus 50 g (SEZ.), Sałata zielona 10 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2243.6 kcal; Białko ogółem: 124.45 g; Tłuszcz: 54.86 g; Kw. tł. nasy.: 11.76 g; Węglowodany ogółem: 331.09 g; W tym cukry: 65.83 g; Błonnik pok.: 37.82 g; Sól: 9.9 g; WW: 29.49 Por.; : 22.19 %; : 52.29 %; Ener. z T: 22.01 %; Ener. z Bł.: 3.37 %; K: 5470.28 mg;

niedziela 2024-04-14		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (MLE, GLU JĘCZ.), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt, Szynkowa dębowa kiel.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 (GLU PSZ, 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.), Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.), Mandarynka 2 szt,
		Posiłek nocny: Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2169.95 kcal; Białko ogółem: 111.81 g; Tłuszcz: 53.97 g; Kw. tł. nasy.: 12.53 g; Węglowodany ogółem: 322 g; W tym cukry: 76.24 g; Błonnik pok.: 24.36 g; Sól: 7.23 g; WW: 29.66 Por.; : 20.61 %; : 54.87 %; Ener. z T: 22.38 %; Ener. z Bł.: 2.25 %; K: 5049.96 mg;

niedziela 2024-04-14		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (MLE, GLU JĘCZ.), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Szynkowa dębowa kiel.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, Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.), Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, 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, Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE.), Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.), Banan 1szt. 1 szt,
		Posiłek nocny: Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2250.51 kcal; Białko ogółem: 99.5 g; Tłuszcz: 55.88 g; Kw. tł. nasy.: 12.64 g; Węglowodany ogółem: 350.24 g; W tym cukry: 91.77 g; Błonnik pok.: 24.15 g; Sól: 7.16 g; WW: 32.6 Por.; : 17.68 %; : 57.96 %; Ener. z T: 22.35 %; Ener. z Bł.: 2.15 %; K: 5028.58 mg;

niedziela 2024-04-14		
Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		

Jadłospisy dla oddziałów

Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL</u> , <u>GLU JĘCZ</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Szynkowa dębowa kiel.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 (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Schab pieczony w rękawie 100 g , Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (<u>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 , Szynka Konsenwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ</u>), Mandarynka 2 szt ,
II Śniadanie: Kisiel o smaku wiśniowym b/c 150 ml ,		Posiłek nocny: Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE</u>),

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- WE Wegetariańska		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ</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 , Hummus 80 g (<u>SEZ</u>), Rzodkiew biała 80 g , Mix sałat 20 g ,	Pomidorowa z zacierką * 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>), Pierogi z twarogiem 250 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Banan 1szt. 1 szt , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kakao/p 250 ml (<u>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 o smaku wanilinowym 80 g (<u>MLE</u>), Mandarynka 2 szt ,
		Posiłek nocny: Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2479.95 kcal; Białko ogółem: 97.8 g; Tłuszcz: 64.2 g; Kw. tł. nasy.: 16.59 g; Węglowodany ogółem: 388.64 g; W tym cukry: 125.1 g; Błonnik pok.: 27.34 g; Sól: 5.59 g; WW: 36.21 Por; : 15.77 %; : 58.27 %; Ener. z T: 23.3 %; Ener. z Bł.: 2.2 %; K: 3641.77 mg;