

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2024-04-15 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Płatki pszenne 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>), Chleb Graham 50 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>), Słupki z marchewki 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Fasolowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i serem żółtym * 300 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Surówka z selera i migdałów () b/c 150 g (<u>MLE, ORZ, SEL,</u>), Gruszka 1szt. 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), 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>), Pomidor 80 g , Roszponka 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2218.66 kcal; Białko ogółem: 86.56 g; Tłuszcz: 66.64 g; Kw. tł. nasy.: 18.49 g; Węglowodany ogółem: 336.48 g; W tym cukry: 58.42 g; Błonnik pok.: 47.81 g; Sól: 9.87 g; WW: 28.94 Por; : 15.6 %; : 815.07 %; Ener. z T: 27.03 %; Ener. z Bł.: 4.31 %; K: 4010.83 mg;

poniedziałek 2024-04-15 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Płatki pszenne 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 , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ,</u>), Słupki z marchewki 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Fasolowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i serem żółtym * 300 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Surówka z selera i migdałów b/c () 150 g (<u>MLE, ORZ, SEL,</u>), Gruszka 1szt. 150 g , 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>), Pomidor 80 g , Roszponka 20 g ,
II Śniadanie: Koktajl z jagód * b/c 200 g (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: Sałatka rubinowa b/c 100 g ,	Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2346.09 kcal; Białko ogółem: 97.7 g; Tłuszcz: 73.24 g; Kw. tł. nasy.: 20.5 g; Węglowodany ogółem: 346.26 g; W tym cukry: 68.08 g; Błonnik pok.: 55.08 g; Sól: 9.9 g; WW: 29.2 Por; : 16.66 %; : 953.32 %; Ener. z T: 28.1 %; Ener. z Bł.: 4.7 %; K: 4942.3 mg;

poniedziałek 2024-04-15 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, 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 , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ,</u>), Słupki z marchewki 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Dyniowa z ziemniakami*() 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta 300 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Surówka z selera i jabłka () 150 g (<u>MLE, SEL,</u>), Gruszka 1szt. 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 2 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Roszponka 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2061.02 kcal; Białko ogółem: 77.43 g; Tłuszcz: 52.35 g; Kw. tł. nasy.: 14.25 g; Węglowodany ogółem: 336.24 g; W tym cukry: 64.01 g; Błonnik pok.: 31.72 g; Sól: 8.19 g; WW: 30.48 Por; : 15.03 %; : 879.86 %; Ener. z T: 22.86 %; Ener. z Bł.: 3.08 %; K: 3611.2 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-04-15		Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 150 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 b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Dyniowa z ziemniakami*() 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta 300 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Surówka z selera i jabłka () 150 g (<u>MLE, SEL,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml , Jabłko pieczone 1szt. 1 szt ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Roszponka 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2180.46 kcal; Białko ogółem: 86.06 g; Tłuszcz: 38.83 g; Kw. tł. nasy.: 10.43 g; Węglowodany ogółem: 389.23 g; W tym cukry: 63.24 g; Błonnik pok.: 31.49 g; Sól: 10.09 g; WW: 35.89 Por; : 15.79 %; : 976.27 %; Ener. z T: 16.03 %; Ener. z Bł.: 2.89 %; K: 3690.37 mg;

poniedziałek 2024-04-15		Jadłospis dla diety: PUŁ- 9 Bogatobiałkowa
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 150 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>), Słupki z marchewki 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Dyniowa z ziemniakami*() 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta 300 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Surówka z selera i jabłka () 150 g (<u>MLE, SEL,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml , Gruszka 1szt. 150 g ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Roszponka 20 g ,
II Śniadanie: Koktajl z jagód * b/c 200 g (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 0.50 szt , Ser żółty 20 g (<u>MLE,</u>),	Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2579.33 kcal; Białko ogółem: 102.44 g; Tłuszcz: 54.75 g; Kw. tł. nasy.: 18.44 g; Węglowodany ogółem: 437.98 g; W tym cukry: 75.32 g; Błonnik pok.: 35.86 g; Sól: 10.22 g; WW: 40.24 Por; : 15.89 %; : 1036.13 %; Ener. z T: 19.1 %; Ener. z Bł.: 2.78 %; K: 4171.44 mg;

poniedziałek 2024-04-15		Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna
Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 150 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>), Słupki z marchewki 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)*() 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>), Pulpet jarski () 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>), Sos majerankowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Surówka z selera i jabłka z olejem () 150 g (<u>SEL,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml , Gruszka 1szt. 150 g ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Roszponka 20 g ,
II Śniadanie: Chrupki kukurydziane 20 g ,		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2371.19 kcal; Białko ogółem: 72.68 g; Tłuszcz: 53.57 g; Kw. tł. nasy.: 10.26 g; Węglowodany ogółem: 418.76 g; W tym cukry: 51.17 g; Błonnik pok.: 41.22 g; Sól: 9.13 g; WW: 37.74 Por; : 12.26 %; : 1161.05 %; Ener. z T: 20.33 %; Ener. z Bł.: 3.48 %; K: 3446.9 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2024-04-16		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Zacierka na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek z koperkiem 80 g (MLE,), Rukola 10 g , Pomidor 90 g ,	Brokułowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL,), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Szyntka wieprzowa gotowana 100 g , Sos meksykański 100 g (GLU PSZ,), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g , Kalafior gotowany* 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Galaretką drobiowa z udźca kurczaka* 150 g (SEL,), Rzodkiew biała 90 g , Cytryna 10 g ,
		Posiłek nocny: Chleb Graham 30 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 0.50 szt , Polędwica Sopočka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (SOJ,), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2041.88 kcal; Białko ogółem: 114.93 g; Tłuszcz: 46.12 g; Kw. tł. nasy.: 12.78 g; Węglowodany ogółem: 305.84 g; W tym cukry: 55.09 g; Błonnik pok.: 29.57 g; Sól: 5.86 g; WW: 27.68 Por; : 22.52 %; : 969.8 %; Ener. z T: 20.33 %; Ener. z Bł.: 2.9 %; K: 5187.59 mg;

wtorek 2024-04-16		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Makaron pełnoziarnisty na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE,), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek z koperkiem 80 g (MLE,), Rukola 10 g , Pomidor 90 g ,	Brokułowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL,), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Szyntka wieprzowa gotowana 100 g , Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL,), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g , Kalafior gotowany* 100 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Galaretką drobiowa z udźca kurczaka* 150 g (SEL,), Rzodkiew biała 90 g , Cytryna 10 g ,
II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 szt ,	Podwieczorek: Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE,),	Posiłek nocny: Chleb Graham 30 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 0.50 szt , Polędwica Sopočka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (SOJ,), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2226.51 kcal; Białko ogółem: 133.42 g; Tłuszcz: 52.14 g; Kw. tł. nasy.: 13.1 g; Węglowodany ogółem: 324.06 g; W tym cukry: 65.62 g; Błonnik pok.: 39.77 g; Sól: 6.94 g; WW: 28.59 Por; : 23.97 %; : 1114.37 %; Ener. z T: 21.08 %; Ener. z Bł.: 3.57 %; K: 5527.01 mg;

wtorek 2024-04-16		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
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,), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt , Twarożek z koperkiem 80 g (MLE,), Rukola 10 g , Pomidor b/skórki 90 g ,	Brokułowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL,), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Szyntka wieprzowa gotowana 100 g , Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL,), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 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,), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt , Galaretką drobiowa z udźca kurczaka* dieta 150 g (SEL,), Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 100 g (SEL,),
		Posiłek nocny: Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 0.50 szt , Polędwica Sopočka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (SOJ,), Sałata zielona 10 g ,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2241.48 kcal; Białko ogółem: 108.76 g; Tłuszcz: 65.72 g; Kw. tł. nasy.: 15.95 g; Węglowodany ogółem: 314.65 g; W tym cukry: 56.11 g; Błonnik pok.: 23.44 g; Sól: 6.5 g; WW: 29.1 Por; : 19.41 %; : 879.29 %; Ener. z T: 26.39 %; Ener. z Bł.: 2.09 %; K: 4757.17 mg;

wtorek 2024-04-16		Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu
Zacierka na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek z koperkiem 80 g (MLE,), Sałata zielona 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,	Brokułowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL,), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Szyńka wieprzowa gotowana 100 g , Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL,), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Galaretka drobiowa z udźca kurczaka* dieta 150 g (SEL,), Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 100 g (SEL,),
		Posiłek nocny: Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 0.50 szt , Polędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (SOJ,), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2437.82 kcal; Białko ogółem: 120.96 g; Tłuszcz: 56.04 g; Kw. tł. nasy.: 13.75 g; Węglowodany ogółem: 376.05 g; W tym cukry: 53.83 g; Błonnik pok.: 25.21 g; Sól: 7.38 g; WW: 35.1 Por; : 19.85 %; : 872.04 %; Ener. z T: 20.69 %; Ener. z Bł.: 2.07 %; K: 4895.39 mg;

wtorek 2024-04-16		Jadłospis dla diety: PUŁ- 9 Bogatobiałkowa
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,), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek z koperkiem 80 g (MLE,), Rukola 10 g , Pomidor b/skórki 90 g ,	Brokułowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL,), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Szyńka wieprzowa gotowana 100 g , Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL,), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 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,), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Galaretka drobiowa z udźca kurczaka* dieta 150 g (SEL,), Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 100 g (SEL,),
II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 szt ,		Posiłek nocny: Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 0.50 szt , Polędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (SOJ,), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2210.28 kcal; Białko ogółem: 109.36 g; Tłuszcz: 54.52 g; Kw. tł. nasy.: 13.41 g; Węglowodany ogółem: 332.8 g; W tym cukry: 70.66 g; Błonnik pok.: 26.44 g; Sól: 6.47 g; WW: 30.6 Por; : 19.79 %; : 960.09 %; Ener. z T: 22.2 %; Ener. z Bł.: 2.39 %; K: 4958.17 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-04-16	Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna	
Zacierka na wywarze jarzynowym 400 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL), 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, Szyńka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ), Rukola 10 g, Pomidor b/skórki 90 g,	Brokułowa z ryżem (bez mleka) * 400 ml (SEL), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Szyńka wieprzowa gotowana 100 g, Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	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, Galaretka drobiowa z udźca kurczaka* dieta 150 g (SEL), Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 100 g (SEL),
		Posiłek nocny: Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 0.50 szt, Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (SOJ), Sałata zielona 10 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1896.42 kcal; Białko ogółem: 84.72 g; Tłuszcz: 49.07 g; Kw. tł. nasy.: 10.51 g; Węglowodany ogółem: 292.11 g; W tym cukry: 30.64 g; Błonnik pok.: 27.43 g; Sól: 8.59 g; WW: 26.43 Por; : 17.87 %; : 816.63 %; Ener. z T: 23.29 %; Ener. z Bł.: 2.89 %; K: 3844.8 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2024-04-17		
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 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona z jogurtem 20 g (<u>MLE</u>), Pomidor 80 g ,	Pieczarkowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Surówka z marchwi i chrzanu b/c () 150 g (<u>MLE, SOJ</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 makreli wędzonej z warzywami** 80 g (<u>RYB, SEL</u>), Szyńka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ, SEL</u>), Pomidor ze szczypiorkiem i olejem 80 g , Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2111.14 kcal; Białko ogółem: 87.54 g; Tłuszcz: 65.31 g; Kw. tł. nasy.: 12.26 g; Węglowodany ogółem: 306.6 g; W tym cukry: 42.53 g; Błonnik pok.: 27.62 g; Sól: 8.87 g; WW: 27.99 Por.; : 16.59 %; : 798.08 %; Ener. z T: 27.84 %; Ener. z Bł.: 2.62 %; K: 4061.75 mg;

środa 2024-04-17		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona z jogurtem 20 g (<u>MLE</u>), Pomidor 80 g ,	Pieczarkowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Surówka z marchwi i chrzanu b/c () 150 g (<u>MLE, SOJ</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 makreli wędzonej z warzywami** 80 g (<u>RYB, SEL</u>), Szyńka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ, SEL</u>), Pomidor ze szczypiorkiem i olejem 80 g , Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Koktajl truskawkowy* b/c 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Chleb Graham 25 g (<u>GLU PSZ</u>), Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 50 g (<u>SEL</u>),	Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2197.51 kcal; Białko ogółem: 103.9 g; Tłuszcz: 72.26 g; Kw. tł. nasy.: 15.05 g; Węglowodany ogółem: 301.21 g; W tym cukry: 47.78 g; Błonnik pok.: 34.37 g; Sól: 11.43 g; WW: 26.79 Por.; : 18.91 %; : 927.07 %; Ener. z T: 29.59 %; Ener. z Bł.: 3.13 %; K: 4885.86 mg;

środa 2024-04-17		
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 , Szyńka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona z jogurtem 20 g (<u>MLE</u>), Pomidor b/skórki 80 g ,	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Marchew gotowana z olejem* 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 2 szt , Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL</u>), Szyńka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ, SEL</u>), Pomidor b/s z olejem 80 g , Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2166.16 kcal; Białko ogółem: 91.53 g; Tłuszcz: 64.58 g; Kw. tł. nasy.: 11.15 g; Węglowodany ogółem: 316.04 g; W tym cukry: 43.86 g; Błonnik pok.: 21.71 g; Sól: 6.97 g; WW: 29.59 Por.; : 16.9 %; : 796.09 %; Ener. z T: 26.83 %; Ener. z Bł.: 2 %; K: 4108.56 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-04-17 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 , Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalanej 50 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona z jogurtem 20 g (<u>MLE</u>), Pomidor b/skórki 80 g ,	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Marchew gotowana z olejem* 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 , Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL</u>), Szynka z piersią indyczą-wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (<u>SOJ, SEL</u>), Pomidor b/s z olejem 80 g , Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2059.96 kcal; Białko ogółem: 91.53 g; Tłuszcz: 52.78 g; Kw. tł. nasy.: 8.55 g; Węglowodany ogółem: 316.04 g; W tym cukry: 43.86 g; Błonnik pok.: 21.71 g; Sól: 6.93 g; WW: 29.59 Por; : 17.77 %; : 796.09 %; Ener. z T: 23.06 %; Ener. z Bł.: 2.11 %; K: 4108.56 mg;

środa 2024-04-17 Jadłospis dla diety: PUŁ- 9 Bogatobiałkowa		
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 , Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalanej 50 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona z jogurtem 20 g (<u>MLE</u>), Pomidor b/skórki 80 g ,	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Marchew gotowana z olejem* 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 2 szt , Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL</u>), Szynka z piersią indyczą-wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (<u>SOJ, SEL</u>), Pomidor b/s z olejem 80 g , Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Koktajl truskawkowy* b/c 200 ml (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2267.92 kcal; Białko ogółem: 97.53 g; Tłuszcz: 67.73 g; Kw. tł. nasy.: 12.89 g; Węglowodany ogółem: 328.85 g; W tym cukry: 53.88 g; Błonnik pok.: 22.79 g; Sól: 7.17 g; WW: 30.77 Por; : 17.2 %; : 832.97 %; Ener. z T: 26.88 %; Ener. z Bł.: 2.01 %; K: 4444.16 mg;

środa 2024-04-17 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 1 szt , Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalanej 50 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,	Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos pietruszkowy (bez mleka)* 100 ml (<u>GLU PSZ</u>), Marchew gotowana z olejem* 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 , Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL</u>), Szynka z piersią indyczą-wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (<u>SOJ, SEL</u>), Pomidor b/s z olejem 80 g , Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200 ml ,		Posiłek nocny: Chrupki kukurydziane 20 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1945.88 kcal; Białko ogółem: 78.41 g; Tłuszcz: 47.84 g; Kw. tł. nasy.: 8.32 g; Węglowodany ogółem: 313.15 g; W tym cukry: 39.99 g; Błonnik pok.: 25.12 g; Sól: 6.35 g; WW: 28.96 Por; : 16.12 %; : 1001.4 %; Ener. z T: 22.13 %; Ener. z Bł.: 2.58 %; K: 3580.07 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2024-04-18		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLUPSZ,</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLUPSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Szynka z piersią indyczą-wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 30 g (<u>SOJ, SEL,</u>), Sałatka jarzynowa z jajkiem () 150 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>), Sałata zielona 20 g ,	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLUPSZ,</u>), Fasolka po bretońsku 300 g (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>), Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 150 g (<u>SEL,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLUPSZ,</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLUPSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Serek a`la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE,</u>), Sałatka z pomidora i sałaty lodowej 100 g ,
		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2064.88 kcal; Białko ogółem: 81.8 g; Tłuszcz: 57.93 g; Kw. tł. nasy.: 14.04 g; Węglowodany ogółem: 321.24 g; W tym cukry: 62.61 g; Błonnik pok.: 37.62 g; Sól: 6.31 g; WW: 28.46 Por; : 15.85 %; : 800.63 %; Ener. z T: 25.25 %; Ener. z Bł.: 3.64 %; K: 4567.74 mg;

czwartek 2024-04-18		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLUPSZ,</u>), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLUPSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 30 g (<u>SOJ, SEL,</u>), Sałatka jarzynowa z jajkiem () 150 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>), Sałata zielona 20 g ,	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 350 g (<u>SEL, GLU JĘCZ,</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLUPSZ,</u>), Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 150 g (<u>SEL,</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLUPSZ,</u>), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLUPSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Serek a`la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE,</u>), Sałatka z pomidora i sałaty lodowej 100 g ,
II Śniadanie: Smoothie jarmuż, jabłko, pomarańcza 150 g ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt. 150 g ,	Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2293.08 kcal; Białko ogółem: 94.71 g; Tłuszcz: 62 g; Kw. tł. nasy.: 14.52 g; Węglowodany ogółem: 363.09 g; W tym cukry: 83.51 g; Błonnik pok.: 48.33 g; Sól: 6.53 g; WW: 31.53 Por; : 16.52 %; : 967.62 %; Ener. z T: 24.33 %; Ener. z Bł.: 4.22 %; K: 5315.11 mg;

czwartek 2024-04-18		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
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>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLUPSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt , Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 30 g (<u>SOJ, SEL,</u>), Sałatka jarzynowa z jajkiem- diety () 150 g (<u>JAJ, MLE, SEL,</u>), Sałata zielona 20 g ,	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL,</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 350 g (<u>SEL, GLU JĘCZ,</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLUPSZ,</u>), Fasolka szparagowa z wody* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLUPSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt , Serek a`la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE,</u>), Sałatka z pomidora i sałaty lodowej b/skórki 100 g ,
		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2176.59 kcal; Białko ogółem: 87.35 g; Tłuszcz: 61.63 g; Kw. tł. nasy.: 14.11 g; Węglowodany ogółem: 333.77 g; W tym cukry: 60.55 g; Błonnik pok.: 32.93 g; Sól: 5.02 g; WW: 30.18 Por; : 16.05 %; : 947.2 %; Ener. z T: 25.48 %; Ener. z Bł.: 3.03 %; K: 4568.38 mg;

czwartek 2024-04-18		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		

Jadłospisy dla oddziałów

<p>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>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 30 g (<u>SOJ, SEL,</u>), Sałatka jarzynowa - dieta () 150 g (<u>MLE, SEL,</u>), Sałata zielona 20 g ,</p>	<p>Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 350 g (<u>SEL, GLU JĘCZ,</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>), Cukinia pieczona z olejem * 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Serek a`la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE,</u>), Sałatka z pomidora i sałaty lodowej b/skórki 100 g ,</p>
		<p>Posiłek nocny: Jabłko pieczone 1szt. 1 szt ,</p>

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2089.36 kcal; Białko ogółem: 83.56 g; Tłuszcz: 55.33 g; Kw. tł. nasy.: 11.34 g; Węglowodany ogółem: 328.6 g; W tym cukry: 61.86 g; Błonnik pok.: 30.92 g; Sól: 4.96 g; WW: 29.73 Por; : 16 %; : 829.74 %; Ener. z T: 23.83 %; Ener. z Bł.: 2.96 %; K: 4666.21 mg;

czwartek 2024-04-18 Jadłospis dla diety: PUŁ- 9 Bogatobiałkowa		
<p>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>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 30 g (<u>SOJ, SEL,</u>), Sałatka jarzynowa z jajkiem- diety () 150 g (<u>JAJ, MLE, SEL,</u>), Sałata zielona 20 g ,</p>	<p>Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 350 g (<u>SEL, GLU JĘCZ,</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>), Fasolka szparagowa z wody* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Serek a`la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE,</u>), Sałatka z pomidora i sałaty lodowej b/skórki 100 g ,</p>
<p>II Śniadanie: Smoothie jarmuż, jabłko, pomarańcza 150 g ,</p>		<p>Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt ,</p>

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2142.49 kcal; Białko ogółem: 88.38 g; Tłuszcz: 50.25 g; Kw. tł. nasy.: 11.8 g; Węglowodany ogółem: 350.88 g; W tym cukry: 68.35 g; Błonnik pok.: 35.12 g; Sól: 4.99 g; WW: 31.67 Por; : 16.5 %; : 988.58 %; Ener. z T: 21.11 %; Ener. z Bł.: 3.28 %; K: 4761.63 mg;

czwartek 2024-04-18 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
<p>Płatki 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 z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 30 g (<u>SOJ, SEL,</u>), Sałatka jarzynowa z olejem () 150 g (<u>SEL,</u>), Sałata zielona 20 g ,</p>	<p>Ziemniaczana *(bez mleka) () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 350 g (<u>SEL, GLU JĘCZ,</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>), Fasolka szparagowa z wody* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadanej 50 g (<u>SOJ,</u>), Sałatka z pomidora i sałaty lodowej b/skórki 100 g ,</p>
<p>II Śniadanie: Smoothie jarmuż, jabłko, pomarańcza 150 g ,</p>		<p>Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt ,</p>

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2049.71 kcal; Białko ogółem: 67.3 g; Tłuszcz: 51.96 g; Kw. tł. nasy.: 9.37 g; Węglowodany ogółem: 347.55 g; W tym cukry: 48.39 g; Błonnik pok.: 39.72 g; Sól: 7.27 g; WW: 30.89 Por; : 13.13 %; : 901.29 %; Ener. z T: 22.81 %; Ener. z Bł.: 3.88 %; K: 4127.23 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2024-04-19		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Kasza manna na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u>), 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, Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE</u>), Miód (25g) 1 szt, Jabłko 1 szt 1 szt, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Szpinakowa z zacierką* 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Kotlet z ryby (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u>), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g, Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL</u>), Kompot owocowy* 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 1.50 szt (<u>JAJ</u>), Sałatka wiosenna - diety 100 g, Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JĘCZ</u>),
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2210.97 kcal; Białko ogółem: 92.66 g; Tłuszcz: 61.28 g; Kw. tł. nasy.: 11.64 g; Węglowodany ogółem: 338.17 g; W tym cukry: 71.45 g; Błonnik pok.: 32.39 g; Sól: 7.05 g; WW: 30.61 Por; : 16.76 %; : 790.97 %; Ener. z T: 24.95 %; Ener. z Bł.: 2.93 %; K: 4912.47 mg;

piątek 2024-04-19		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU JĘCZ</u>), Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Ser żółty 60 g (<u>MLE</u>), Pomidor 100 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Szpinakowa z zacierką* 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Ryba pieczona w ziołach (Morszczuk) 100 g (<u>RYB</u>), Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u>), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g, Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml,	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JĘCZ</u>), Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Jajko gotowane kl M 1.50 szt (<u>JAJ</u>), Sałatka wiosenna - diety 100 g,
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Chleb Graham 25 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 0.50 szt, Twarożek z natką pietruszki 30 g (<u>MLE</u>), Sałata zielona 10 g,	Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2362.87 kcal; Białko ogółem: 126.19 g; Tłuszcz: 82.59 g; Kw. tł. nasy.: 23.45 g; Węglowodany ogółem: 299.1 g; W tym cukry: 53.03 g; Błonnik pok.: 35.05 g; Sól: 8.58 g; WW: 26.5 Por; : 21.36 %; : 910.2 %; Ener. z T: 31.46 %; Ener. z Bł.: 2.97 %; K: 5717.45 mg;

piątek 2024-04-19		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Kasza manna na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE</u>), Miód (25g) 1 szt, Jabłko 1 szt 1 szt, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Szpinakowa z zacierką* 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Ryba pieczona w ziołach (Morszczuk) 100 g (<u>RYB</u>), Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u>), Bukiet jarzyn oprószany z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JĘCZ</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt, Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), Sałatka wiosenna - diety 100 g,
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2288.44 kcal; Białko ogółem: 109.64 g; Tłuszcz: 60.97 g; Kw. tł. nasy.: 11.97 g; Węglowodany ogółem: 337.92 g; W tym cukry: 70.01 g; Błonnik pok.: 23.66 g; Sól: 6.46 g; WW: 31.47 Por; : 19.16 %; : 808.62 %; Ener. z T: 23.98 %; Ener. z Bł.: 2.07 %; K: 4921.38 mg;

piątek 2024-04-19		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		

Jadłospisy dla oddziałów

Kasza manna na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE,), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Twaróg półtłusty 60 g (MLE,), Miód (25g) 1 szt , Jabłko pieczone 1szt. 1 szt , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Szpinakowa z zacierką * 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba pieczona w ziołach (Morszczuk) 100 g (RYB,), Sos cytrynowy 100 ml (GLU PSZ, MLE,), Bukiet jarzyn oprószany z olejem* 150 g (GLU PSZ, 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 , Pasta z białek z koperkiem 80 g (JAJ, MLE,), Sałatka wiosenna - diety 100 g ,
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2300.9 kcal; Białko ogółem: 111.63 g; Tłuszcz: 65.86 g; Kw. tł. nasy.: 13.39 g; Węglowodany ogółem: 327.95 g; W tym cukry: 63.61 g; Błonnik pok.: 23.66 g; Sól: 6.51 g; WW: 30.44 Por; : 19.41 %; : 798.75 %; Ener. z T: 25.76 %; Ener. z Bł.: 2.06 %; K: 4754.23 mg;

piątek 2024-04-19 Jadłospis dla diety: PUŁ- 9 Bogatobiałkowa		
Kasza manna na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE,), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Twaróg półtłusty 60 g (MLE,), Miód (25g) 1 szt , Jabłko 1 szt 1 szt , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Szpinakowa z zacierką * 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba pieczona w ziołach (Morszczuk) 100 g (RYB,), Sos cytrynowy 100 ml (GLU PSZ, MLE,), Bukiet jarzyn oprószany z olejem* 150 g (GLU PSZ, SEL,), 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 , Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE,), Sałatka wiosenna - diety 100 g ,
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE,),		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2363.44 kcal; Białko ogółem: 114.74 g; Tłuszcz: 63.97 g; Kw. tł. nasy.: 11.97 g; Węglowodany ogółem: 344.97 g; W tym cukry: 70.01 g; Błonnik pok.: 23.66 g; Sól: 6.61 g; WW: 32.17 Por; : 19.42 %; : 846.22 %; Ener. z T: 24.36 %; Ener. z Bł.: 2 %; K: 5104.38 mg;

piątek 2024-04-19 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
Kasza manna na wywarze jarzynowym* 400 ml (GLU PSZ, SEL,), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Szynka z indykiem prasowana z dodatkami surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (SOJ,), Miód (25g) 1 szt , Jabłko pieczone 1szt. 1 szt , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Szpinakowa z zacierką *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL,), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba pieczona w ziołach (Morszczuk) 100 g (RYB,), Sos cytrynowy (bez mleka) 100 ml (GLU PSZ,), Bukiet jarzyn oprószany z olejem* 150 g (GLU PSZ, 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 , Pasta z jaj z koperkiem -dieta (bez mleka) 80 g (JAJ,), Sałatka wiosenna - diety 100 g ,
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2064.08 kcal; Białko ogółem: 86.52 g; Tłuszcz: 58.77 g; Kw. tł. nasy.: 10.23 g; Węglowodany ogółem: 310.01 g; W tym cukry: 44.7 g; Błonnik pok.: 24.6 g; Sól: 7.09 g; WW: 28.58 Por; : 16.77 %; : 828.88 %; Ener. z T: 25.62 %; Ener. z Bł.: 2.38 %; K: 4020.22 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2024-04-20 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU JĘCZ.</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Parówki drobiowo-wieprz (homogenizowane, wędz, parz w osłonce niejadalnej) 80 g (<u>SOJ.</u>), Mix sałat 20 g , Ogórek kiszony 80 g ,	Koperkowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Bigos 300 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>SEL.</u> , <u>GOR.</u>), Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT.</u> , <u>GLU JĘCZ.</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Pasztet z soczewicy * 80 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>JAJ.</u>), Sałata zielona z oliwą 20 g , Ćwikła z jabłkiem b/c () 80 g ,
		Posiłek nocny: Przecier owocowy jabłko-morela 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE.</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2413.08 kcal; Białko ogółem: 83.54 g; Tłuszcz: 86.12 g; Kw. tł. nasy.: 21.42 g; Węglowodany ogółem: 340.81 g; W tym cukry: 68.31 g; Błonnik pok.: 36.42 g; Sól: 10.56 g; WW: 30.46 Por; : 13.85 %; : 912.52 %; Ener. z T: 32.12 %; Ener. z Bł.: 3.02 %; K: 4778.17 mg;

sobota 2024-04-20 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU JĘCZ.</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 , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</u>), Mix sałat 20 g , Ogórek kiszony 80 g ,	Koperkowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Gulasz wieprzowy z warzywami* 200 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>SEL.</u>), Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 150 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT.</u> , <u>GLU JĘCZ.</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Pasztet z soczewicy * 80 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>JAJ.</u>), Sałata zielona z oliwą 20 g , Ćwikła z jabłkiem b/c () 80 g ,
II Śniadanie: Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>),	Podwieczorek: Budyń o smaku śmietankowym z chipsami kokosowymi b/c 150 ml (<u>MLE</u> , <u>SO2.</u>),	Posiłek nocny: Mus jabłkowo- buraczany 200g OWOLOVO Siła&Moc 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2633.31 kcal; Białko ogółem: 119.87 g; Tłuszcz: 77.98 g; Kw. tł. nasy.: 18 g; Węglowodany ogółem: 382.14 g; W tym cukry: 62.78 g; Błonnik pok.: 42.79 g; Sól: 8.85 g; WW: 34.07 Por; : 18.21 %; : 1087.52 %; Ener. z T: 26.65 %; Ener. z Bł.: 3.25 %; K: 5180.41 mg;

sobota 2024-04-20 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU JĘCZ.</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ŻYT.</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<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>), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g ,	Koperkowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Gulasz wieprzowy z warzywami* 200 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>SEL.</u>), Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT.</u> , <u>GLU JĘCZ.</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ŻYT.</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt , Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (<u>SOJ.</u>), Sałata zielona z oliwą 20 g , Ćwikła z jabłkiem b/c () 80 g ,
		Posiłek nocny: Przecier owocowy jabłko-morela 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE.</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2136 kcal; Białko ogółem: 83.04 g; Tłuszcz: 65.57 g; Kw. tł. nasy.: 15.4 g; Węglowodany ogółem: 314.43 g; W tym cukry: 64.33 g; Błonnik pok.: 26.69 g; Sól: 7.35 g; WW: 28.82 Por; : 15.55 %; : 917.81 %; Ener. z T: 27.63 %; Ener. z Bł.: 2.5 %; K: 4239.64 mg;

sobota 2024-04-20 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

<p>Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (<u>MLE</u>, <u>GLU JĘCZ</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u>, <u>GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g ,</p>	<p>Koperkowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE</u>, <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Gulasz wieprzowy z warzywami* 200 g (<u>GLU PSZ</u>, <u>SEL</u>), Marchew gotowana z olejem* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u>, <u>GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Szynka Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona z oliwą 20 g , Ćwikła z jabłkiem b/c () 80 g ,</p>
		<p>Posiłek nocny: Przecier owocowy jabłko-morela 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE</u>),</p>

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1950.32 kcal; Białko ogółem: 78.28 g; Tłuszcz: 53.92 g; Kw. tł. nasy.: 12.59 g; Węglowodany ogółem: 298.07 g; W tym cukry: 57.13 g; Błonnik pok.: 25.1 g; Sól: 7.13 g; WW: 27.42 Por; : 16.05 %; : 880.57 %; Ener. z T: 24.88 %; Ener. z Bł.: 2.57 %; K: 3912.63 mg;

sobota 2024-04-20		Jadłospis dla diety: PUŁ- 9 Bogatobiałkowa
<p>Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (<u>MLE</u>, <u>GLU JĘCZ</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u>, <u>GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g ,</p>	<p>Koperkowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE</u>, <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Gulasz wieprzowy z warzywami* 200 g (<u>GLU PSZ</u>, <u>SEL</u>), Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,</p>	<p>Kawa zbożowa z makiem/p 250 ml (<u>MLE</u>, <u>GLU ŻYT</u>, <u>GLU JĘCZ</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u>, <u>GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt , Szynka Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona z oliwą 20 g , Ćwikła z jabłkiem b/c () 80 g ,</p>
<p>II Śniadanie: Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),</p>		<p>Posiłek nocny: Przecier owocowy jabłko-morela 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE</u>),</p>

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2260.5 kcal; Białko ogółem: 98.04 g; Tłuszcz: 70.82 g; Kw. tł. nasy.: 15.4 g; Węglowodany ogółem: 318.93 g; W tym cukry: 64.33 g; Błonnik pok.: 26.69 g; Sól: 7.39 g; WW: 29.32 Por; : 17.35 %; : 932.27 %; Ener. z T: 28.2 %; Ener. z Bł.: 2.36 %; K: 4239.64 mg;

sobota 2024-04-20		Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna
<p>Płatki jęczminne na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL</u>, <u>GLU JĘCZ</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u>, <u>GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g ,</p>	<p>Koperkowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Gulasz wieprzowy z warzywami* 200 g (<u>GLU PSZ</u>, <u>SEL</u>), Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u>, <u>GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Szynka Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona z oliwą 20 g , Ćwikła z jabłkiem b/c () 80 g ,</p>
		<p>Posiłek nocny: Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt ,</p>

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1839.33 kcal; Białko ogółem: 66.73 g; Tłuszcz: 52.47 g; Kw. tł. nasy.: 12.41 g; Węglowodany ogółem: 288.68 g; W tym cukry: 45.79 g; Błonnik pok.: 27.02 g; Sól: 6.8 g; WW: 26.18 Por; : 14.51 %; : 943.25 %; Ener. z T: 25.67 %; Ener. z Bł.: 2.94 %; K: 3445.72 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2024-04-21 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (MLE_i), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT_i), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ_i), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Ser żółty 60 g (MLE_i), Sałatka z pomidorów z cebulką i olejem 100 g ,	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL_i), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g , Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g , 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_i), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ_i), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Szynka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 30 g (SOJ_i), Serek homo. naturalny 50 g (MLE_i), Słupki z marchewki 90 g , Rukola 10 g ,
		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE_i),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2309.92 kcal; Białko ogółem: 121.86 g; Tłuszcz: 77.35 g; Kw. tł. nasy.: 25.25 g; Węglowodany ogółem: 296.51 g; W tym cukry: 38.49 g; Błonnik pok.: 26.85 g; Sól: 8.03 g; WW: 26.94 Por; : 21.1 %; : 659.3 %; Ener. z T: 30.14 %; Ener. z Bł.: 2.32 %; K: 4277.87 mg;

niedziela 2024-04-21 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Ryż pełnoziarnisty na mleku/p 400 ml (MLE_i), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (GLU PSZ_i), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek 80 g (MLE_i), Sałatka z pomidorów z cebulką i olejem 100 g ,	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL_i), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g , Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () b/c 100 g , Brokuł gotowany* 100 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (GLU PSZ_i), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Szynka wiśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 30 g (SOJ_i), Serek homo. naturalny 50 g (MLE_i), Słupki z marchewki 90 g , Rukola 10 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny z płatkami owsianymi 150 g (MLE, GLU OW_i),	Podwieczorek: Kiwi 1 szt 1 szt ,	Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2239.35 kcal; Białko ogółem: 128.69 g; Tłuszcz: 66.14 g; Kw. tł. nasy.: 17.83 g; Węglowodany ogółem: 299.91 g; W tym cukry: 56.75 g; Błonnik pok.: 37.36 g; Sól: 7.9 g; WW: 26.33 Por; : 22.99 %; : 844.75 %; Ener. z T: 26.58 %; Ener. z Bł.: 3.34 %; K: 5918.04 mg;

niedziela 2024-04-21 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (MLE_i), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ_i), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt , Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 80 g (MLE_i), Banan 1szt. 1 szt ,	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL_i), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 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_i), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt , Szynka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 30 g (SOJ_i), Serek homo. naturalny 50 g (MLE_i), Słupki z marchewki 90 g , Rukola 10 g ,
		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE_i),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2455.36 kcal; Białko ogółem: 117.83 g; Tłuszcz: 67.1 g; Kw. tł. nasy.: 16.87 g; Węglowodany ogółem: 356.47 g; W tym cukry: 76.75 g; Błonnik pok.: 22.05 g; Sól: 5.92 g; WW: 33.46 Por; : 19.2 %; : 802.59 %; Ener. z T: 24.59 %; Ener. z Bł.: 1.8 %; K: 4826.83 mg;

niedziela 2024-04-21 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

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 , Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 80 g (<u>MLE</u>), Banan 1szt. 1 szt ,	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g , Brokuł gotowany* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Szynka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 30 g (<u>SOJ</u>), Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u>), Słupki z marchewki 80 g , Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2348.58 kcal; Białko ogółem: 117.97 g; Tłuszcz: 55.31 g; Kw. tł. nasy.: 14.28 g; Węglowodany ogółem: 356.09 g; W tym cukry: 76.42 g; Błonnik pok.: 21.93 g; Sól: 5.86 g; WW: 33.44 Por; : 20.09 %; : 793.3 %; Ener. z T: 21.2 %; Ener. z Bł.: 1.87 %; K: 4821.41 mg;

niedziela 2024-04-21 Jadłospis dla diety: PUŁ- 9 Bogatobiałkowa		
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 , Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 80 g (<u>MLE</u>), Banan 1szt. 1 szt ,	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g , Brokuł gotowany* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt , Szynka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 30 g (<u>SOJ</u>), Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u>), Słupki z marchewki 90 g , Rukola 10 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny z płatkami owsianymi 150 g (<u>MLE, GLU OW</u>),		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2621.16 kcal; Białko ogółem: 126.69 g; Tłuszcz: 71.54 g; Kw. tł. nasy.: 18.91 g; Węglowodany ogółem: 379.63 g; W tym cukry: 83.23 g; Błonnik pok.: 23.43 g; Sól: 6.16 g; WW: 35.6 Por; : 19.33 %; : 878.52 %; Ener. z T: 24.56 %; Ener. z Bł.: 1.79 %; K: 5202.63 mg;

niedziela 2024-04-21 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 1 szt , Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (<u>SOJ</u>), Banan 1szt. 1 szt ,	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g , Brokuł gotowany* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt , Szynka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (<u>SOJ</u>), Słupki z marchewki 80 g , Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2040.05 kcal; Białko ogółem: 97.89 g; Tłuszcz: 50.89 g; Kw. tł. nasy.: 13.02 g; Węglowodany ogółem: 310.65 g; W tym cukry: 65.07 g; Błonnik pok.: 25.62 g; Sól: 8.67 g; WW: 28.59 Por; : 19.19 %; : 778.6 %; Ener. z T: 22.45 %; Ener. z Bł.: 2.51 %; K: 4852.34 mg;