

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2024-06-03		
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 smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE</u>), Ogórek świeży 100 g,	Barszcz czerwony z botwinką i 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, Jabłko 150 g,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Ser żółty 50 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: 2040.98 kcal; Białko ogółem: 75.17 g; Tłuszcz: 49.6 g; Kw. tł. nasy.: 17.74 g; Węglowodany ogółem: 334.28 g; W tym cukry: 57.6 g; Błonnik pok.: 29.52 g; Sól: 6.68 g; WW: 30.4 Por; : 14.73 %; : 725.2 %; Ener. z T: 21.87 %; Ener. z Bł.: 2.89 %; K: 3340.36 mg;

poniedziałek 2024-06-03		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU JEJCZ</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatkiem mięsa wp 50 g (<u>SOJ, MLE</u>), Ogórek świeży 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, Jabłko 150 g,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Ser żółty 50 g (<u>MLE</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>), Salata zielona 10 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2183.71 kcal; Białko ogółem: 89.56 g; Tłuszcz: 56.27 g; Kw. tł. nasy.: 18.91 g; Węglowodany ogółem: 345.44 g; W tym cukry: 73.96 g; Błonnik pok.: 36.89 g; Sól: 8.14 g; WW: 30.85 Por; : 16.41 %; : 900.06 %; Ener. z T: 23.19 %; Ener. z Bł.: 3.38 %; K: 4020.24 mg;

poniedziałek 2024-06-03		
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 smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatkiem mięsa wp 50 g (<u>SOJ, MLE</u>), Warzywa pieczone 100 g,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ryż na sypko 200 g, Sos jogurtowo-truskawkowy* 150 g (<u>MLE</u>), Jabłko 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 smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Serek homo. naturalny 120 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: 2092.34 kcal; Białko ogółem: 80.11 g; Tłuszcz: 42.38 g; Kw. tł. nasy.: 6.89 g; Węglowodany ogółem: 357.22 g; W tym cukry: 63.94 g; Błonnik pok.: 19.65 g; Sól: 4.76 g; WW: 33.79 Por; : 15.31 %; : 829.8 %; Ener. z T: 18.23 %; Ener. z Bł.: 1.88 %; K: 3306.53 mg;

poniedziałek 2024-06-03		
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 smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatkiem mięsa wp 50 g (<u>SOJ, MLE</u>), Warzywa pieczone 100 g,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ryż na sypko 200 g, Sos jogurtowo-truskawkowy* 150 g (<u>MLE</u>), Jabłko pieczone 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 smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Serek homo. naturalny 120 g (<u>MLE</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: 2091.61 kcal; Białko ogółem: 80.08 g; Tłuszcz: 42.38 g; Kw. tł. nasy.: 6.89 g; Węglowodany ogółem: 357.06 g; W tym cukry: 63.82 g; Błonnik pok.: 19.61 g; Sól: 4.75 g; WW: 33.78 Por; : 15.31 %; : 827.47 %; Ener. z T: 18.24 %; Ener. z Bł.: 1.88 %; K: 3295.66 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-06-03	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 smarowania 59% tł. 10g 1 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>GLUPSZ, JAJ</u>), Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 150 g, Jabłko 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 smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szyńka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (<u>SOJ</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: 2086.91 kcal; Białko ogółem: 71.08 g; Tłuszcz: 51.5 g; Kw. tł. nasy.: 8.51 g; Węglowodany ogółem: 349.13 g; W tym cukry: 46.64 g; Błonnik pok.: 27.96 g; Sól: 7.14 g; WW: 32.15 Por; : 13.62 %; : 896.12 %; Ener. z T: 22.21 %; Ener. z Bł.: 2.68 %; K: 3208.88 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2024-06-04		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Plátky jęczmienna na mleku /p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU JEĆCZ.</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 smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynekowa 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 , Kotlet drobiowy panierowany 80 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u>), Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g , Marchew oprószana z olejem* 100 g (<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 smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Surówka z rzodkwi i czarnuszki 80 g , Mix salat 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2019.11 kcal; Białko ogółem: 82.19 g; Tłuszcz: 64.69 g; Kw. tł. nasy.: 10.03 g; Węglowodany ogółem: 291.48 g; W tym cukry: 40.92 g; Błonnik pok.: 29.65 g; Sól: 7.25 g; WW: 26.23 Por; : 16.28 %; : 503.45 %; Ener. z T: 28.84 %; Ener. z Bł.: 2.94 %; K: 3965.21 mg;

wtorek 2024-06-04		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Plátky jęczmienna na mleku /p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU JEĆCZ.</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynekowa 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 , Filet 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 , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Surówka z rzodkwi i czarnuszki 80 g , Mix salat 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 smarowania 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: 2134.81 kcal; Białko ogółem: 107.11 g; Tłuszcz: 70.37 g; Kw. tł. nasy.: 17.1 g; Węglowodany ogółem: 287.41 g; W tym cukry: 44.17 g; Błonnik pok.: 33.39 g; Sól: 10.18 g; WW: 25.44 Por; : 20.07 %; : 816.27 %; Ener. z T: 29.67 %; Ener. z Bł.: 3.13 %; K: 4597.83 mg;

wtorek 2024-06-04		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Plátky jęczmienna na mleku /p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU JEĆCZ.</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 smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g , Salátka wiosenna - diety 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 , Filet 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 smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Pomidor 80 g , Mix salat 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2032.29 kcal; Białko ogółem: 92.19 g; Tłuszcz: 43.7 g; Kw. tł. nasy.: 8.56 g; Węglowodany ogółem: 330.15 g; W tym cukry: 42.27 g; Błonnik pok.: 24.45 g; Sól: 8.02 g; WW: 30.65 Por; : 18.14 %; : 664.11 %; Ener. z T: 19.35 %; Ener. z Bł.: 2.41 %; K: 3864 mg;

wtorek 2024-06-04		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
Plátky jęczmienna na mleku /p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU JEĆCZ.</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 smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g , Salátka wiosenna - diety 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 , Filet 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 smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ</u>), Pomidor 80 g , Mix salat 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2080.58 kcal; Białko ogółem: 92.1 g; Tłuszcz: 46.38 g; Kw. tł. nasy.: 9.52 g; Węglowodany ogółem: 336.47 g; W tym cukry: 42.39 g; Błonnik pok.: 24.63 g; Sól: 9.14 g; WW: 31.32 Por; : 17.71 %; : 671.42 %; Ener. z T: 20.06 %; Ener. z Bł.: 2.37 %; K: 3808.7 mg;

wtorek 2024-06-04		
Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		

Jadłospisy dla oddziałów

<p>Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL, GLU JECZ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Sałatka wiosenna - diety 80 g, Sałata lodowa 20 g,</p>	<p>Jarzynowa z zacierką *-dieta (bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL), Ziemiaki 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 smarowania 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: 1690.13 kcal; Białko ogółem: 73.96 g; Tłuszcz: 39.66 g; Kw. tł. nasy.: 7.79 g; Węglowodany ogółem: 271.77 g; W tym cukry: 25.67 g; Błonnik pok.: 23.94 g; Sól: 6.53 g; WW: 24.85 Por; : 17.5 %; : 655.7 %; Ener. z T: 21.12 %; Ener. z Bł.: 2.83 %; K: 3250.14 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2024-06-05		
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 mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE,</u>), Szyunka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (<u>SOJ, SEL,</u>), Pomidor 90 g , Rukola 10 g ,	Kapuśniak z kapusty białej * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR,</u>), Kasza gryczana 200 g , Pieczeń rzymska drobiowa z indyka 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Surówka z marchwi i migdałów () b/c 150 g (<u>MLE, ORZ,</u>), Gruszka 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 smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Paprykarz szczeciński 80 g (<u>RYB, SOJ,</u>), Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Przecier owocowy jabłko 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE,</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2271.21 kcal; Białko ogółem: 103.76 g; Tłuszcz: 59.66 g; Kw. tł. nasy.: 10.88 g; Węglowodany ogółem: 345.2 g; W tym cukry: 78.3 g; Błonnik pok.: 36.68 g; Sól: 7.84 g; WW: 30.81 Por; : 18.27 %; : 712.23 %; Ener. z T: 23.64 %; Ener. z Bł.: 3.23 %; K: 4238.4 mg;

środa 2024-06-05		
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 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE,</u>), Szyunka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (<u>SOJ, SEL,</u>), Pomidor 90 g , Rukola 10 g ,	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Kasza gryczana 200 g , Pieczeń rzymska drobiowa z indyka 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>), Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Surówka z marchwi i migdałów b/c () 150 g (<u>MLE, ORZ,</u>), Gruszka 150 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>), Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Paprykarz szczeciński 80 g (<u>RYB, SOJ,</u>), Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Sałatka jarzynowa z olejem* 100 g (<u>SEL,</u>),	Podwieczorek: Koktajl z czarnej porzeczki* b/c 150 ml (<u>MLE,</u>),	Posiłek nocny: Kanapka z twarogiem i pomidorem (chleb razowy 60g, masło 5g, twaróg 25g, pomidor 15g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE,</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2587.42 kcal; Białko ogółem: 122.82 g; Tłuszcz: 70.87 g; Kw. tł. nasy.: 14.95 g; Węglowodany ogółem: 386.66 g; W tym cukry: 66.64 g; Błonnik pok.: 45.97 g; Sól: 8.2 g; WW: 34.03 Por; : 18.99 %; : 1014.81 %; Ener. z T: 24.65 %; Ener. z Bł.: 3.55 %; K: 5652.31 mg;

środa 2024-06-05		
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 , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE,</u>), Szyunka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (<u>SOJ, SEL,</u>), Pomidor 90 g , Rukola 10 g ,	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Kasza 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 120 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>), Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Przecier owocowy jabłko 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE,</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2176.28 kcal; Białko ogółem: 98.2 g; Tłuszcz: 38.46 g; Kw. tł. nasy.: 7.78 g; Węglowodany ogółem: 369.68 g; W tym cukry: 83.04 g; Błonnik pok.: 22.87 g; Sól: 6.96 g; WW: 34.77 Por; : 18.05 %; : 796.08 %; Ener. z T: 15.9 %; Ener. z Bł.: 2.1 %; K: 4231.03 mg;

środa 2024-06-05		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE,</u>), Szyunka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (<u>SOJ, SEL,</u>), Pomidor b/skórki 90 g , Sałata zielona 10 g ,	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU 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 120 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 smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>), Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Przecier owocowy jabłko 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE,</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2117.91 kcal; Białko ogółem: 93.83 g; Tłuszcz: 38.31 g; Kw. tł. nasy.: 7.68 g; Węglowodany ogółem: 359.73 g; W tym cukry: 76.84 g; Błonnik pok.: 22.88 g; Sól: 6.81 g; WW: 33.77 Por; : 17.72 %; : 788.15 %; Ener. z T: 16.28 %; Ener. z Bł.: 2.16 %; K: 4000.09 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-06-05	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 smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ, SEL</u>), Pomidor b/skórki 90 g , Sałata zielona 10 g ,	Ziemniaczana *(bez mleka) () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>), Pieczeń rzymska drobiowa z indyka 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos jarzynowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Cukinia gotowana z pomidorami* 150 g , Banan 120 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 smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Polędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>), Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1956.4 kcal; Białko ogółem: 77.37 g; Tłuszcz: 36.48 g; Kw. tł. nasy.: 7.61 g; Węglowodany ogółem: 342.2 g; W tym cukry: 63.21 g; Błonnik pok.: 23.21 g; Sól: 6.87 g; WW: 31.98 Por; : 15.82 %; : 779.52 %; Ener. z T: 16.78 %; Ener. z Bł.: 2.37 %; K: 3430.92 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2024-06-06		
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 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 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 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 smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek 50 g (<u>MLE,</u>), Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2 l 1 szt ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2291.26 kcal; Białko ogółem: 98.25 g; Tłuszcz: 62.97 g; Kw. tł. nasy.: 15.68 g; Węglowodany ogółem: 343.54 g; W tym cukry: 74.29 g; Błonnik pok.: 33.68 g; Sól: 6.01 g; WW: 31.07 Por; : 17.15 %; : 803.62 %; Ener. z T: 24.73 %; Ener. z Bł.: 2.94 %; K: 4356.57 mg;		
czwartek 2024-06-06		
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 smarowania 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 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 smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek 50 g (<u>MLE,</u>), Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por , Orzechy włoskie tuskane 20 g (<u>ORZ,</u>),	Posiłek nocny: Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2 l 1 szt ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2567.12 kcal; Białko ogółem: 110.12 g; Tłuszcz: 78.96 g; Kw. tł. nasy.: 17.27 g; Węglowodany ogółem: 369.67 g; W tym cukry: 83.26 g; Błonnik pok.: 42.32 g; Sól: 6.76 g; WW: 32.81 Por; : 17.16 %; : 957.21 %; Ener. z T: 27.68 %; Ener. z Bł.: 3.3 %; K: 5068.14 mg;		
czwartek 2024-06-06		
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 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Blok drobiowy-wędlina 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 smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek 50 g (<u>MLE,</u>), Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2 l 1 szt ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2124.96 kcal; Białko ogółem: 95.62 g; Tłuszcz: 45.18 g; Kw. tł. nasy.: 10.37 g; Węglowodany ogółem: 340.29 g; W tym cukry: 69.42 g; Błonnik pok.: 17.42 g; Sól: 5.4 g; WW: 32.35 Por; : 18 %; : 767.72 %; Ener. z T: 19.14 %; Ener. z Bł.: 1.64 %; K: 3667.54 mg;		
czwartek 2024-06-06		
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 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Blok drobiowy-wędlina 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 smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek 50 g (<u>MLE,</u>), Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2 l 1 szt ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2066.76 kcal; Białko ogółem: 91.23 g; Tłuszcz: 45.03 g; Kw. tł. nasy.: 10.27 g; Węglowodany ogółem: 330.41 g; W tym cukry: 63.3 g; Błonnik pok.: 17.42 g; Sól: 5.26 g; WW: 31.36 Por; : 17.66 %; : 760.8 %; Ener. z T: 19.61 %; Ener. z Bł.: 1.69 %; K: 3442.79 mg;		
czwartek 2024-06-06		
Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		

Jadłospisy dla oddziałów

Kasza manna na wywarze jarzynowym* 400 ml (GLUPSZ, SEL), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (SOJ), Cwikła z jabłkiem () 90 g, Roszponka 10 g,	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) () 400 ml (GLU PSZ, SEL), Makaron z sosem bolognese z łop wp-dieta* 350 g (GLU PSZ, SEL), 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 (GLU PSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szyńka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL), Pomidor b/skórki 80 g, Mix салат 20 g,
		Posiłek nocny: Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2 l 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1971.3 kcal; Białko ogółem: 75.38 g; Tłuszcz: 47.17 g; Kw. tł. nasy.: 10.63 g; Węglowodany ogółem: 318.59 g; W tym cukry: 46.37 g; Błonnik pok.: 18.5 g; Sól: 5.63 g; WW: 30.08 Por; : 15.29 %; : 826.91 %; Ener. z T: 21.54 %; Ener. z Bł.: 1.88 %; K: 2927.37 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczerek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2024-06-07 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 smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (<u>MLE,</u>), Powidła śliwkowe 25 g , Jabłko 150 g ,	Krupnik jęczmienny * 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba smażona (Morszczuk) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>), Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Surówka z kapusty młodej z olejem () 100 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 smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>), Ogórek świeży 80 g , Salata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2106.68 kcal; Białko ogółem: 91.26 g; Tłuszcz: 54.25 g; Kw. tł. nasy.: 9.24 g; Węglowodany ogółem: 329.55 g; W tym cukry: 69.77 g; Błonnik pok.: 32.7 g; Sól: 6.75 g; WW: 29.68 Por.; : 17.33 %; : 961.51 %; Ener. z T: 23.18 %; Ener. z Bł.: 3.1 %; K: 4733.93 mg;

piątek 2024-06-07 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 smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE,</u>), Jabłko 150 g ,	Krupnik jęczmienny * 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba pieczona (Morszczuk) 80 g (<u>RYB,</u>), Surówka z kapusty młodej z olejem () 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 smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>), Ogórek świeży 80 g , Salata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 200 ml ,	Podwieczerek: Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE,</u>),	Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2010.1 kcal; Białko ogółem: 99.07 g; Tłuszcz: 47.88 g; Kw. tł. nasy.: 9.63 g; Węglowodany ogółem: 311.96 g; W tym cukry: 71.06 g; Błonnik pok.: 36.26 g; Sól: 6.43 g; WW: 27.6 Por.; : 19.71 %; : 1017.46 %; Ener. z T: 21.44 %; Ener. z Bł.: 3.61 %; K: 5067.18 mg;

piątek 2024-06-07 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 smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (<u>MLE,</u>), Dżem 25 g 1 szt , Jabłko pieczone 150 g ,	Krupnik jęczmienny * 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba pieczona (Morszczuk) 80 g (<u>RYB,</u>), Warzywa po grecku* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>), Salatka z pomidorów z jogurtem natur i natką pietr 100 g (<u>MLE,</u>),
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1955.79 kcal; Białko ogółem: 90.34 g; Tłuszcz: 40.23 g; Kw. tł. nasy.: 8.09 g; Węglowodany ogółem: 322 g; W tym cukry: 70.79 g; Błonnik pok.: 24.63 g; Sól: 5.72 g; WW: 29.81 Por.; : 18.48 %; : 943.51 %; Ener. z T: 18.51 %; Ener. z Bł.: 2.52 %; K: 4608.94 mg;

piątek 2024-06-07 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 smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (<u>MLE,</u>), Dżem 25 g 1 szt , Jabłko pieczone 150 g ,	Krupnik jęczmienny * 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba pieczona (Morszczuk) 80 g (<u>RYB,</u>), Warzywa po grecku* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatk mięsa wp 50 g (<u>SOJ, MLE,</u>), Salatka 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: 1939.35 kcal; Białko ogółem: 90.43 g; Tłuszcz: 37.82 g; Kw. tł. nasy.: 7.37 g; Węglowodany ogółem: 323.1 g; W tym cukry: 70.79 g; Błonnik pok.: 24.63 g; Sól: 6.53 g; WW: 29.97 Por.; : 18.65 %; : 918.98 %; Ener. z T: 17.55 %; Ener. z Bł.: 2.54 %; K: 4542.44 mg;

piątek 2024-06-07 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 smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ,</u>), Dżem 25 g 1 szt , Jabłko pieczone 150 g ,	Krupnik jęczmienny (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL, GLU JĘCZ,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba pieczona (Morszczuk) 80 g (<u>RYB,</u>), Warzywa po grecku* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>), Salatka z pomidorów z olejem i natką pietr 100 g ,

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1901.92 kcal; Białko ogółem: 75.52 g; Tłuszcz: 51.19 g; Kw. tł. nasy.: 10.46 g; Węglowodany ogółem: 298.34 g; W tym cukry: 54.07 g; Błonnik pok.: 25.39 g; Sól: 6.52 g; WW: 27.38 Por; : 15.88 %; : 926.79 %; Ener. z T: 24.22 %; Ener. z Bł.: 2.67 %; K: 4014.9 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2024-06-08 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 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 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 z olejem b/c () 150 g , 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 smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, 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: 2547.7 kcal; Białko ogółem: 90.37 g; Tłuszcz: 92.05 g; Kw. tł. nasy.: 19.34 g; Węglowodany ogółem: 358.85 g; W tym cukry: 47.99 g; Błonnik pok.: 41.13 g; Sól: 8.95 g; WW: 31.81 Por; : 14.19 %; : 728.7 %; Ener. z T: 32.52 %; Ener. z Bł.: 3.23 %; K: 3865.36 mg;

sobota 2024-06-08 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 smarowania 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 z olejem b/c () 150 g , 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 smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, 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: 2466.73 kcal; Białko ogółem: 109.26 g; Tłuszcz: 73.78 g; Kw. tł. nasy.: 13.09 g; Węglowodany ogółem: 360.15 g; W tym cukry: 45.78 g; Błonnik pok.: 44.82 g; Sól: 7.73 g; WW: 31.57 Por; : 17.72 %; : 821.47 %; Ener. z T: 26.92 %; Ener. z Bł.: 3.63 %; K: 4216.35 mg;

sobota 2024-06-08 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 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 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 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 smarowania 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: 2178.77 kcal; Białko ogółem: 85.99 g; Tłuszcz: 47.75 g; Kw. tł. nasy.: 11.19 g; Węglowodany ogółem: 363.56 g; W tym cukry: 49.18 g; Błonnik pok.: 24.89 g; Sól: 6.28 g; WW: 33.85 Por; : 15.79 %; : 703.11 %; Ener. z T: 19.72 %; Ener. z Bł.: 2.28 %; K: 3551.49 mg;

sobota 2024-06-08 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 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 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 smarowania 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>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2206.54 kcal; Białko ogółem: 86.12 g; Tłuszcz: 49.8 g; Kw. tł. nasy.: 11.27 g; Węglowodany ogółem: 366.39 g; W tym cukry: 51.31 g; Błonnik pok.: 26.01 g; Sól: 6.48 g; WW: 34.01 Por; : 15.61 %; : 717.67 %; Ener. z T: 20.31 %; Ener. z Bł.: 2.36 %; K: 3645.33 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-06-08	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, Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>), Tłuszcz do smarowania 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 (bez mleka)*() 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Ryż na sypko 200 g, Potrawka drobiowa z warzywami * 180 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Buraczki 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 smarowania 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 szynką i pomidorem (bułka pszenna 45g, tłuszcz 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (<u>GLU PSZ, 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 %; : 709.02 %; Ener. z T: 20.28 %; Ener. z Bt.: 2.74 %; K: 3074.91 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2024-06-09		
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 smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g, Rzodkiewka 80 g, Mix салат 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 smarowania 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.), Gruszka 150 g,
		Posiłek nocny: Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2112.81 kcal; Białko ogółem: 100.22 g; Tłuszcz: 52.27 g; Kw. tł. nasy.: 11.14 g; Węglowodany ogółem: 325.48 g; W tym cukry: 66.73 g; Błonnik pok.: 32.43 g; Sól: 8.22 g; WW: 29.37 Por; : 18.97 %; : 871.09 %; Ener. z T: 22.27 %; Ener. z Bł.: 3.07 %; K: 4643.15 mg;

niedziela 2024-06-09		
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 smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g, Rzodkiewka 80 g, Mix салат 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 smarowania 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.), Gruszka 150 g,
II Śniadanie: Maślanka 150 ml (MLE.),	Podwieczorek: Chleb Graham 25 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 0.50 szt, Szynka z piersią indyczą- wędlna 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.), Salata zielona 10 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2240.6 kcal; Białko ogółem: 124.15 g; Tłuszcz: 54.75 g; Kw. tł. nasy.: 11.78 g; Węglowodany ogółem: 330.29 g; W tym cukry: 62.29 g; Błonnik pok.: 37.17 g; Sól: 9.91 g; WW: 29.48 Por; : 22.16 %; : 973.27 %; Ener. z T: 21.99 %; Ener. z Bł.: 3.32 %; K: 5269.28 mg;

niedziela 2024-06-09		
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 smarowania 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, 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 smarowania 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.), Gruszka 150 g,
		Posiłek nocny: Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2113.85 kcal; Białko ogółem: 111.51 g; Tłuszcz: 47.97 g; Kw. tł. nasy.: 11.25 g; Węglowodany ogółem: 321.2 g; W tym cukry: 72.69 g; Błonnik pok.: 23.71 g; Sól: 7.22 g; WW: 29.66 Por; : 21.1 %; : 917.67 %; Ener. z T: 20.42 %; Ener. z Bł.: 2.24 %; K: 4848.96 mg;

niedziela 2024-06-09		
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 smarowania 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 smarowania 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 120 g,
		Posiłek nocny: Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2172.91 kcal; Białko ogółem: 98.7 g; Tłuszcz: 55.64 g; Kw. tł. nasy.: 12.54 g; Węglowodany ogółem: 331.44 g; W tym cukry: 76.41 g; Błonnik pok.: 22.79 g; Sól: 7.15 g; WW: 30.84 Por; : 18.17 %; : 902.66 %; Ener. z T: 23.04 %; Ener. z Bł.: 2.1 %; K: 4712.58 mg;

niedziela 2024-06-09		
Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		

Jadłospisy dla oddziałów

<p>Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL, GLU JECZ</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g , Cukinia pieczona z olejem * 100 g ,</p>	<p>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 ,</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka Konsenwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ</u>), Gruszka 150 g ,</p>
<p>II Śniadanie: Kisiel o smaku wiśniowym b/c 150 ml ,</p>		<p>Posiłek nocny: Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt ,</p>

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1954.56 kcal; Białko ogółem: 83.78 g; Tłuszcz: 42.59 g; Kw. tł. nasy.: 8.56 g; Węglowodany ogółem: 322.42 g; W tym cukry: 70.39 g; Błonnik pok.: 24.57 g; Sól: 6.99 g; WW: 29.71 Por; : 17.15 %; : 836.57 %; Ener. z T: 19.61 %; Ener. z Bł.: 2.51 %; K: 3716.46 mg;