

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2024-05-27		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Plątki jęczmienna na mleku /p 400 ml (MLE, GLU JĘCZ.), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Chleb Graham 50 g (GLUPSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,	Brokułowa z ryżem* 400 ml (MLE, SEL.), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Gulasz warzywny z ciecierzycą* 150 g (GLU PSZ, SEL.), Surówka z marchwi b/c () 150 g (MLE.), Gruszka 1szt. 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szprot w sosie pomidorowym 40 g (RYB, SEL.), Twaróg półtłusty 40 g (MLE.), Salata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2028.67 kcal; Białko ogółem: 75.29 g; Tłuszcz: 39.78 g; Kw. tł. nasy.: 10.44 g; Węglowodany ogółem: 361.11 g; W tym cukry: 61.98 g; Błonnik pok.: 37.85 g; Sól: 10.95 g; WW: 32.32 Por; : 14.84 %; : 838.25 %; Ener. z T: 17.65 %; Ener. z Bł.: 3.73 %; K: 4124.38 mg;

poniedziałek 2024-05-27		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Plątki jęczmienna na mleku /p 400 ml (MLE, GLU JĘCZ.), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,	Brokułowa z ryżem* 400 ml (MLE, SEL.), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Gulasz warzywny z ciecierzycą* 150 g (GLU PSZ, SEL.), Surówka z marchwi b/c () 150 g (MLE.), Gruszka 1szt. 150 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE.), Salata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Smoothie (jabłko, szpinak) 200 g ,	Podwieczorek: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.),	Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml , Orzechy włoskie luskane 10 g (ORZ.),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2005.3 kcal; Białko ogółem: 83.38 g; Tłuszcz: 46.96 g; Kw. tł. nasy.: 10.77 g; Węglowodany ogółem: 333.69 g; W tym cukry: 58.16 g; Błonnik pok.: 42.09 g; Sól: 9.83 g; WW: 29.2 Por; : 16.63 %; : 931.41 %; Ener. z T: 21.07 %; Ener. z Bł.: 4.2 %; K: 4714.99 mg;

poniedziałek 2024-05-27		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Plątki 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 , Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,	Brokułowa z ryżem* 400 ml (MLE, SEL.), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.), Surówka z marchwi () drobno tarta b/c 150 g (MLE.), Banan 120 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 , Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE.), Salata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1901.84 kcal; Białko ogółem: 75.49 g; Tłuszcz: 38.69 g; Kw. tł. nasy.: 9.92 g; Węglowodany ogółem: 328.38 g; W tym cukry: 73.27 g; Błonnik pok.: 28.18 g; Sól: 8.86 g; WW: 30.12 Por; : 15.88 %; : 859 %; Ener. z T: 18.31 %; Ener. z Bł.: 2.96 %; K: 4493.28 mg;

poniedziałek 2024-05-27		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
Plątki 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 , Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.), Pomidor b/skórki 90 g , Roszponka 10 g ,	Brokułowa z ryżem* 400 ml (MLE, SEL.), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.), 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 (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE.), Salata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1938.19 kcal; Białko ogółem: 75.38 g; Tłuszcz: 44.6 g; Kw. tł. nasy.: 9.53 g; Węglowodany ogółem: 320.98 g; W tym cukry: 70.9 g; Błonnik pok.: 22.55 g; Sól: 9.19 g; WW: 29.93 Por; : 15.56 %; : 869.94 %; Ener. z T: 20.71 %; Ener. z Bł.: 2.33 %; K: 4280.14 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-05-27		Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna
Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL</u> , <u>GLU</u> <u>JECZ</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Pomidor b/skórki 90 g , Roszponka 10 g ,	Brokułowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u>), Surówka z marchwi () drobno tarta (z olejem) 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</u> <u>PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1827.55 kcal; Białko ogółem: 59.03 g; Tłuszcz: 44.2 g; Kw. tł. nasy.: 7.73 g; Węglowodany ogółem: 313.99 g; W tym cukry: 56.48 g; Błonnik pok.: 29.02 g; Sól: 9.36 g; WW: 28.52 Por; ; 12.92 %; ; 891.32 %; Ener. z T: 21.77 %; Ener. z Bł.: 3.18 %; K: 3861.89 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2024-05-28 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (MLE), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyunka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (SOJ), Sałata zielona 20 g , Ogórek świeży 80 g ,	Pieczarkowa z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ), Szyunka wieprzowa pieczona 80 g , Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g , Dynia duszona z olejem* 100 g (GLU PSZ), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyunka wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ), Sałatka z pomidora i ogórka z cebulą 80 g ,
		Posiłek nocny: Jabłko 150 g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1889.07 kcal; Białko ogółem: 91.98 g; Tłuszcz: 39.03 g; Kw. tł. nasy.: 8.67 g; Węglowodany ogółem: 300.16 g; W tym cukry: 54 g; Błonnik pok.: 30.4 g; Sól: 7.79 g; WW: 26.97 Por.; : 19.48 %; : 694.58 %; Ener. z T: 18.59 %; Ener. z Bł.: 3.22 %; K: 3686.94 mg;		
wtorek 2024-05-28 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (MLE, GLU JEĆZ), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (GLU PSZ), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyunka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (SOJ), Sałata zielona 20 g , Ogórek świeży 80 g ,	Pieczarkowa z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ), Szyunka wieprzowa gotowana 100 g , Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyunka wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ), Sałatka z pomidora i ogórka z cebulą 80 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE),	Podwieczorek: Warzywa pieczone 100 g , Dip zielony 10 g (MLE),	Posiłek nocny: Kanapka z twarogiem i sałata (chleb razowy 60g, tłuszcz 5g, twaróg 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2123.36 kcal; Białko ogółem: 113.32 g; Tłuszcz: 57.36 g; Kw. tł. nasy.: 12.52 g; Węglowodany ogółem: 302.82 g; W tym cukry: 39.8 g; Błonnik pok.: 36.46 g; Sól: 8.42 g; WW: 26.67 Por.; : 21.35 %; : 726.11 %; Ener. z T: 24.31 %; Ener. z Bł.: 3.43 %; K: 4267.16 mg;		
wtorek 2024-05-28 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (MLE), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyunka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (SOJ), Sałata zielona 20 g , Ogórek świeży 80 g ,	Solferino * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Makaron 200 g (GLU PSZ), Szyunka wieprzowa gotowana 100 g , Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ), Dynia duszona z olejem* 150 g (GLU PSZ), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyunka wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ), Sałatka z pomidora i sałaty lodowej 100 g ,
		Posiłek nocny: Jabłko 150 g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2025.85 kcal; Białko ogółem: 97.4 g; Tłuszcz: 41.99 g; Kw. tł. nasy.: 9.29 g; Węglowodany ogółem: 322.02 g; W tym cukry: 56.7 g; Błonnik pok.: 21.69 g; Sól: 7.45 g; WW: 30 Por.; : 19.23 %; : 770.59 %; Ener. z T: 18.65 %; Ener. z Bł.: 2.14 %; K: 3793.4 mg;		
wtorek 2024-05-28 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (MLE), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyunka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (SOJ), Sałata zielona 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,	Solferino * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Makaron 200 g (GLU PSZ), Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ), Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ), Dynia duszona z olejem* 150 g (GLU PSZ), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyunka wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ), Sałatka z pomidora i sałaty lodowej b/skórki 100 g ,
		Posiłek nocny: Jabłko pieczone 150 g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2101.15 kcal; Białko ogółem: 90.82 g; Tłuszcz: 49.31 g; Kw. tł. nasy.: 10.5 g; Węglowodany ogółem: 331.31 g; W tym cukry: 57.47 g; Błonnik pok.: 22.41 g; Sól: 7.55 g; WW: 30.91 Por.; : 17.29 %; : 715.89 %; Ener. z T: 21.12 %; Ener. z Bł.: 2.13 %; K: 3730.88 mg;		
wtorek 2024-05-28 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		

Jadłospisy dla oddziałów

<p>Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL), 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, Szyńka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (SOJ), Sałata zielona 20 g, Pomidor b/skórki 80 g,</p>	<p>Solferino (bez mleka)*() 400 ml (GLU PSZ, SEL), Makaron 200 g (GLU PSZ), Szyńka wieprzowa gotowana 100 g, Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ), Dynia duszona 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, Szyńka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ), Sałatka z pomidora i sałaty lodowej b/skórki 100 g,</p>
		<p>Posiłek nocny: Jabłko pieczone 150 g,</p>

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1876.84 kcal; Białko ogółem: 84.33 g; Tłuszcz: 39.76 g; Kw. tł. nasy.: 8.73 g; Węglowodany ogółem: 303.8 g; W tym cukry: 40.89 g; Błonnik pok.: 23.7 g; Sól: 6.95 g; WW: 28.02 Por; : 17.97 %; : 694.68 %; Ener. z T: 19.07 %; Ener. z Bł.: 2.53 %; K: 3316.64 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2024-05-29 Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE), Szynka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ), Kiwi (g) 80 g, Sałata zielona 20 g,	Zupa z soczewicy i ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, SEL), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (GLU PSZ, JAJ), Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL), Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g (GOR), Buraczki oprószane () b/c 100 g (GLU PSZ), Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL), Papryka świeża 90 g, Rukola 10 g,
		Posiłek nocny: Przecier owocowy jablko-morela 120g 1 szt (może zawierać: MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2055.43 kcal; Białko ogółem: 90.89 g; Tłuszcz: 43.79 g; Kw. tł. nasy.: 8.29 g; Węglowodany ogółem: 339.25 g; W tym cukry: 63.08 g; Błonnik pok.: 33.27 g; Sól: 8.34 g; WW: 30.68 Por; : 17.69 %; : 840.97 %; Ener. z T: 19.18 %; Ener. z Bł.: 3.24 %; K: 4989.02 mg;

środa 2024-05-29 Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Chleb Graham 100 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE), Szynka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ), Kiwi (g) 80 g, Sałata zielona 20 g,	Zupa z soczewicy i ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, SEL), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (GLU PSZ, JAJ), Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL), Sałatka szwedzka z olejem b/c 150 g (GOR), Kompot owocowy* b/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Chleb Graham 100 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL), Papryka świeża 90 g, Rukola 10 g,
II Śniadanie: Budyń o smaku śmietankowym z chipsami kokosowymi b/c 200 ml (MLE, SOJ),	Podwieczorek: Sałatka wiosenna () 100 g,	Posiłek nocny: Kanapka z jajkiem i sałata (chleb razowy 60g, tłuszcz 5g, jajko 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, JAJ),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2353.2 kcal; Białko ogółem: 107.7 g; Tłuszcz: 61.26 g; Kw. tł. nasy.: 14.7 g; Węglowodany ogółem: 363.17 g; W tym cukry: 63.25 g; Błonnik pok.: 38.93 g; Sól: 9.55 g; WW: 32.56 Por; : 18.31 %; : 1078.47 %; Ener. z T: 23.43 %; Ener. z Bł.: 3.31 %; K: 5612.63 mg;

środa 2024-05-29 Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE), Szynka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ), Banan 120 g, Sałata zielona 20 g,	Grysikowa * 400 ml (GLU PSZ, SEL), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (GLU PSZ, JAJ), Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL), Buraczki oprószane () 150 g (GLU PSZ), Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL), Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g,
		Posiłek nocny: Przecier owocowy jablko-morela 120g 1 szt (może zawierać: MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1924.57 kcal; Białko ogółem: 83.3 g; Tłuszcz: 32.18 g; Kw. tł. nasy.: 7.36 g; Węglowodany ogółem: 335.1 g; W tym cukry: 79.9 g; Błonnik pok.: 21.8 g; Sól: 6.18 g; WW: 31.35 Por; : 17.31 %; : 835.34 %; Ener. z T: 15.05 %; Ener. z Bł.: 2.27 %; K: 4226.6 mg;

środa 2024-05-29 Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE), Szynka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ), Banan 120 g, Sałata zielona 20 g,	Grysikowa * 400 ml (GLU PSZ, SEL), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (GLU PSZ, JAJ), Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL), Buraczki oprószane () 150 g (GLU PSZ), Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL), Pomidor b/skórki 80 g, Sałata zielona 20 g,
		Posiłek nocny: Przecier owocowy jablko-morela 120g 1 szt (może zawierać: MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1979.12 kcal; Białko ogółem: 85.05 g; Tłuszcz: 32.48 g; Kw. tł. nasy.: 7.41 g; Węglowodany ogółem: 346.49 g; W tym cukry: 80.04 g; Błonnik pok.: 22.13 g; Sól: 6.36 g; WW: 32.46 Por; : 17.19 %; : 849.69 %; Ener. z T: 14.77 %; Ener. z Bł.: 2.24 %; K: 4239.33 mg;

środa 2024-05-29 Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

<p>Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL, GLU OW), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szyńka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ), Banan 120 g, Sałata zielona 20 g,</p>	<p>Grycikowa * 400 ml (GLUPSZ, SEL), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (GLUPSZ, JAJ), Sos jarzynowy * 80 ml (GLUPSZ, SEL), Buraczki oprószane () 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, Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony osłonce niejadalnej 40 g (SOJ), Pomidor b/skórki 80 g, Sałata zielona 20 g,</p>
		<p>Posiłek nocny: Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt</p>

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1808.08 kcal; Białko ogółem: 65.31 g; Tłuszcz: 36.11 g; Kw. tł. nasy.: 8.94 g; Węglowodany ogółem: 317.92 g; W tym cukry: 67.87 g; Błonnik pok.: 22.1 g; Sól: 6.05 g; WW: 29.6 Por; : 14.45 %; : 880.13 %; Ener. z T: 17.97 %; Ener. z Bł.: 2.44 %; K: 3661.87 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2024-05-30		
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 , Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 80 g (<u>MLE,</u>), Ogórek świeży 90 g , Roszponka 10 g ,	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u>), Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 400 g (<u>SEL,</u>), Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>), Sałata zielona z jogurtem 150 g (<u>MLE,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Tyrolska kielbasa wieprzowa drobno rozdrobniona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>), Sałatka jarzynowa z olejem* 150 g (<u>SEL,</u>), Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2326.04 kcal; Białko ogółem: 95.49 g; Tłuszcz: 66.4 g; Kw. tł. nasy.: 14.68 g; Węglowodany ogółem: 349.64 g; W tym cukry: 44.79 g; Błonnik pok.: 28.95 g; Sól: 6.16 g; WW: 32.09 Por; : 16.42 %; : 782.93 %; Ener. z T: 25.69 %; Ener. z Bł.: 2.49 %; K: 4156.27 mg;

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2653.63 kcal; Białko ogółem: 117.75 g; Tłuszcz: 83.4 g; Kw. tł. nasy.: 22.97 g; Węglowodany ogółem: 380.08 g; W tym cukry: 53.99 g; Błonnik pok.: 47.64 g; Sól: 8.36 g; WW: 33.32 Por; : 17.75 %; : 953.2 %; Ener. z T: 28.28 %; Ener. z Bł.: 3.59 %; K: 5291.75 mg;

czwartek 2024-05-30		
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 , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>), Pomidor 90 g , Roszponka 10 g ,	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 400 g (<u>SEL,</u>), Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ,</u>), Seler z pietruszką gotowany z olejem () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Tyrolska kielbasa wieprzowa drobno rozdrobniona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>), Sałatka jarzynowa z olejem* 150 g (<u>SEL,</u>), Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2447.48 kcal; Białko ogółem: 96.85 g; Tłuszcz: 69 g; Kw. tł. nasy.: 13.66 g; Węglowodany ogółem: 374.77 g; W tym cukry: 49.71 g; Błonnik pok.: 31.86 g; Sól: 5.95 g; WW: 34.29 Por; : 15.83 %; : 767.68 %; Ener. z T: 25.37 %; Ener. z Bł.: 2.6 %; K: 4539.78 mg;

czwartek 2024-05-30		
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 , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>), Pomidor b/skórki 90 g , Roszponka 10 g ,	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 400 g (<u>SEL,</u>), Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ,</u>), Seler z pietruszką gotowany z olejem () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Tyrolska kielbasa wieprzowa drobno rozdrobniona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>), Sałatka jarzynowa z olejem* 150 g (<u>SEL,</u>), Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2446.75 kcal; Białko ogółem: 96.82 g; Tłuszcz: 69 g; Kw. tł. nasy.: 13.66 g; Węglowodany ogółem: 374.6 g; W tym cukry: 49.6 g; Błonnik pok.: 31.82 g; Sól: 5.94 g; WW: 34.28 Por; : 15.83 %; : 765.35 %; Ener. z T: 25.38 %; Ener. z Bł.: 2.6 %; K: 4528.9 mg;

czwartek 2024-05-30		
Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		

Jadłospisy dla oddziałów

<p>Zacierka na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</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 zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ.</u>), Pomidor 90 g, Roszponka 10 g,</p>	<p>Ziemniaczana *(bez mleka) () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 400 g (<u>SEL.</u>), Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>), Seler z pietruszką gotowany z olejem () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml,</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, Tyrolska kielbasa wieprzowa drobno rozdrobniona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>), Sałatka jarzynowa z olejem* 150 g (<u>SEL.</u>), Sałata zielona 20 g,</p>
		<p>Posiłek nocny: Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>),</p>

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2222.29 kcal; Białko ogółem: 76.6 g; Tłuszcz: 64.61 g; Kw. tł. nasy.: 11.55 g; Węglowodany ogółem: 349.18 g; W tym cukry: 30.6 g; Błonnik pok.: 33.24 g; Sól: 6.34 g; WW: 31.57 Por; : 13.79 %; : 742.63 %; Ener. z T: 26.17 %; Ener. z Bł.: 2.99 %; K: 3864.17 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2024-05-31		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Plátky pszenne na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u>), 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>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), Miód (25g) 1 szt, Jabłko 150 g,	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Ryba smażona (Morszczuk) 90 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u>), Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () b/c 100 g, Szpinak gotowany 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>), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g,
		Posiłek nocny: Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2304.17 kcal; Białko ogółem: 100.12 g; Tłuszcz: 67.41 g; Kw. tł. nasy.: 19.31 g; Węglowodany ogółem: 340.79 g; W tym cukry: 76.12 g; Błonnik pok.: 30.17 g; Sól: 7.23 g; WW: 31.05 Por; : 17.38 %; : 724.26 %; Ener. z T: 26.33 %; Ener. z Bł.: 2.62 %; K: 4396.62 mg;

piątek 2024-05-31		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Plátky pszenne na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u>), 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 smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE</u>), Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g,	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Ryba gotowana (Morszczuk) 80 g (<u>RYB</u>), Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () b/c 100 g, Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ</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>), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g,
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Kanapka z serem żółtym i sałata (chleb razowy 60g, tłuszcz do smarowania 5g, ser żółty 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u>),	Posiłek nocny: Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2168.72 kcal; Białko ogółem: 118.41 g; Tłuszcz: 55.42 g; Kw. tł. nasy.: 15.82 g; Węglowodany ogółem: 317.91 g; W tym cukry: 62.83 g; Błonnik pok.: 33.5 g; Sól: 7.06 g; WW: 28.51 Por; : 21.84 %; : 783.45 %; Ener. z T: 23 %; Ener. z Bł.: 3.09 %; K: 5056.55 mg;

piątek 2024-05-31		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Plátky pszenne na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u>), 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 smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>), Miód (25g) 1 szt, Jabłko 150 g,	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Ryba gotowana (Morszczuk) 80 g (<u>RYB</u>), Szpinak gotowany 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 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g,
		Posiłek nocny: Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2019.88 kcal; Białko ogółem: 95.05 g; Tłuszcz: 39.51 g; Kw. tł. nasy.: 9.5 g; Węglowodany ogółem: 332.99 g; W tym cukry: 75.18 g; Błonnik pok.: 21.53 g; Sól: 5.15 g; WW: 31.18 Por; : 18.82 %; : 779.99 %; Ener. z T: 17.61 %; Ener. z Bł.: 2.13 %; K: 4180.27 mg;

piątek 2024-05-31		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
Plátky pszenne na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u>), 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 smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>), Miód (25g) 1 szt, Jabłko pieczone 150 g,	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Ryba gotowana (Morszczuk) 80 g (<u>RYB</u>), Szpinak gotowany 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 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE</u>), Sałatka z pomidorów i koperku b/skórki 100 g,
		Posiłek nocny: Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2022.68 kcal; Białko ogółem: 100 g; Tłuszcz: 36.66 g; Kw. tł. nasy.: 8 g; Węglowodany ogółem: 335.09 g; W tym cukry: 75.18 g; Błonnik pok.: 21.53 g; Sól: 5 g; WW: 31.42 Por; : 19.78 %; : 743.28 %; Ener. z T: 16.31 %; Ener. z Bł.: 2.13 %; K: 4113.77 mg;

piątek 2024-05-31		
Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		

Jadłospisy dla oddziałów

<p>Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 400 ml (GLUPSZ, SEL), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ), Miód (25g) 1 szt , Jabłko pieczone 150 g ,</p>	<p>Zupa wiosenna z cukinią i makaronem (bez mleka) () 400 ml (GLUPSZ, SEL), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba gotowana (Morszczuk) 80 g (RYB), Szpinak gotowany z olejem* 150 g (GLUPSZ), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ), Sałatka z pomidorów i koperku b/skórki 100 g ,</p>
		<p>Posiłek nocny: Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt ,</p>

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1809.27 kcal; Białko ogółem: 74.96 g; Tłuszcz: 36.54 g; Kw. tł. nasy.: 7.62 g; Węglowodany ogółem: 306.8 g; W tym cukry: 51.03 g; Błonnik pok.: 22.47 g; Sól: 5.79 g; WW: 28.47 Por; : 16.57 %; : 722.98 %; Ener. z T: 18.18 %; Ener. z Bł.: 2.48 %; K: 3329.85 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2024-06-01		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Ryż na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>), Chleb Graham 50 g (<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>), Musztarda 10 g (<u>GOR</u>), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i słonecznikiem z olejem* 80 g, Sałata zielona 20 g,	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ</u>), Wątróbka wieprzowa duszona w sosie własnym 180 g (<u>GLU PSZ</u>), Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g, Fasolka szparagowa z wody* 100 g, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<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>), Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u>), Pomidor 80 g, Mix sałat 20 g,
		Posiłek nocny: Gruszka 150 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2415.63 kcal; Białko ogółem: 108 g; Tłuszcz: 78.86 g; Kw. tł. nasy.: 16.1 g; Węglowodany ogółem: 334.6 g; W tym cukry: 52.56 g; Błonnik pok.: 34.95 g; Sól: 10.03 g; WW: 30.11 Por; : 17.88 %; : 756.99 %; Ener. z T: 29.38 %; Ener. z Bł.: 2.89 %; K: 3827.73 mg;

sobota 2024-06-01		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Ryż pełnoziarnisty na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szynka Familijna wieprzowa, z dodatkiem wody i białka wp z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, MLE</u>), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i słonecznikiem z olejem* 80 g, Sałata zielona 20 g,	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ</u>), Gulasz wieprzowy- dieta 180 g (<u>GLU PSZ</u>), Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g, Fasolka szparagowa z wody* 100 g, Kompot owocowy* b/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u>), Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u>), Pomidor 80 g, Mix sałat 20 g,
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml,	Podwieczorek: Chleb Graham 25 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 0.50 szt, Twarożek 30 g (<u>MLE</u>), Pomidor 15 g,	Posiłek nocny: Gruszka 150 g, Migdały 10 g (<u>ORZ</u>),

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

sobota 2024-06-01		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Ryż na mleku/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>), Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szynka Familijna wieprzowa, z dodatkiem wody i białka wp z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, MLE</u>), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i olejem* 80 g, Sałata zielona 20 g,	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>MLE, SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ</u>), Gulasz wieprzowy- dieta 180 g (<u>GLU PSZ</u>), Fasolka szparagowa z wody* 150 g, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u>), Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u>), Pomidor 80 g, Mix sałat 20 g,
		Posiłek nocny: Gruszka 150 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2050.51 kcal; Białko ogółem: 97.22 g; Tłuszcz: 46.79 g; Kw. tł. nasy.: 10.58 g; Węglowodany ogółem: 323.18 g; W tym cukry: 53.62 g; Błonnik pok.: 28.93 g; Sól: 7.39 g; WW: 29.57 Por; : 18.96 %; : 708.8 %; Ener. z T: 20.54 %; Ener. z Bł.: 2.82 %; K: 3784.63 mg;

sobota 2024-06-01		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
Ryż na mleku/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>), Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szynka Familijna wieprzowa, z dodatkiem wody i białka wp z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, MLE</u>), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i olejem* 80 g, Sałata zielona 20 g,	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>MLE, SEL</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ</u>), Gulasz wieprzowy- dieta 180 g (<u>GLU PSZ</u>), Buraczki gotowane () 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 50 g (<u>MLE</u>), Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u>), Pomidor b/skórki 80 g, Mix sałat 20 g,
		Posiłek nocny: Banan 120 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2112.85 kcal; Białko ogółem: 97.51 g; Tłuszcz: 46.72 g; Kw. tł. nasy.: 10.61 g; Węglowodany ogółem: 338.4 g; W tym cukry: 73.13 g; Błonnik pok.: 28.43 g; Sól: 7.38 g; WW: 31.05 Por; : 18.46 %; : 739.01 %; Ener. z T: 19.9 %; Ener. z Bł.: 2.69 %; K: 4423.58 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-06-01	Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna	
Ryż na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL), 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, Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i olejem* 80 g , Salata zielona 20 g ,	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)*() 400 ml (SEL), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ), Gulasz wieprzowy- dieta 180 g (GLU PSZ), Buraczki gotowane () 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 , Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g ,
		Posiłek nocny: Gruszka 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1950.54 kcal; Białko ogółem: 77.13 g; Tłuszcz: 49.12 g; Kw. tł. nasy.: 11.85 g; Węglowodany ogółem: 313.87 g; W tym cukry: 48.52 g; Błonnik pok.: 31.13 g; Sól: 6.96 g; WW: 28.3 Por; : 15.82 %; : 751.35 %; Ener. z T: 22.66 %; Ener. z Bł.: 3.19 %; K: 3557.41 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2024-06-02		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 80 g (MLE), Papryka świeża 80 g, Sałata zielona 20 g,	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 120 g, Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem b/c 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), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g,
		Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2036.53 kcal; Białko ogółem: 105.48 g; Tłuszcz: 59.04 g; Kw. tł. nasy.: 14.77 g; Węglowodany ogółem: 283.28 g; W tym cukry: 56.57 g; Błonnik pok.: 27.83 g; Sól: 6.78 g; WW: 25.64 Por; : 20.72 %; : 660.01 %; Ener. z T: 26.09 %; Ener. z Bł.: 2.73 %; K: 4405.84 mg;		
niedziela 2024-06-02		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Chleb Graham 100 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 80 g (MLE), Papryka świeża 80 g, Sałata zielona 20 g,	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 120 g, Surówka z kapusty białej z koperkiem i 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), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g,
II Śniadanie: Surówka z marchwi i jabłka b/c () 150 g (MLE),	Podwieczorek: Koktajl wieloowocowy* b/c 200 ml (MLE),	Posiłek nocny: Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2198.5 kcal; Białko ogółem: 122.53 g; Tłuszcz: 67.12 g; Kw. tł. nasy.: 19.5 g; Węglowodany ogółem: 296.21 g; W tym cukry: 67.06 g; Błonnik pok.: 38.3 g; Sól: 7.23 g; WW: 25.86 Por; : 22.29 %; : 1021.35 %; Ener. z T: 27.48 %; Ener. z Bł.: 3.48 %; K: 5776.52 mg;		
niedziela 2024-06-02		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (MLE), Sałata zielona 20 g, Jabłko 150 g,	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 120 g, Brokuł gotowany* 150 g, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g,
		Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2076.28 kcal; Białko ogółem: 107.19 g; Tłuszcz: 54.24 g; Kw. tł. nasy.: 14.31 g; Węglowodany ogółem: 301.26 g; W tym cukry: 65.56 g; Błonnik pok.: 22.27 g; Sól: 5.89 g; WW: 27.89 Por; : 20.65 %; : 798.7 %; Ener. z T: 23.51 %; Ener. z Bł.: 2.15 %; K: 4287.57 mg;		
niedziela 2024-06-02		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (MLE), Sałata zielona 20 g, Jabłko pieczone 150 g,	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 120 g, Brokuł gotowany* 150 g, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL), Sałatka z pomidorów i koperku b/skórki 100 g,
		Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2076.28 kcal; Białko ogółem: 107.19 g; Tłuszcz: 54.24 g; Kw. tł. nasy.: 14.31 g; Węglowodany ogółem: 301.26 g; W tym cukry: 65.56 g; Błonnik pok.: 22.27 g; Sól: 5.89 g; WW: 27.89 Por; : 20.65 %; : 736 %; Ener. z T: 23.51 %; Ener. z Bł.: 2.15 %; K: 4287.57 mg;		
niedziela 2024-06-02		
Jadłospis dla diety: PUŁ- ML Bezmleczna		

Jadłospisy dla oddziałów

<p>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, Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (<u>SOJ.</u>), Sałata zielona 20 g, Jabłko pieczone 150 g,</p>	<p>Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 120 g, Brokuł gotowany* 150 g, 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, Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</u>), Sałatka z pomidorów i koperku b/skórki 100 g,</p>
		<p>Posiłek nocny: Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt</p>

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1943.17 kcal; Białko ogółem: 86.08 g; Tłuszcz: 57.06 g; Kw. tł. nasy.: 13.99 g; Węglowodany ogółem: 284.04 g; W tym cukry: 49.73 g; Błonnik pok.: 22.2 g; Sól: 6.69 g; WW: 26.15 Por; : 17.72 %; : 719.83 %; Ener. z T: 26.43 %; Ener. z Bł.: 2.29 %; K: 3619.85 mg;