

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2024-05-27 Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (MLE, GLU JEĆZ.), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.), Pomidor 90 g, Roszponka 10 g,	Brokułowa z ryżem* 400 ml (MLE, SEL.), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Gulasz warzywny z ciecierzycą* 150 g (GLU PSZ, SEL.), Surówka z marchwi b/c () 150 g (MLE.), Gruszka 1szt. 150 g, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE.), Sałata zielona 20 g,
II Śniadanie: Smoothie (jabłko, szpinak) 200 g,		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml,

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

poniedziałek 2024-05-27 Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
Płatki jęczmienna na mleku /p 250 ml (MLE, GLU JEĆZ.), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.), Pomidor 80 g, Roszponka 20 g,	Brokułowa z ryżem* 400 ml (MLE, SEL.), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.), Surówka z marchwi () drobno tarta 150 g (MLE.), Banan 120 g, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE.), Sałata zielona 20 g,
II Śniadanie: Smoothie (jabłko, szpinak) 200 g,		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml,

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

poniedziałek 2024-05-27 Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (MLE, GLU JEĆZ.), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.), Pomidor 90 g, Roszponka 10 g,	Brokułowa z ryżem* 400 ml (MLE, SEL.), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Gulasz warzywny z ciecierzycą* 150 g (GLU PSZ, SEL.), Surówka z marchwi b/c () 150 g (MLE.), Gruszka 1szt. 150 g, Kompot owocowy* b/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE.), Sałata zielona 20 g,
II Śniadanie: Smoothie (jabłko, szpinak) 200 g,	Podwieczorek: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.),	Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml, Orzechy włoskie luskane 10 g (ORZ.),

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2024-05-28 Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
kasza kukurydziana na ml/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 , Szyunka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona 20 g , Ogórek świeży 80 g ,	Pieczarkowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ</u>), Szyunka wieprzowa pieczona 80 g , Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g , Dynia duszona 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, GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyunka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (<u>SOJ</u>), Sałatka z pomidora i ogórka z cebulą 80 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: Jabłko 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1953.07 kcal; Białko ogółem: 95.88 g; Tłuszcz: 42.03 g; Kw. tł. nasy.: 9.86 g; Węglowodany ogółem: 305.46 g; W tym cukry: 58.2 g; Błonnik pok.: 30.4 g; Sól: 7.89 g; WW: 27.47 Por; : 19.64 %; : 736.28 %; Ener. z T: 19.37 %; Ener. z Bł.: 3.11 %; K: 3886.94 mg;

wtorek 2024-05-28 Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
kasza kukurydziana na ml/p 250 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 , Szyunka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona 20 g , Ogórek świeży 80 g ,	Solferino * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>), Szyunka wieprzowa gotowana 100 g , Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ</u>), Dynia duszona 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 90 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyunka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (<u>SOJ</u>), Sałatka z pomidora i sałaty lodowej 100 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: Jabłko 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1976.15 kcal; Białko ogółem: 94.94 g; Tłuszcz: 44.57 g; Kw. tł. nasy.: 10.33 g; Węglowodany ogółem: 305.81 g; W tym cukry: 54.4 g; Błonnik pok.: 21.22 g; Sól: 7.3 g; WW: 28.39 Por; : 19.22 %; : 787.04 %; Ener. z T: 20.3 %; Ener. z Bł.: 2.15 %; K: 3734.61 mg;

wtorek 2024-05-28 Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 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 , Szyunka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (<u>SOJ</u>), Sałata zielona 20 g , Ogórek świeży 80 g ,	Pieczarkowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ</u>), Szyunka wieprzowa gotowana 100 g , Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ</u>), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyunka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (<u>SOJ</u>), Sałatka z pomidora i ogórka z cebulą 80 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Warzywa pieczone 100 g , Dip ziołowy 10 g (<u>MLE</u>),	Posiłek nocny: Kanapka z twarogiem i sałatą (chleb razowy 60g, tłuszcz 5g, twaróg 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE</u>),

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;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2024-05-29 Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
Plátky owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU OW</u>), 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, Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (<u>MLE</u>), Szyńka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 30 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ</u>), Kiwi (g) 80 g, Salata zielona 20 g,	Zupa z soczewicy i ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u>), Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Salátka szwedzka z olejem b/c 100 g (<u>GOR</u>), Buraczki oprószane () b/c 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, Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp. z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Papryka świeża 90 g, Rukola 10 g,
II Śniadanie: Budyń o smaku śmietankowym z chipsami kokosowymi b/c 200 ml (<u>MLE</u> , <u>SO2</u>),		Posiłek nocny: Przecier owocowy jabłko-morela 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE</u>),

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

środa 2024-05-29 Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
Plátky owsiane na mleku/p 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU OW</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 90 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>), Szyńka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 30 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ</u>), Banan 120 g, Salata zielona 20 g,	Grysikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u>), Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>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 90 g (<u>GLU PSZ</u>), 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 (<u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Pomidor 80 g, Salata zielona 20 g,
II Śniadanie: Budyń o smaku śmietankowym z chipsami kokosowymi b/c 200 ml (<u>MLE</u> , <u>SO2</u>),		Posiłek nocny: Przecier owocowy jabłko-morela 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE</u>),

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

środa 2024-05-29 Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Plátky owsiane na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u> , <u>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.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (<u>MLE</u>), Szyńka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 30 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ</u>), Kiwi (g) 80 g, Salata zielona 20 g,	Zupa z soczewicy i ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u>), Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Salátka szwedzka z olejem b/c 150 g (<u>GOR</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp. z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Papryka świeża 90 g, Rukola 10 g,
II Śniadanie: Budyń o smaku śmietankowym z chipsami kokosowymi b/c 200 ml (<u>MLE</u> , <u>SO2</u>),	Podwieczorek: Salátka wiosenna () 100 g,	Posiłek nocny: Kanapka z jajkiem i salátą (chleb razowy 60g, masło 5g, tłuszcz 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u>),

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;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2024-05-30		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>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>), Salata 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>), Salatka jarzynowa z olejem* 150 g (<u>SEL</u>), Salata zielona 20 g,
II Śniadanie: Kanapka z szynką i sałatą (bułka pszenna 45g, tłuszcz do smarowania 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ</u>),		Posiłek nocny: Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2520.59 kcal; Białko ogółem: 102.07 g; Tłuszcz: 73.54 g; Kw. tł. nasy.: 16.6 g; Węglowodany ogółem: 376.16 g; W tym cukry: 45.38 g; Błonnik pok.: 29.83 g; Sól: 7.18 g; WW: 34.67 Por; : 16.2 %; : 821.76 %; Ener. z T: 26.26 %; Ener. z Bł.: 2.37 %; K: 4213.37 mg;

czwartek 2024-05-30		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 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>), Salatka jarzynowa z olejem* 150 g (<u>SEL</u>), Salata zielona 20 g,
II Śniadanie: Kanapka z szynką i sałatą (bułka pszenna 45g, tłuszcz do smarowania 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ</u>),		Posiłek nocny: Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2642.03 kcal; Białko ogółem: 103.43 g; Tłuszcz: 76.14 g; Kw. tł. nasy.: 15.58 g; Węglowodany ogółem: 401.29 g; W tym cukry: 50.3 g; Błonnik pok.: 32.74 g; Sól: 6.97 g; WW: 36.87 Por; : 15.66 %; : 806.51 %; Ener. z T: 25.94 %; Ener. z Bł.: 2.48 %; K: 4596.88 mg;

czwartek 2024-05-30		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Makaron pełnoziarnisty na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 80 g (<u>MLE</u>), 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>), Salata 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>), Salatka jarzynowa z olejem* 150 g (<u>SEL</u>), Salata 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;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2024-05-31		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
Płatki 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,
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2379.17 kcal; Białko ogółem: 105.22 g; Tłuszcz: 70.41 g; Kw. tł. nasy.: 19.31 g; Węglowodany ogółem: 347.84 g; W tym cukry: 76.12 g; Błonnik pok.: 30.17 g; Sól: 7.38 g; WW: 31.75 Por; : 17.69 %; : 724.26 %; Ener. z T: 26.64 %; Ener. z Bł.: 2.54 %; K: 4579.62 mg;

piątek 2024-05-31		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
Płatki 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,
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2094.88 kcal; Białko ogółem: 100.15 g; Tłuszcz: 42.51 g; Kw. tł. nasy.: 9.5 g; Węglowodany ogółem: 340.04 g; W tym cukry: 75.18 g; Błonnik pok.: 21.53 g; Sól: 5.3 g; WW: 31.88 Por; : 19.12 %; : 779.99 %; Ener. z T: 18.26 %; Ener. z Bł.: 2.06 %; K: 4363.27 mg;

piątek 2024-05-31		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Płatki 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 sałatą (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;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2024-06-01 Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
Ryż na mleku/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, Parówki cieszynki-węd. wp. homog. wędz. parz 80 g (SOJ, SEL), Musztarda 10 g (GOR), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i słonecznikiem z olejem* 80 g, Sałata zielona 20 g,	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, SEL), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JE CZ), Wątróbka wieprzowa duszona w sosie własnym 180 g (GLU PSZ), 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Serek homo. naturalny 50 g (MLE), Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ), Pomidor 80 g, Mix sałat 20 g,
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml,		Posiłek nocny: Gruszka 150 g,

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

sobota 2024-06-01 Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
Ryż na mleku/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, Szynka Familijna wieprzowa, z dodatkiem wody i białka wp z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i olejem* 80 g, Sałata zielona 20 g,	Selerowa z ziemniakami (*) 400 ml (MLE, SEL), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JE CZ), Gulasz wieprzowy- dieta 180 g (GLU PSZ), 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 (GLU PSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Serek homo. naturalny 50 g (MLE), Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ), Pomidor 80 g, Mix sałat 20 g,
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml,		Posiłek nocny: Gruszka 150 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2149.44 kcal; Białko ogółem: 97.27 g; Tłuszcz: 46.79 g; Kw. tł. nasy.: 10.58 g; Węglowodany ogółem: 347.9 g; W tym cukry: 70.61 g; Błonnik pok.: 28.96 g; Sól: 7.45 g; WW: 32.05 Por; : 18.1 %; : 735.39 %; Ener. z T: 19.59 %; Ener. z Bł.: 2.69 %; K: 3786.23 mg;

sobota 2024-06-01 Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Ryż pełnoziarnisty na mleku/p 400 ml (MLE), 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, Szynka Familijna wieprzowa, z dodatkiem wody i białka wp z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i słonecznikiem z olejem* 80 g, Sałata zielona 20 g,	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, SEL), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JE CZ), Gulasz wieprzowy- dieta 180 g (GLU PSZ), 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 (GLU PSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Serek homo. naturalny 50 g (MLE), Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ), Pomidor 80 g, Mix sałat 20 g,
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml,	Podwieczorek: Chleb Graham 25 g (GLU PSZ), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 0.50 szt, Twarożek 30 g (MLE), Pomidor 15 g,	Posiłek nocny: Gruszka 150 g, Migdały 10 g (ORZ),

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2024-06-02		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 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>GLUPSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 80 g (<u>MLE,</u>), Papryka świeża 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), 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 (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), 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 (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g ,
II Śniadanie: Surówka z marchwi i jabłka b/c () 150 g (<u>MLE,</u>),		Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE,</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2120.68 kcal; Białko ogółem: 107.71 g; Tłuszcz: 60.96 g; Kw. tł. nasy.: 15.82 g; Węglowodany ogółem: 301.1 g; W tym cukry: 65.4 g; Błonnik pok.: 34.22 g; Sól: 7.22 g; WW: 26.76 Por; : 20.32%; : 766.05%; Ener. z T: 25.87%; Ener. z Bł.: 3.23%; K: 4894.84 mg;

niedziela 2024-06-02		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
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 , Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (<u>MLE,</u>), Sałata zielona 20 g , Jabłko 150 g ,	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 ,	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 Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g ,
II Śniadanie: Surówka z marchwi i jabłka b/c () 150 g (<u>MLE,</u>),		Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE,</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2160.43 kcal; Białko ogółem: 109.42 g; Tłuszcz: 56.16 g; Kw. tł. nasy.: 15.36 g; Węglowodany ogółem: 319.08 g; W tym cukry: 74.39 g; Błonnik pok.: 28.66 g; Sól: 6.32 g; WW: 29.01 Por; : 20.26%; : 877.85%; Ener. z T: 23.39%; Ener. z Bł.: 2.65%; K: 4776.57 mg;

niedziela 2024-06-02		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 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 , Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 80 g (<u>MLE,</u>), Papryka świeża 80 g , Sałata zielona 20 g ,	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 , 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 (<u>GLU PSZ,</u>), 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 (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g ,
II Śniadanie: Surówka z marchwi i jabłka b/c () 150 g (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: Koktajl wieloowocowy* b/c 200 ml (<u>MLE,</u>),	Posiłek nocny: Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE,</u>),

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;