

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2024-06-24		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 Podstawowa		
Placki jęczmienna na mleku /p 400 ml (MLE, GLU JEĆCZ.), 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 , 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 pora, jabłka i marchewki () 150 g (MLE.), Banan 120 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.), Sałata zielona 20 g ,
		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2074.12 kcal; Białko ogółem: 76.77 g; Tłuszcz: 40.23 g; Kw. tł. nasy.: 10.83 g; Węglowodany ogółem: 368.82 g; W tym cukry: 66.25 g; Błonnik pok.: 35.51 g; Sól: 10.68 g; WW: 33.4 Por; : 14.81 %; : 774.61 %; Ener. z T: 17.46 %; Ener. z Bł.: 3.42 %; K: 4278.88 mg;

poniedziałek 2024-06-24		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Placki jęczmienna na mleku /p 400 ml (MLE, GLU JEĆCZ.), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 120 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 pora, jabłka i marchewki () 150 g (MLE.), Banan 120 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: 2050.75 kcal; Białko ogółem: 84.87 g; Tłuszcz: 47.41 g; Kw. tł. nasy.: 11.17 g; Węglowodany ogółem: 341.4 g; W tym cukry: 62.44 g; Błonnik pok.: 39.75 g; Sól: 9.57 g; WW: 30.28 Por; : 16.55 %; : 867.77 %; Ener. z T: 20.81 %; Ener. z Bł.: 3.88 %; K: 4869.49 mg;

poniedziałek 2024-06-24		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
Placki jęczmienna na mleku /p 400 ml (MLE, GLU JEĆCZ.), 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 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.), Sałata 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 2024-06-24		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
Placki jęczmienna na mleku /p 400 ml (MLE, GLU JEĆCZ.), 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 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.), Sałata 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 2024-06-24		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 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 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 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

<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, Szynka 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), Szynka 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, Szynka 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 2024-06-26 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.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (<u>MLE</u>), Szyunka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>), Arbuź 100 g, Sałata zielona 20 g,	Zupa z soczewicy i ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Mizeria 100 g (<u>MLE</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, 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>), Papryka świeża 90 g, Rukola 10 g,
		Posiłek nocny: Przecier owocowy jabłko-morela 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2045.62 kcal; Białko ogółem: 91.53 g; Tłuszcz: 39.94 g; Kw. tł. nasy.: 8.78 g; Węglowodany ogółem: 344.36 g; W tym cukry: 70.9 g; Błonnik pok.: 31.4 g; Sól: 7.14 g; WW: 31.31 Por; : 17.9 %; : 985.68 %; Ener. z T: 17.57 %; Ener. z Bł.: 3.07 %; K: 5037.53 mg;

środa 2024-06-26 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.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (<u>MLE</u>), Szyunka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>), Arbuź 100 g, Sałata zielona 20 g,	Zupa z soczewicy i ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Mizeria 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, Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp. z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u>), Papryka świeża 90 g, Rukola 10 g,
II Śniadanie: Budyń o smaku śmietankowym z chipsami kokosowymi b/c 200 ml (<u>MLE, SOJ</u>),	Podwieczorek: Sałatka wiosenna () 100 g,	Posiłek nocny: Kanapka z jajkiem i sałata (chleb razowy 60g, tłuszcz 5g, jajko 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2328.88 kcal; Białko ogółem: 108.46 g; Tłuszcz: 55.6 g; Kw. tł. nasy.: 15.49 g; Węglowodany ogółem: 368.55 g; W tym cukry: 71.38 g; Błonnik pok.: 36.75 g; Sól: 7.76 g; WW: 33.23 Por; : 18.63 %; : 1241.24 %; Ener. z T: 21.49 %; Ener. z Bł.: 3.16 %; K: 5683 mg;

środa 2024-06-26 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.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (<u>MLE</u>), Szyunka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>), Arbuź 100 g, Sałata zielona 20 g,	Grysikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos jarzynowy * 80 ml (<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, Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp. z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u>), Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g,
		Posiłek nocny: Przecier owocowy jabłko-morela 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1880.17 kcal; Białko ogółem: 83.3 g; Tłuszcz: 32.02 g; Kw. tł. nasy.: 7.22 g; Węglowodany ogółem: 323.7 g; W tym cukry: 72.06 g; Błonnik pok.: 20.36 g; Sól: 6.18 g; WW: 30.31 Por; : 17.72 %; : 906.26 %; Ener. z T: 15.33 %; Ener. z Bł.: 2.17 %; K: 4012.6 mg;

środa 2024-06-26 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 120 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>), Szyunka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>), Banan 120 g, Sałata zielona 20 g,	Grysikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Sos jarzynowy * 80 ml (<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, Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp. z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u>), Pomidor b/skórki 80 g, Sałata zielona 20 g,
		Posiłek nocny: Przecier owocowy jabłko-morela 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE</u>),

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 2024-06-26 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, Szyńka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>), Arbuz 100 g, Sałata zielona 20 g,</p>	<p>Grycikowa * 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (<u>GLUPSZ, JAJ</u>), Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>), Buraczki oprószane () 150 g (<u>GLU PSZ</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, Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony osłonce niejadalnej 40 g (<u>SOJ</u>), 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: 1763.68 kcal; Białko ogółem: 65.31 g; Tłuszcz: 35.95 g; Kw. tł. nasy.: 8.8 g; Węglowodany ogółem: 306.52 g; W tym cukry: 60.03 g; Błonnik pok.: 20.66 g; Sól: 6.06 g; WW: 28.56 Por; : 14.81 %; : 951.05 %; Ener. z T: 18.34 %; Ener. z Bł.: 2.34 %; K: 3447.87 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2024-06-27		
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 2024-06-27		
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 2024-06-27		
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 2024-06-27		
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 2024-06-27		
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 2024-06-28		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 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
		Posiłek nocny: Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2303.39 kcal; Białko ogółem: 100.17 g; Tłuszcz: 67.39 g; Kw. tł. nasy.: 19.3 g; Węglowodany ogółem: 340.45 g; W tym cukry: 76.03 g; Błonnik pok.: 29.95 g; Sól: 7.22 g; WW: 31.04 Por; : 17.4 %; : 727.23 %; Ener. z T: 26.33 %; Ener. z Bł.: 2.6 %; K: 4404.79 mg;

piątek 2024-06-28		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 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 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: 2167.94 kcal; Białko ogółem: 118.46 g; Tłuszcz: 55.4 g; Kw. tł. nasy.: 15.81 g; Węglowodany ogółem: 317.57 g; W tym cukry: 62.74 g; Błonnik pok.: 33.28 g; Sól: 7.05 g; WW: 28.5 Por; : 21.86 %; : 786.42 %; Ener. z T: 23 %; Ener. z Bł.: 3.07 %; K: 5064.72 mg;

piątek 2024-06-28		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
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,
		Posiłek nocny: Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2019.1 kcal; Białko ogółem: 95.1 g; Tłuszcz: 39.49 g; Kw. tł. nasy.: 9.49 g; Węglowodany ogółem: 332.65 g; W tym cukry: 75.09 g; Błonnik pok.: 21.31 g; Sól: 5.14 g; WW: 31.17 Por; : 18.84 %; : 782.96 %; Ener. z T: 17.6 %; Ener. z Bł.: 2.11 %; K: 4188.44 mg;

piątek 2024-06-28		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
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 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: 2021.9 kcal; Białko ogółem: 100.05 g; Tłuszcz: 36.64 g; Kw. tł. nasy.: 7.99 g; Węglowodany ogółem: 334.75 g; W tym cukry: 75.09 g; Błonnik pok.: 21.31 g; Sól: 4.99 g; WW: 31.41 Por; : 19.79 %; : 746.25 %; Ener. z T: 16.31 %; Ener. z Bł.: 2.11 %; K: 4121.94 mg;

piątek 2024-06-28		
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 , Szynka 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 2024-06-29		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 1 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,
		Posiłek nocny: Arbuz 100 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2400.63 kcal; Białko ogółem: 108.3 g; Tłuszcz: 78.76 g; Kw. tł. nasy.: 16.04 g; Węglowodany ogółem: 329.8 g; W tym cukry: 52.91 g; Błonnik pok.: 32.4 g; Sól: 10.03 g; WW: 29.91 Por; : 18.05 %; : 806.94 %; Ener. z T: 29.53 %; Ener. z Bł.: 2.7 %; K: 3910.73 mg;

sobota 2024-06-29		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 6 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: Arbuz 100 g, Migdały 10 g (ORZ),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2431.07 kcal; Białko ogółem: 119.22 g; Tłuszcz: 68.5 g; Kw. tł. nasy.: 13.42 g; Węglowodany ogółem: 353.12 g; W tym cukry: 66.84 g; Błonnik pok.: 40.9 g; Sól: 9.08 g; WW: 31.36 Por; : 19.62 %; : 918.83 %; Ener. z T: 25.36 %; Ener. z Bł.: 3.36 %; K: 4510.03 mg;

sobota 2024-06-29		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 2 Łatwo strawna		
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,
		Posiłek nocny: Arbuz 100 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2035.51 kcal; Białko ogółem: 97.52 g; Tłuszcz: 46.69 g; Kw. tł. nasy.: 10.52 g; Węglowodany ogółem: 318.38 g; W tym cukry: 53.97 g; Błonnik pok.: 26.38 g; Sól: 7.39 g; WW: 29.37 Por; : 19.16 %; : 758.75 %; Ener. z T: 20.64 %; Ener. z Bł.: 2.59 %; K: 3867.63 mg;

sobota 2024-06-29		
Jadłospis dla diety: PUŁ- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		
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), 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, Serek homo. naturalny 50 g (MLE), Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ), 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 2024-06-29	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 ,
		Posilek nocny: Arbuz 100 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1935.54 kcal; Białko ogółem: 77.43 g; Tłuszcz: 49.02 g; Kw. tł. nasy.: 11.79 g; Węglowodany ogółem: 309.07 g; W tym cukry: 48.87 g; Błonnik pok.: 28.58 g; Sól: 6.96 g; WW: 28.1 Por; : 16 %; : 801.3 %; Ener. z T: 22.79 %; Ener. z Bł.: 2.95 %; K: 3640.41 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2024-06-30		
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, 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,
		Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE</u>),
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 2024-06-30		
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, 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 wielowocowy* 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;		
niedziela 2024-06-30		
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, 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,
		Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE</u>),
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 2024-06-30		
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, Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (<u>MLE</u>), Sałata zielona 20 g, Jabłko pieczone 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 b/skórki 100 g,
		Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE</u>),
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 2024-06-30		
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;