

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2024-06-10		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
Płatki pszenne na mleku/p 200 ml (GLU PSZ, MLE,), Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (SOJ,), Słupki z marchewki 80 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Sałata zielona 20 g ,	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta 300 g (GLU PSZ, MLE,), Surówka z selera i migdałów () b/c 150 g (MLE, ORZ, SEL,), Kompot owocowy* b/c 250 ml , Arbuz 150 g ,	Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,), Pomidor 80 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml , Roszponka 20 g ,
II Śniadanie: Koktajl z jagód * b/c 200 g (MLE,),		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1964.86 kcal; Białko ogółem: 79.43 g; Tłuszcz: 50.95 g; Kw. tł. nasy.: 13.71 g; Węglowodany ogółem: 312.3 g; W tym cukry: 62.88 g; Błonnik pok.: 31.02 g; Sól: 7.79 g; WW: 28.17 Por; : 16.17 %; : 928.01 %; Ener. z T: 23.34 %; Ener. z Bł.: 3.16 %; K: 3972.32 mg;

poniedziałek 2024-06-10		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
Płatki pszenne na mleku/p 250 ml (GLU PSZ, MLE,), Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (SOJ,), Słupki z marchewki 80 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Sałata zielona 20 g ,	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta 350 g (GLU PSZ, MLE,), Surówka z selera i jabłka () 150 g (MLE, SEL,), Kompot owocowy* b/c 250 ml , Arbuz 150 g ,	Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,), Pomidor 80 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml , Roszponka 20 g ,
II Śniadanie: Koktajl z jagód * b/c 200 g (MLE,),		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1974.75 kcal; Białko ogółem: 80.79 g; Tłuszcz: 43.72 g; Kw. tł. nasy.: 13.31 g; Węglowodany ogółem: 330.83 g; W tym cukry: 67.95 g; Błonnik pok.: 29.94 g; Sól: 7.92 g; WW: 30.13 Por; : 16.36 %; : 948.47 %; Ener. z T: 19.92 %; Ener. z Bł.: 3.03 %; K: 3991.07 mg;

poniedziałek 2024-06-10		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE,), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (SOJ,), Słupki z marchewki 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Fasolowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, SEL,), Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i serem żółtym * 300 g (GLU PSZ, MLE,), Surówka z selera i migdałów b/c () 150 g (MLE, ORZ, SEL,), Arbuz 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 , Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,), Pomidor 80 g , Roszponka 20 g ,
II Śniadanie: Koktajl z jagód * b/c 200 g (MLE,),	Podwieczorek: Sałatka rubinowa b/c 100 g ,	Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2367.09 kcal; Białko ogółem: 98.6 g; Tłuszcz: 73.24 g; Kw. tł. nasy.: 20.44 g; Węglowodany ogółem: 349.86 g; W tym cukry: 76.03 g; Błonnik pok.: 52.83 g; Sól: 9.89 g; WW: 29.8 Por; : 16.66 %; : 903.02 %; Ener. z T: 27.85 %; Ener. z Bł.: 4.46 %; K: 5155.3 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2024-06-11		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
Zacierka na mleku/p 200 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>), Rukola 10 g , Pomidor 90 g ,	Brokułowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Szyunka wieprzowa gotowana 80 g , Sos meksykański 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g , Kalafior gotowany* 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Kielbasa szynkowa dębowa wieprzowa średnio rozdrobniona wędzona, parzona, z dodatkiem wody w osłonce niejadalnej 50 g , Rzodkiew biała 90 g ,
II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 szt ,		Posiłek nocny: Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 0.50 szt , Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (<u>SOJ,</u>), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1900.64 kcal; Białko ogółem: 97.39 g; Tłuszcz: 42.35 g; Kw. tł. nasy.: 11.62 g; Węglowodany ogółem: 296.14 g; W tym cukry: 58.95 g; Błonnik pok.: 30.42 g; Sól: 6.31 g; WW: 26.59 Por; : 20.5 %; : 840.34 %; Ener. z T: 20.06 %; Ener. z Bt.: 3.2 %; K: 4604.38 mg;

wtorek 2024-06-11		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
Zacierka na mleku/p 250 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 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>), Rukola 10 g , Pomidor b/skórki 90 g ,	Brokułowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Szyunka wieprzowa gotowana 100 g , Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ,</u>), Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 100 g (<u>SEL,</u>),
II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 szt ,		Posiłek nocny: Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 0.50 szt , Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (<u>SOJ,</u>), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2110.25 kcal; Białko ogółem: 97.08 g; Tłuszcz: 57.65 g; Kw. tł. nasy.: 14.74 g; Węglowodany ogółem: 311.91 g; W tym cukry: 62.64 g; Błonnik pok.: 24.76 g; Sól: 6.61 g; WW: 28.71 Por; : 18.4 %; : 719.77 %; Ener. z T: 24.59 %; Ener. z Bt.: 2.35 %; K: 4395.04 mg;

wtorek 2024-06-11		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Makaron pełnoziarnisty na mleku/p 300 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 , Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>), Rukola 10 g , Pomidor 90 g ,	Brokułowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Szyunka wieprzowa gotowana 100 g , Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g , Kalafior gotowany* 100 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>), 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 , Kielbasa szynkowa dębowa wieprzowa średnio rozdrobniona wędzona, parzona, z dodatkiem wody w osłonce niejadalnej 50 g , Rzodkiew biała 90 g ,
II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 szt ,	Podwieczorek: Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>),	Posiłek nocny: Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 0.50 szt , Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (<u>SOJ,</u>), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2117.9 kcal; Białko ogółem: 125.76 g; Tłuszcz: 49.55 g; Kw. tł. nasy.: 12.6 g; Węglowodany ogółem: 309.46 g; W tym cukry: 58.98 g; Błonnik pok.: 37.44 g; Sól: 7.53 g; WW: 27.34 Por; : 23.75 %; : 885.46 %; Ener. z T: 21.06 %; Ener. z Bt.: 3.54 %; K: 5020.27 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2024-06-12		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₁</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ₁</u>), Sałata zielona z jogurtem 20 g (<u>MLE₁</u>), Pomidor 80 g ,	Pieczarkowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL₁</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ₁</u>), Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>), Surówka z marchwi i chrzanu b/c () 150 g (<u>MLE, SO2₁</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₁</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Paprykarz szczeciński 80 g (<u>RYB, SOJ₁</u>), Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ, SEL₁</u>), Pomidor ze szczypiorkiem i olejem 80 g , Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Koktajl truskawkowy* b/c 200 ml (<u>MLE₁</u>),		Posiłek nocny: Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ₁</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2136.16 kcal; Białko ogółem: 92.42 g; Tłuszcz: 58.3g; Kw. tł. nasy.: 11.09 g; Węglowodany ogółem: 324.92 g; W tym cukry: 51.74 g; Błonnik pok.: 28.34 g; Sól: 8.62 g; WW: 29.79 Por; : 17.31 %; : 790.95 %; Ener. z T: 24.56 %; Ener. z Bt.: 2.65 %; K: 4586.75 mg;

środa 2024-06-12		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ₁</u>), Sałata zielona z jogurtem 20 g (<u>MLE₁</u>), Pomidor b/skórki 80 g ,	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL₁</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ₁</u>), Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>), Marchew gotowana z olejem* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ₁</u>), Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ, SEL₁</u>), Pomidor b/s z olejem 80 g , Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Koktajl truskawkowy* b/c 200 ml (<u>MLE₁</u>),		Posiłek nocny: Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ₁</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2121.88 kcal; Białko ogółem: 91.64 g; Tłuszcz: 55.2g; Kw. tł. nasy.: 11.15 g; Węglowodany ogółem: 325.75 g; W tym cukry: 52.25 g; Błonnik pok.: 21.29 g; Sól: 6.95 g; WW: 30.58 Por; : 17.28 %; : 863.8 %; Ener. z T: 23.41 %; Ener. z Bt.: 2.01 %; K: 4207.72 mg;

środa 2024-06-12		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU JECZ₁</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ₁</u>), Sałata zielona z jogurtem 20 g (<u>MLE₁</u>), Pomidor 80 g ,	Pieczarkowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL₁</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ₁</u>), Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>), Surówka z marchwi i chrzanu b/c () 150 g (<u>MLE, SO2₁</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Paprykarz szczeciński 80 g (<u>RYB, SOJ₁</u>), Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ, SEL₁</u>), Pomidor ze szczypiorkiem i olejem 80 g , Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Koktajl truskawkowy* b/c 200 ml (<u>MLE₁</u>),	Podwieczorek: Chleb Graham 25 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ₁</u>),	Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2140.81 kcal; Białko ogółem: 101.74 g; Tłuszcz: 64.95 g; Kw. tł. nasy.: 13.91 g; Węglowodany ogółem: 306.03 g; W tym cukry: 46.24 g; Błonnik pok.: 33.3 g; Sól: 12.04 g; WW: 27.46 Por; : 19.01 %; : 876.32 %; Ener. z T: 27.31 %; Ener. z Bt.: 3.11 %; K: 4900.76 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2024-06-13		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW,), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (GLUPSZ,), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLUPSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyunka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (SOJ, SEL,), Sałatka jarzynowa z olejem () 150 g (SEL,), Sałata zielona 20 g ,	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,), Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 350 g (SEL, GLU JECZ,), Sos pomidorowy 100 ml (GLUPSZ,), Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 150 g (SEL,), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (GLUPSZ,), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLUPSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (MLE,), Sałatka z pomidora i sałaty lodowej 100 g ,
II Śniadanie: Smoothie jarmuż, jabłko, pomarańcza 150 g ,		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2195.34 kcal; Białko ogółem: 87.15 g; Tłuszcz: 60.41 g; Kw. tł. nasy.: 12.51 g; Węglowodany ogółem: 344.26 g; W tym cukry: 71.6 g; Błonnik pok.: 39.13 g; Sól: 4.97 g; WW: 30.55 Por; : 15.88 %; : 948.26 %; Ener. z T: 24.76 %; Ener. z Bł.: 3.57 %; K: 5059.85 mg;

czwartek 2024-06-13		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW,), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLUPSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyunka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (SOJ, SEL,), Sałatka jarzynowa z olejem () 150 g (SEL,), Sałata zielona 20 g ,	Ziemniaczana * () 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL,), Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 350 g (SEL, GLU JECZ,), Sos pomidorowy 100 ml (GLUPSZ,), Fasolka szparagowa z wody* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLUPSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (MLE,), Sałatka z pomidora i sałaty lodowej b/skórki 100 g ,
II Śniadanie: Smoothie jarmuż, jabłko, pomarańcza 150 g ,		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2192.59 kcal; Białko ogółem: 85.4 g; Tłuszcz: 55.5 g; Kw. tł. nasy.: 11.49 g; Węglowodany ogółem: 354.83 g; W tym cukry: 67.6 g; Błonnik pok.: 35.48 g; Sól: 4.9 g; WW: 32.05 Por; : 15.58 %; : 815.35 %; Ener. z T: 22.78 %; Ener. z Bł.: 3.24 %; K: 4790.53 mg;

czwartek 2024-06-13		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW,), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (GLUPSZ,), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLUPSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyunka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (SOJ, SEL,), Sałatka jarzynowa z olejem () 150 g (SEL,), Sałata zielona 20 g ,	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,), Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 350 g (SEL, GLU JECZ,), Sos pomidorowy 100 ml (GLUPSZ,), Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 150 g (SEL,), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (GLUPSZ,), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLUPSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (MLE,), Sałatka z pomidora i sałaty lodowej 100 g ,
II Śniadanie: Smoothie jarmuż, jabłko, pomarańcza 150 g ,	Podwieczorek: Arbuż 150 g ,	Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2326.4 kcal; Białko ogółem: 93.55 g; Tłuszcz: 61.41 g; Kw. tł. nasy.: 12.87 g; Węglowodany ogółem: 373.56 g; W tym cukry: 91.1 g; Błonnik pok.: 46.73 g; Sól: 6.16 g; WW: 32.75 Por; : 16.08 %; : 1286.16 %; Ener. z T: 23.76 %; Ener. z Bł.: 4.02 %; K: 5677.73 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2024-06-14		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
Kasza manna na mleku/p 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE,</u>), Miód (25g) 1 szt , Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml , Jabłko 1 szt 1 szt ,	Szpinakowa z zacierką* 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba pieczona w ziołach (Morszczuk) 100 g (<u>RYB,</u>), Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Bukiet jarzyn oprószany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml ,	Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>), Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>), Sałatka wiosenna - diety 100 g , Kawa zbożowa z mlekem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>),
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>),		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2224.06 kcal; Białko ogółem: 105.89 g; Tłuszcz: 63.56 g; Kw. tł. nasy.: 11.03 g; Węglowodany ogółem: 319.99 g; W tym cukry: 65.17 g; Błonnik pok.: 24.62 g; Sól: 6.8 g; WW: 29.58 Por; : 19.04 %; : 946.32 %; Ener. z T: 25.72 %; Ener. z Bt.: 2.21 %; K: 4813.81 mg;

piątek 2024-06-14		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
Kasza manna na mleku/p 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE,</u>), Miód (25g) 1 szt , Jabłko 1 szt 1 szt , Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml ,	Szpinakowa z zacierką* 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba pieczona w ziołach (Morszczuk) 100 g (<u>RYB,</u>), Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Bukiet jarzyn oprószany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kompot owocowy z jabłkami* b/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 wiosenna - diety 100 g , Kawa zbożowa z mlekem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>), Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>),
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>),		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2307.96 kcal; Białko ogółem: 109.49 g; Tłuszcz: 63.97 g; Kw. tł. nasy.: 11.13 g; Węglowodany ogółem: 336.8 g; W tym cukry: 67.54 g; Błonnik pok.: 25.08 g; Sól: 7.04 g; WW: 31.22 Por; : 18.98 %; : 968.41 %; Ener. z T: 24.94 %; Ener. z Bt.: 2.17 %; K: 4918.74 mg;

piątek 2024-06-14		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ,</u>), Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Ser żółty 60 g (<u>MLE,</u>), Pomidor 100 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	Szpinakowa z zacierką* 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba pieczona w ziołach (Morszczuk) 100 g (<u>RYB,</u>), Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g , Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL,</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>), Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>), Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>), Sałatka wiosenna - diety 100 g ,
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: Chleb Graham 25 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 0.50 szt , Twarożek z natką pietruszki 30 g (<u>MLE,</u>), Sałata zielona 10 g ,	Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2356.17 kcal; Białko ogółem: 126.88 g; Tłuszcz: 81.12 g; Kw. tł. nasy.: 22.95 g; Węglowodany ogółem: 299.97 g; W tym cukry: 53.03 g; Błonnik pok.: 35.05 g; Sól: 9.19 g; WW: 26.59 Por; : 21.54 %; : 920.12 %; Ener. z T: 30.99 %; Ener. z Bt.: 2.98 %; K: 5684.2 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2024-06-15 Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (MLE, GLU JĘCZ.), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Parówki drobiowo-wieprz (homogenizowane,wędz.parz w osłonce niejadalnej) 80 g (SOJ.), Mix sałat 20 g , Ogórek świeży 80 g ,	Koperkowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL.), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Bigos 300 g (GLU PSZ, SEL, GOR.), Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasztet z soczewicy* 80 g (GLU PSZ, JAJ.), Sałata zielona z oliwą 20 g , Ćwikła z jabłkiem b/c () 80 g ,
II Śniadanie: Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.),		Posiłek nocny: Przecier owocowy jabłko-morela 120g 1 szt (może zawierać: MLE.),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2543.98 kcal; Białko ogółem: 98.54 g; Tłuszcz: 91.41 g; Kw. tł. nasy.: 21.43 g; Węglowodany ogółem: 347.11 g; W tym cukry: 70.02 g; Błonnik pok.: 36.59 g; Sól: 9.22 g; WW: 31.1 Por; : 15.49 %; : 861.88 %; Ener. z T: 32.34 %; Ener. z Bł.: 2.88 %; K: 4841.83 mg;

sobota 2024-06-15 Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (MLE, GLU JĘCZ.), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (SOJ.), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g ,	Koperkowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL.), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Gulasz wieprzowy z warzywami* 200 g (GLU PSZ, SEL.), Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (SOJ.), Sałata zielona z oliwą 20 g , Ćwikła z jabłkiem b/c () 80 g ,
II Śniadanie: Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.),		Posiłek nocny: Przecier owocowy jabłko-morela 120g 1 szt (może zawierać: MLE.),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2154.3 kcal; Białko ogółem: 98.04 g; Tłuszcz: 59.02 g; Kw. tł. nasy.: 12.8 g; Węglowodany ogółem: 318.93 g; W tym cukry: 64.33 g; Błonnik pok.: 26.69 g; Sól: 7.35 g; WW: 29.32 Por; : 18.2 %; : 633.82 %; Ener. z T: 24.66 %; Ener. z Bł.: 2.48 %; K: 4239.64 mg;

sobota 2024-06-15 Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (MLE, GLU JĘCZ.), 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 , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (SOJ.), Mix sałat 20 g , Ogórek świeży 80 g ,	Koperkowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL.), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Gulasz wieprzowy z warzywami* 200 g (GLU PSZ, SEL.), Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 150 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasztet z soczewicy* 80 g (GLU PSZ, JAJ.), Sałata zielona z oliwą 20 g , Ćwikła z jabłkiem b/c () 80 g ,
II Śniadanie: Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.),	Podwieczorek: Budyń o smaku śmietankowym z chipsami kokosowymi b/c 150 ml (MLE, SOJ.),	Posiłek nocny: Mus jabłkowo- buraczany 200g OWOLOVO Siła&Moc 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2639.71 kcal; Białko ogółem: 119.87 g; Tłuszcz: 78.01 g; Kw. tł. nasy.: 18.01 g; Węglowodany ogółem: 383.94 g; W tym cukry: 64.49 g; Błonnik pok.: 42.96 g; Sól: 7.48 g; WW: 34.22 Por; : 18.16 %; : 928.6 %; Ener. z T: 26.6 %; Ener. z Bł.: 3.25 %; K: 5244.07 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2024-06-16		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Ser żółty 60 g (<u>MLE</u>), Sałatka z pomidorów z cebulką i olejem 100 g ,	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g , Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g , Brokuł gotowany* 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka wiśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 30 g (<u>SOJ</u>), Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u>), Słupki z marchewki 90 g , Rukola 10 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny z płatkami owsianymi 150 g (<u>MLE</u> , <u>GLU OW</u>),		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLUPSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2475.72 kcal; Białko ogółem: 130.72 g; Tłuszcz: 81.79 g; Kw. tł. nasy.: 27.29 g; Węglowodany ogółem: 319.67 g; W tym cukry: 44.97 g; Błonnik pok.: 28.23 g; Sól: 8.27 g; WW: 29.08 Por; : 21.12 %; : 706.57 %; Ener. z T: 29.73 %; Ener. z Bł.: 2.28 %; K: 4653.67 mg;

niedziela 2024-06-16		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiowym 80 g (<u>MLE</u>), Banan 1szt. 1 szt ,	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g , Brokuł gotowany* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka wiśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 30 g (<u>SOJ</u>), Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u>), Słupki z marchewki 90 g , Rukola 10 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny z płatkami owsianymi 150 g (<u>MLE</u> , <u>GLU OW</u>),		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLUPSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2514.96 kcal; Białko ogółem: 126.69 g; Tłuszcz: 59.74 g; Kw. tł. nasy.: 16.31 g; Węglowodany ogółem: 379.63 g; W tym cukry: 83.23 g; Błonnik pok.: 23.43 g; Sól: 6.12 g; WW: 35.6 Por; : 20.15 %; : 948.9 %; Ener. z T: 21.38 %; Ener. z Bł.: 1.86 %; K: 5202.63 mg;

niedziela 2024-06-16		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Ryż pełnoziarnisty na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Twarożek 80 g (<u>MLE</u>), Sałatka z pomidorów z cebulką i olejem 100 g ,	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g , Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () b/c 100 g , Brokuł gotowany* 100 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLUPSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka wiśniowa-wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 30 g (<u>SOJ</u>), Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u>), Słupki z marchewki 90 g , Rukola 10 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny z płatkami owsianymi 150 g (<u>MLE</u> , <u>GLU OW</u>),	Podwieczorek: Kiwi 1 szt 1 szt ,	Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2239.35 kcal; Białko ogółem: 128.69 g; Tłuszcz: 66.14 g; Kw. tł. nasy.: 17.83 g; Węglowodany ogółem: 299.91 g; W tym cukry: 56.75 g; Błonnik pok.: 37.36 g; Sól: 7.9 g; WW: 26.33 Por; : 22.99 %; : 987.37 %; Ener. z T: 26.58 %; Ener. z Bł.: 3.34 %; K: 5918.04 mg;