

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2024-06-17		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
Płatki owsiane na mleku/p 200 ml (MLE, GLU OW.), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Kielbasa Szynkowa wieprzowa grubo rozdrobniona parzona w osłonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ.), Ogórek świeży 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Solferino * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g , Polewka truskawkowa 100 g (MLE.), Arbusz 150 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 koperkiem 60 g (MLE.), Sałatka z pomidorów b/skórki i koperku 90 g , Rukola 10 g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna długa krojona 25 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 0.50 szt , Jajko gotowane kl M 0.50 szt (JAJ.), Sałata zielona 10 g ,		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1915.71 kcal; Białko ogółem: 65.66 g; Tłuszcz: 38.43 g; Kw. tł. nasy.: 9.96 g; Węglowodany ogółem: 337.11 g; W tym cukry: 89.1 g; Błonnik pok.: 18.36 g; Sól: 6.82 g; WW: 31.93 Por; : 13.71 %; : 1038.84 %; Ener. z T: 18.05 %; Ener. z Bł.: 1.92 %; K: 3131 mg;

poniedziałek 2024-06-17		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
Płatki owsiane na mleku/p 250 ml (MLE, GLU OW.), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Kielbasa Szynkowa wieprzowa grubo rozdrobniona parzona w osłonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ.), Fasolka szparagowa z wody* 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Solferino * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g , Polewka truskawkowa 100 g (MLE.), Arbusz 150 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 koperkiem 60 g (MLE.), Sałatka z pomidorów b/skórki i koperku 90 g , Rukola 10 g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna długa krojona 25 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 0.50 szt , Jajko gotowane kl M 0.50 szt (JAJ.), Sałata zielona 10 g ,		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1958.49 kcal; Białko ogółem: 68.75 g; Tłuszcz: 38.82 g; Kw. tł. nasy.: 10.05 g; Węglowodany ogółem: 344.77 g; W tym cukry: 91.31 g; Błonnik pok.: 20.09 g; Sól: 7.01 g; WW: 32.62 Por; : 14.04 %; : 1014.69 %; Ener. z T: 17.84 %; Ener. z Bł.: 2.05 %; K: 3269.07 mg;

poniedziałek 2024-06-17		
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 100 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Kielbasa Szynkowa wieprzowa grubo rozdrobniona parzona w osłonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ.), Ogórek świeży 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Solferino * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.), Ryż brązowy z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g , Polewka truskawkowa 100 g (MLE.), Arbusz 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 i rzodkiewki 80 g (MLE.), Sałatka z pomidorów i koperku 90 g , Rukola 10 g ,
II Śniadanie: Chleb Graham 25 g (GLU PSZ.), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 0.50 szt , Jajko gotowane kl M 0.50 szt (JAJ.), Sałata zielona 10 g ,	Podwieczorek: Surówka Colesław b/c () 100 g (JAJ, MLE, GOR.),	Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2018.8 kcal; Białko ogółem: 78.38 g; Tłuszcz: 45.52 g; Kw. tł. nasy.: 11.21 g; Węglowodany ogółem: 339.79 g; W tym cukry: 89.73 g; Błonnik pok.: 36.82 g; Sól: 8.08 g; WW: 30.34 Por; : 15.53 %; : 1118.47 %; Ener. z T: 20.29 %; Ener. z Bł.: 3.65 %; K: 4199.21 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2024-06-18		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
Makaron na mleku/p 400 ml (<u>GLUPSZ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLUPSZ,</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLUPSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>), Pomidor 100 g , Sałata zielona 20 g ,	Wielowarzywna z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL,</u>), kasza pęczak/sypko 200 g (<u>GLUPSZ,</u>), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLUPSZ, JAJ,</u>), Sos chrzanowy 100 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SOJ,</u>), Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 100 g (<u>MLE,</u>), Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLUPSZ,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLUPSZ,</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLUPSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ,</u>), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
II Śniadanie: Koktajl z czarnej porzeczki* b/c 200 ml (<u>MLE,</u>),		Posiłek nocny: Talarki z marchwi 100 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2164.93 kcal; Białko ogółem: 99.12 g; Tłuszcz: 51.85 g; Kw. tł. nasy.: 15.7 g; Węglowodany ogółem: 332.18 g; W tym cukry: 61.99 g; Błonnik pok.: 39.96 g; Sól: 6.82 g; WW: 29.29 Por; : 18.31 %; : 833.67 %; Ener. z T: 21.56 %; Ener. z Bt.: 3.69 %; K: 4510.61 mg;

wtorek 2024-06-18		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
Makaron na mleku/p 400 ml (<u>GLUPSZ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLUPSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Wielowarzywna z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL,</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ,</u>), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLUPSZ, JAJ,</u>), Sos ziołowy 100 ml (<u>GLUPSZ, SEL,</u>), Marchew oprószana z olejem* 150 g (<u>GLUPSZ,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLUPSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ,</u>), Pomidor b/skórki 80 g , Mix sałat 20 g ,
II Śniadanie: Koktajl bananowy 200 ml (<u>MLE,</u>),		Posiłek nocny: Talarki z marchwi 100 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2185.81 kcal; Białko ogółem: 93.09 g; Tłuszcz: 50.68 g; Kw. tł. nasy.: 14.91 g; Węglowodany ogółem: 352.23 g; W tym cukry: 73.68 g; Błonnik pok.: 28.03 g; Sól: 7.1 g; WW: 32.55 Por; : 17.03 %; : 793.49 %; Ener. z T: 20.87 %; Ener. z Bt.: 2.56 %; K: 4216.31 mg;

wtorek 2024-06-18		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Makaron pełnoziarnisty na mleku/p 400 ml (<u>GLUPSZ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLUPSZ,</u>), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLUPSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>), Pomidor 100 g , Sałata zielona 20 g ,	Wielowarzywna z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL,</u>), kasza pęczak/sypko 200 g (<u>GLUPSZ,</u>), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLUPSZ, JAJ,</u>), Sos chrzanowy 100 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SOJ,</u>), Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 100 g (<u>MLE,</u>), Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLUPSZ,</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLUPSZ,</u>), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLUPSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ,</u>), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
II Śniadanie: Koktajl z czarnej porzeczki* b/c 200 ml (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: Jabłko 1 szt 1 szt ,	Posiłek nocny: Talarki z marchwi 100 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2258.66 kcal; Białko ogółem: 104.55 g; Tłuszcz: 53.33 g; Kw. tł. nasy.: 16.14 g; Węglowodany ogółem: 351.17 g; W tym cukry: 73.93 g; Błonnik pok.: 51.2 g; Sól: 8.07 g; WW: 30.12 Por; : 18.52 %; : 999.43 %; Ener. z T: 21.25 %; Ener. z Bt.: 4.53 %; K: 4977.82 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2024-06-19		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
Ryż na mleku/p 400 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT₁</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLUPSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Serek homo o smaku wanilinowym 60 g (<u>MLE₁</u>), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ₁</u>), Sałatka warzywna (ogórek, pomidor, papryka) () 100 g (<u>MLE₁</u>),	Grysikowa * 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL₁</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Eskalopka z kurczaka 100 g (<u>GLUPSZ, JAJ, MLE₁</u>), Fasolka szparagowa z bułką tartą i z olejem * 100 g (<u>GLUPSZ₁</u>), Surówka Colesław b/c () 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR₁</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT₁</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLUPSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 50 g (<u>GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE₁</u>), Sałata zielona z jogurtem 20 g (<u>MLE₁</u>), Ogórek świeży 80 g,
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE₁</u>),		Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2154.22 kcal; Białko ogółem: 94.19 g; Tłuszcz: 60.2 g; Kw. tł. nasy.: 10.99 g; Węglowodany ogółem: 320.33 g; W tym cukry: 55.86 g; Błonnik pok.: 26.25 g; Sól: 7.31 g; WW: 29.49 Por; : 17.49 %; : 741.64 %; Ener. z T: 25.15 %; Ener. z Bt.: 2.44 %; K: 4039.83 mg;

środa 2024-06-19		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
Ryż na mleku/p 400 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLUPSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Serek homo o smaku wanilinowym 60 g (<u>MLE₁</u>), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ₁</u>), Sałatka wiosenna - diety 100 g,	Grysikowa * 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL₁</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g, Sos bazyliowy* 100 ml (<u>GLUPSZ, SEL₁</u>), Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki z olejem* 150 g, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szyunka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (<u>SOJ₁</u>), Sałata zielona z jogurtem 20 g (<u>MLE₁</u>), Pomidor b/skórki 80 g,
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE₁</u>),		Posiłek nocny: Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2122.56 kcal; Białko ogółem: 95.76 g; Tłuszcz: 53.63 g; Kw. tł. nasy.: 9.45 g; Węglowodany ogółem: 320.79 g; W tym cukry: 59.09 g; Błonnik pok.: 18.75 g; Sól: 7.34 g; WW: 30.26 Por; : 18.05 %; : 683.13 %; Ener. z T: 22.74 %; Ener. z Bt.: 1.77 %; K: 4102.39 mg;

środa 2024-06-19		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Ryż pełnoziarnisty na mleku/p 400 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Chleb Graham 120 g (<u>GLUPSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE₁</u>), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ₁</u>), Sałatka warzywna (ogórek, pomidor, papryka) () 100 g (<u>MLE₁</u>),	Grysikowa * 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL₁</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g, Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g, Sos bazyliowy* 100 ml (<u>GLUPSZ, SEL₁</u>), Fasolka szparagowa z wody* 100 g, Surówka Colesław b/c () 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR₁</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Chleb Graham 100 g (<u>GLUPSZ₁</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szyunka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (<u>SOJ₁</u>), Sałata zielona z jogurtem 20 g (<u>MLE₁</u>), Ogórek świeży 80 g,
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE₁</u>),	Podwieczorek: Warzywa pieczone 100 g, Dip ziołowy 10 g (<u>MLE₁</u>),	Posiłek nocny: Sok pomidorowy 200 ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1999.3 kcal; Białko ogółem: 101.13 g; Tłuszcz: 55.03 g; Kw. tł. nasy.: 10.23 g; Węglowodany ogółem: 292.3 g; W tym cukry: 41.89 g; Błonnik pok.: 34.93 g; Sól: 8.85 g; WW: 25.85 Por; : 20.23 %; : 977.59 %; Ener. z T: 24.77 %; Ener. z Bt.: 3.49 %; K: 5142.25 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2024-06-20		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>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, Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g , Rzodkiew biała 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Łazanki z kapustą i mięs wp z łopatki 350 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR</u>), Jabłko 1 szt 1 szt, Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	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 , Pasztet z ciecierzycy* 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Serek a'la homogenizowany z ziołami 30 g (<u>MLE</u>), Roszponka 20 g , Pomidor 80 g ,
II Śniadanie: Owsianka z jabłkiem pieczonym i cynamonem 200 g (<u>MLE, GLU OW</u>),		Posiłek nocny: Orzechy włoskie łuskane 20 g (<u>ORZ</u>), Jabłko 1 szt 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2483.95 kcal; Białko ogółem: 94.06 g; Tłuszcz: 77.27 g; Kw. tł. nasy.: 15.67 g; Węglowodany ogółem: 366.82 g; W tym cukry: 78.63 g; Błonnik pok.: 38.85 g; Sól: 5.88 g; WW: 32.84 Por; : 15.15 %; : 962.22 %; Ener. z T: 28 %; Ener. z Bł.: 3.13 %; K: 4271.97 mg;

czwartek 2024-06-20		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g , Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (<u>SEL</u>), Sałata zielona 20 g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego () 350 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Brokuł gotowany* 150 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>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody i białka wp. 50 g (<u>SOJ</u>), Serek a'la homogenizowany z ziołami 30 g (<u>MLE</u>), Roszponka 20 g , Pomidor b/skórki 80 g ,
II Śniadanie: Owsianka z jabłkiem pieczonym i cynamonem 200 g (<u>MLE, GLU OW</u>),		Posiłek nocny: Banan 1szt. 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2277.35 kcal; Białko ogółem: 94.01 g; Tłuszcz: 47.8 g; Kw. tł. nasy.: 10.64 g; Węglowodany ogółem: 381.13 g; W tym cukry: 87.52 g; Błonnik pok.: 29.62 g; Sól: 7.5 g; WW: 35.13 Por; : 16.51 %; : 805.76 %; Ener. z T: 18.89 %; Ener. z Bł.: 2.6 %; K: 4641.44 mg;

czwartek 2024-06-20		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU JEĆZ</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g , Rzodkiew biała 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) b/c 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Makaron pełnoziarnisty z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego () 350 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 150 g (<u>SEL</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	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 , Pasztet z ciecierzycy* 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Serek a'la homogenizowany z ziołami 30 g (<u>MLE</u>), Roszponka 20 g , Pomidor 80 g ,
II Śniadanie: Owsianka z jabłkiem pieczonym i cynamonem 200 g (<u>MLE, GLU OW</u>),	Podwieczorek: Jabłko 1 szt 1 szt ,	Posiłek nocny: Orzechy włoskie łuskane 20 g (<u>ORZ</u>), Jabłko 1 szt 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2535.77 kcal; Białko ogółem: 103.4 g; Tłuszcz: 72.65 g; Kw. tł. nasy.: 12.92 g; Węglowodany ogółem: 384.28 g; W tym cukry: 79.57 g; Błonnik pok.: 53.92 g; Sól: 7 g; WW: 33.16 Por; : 16.31 %; : 875.45 %; Ener. z T: 25.79 %; Ener. z Bł.: 4.25 %; K: 5010.51 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2024-06-21		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE,</u>), Dżem 25 g 1 szt , Arbuz 150 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,</u>), Surówka z kapusty młodej z olejem () 100 g , Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kompot owocowy* z/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 mlekkiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>),
II Śniadanie: Koktajl wieloowocowy* b/c 200 ml (<u>MLE,</u>),		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2471.05 kcal; Białko ogółem: 111.75 g; Tłuszcz: 68.27 g; Kw. tł. nasy.: 11.93 g; Węglowodany ogółem: 367.8 g; W tym cukry: 106.18 g; Błonnik pok.: 29.3 g; Sól: 7.44 g; WW: 33.91 Por; : 18.09 %; : 1191.38 %; Ener. z T: 24.87 %; Ener. z Bt.: 2.37 %; K: 5540.18 mg;

piątek 2024-06-21		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE,</u>), Dżem 25 g 1 szt , Arbuz 150 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Pulpet rybno-warzywny* 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,</u>), Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>), Warzywa po grecku* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kompot owocowy* 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 wiosenna - diety 100 g , Kawa zbożowa z mlekkiem/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: Koktajl wieloowocowy* b/c 200 ml (<u>MLE,</u>),		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2313.88 kcal; Białko ogółem: 99.76 g; Tłuszcz: 51.7 g; Kw. tł. nasy.: 10.54 g; Węglowodany ogółem: 376.67 g; W tym cukry: 106.62 g; Błonnik pok.: 26.35 g; Sól: 7.02 g; WW: 35.04 Por; : 17.25 %; : 1217.89 %; Ener. z T: 20.11 %; Ener. z Bt.: 2.28 %; K: 5305.84 mg;

piątek 2024-06-21		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Makaron pełnoziarnisty na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE,</u>), Arbuz 150 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Pulpet rybno-warzywny* 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,</u>), Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>), Surówka z kapusty młodej z olejem () 100 g , Warzywa po grecku * (bez cukru) 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekkiem/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: Koktajl wieloowocowy* b/c 200 ml (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: Chleb Graham 25 g (<u>GLU PSZ,</u>), Hummus 30 g (<u>SEZ,</u>), Pomidor 15 g ,	Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2295.47 kcal; Białko ogółem: 104.32 g; Tłuszcz: 64.05 g; Kw. tł. nasy.: 11.64 g; Węglowodany ogółem: 341.95 g; W tym cukry: 84.84 g; Błonnik pok.: 38.57 g; Sól: 8.4 g; WW: 30.39 Por; : 18.18 %; : 1226.28 %; Ener. z T: 25.11 %; Ener. z Bt.: 3.36 %; K: 5760.99 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2024-06-22		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE,), 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 , Szyńka Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW,), Sałatka z pomidorów z jogurtem natur i natką pietr 100 g (MLE,),	Ogórkowa z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JEĆZ,), Gulasz z żołądków drobiowych* 200 g (GLU PSZ, MLE, SEL,), Buraczki gotowane () 100 g , Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i słonecznikiem z olejem* 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ,), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz - dieta 150 g (SOJ, SEL,), Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 szt ,		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE,),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2501.66 kcal; Białko ogółem: 94.95 g; Tłuszcz: 82.44 g; Kw. tł. nasy.: 13.54 g; Węglowodany ogółem: 358.63 g; W tym cukry: 69.36 g; Błonnik pok.: 31.92 g; Sól: 6.88 g; WW: 32.67 Por; : 15.18 %; : 784.97 %; Ener. z T: 29.66 %; Ener. z Bł.: 2.55 %; K: 4224.56 mg;

sobota 2024-06-22		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE,), 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 , Szyńka Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW,), Sałatka z pomidorów z jogurtem natur i natką pietr b/skórki 100 g (MLE,),	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (MLE, SEL,), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JEĆZ,), Potrawka drobiowa () 200 g (GLU PSZ, SEL,), Buraczki gotowane () 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ,), 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 , Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz - dieta 150 g (SOJ, SEL,), Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 szt ,		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g. 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE,),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2399.48 kcal; Białko ogółem: 88.42 g; Tłuszcz: 67.08 g; Kw. tł. nasy.: 11.46 g; Węglowodany ogółem: 376.16 g; W tym cukry: 73.97 g; Błonnik pok.: 34.02 g; Sól: 6.25 g; WW: 34.16 Por; : 14.74 %; : 731.68 %; Ener. z T: 25.16 %; Ener. z Bł.: 2.84 %; K: 4503.35 mg;

sobota 2024-06-22		
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 50 g (GLU PSZ,), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szyńka Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW,), Musztarda 15g saszetka 1 szt (GOR,), Sałatka z pomidorów z jogurtem natur i natką pietr 100 g (MLE,),	Ogórkowa z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JEĆZ,), Potrawka drobiowa () 200 g (GLU PSZ, SEL,), Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g , Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i słonecznikiem z olejem* 100 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ,), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz - dieta 150 g (SOJ, SEL,), Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 szt ,	Podwieczorek: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,	Posiłek nocny: Chleb Graham 30 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 0.50 szt , Serek homo. naturalny 25 g (MLE,), Pomidor 15 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2504.75 kcal; Białko ogółem: 101.97 g; Tłuszcz: 82.89 g; Kw. tł. nasy.: 13.81 g; Węglowodany ogółem: 359.69 g; W tym cukry: 65.39 g; Błonnik pok.: 43.99 g; Sól: 11.47 g; WW: 31.58 Por; : 16.28 %; : 892.54 %; Ener. z T: 29.78 %; Ener. z Bł.: 3.51 %; K: 4738 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2024-06-23		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
Kasza manna na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE,), 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, Ser żółty 60 g (MLE,), Rzodkiew biała 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Kotlet schabowy 100 g (GLU PSZ, JAJ,), Mizeria 100 g (MLE,), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 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, Kiełbasa Krakowska wieprzowa parzona grubo rozdrobniona wędzona w osłonce niejadalnej 30 g (GOR,), Serek homo. naturalny 50 g (MLE,), Pomidor 80 g , Rukola 20 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny z musem truskawkowym 150 g (MLE,),		Posiłek nocny: Migdały 30 g (ORZ,), Pomarańcza 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2467.79 kcal; Białko ogółem: 116.5 g; Tłuszcz: 84.2 g; Kw. tł. nasy.: 24.93 g; Węglowodany ogółem: 326.81 g; W tym cukry: 61.27 g; Błonnik pok.: 32.18 g; Sól: 7.44 g; WW: 29.45 Por; : 18.88 %; : 901.41 %; Ener. z T: 30.71 %; Ener. z Bt.: 2.61 %; K: 4811.17 mg;

niedziela 2024-06-23		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
Kasza manna na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE,), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt, Twarożek z koperkiem 80 g (MLE,), Warzywa pieczone (buraki, pietruszka, cukinia) 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Schab pieczony w rękawie 100 g , Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL,), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ,), Serek homo. naturalny 50 g (MLE,), Pomidor b/skórki 80 g , Rukola 20 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny z musem truskawkowym 150 g (MLE,),		Posiłek nocny: Pomarańcza 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2105 kcal; Białko ogółem: 116.58 g; Tłuszcz: 45.65 g; Kw. tł. nasy.: 12.06 g; Węglowodany ogółem: 315.41 g; W tym cukry: 62.03 g; Błonnik pok.: 19.57 g; Sól: 5.28 g; WW: 29.63 Por; : 22.15 %; : 874.9 %; Ener. z T: 19.52 %; Ener. z Bt.: 1.86 %; K: 4535.68 mg;

niedziela 2024-06-23		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kasza manna 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 , Ser żółty 50 g (MLE,), Rzodkiew biała 80 g , Sałata zielona 20 g ,	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g , Schab pieczony w rękawie 100 g , Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL,), Mizeria 100 g (MLE,), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 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, Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ,), Serek homo. naturalny 50 g (MLE,), Pomidor 80 g , Rukola 20 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny z musem truskawkowym 150 g (MLE,),	Podwieczorek: Sałatka jarzynowa* 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR,),	Posiłek nocny: Migdały 30 g (ORZ,), Pomarańcza 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2334.66 kcal; Białko ogółem: 125.28 g; Tłuszcz: 74.41 g; Kw. tł. nasy.: 22.82 g; Węglowodany ogółem: 309.99 g; W tym cukry: 58.03 g; Błonnik pok.: 35.94 g; Sól: 7.17 g; WW: 27.41 Por; : 21.47 %; : 1010.38 %; Ener. z T: 28.68 %; Ener. z Bt.: 3.08 %; K: 5473.18 mg;