

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2024-07-08		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C1 Podstawowa		
Płatki pszenne na mleku/p 200 ml (GLU PSZ, MLE), Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLUPSZ), 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 200 g (GLUPSZ), Tofu w sosie pomidorowym dieta () 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL), Szpinak baby z olejem 70 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml , Arbuz 150 g ,	Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLUPSZ), 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: 2017.15 kcal; Białko ogółem: 75.07 g; Tłuszcz: 60.29 g; Kw. tł. nasy.: 11.97 g; Węglowodany ogółem: 306.09 g; W tym cukry: 60.6 g; Błonnik pok.: 22.98 g; Sól: 7.63 g; WW: 28.33 Por; : 14.89 %; : 898.7 %; Ener. z T: 26.9 %; Ener. z Bł.: 2.28 %; K: 3634.17 mg;

poniedziałek 2024-07-08		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C2 Łatwostrawna		
Płatki pszenne na mleku/p 250 ml (GLU PSZ, MLE), Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLUPSZ), 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 200 g (GLUPSZ), Tofu w sosie pomidorowym dieta () 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL), Szpinak baby z olejem 70 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml , Arbuz 150 g ,	Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLUPSZ), 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: 2046.5 kcal; Białko ogółem: 76.9 g; Tłuszcz: 60.45 g; Kw. tł. nasy.: 12.03 g; Węglowodany ogółem: 311.53 g; W tym cukry: 62.94 g; Błonnik pok.: 23.37 g; Sól: 7.74 g; WW: 28.84 Por; : 15.03 %; : 904.08 %; Ener. z T: 26.59 %; Ener. z Bł.: 2.28 %; K: 3726.05 mg;

poniedziałek 2024-07-08		
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 200 g (GLUPSZ), Tofu w sosie pomidorowym dieta () 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL), Szpinak baby z olejem 70 g , 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: 2238.67 kcal; Białko ogółem: 93.28 g; Tłuszcz: 64.4 g; Kw. tł. nasy.: 12.6 g; Węglowodany ogółem: 339.41 g; W tym cukry: 74.92 g; Błonnik pok.: 44.33 g; Sól: 9.03 g; WW: 29.6 Por; : 16.67 %; : 874.97 %; Ener. z T: 25.89 %; Ener. z Bł.: 3.96 %; K: 4851.28 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2024-07-09		
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 ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ryż na sypko 200 g , Szyńska wieprzowa gotowana 80 g , Sos meksykański 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Surówka z pora i jabłka () 100g (<u>MLE,</u>), Buraczki gotowane () 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 , Kiełbasa szynkowa dębowa wpięprzowa średnio rozdrobniona wędzona, parzona, z dodatkiem wody w osłonce niejadalnej 50 g , Ogórek świeży 90 g ,
II Śniadanie: Brzoskwinia 1 szt 1 szt ,		Posiłek nocny: Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Połędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (<u>SOJ,</u>), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1982.31 kcal; Białko ogółem: 100.55 g; Tłuszcz: 40.36 g; Kw. tł. nasy.: 11.32 g; Węglowodany ogółem: 316.11 g; W tym cukry: 55.55 g; Błonnik pok.: 27.49 g; Sól: 5.92 g; WW: 28.88 Por; : 20.29 %; : 809.43 %; Ener. z T: 18.33 %; Ener. z Bł.: 2.77 %; K: 4131.16 mg;

wtorek 2024-07-09		
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 ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ryż na sypko 200 g , Szyńska wieprzowa gotowana 100 g , Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Surówka z marchwi i jabłka () 150 g (<u>MLE,</u>), 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: Brzoskwinia 1 szt 1 szt ,		Posiłek nocny: Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt , Połędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (<u>SOJ,</u>), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2151.02 kcal; Białko ogółem: 98.81 g; Tłuszcz: 53.73 g; Kw. tł. nasy.: 14.55 g; Węglowodany ogółem: 329.62 g; W tym cukry: 56.84 g; Błonnik pok.: 25.3 g; Sól: 6.34 g; WW: 30.49 Por; : 18.38 %; : 626.95 %; Ener. z T: 22.48 %; Ener. z Bł.: 2.35 %; K: 3806.37 mg;

wtorek 2024-07-09		
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 ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ryż na sypko (brązowy) 200 g , Szyńska wieprzowa gotowana 100 g , Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Surówka z pora i jabłka () 100 g (<u>MLE,</u>), Kalańfort 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 , Kiełbasa szynkowa dębowa wpięprzowa średnio rozdrobniona wędzona, parzona, z dodatkiem wody w osłonce niejadalnej 50 g , Ogórek świeży 90 g ,
II Śniadanie: Brzoskwinia 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 1 szt , Połędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (<u>SOJ,</u>), Sałata zielona 10 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2169.88 kcal; Białko ogółem: 129.02 g; Tłuszcz: 48.84 g; Kw. tł. nasy.: 12.59 g; Węglowodany ogółem: 317.04 g; W tym cukry: 48.5 g; Błonnik pok.: 38.95 g; Sól: 7.04 g; WW: 27.89 Por; : 23.78 %; : 794.26 %; Ener. z T: 20.26 %; Ener. z Bł.: 3.59 %; K: 4382.41 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2024-07-10		
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>), 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 (<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>), Filet zapiekany drobiowy 30 g (<u>MLE₁</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: 2115.16 kcal; Białko ogółem: 97.9 g; Tłuszcz: 56.28 g; Kw. tł. nasy.: 10.12 g; Węglowodany ogółem: 317.9 g; W tym cukry: 46.2 g; Błonnik pok.: 26.21 g; Sól: 8.23 g; WW: 29.41 Por; : 18.51 %; : 775.19 %; Ener. z T: 23.95 %; Ener. z Bł.: 2.48 %; K: 4450.85 mg;

środa 2024-07-10		
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>), Filet zapiekany drobiowy 30 g (<u>MLE₁</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: 2131.03 kcal; Białko ogółem: 95.85 g; Tłuszcz: 55.02 g; Kw. tł. nasy.: 11.05 g; Węglowodany ogółem: 324.19 g; W tym cukry: 52.25 g; Błonnik pok.: 21.29 g; Sól: 6.75 g; WW: 30.42 Por; : 17.99 %; : 863.8 %; Ener. z T: 23.24 %; Ener. z Bł.: 2 %; K: 4207.72 mg;

środa 2024-07-10		
Jadłospis dla diety: PUŁ- C6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ₁</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>), Fasolka szparagowa z wody* 150 g , 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>), Filet zapiekany drobiowy 30 g (<u>MLE₁</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: 2119.81 kcal; Białko ogółem: 107.22 g; Tłuszcz: 62.93 g; Kw. tł. nasy.: 12.94 g; Węglowodany ogółem: 299.01 g; W tym cukry: 40.71 g; Błonnik pok.: 31.17 g; Sól: 11.65 g; WW: 27.07 Por; : 20.23 %; : 860.56 %; Ener. z T: 26.72 %; Ener. z Bł.: 2.94 %; K: 4764.86 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2024-07-11		
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 2024-07-11		
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 2024-07-11		
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: Arbuź 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 2024-07-12		
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, Arbuz 100 g,	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 mlekiem/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: 2221.06 kcal; Białko ogółem: 106.49 g; Tłuszcz: 63.16 g; Kw. tł. nasy.: 10.97 g; Węglowodany ogółem: 318.64 g; W tym cukry: 65.82 g; Błonnik pok.: 22.22 g; Sól: 6.8 g; WW: 29.68 Por; : 19.18 %; : 1002.12 %; Ener. z T: 25.6 %; Ener. z Bt.: 2 %; K: 4872.81 mg;

piątek 2024-07-12		
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, Arbuz 100 g, 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 mlekiem/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: 2304.96 kcal; Białko ogółem: 110.09 g; Tłuszcz: 63.57 g; Kw. tł. nasy.: 11.07 g; Węglowodany ogółem: 335.45 g; W tym cukry: 68.19 g; Błonnik pok.: 22.68 g; Sól: 7.04 g; WW: 31.32 Por; : 19.1 %; : 1024.21 %; Ener. z T: 24.82 %; Ener. z Bt.: 1.97 %; K: 4977.74 mg;

piątek 2024-07-12		
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 mlekiem/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 2024-07-13		
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 2024-07-13		
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 2024-07-13		
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 2024-07-14		
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 2024-07-14		
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 2024-07-14		
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: Arbuż 100 g ,	Posiłek nocny: Sok pomidorowy 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2258.55 kcal; Białko ogółem: 129.1 g; Tłuszcz: 65.9 g; Kw. tł. nasy.: 17.72 g; Węglowodany ogółem: 304.48 g; W tym cukry: 63.94 g; Błonnik pok.: 36.11 g; Sól: 7.89 g; WW: 26.87 Por; : 22.86 %; : 1095.95 %; Ener. z T: 26.26 %; Ener. z Bł.: 3.2 %; K: 5922.84 mg;