

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
--------------------------------	--	--

Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
---------------------------------	-----------------------------	--------------------------------

poniedziałek 2026-02-16	Jadłospis dla diety: PUŁ- D01 Podstawowa	
--------------------------------	---	--

Płatki pszenne na mleku/p, Herbata czarna granulowana z/c, Chleb mieszany pszenno-żytni , Chleb Graham, Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g, Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej, Ogórek kiszony, Sałata zielona,	Pieczarkowa z makaronem *, Ziemniaki z koperkiem gotowane (), Pulpet drobiowy, Sos pietruszkowy*, Fasolka szparagowa z wody*, Kompot owocowy* z/c ,	Herbata czarna granulowana z/c, Chleb mieszany pszenno-żytni , Chleb Graham, Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g, Szykowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona, Dżem, Pomidor, Roszponka, Posiłek nocny: Banan 1szt
--	---	---

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1741.3 kcal; Białko ogółem: 82.58 g; Tłuszcz: 36.69 g; Kw. tł. nasy.: 8.01 g; Węglowodany ogółem: 283.9 g; W tym cukry: 47.07 g; Błonnik pok.: 25.7 g; Sól: 9.24 g; WW: 25.9 Por; Ener z B.: 18.97 %; Ener z W.: 65.22 %; Ener. z T.: 18.97 %; Potas: 3644.23 mg; Sód: 2025.35 mg;

poniedziałek 2026-02-16	Jadłospis dla diety: PUŁ- D03 Z ogr. łatwo przys. węglowodanów	
--------------------------------	---	--

Płatki pszenne na mleku/p, Herbata czarna granulowana b/c, Chleb Graham, Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g, Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej, Ogórek kiszony, Sałata zielona,	Pieczarkowa z makaronem pełnoziarnistym *, Ziemniaki z koperkiem gotowane (), Pulpet drobiowy, Sos pietruszkowy*, Fasolka szparagowa z wody*, Kompot owocowy* b/c,	Herbata czarna granulowana b/c, Chleb Graham, Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g, Szykowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona, Serek homo. naturalny, Pomidor, Roszponka,
II Śniadanie: Koktajl truskawkowy* b/c,	Podwieczorek: Sałatka rubinowa b/c,	Posiłek nocny: Pomarańcz 1szt

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1842.37 kcal; Białko ogółem: 98.73 g; Tłuszcz: 44.35 g; Kw. tł. nasy.: 10.01 g; Węglowodany ogółem: 279.53 g; W tym cukry: 45.89 g; Błonnik pok.: 33.83 g; Sól: 9.29 g; WW: 24.73 Por; Ener z B.: 21.44 %; Ener z W.: 60.69 %; Ener. z T.: 21.66 %; Potas: 4093.5 mg; Sód: 3037.05 mg;

poniedziałek 2026-02-16	Jadłospis dla diety: PUŁ- D02 Łatwo strawna	
--------------------------------	--	--

Płatki pszenne na mleku/p, Herbata czarna granulowana z/c, Bułka pszenna długa krojona, Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g, Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej, Pomidor b/skórki, Sałata zielona,	Jarzynowa z makaronem* dieta, Ziemniaki z koperkiem gotowane (), Pulpet drobiowy, Sos pietruszkowy*, Marchew gotowana z olejem*, Kompot owocowy* z/c ,	Herbata czarna granulowana z/c, Bułka pszenna długa krojona, Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g, Szykowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona, Dżem, Pomidor b/skórki, Roszponka, Posiłek nocny: Banan 1szt
--	--	--

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1841.47 kcal; Białko ogółem: 83.41 g; Tłuszcz: 40.38 g; Kw. tł. nasy.: 8.14 g; Węglowodany ogółem: 299.2 g; W tym cukry: 55.36 g; Błonnik pok.: 22.84 g; Sól: 7.39 g; WW: 27.73 Por; Ener z B.: 18.12 %; Ener z W.: 64.99 %; Ener. z T.: 19.74 %; Potas: 3882.33 mg; Sód: 1977.92 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2026-02-17		
Jadłospis dla diety: PUŁ- D01 Podstawowa		
Zacierka na mleku/p, Herbata czarna granulowana z/c, Chleb Graham, Bułka pszenna 50g, Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g, Twarożek z koperkiem, Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona, Rukola, Pomidor,	Ogórkowa z ziemniakami * (), Ryż na sypko, Szyunka wieprzowa gotowana, Sos meksykański, Surówka z kapusty białej z olejem (), Buraczki gotowane (), Kompot owocowy* z/c ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p, Chleb Graham, Bułka pszenna 50g, Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g, Galaretko drobiowa z udźcem z kurczaka*, Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem *, Sałata zielona, Posiłek nocny: bułka maślana 50g

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1988.23 kcal; Białko ogółem: 103.01 g; Tłuszcz: 41.29 g; Kw. tł. nasy.: 9.7 g; Węglowodany ogółem: 311.45 g; W tym cukry: 62.17 g; Błonnik pok.: 24.4 g; Sól: 5.53 g; WW: 28.77 Por; Ener z B.: 20.72 %; Ener z W.: 62.66 %; Ener. z T.: 18.69 %; Potas: 1.54 mg; Sód: 4298.5 mg;

wtorek 2026-02-17		
Jadłospis dla diety: PUŁ- D03 Z ogr. łatwo przys. węglowodanów		
Makaron pełnoziarnisty na mleku/p, Herbata czarna granulowana b/c, Chleb Graham, Bułka graham-pszenna 50g, Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g, Twarożek z koperkiem, Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona, Rukola, Pomidor,	Ogórkowa z ziemniakami * (), Ryż na sypko (brązowy), Szyunka wieprzowa gotowana, Sos własny (), Surówka z kapusty białej z olejem b/c (), Kalafior gotowany*, Kompot owocowy* b/c,	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c , Chleb Graham, Bułka graham-pszenna 50g, Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g, Galaretko drobiowa z udźcem z kurczaka*, Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem *, Sałata zielona,
II Śniadanie: Serek homo naturalny 150g,	Podwieczorek: Chleb Graham, Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g, Szyunka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej, Sałata zielona,	Posiłek nocny: sok pomidorowy 200ml

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2181.75 kcal; Białko ogółem: 126.38 g; Tłuszcz: 55.55 g; Kw. tł. nasy.: 11.96 g; Węglowodany ogółem: 307.73 g; W tym cukry: 48.04 g; Błonnik pok.: 38.41 g; Sól: 7.37 g; WW: 27.07 Por; Ener z B.: 23.17 %; Ener z W.: 56.42 %; Ener. z T.: 22.91 %; Potas: 0 mg; Sód: 4409.79 mg;

wtorek 2026-02-17		
Jadłospis dla diety: PUŁ- D02 Łatwo strawna		
Zacierka na mleku/p, Herbata czarna granulowana z/c, Chleb mieszany pszenno-żytni , Bułka pszenna 50g, Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g, Twarożek z koperkiem, Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona, Rukola, Pomidor b/skórki,	Brokułowa z ziemniakami (*), Ryż na sypko, Szyunka wieprzowa gotowana, Sos własny (), Surówka z marchwi i jabłka z olejem (), Kompot owocowy* z/c ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p, Chleb mieszany pszenno-żytni , Bułka pszenna 50g, Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g, Szyunka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej, Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem *, Posiłek nocny: bułka maślana 50g

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1999.84 kcal; Białko ogółem: 97.04 g; Tłuszcz: 41.55 g; Kw. tł. nasy.: 9.91 g; Węglowodany ogółem: 318.82 g; W tym cukry: 55.14 g; Błonnik pok.: 21.7 g; Sól: 5.93 g; WW: 29.75 Por; Ener z B.: 19.41 %; Ener z W.: 63.77 %; Ener. z T.: 18.7 %; Potas: 1.54 mg; Sód: 3717.66 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2026-02-18		
Jadłospis dla diety: PUŁ- D01 Podstawowa		
kasza kukurydziana na ml/p, Herbata czarna granulowana z/c, Chleb mieszany pszenno-żytni , Chleb Graham, Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g, Jajko gotowane kl M, Roszponka, Papryka świeża,	Fasolowa z ziemniakami (*)*, Makaron, Sos jogurtowy z twarogiem z/c, Pomarańcza, Kompot owocowy* z/c ,	Herbata czarna granulowana z/c, Chleb mieszany pszenno-żytni , Chleb Graham, Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g, Pasztet rybno- warzywny (Morszczuk), Serek śmietankowy naturalny, Pomidor ze szczypiorkiem i olejem, Sałata zielona, Posiłek nocny: jabłko szt

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2145.29 kcal; Białko ogółem: 103.14 g; Tłuszcz: 52.3 g; Kw. tł. nasy.: 16.55 g; Węglowodany ogółem: 329.53 g; W tym cukry: 63.36 g; Błonnik pok.: 29.55 g; Sól: 5.24 g; WW: 30 Por; Ener z B.: 19.23 %; Ener z W.: 61.44 %; Ener. z T.: 21.94 %; Potas: 1.54 mg; Sód: 3692.41 mg;

środa 2026-02-18		
Jadłospis dla diety: PUŁ- D03 Z ogr. łatwo przys. węglowodanów		
Kasza jęczmienna na mleku/p, Herbata czarna granulowana b/c, Chleb Graham, Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g, Jajko gotowane kl M, Roszponka, Papryka świeża,	Fasolowa z ziemniakami (*)*, Makaron pełnoziarnisty, Sos jogurtowy z twarogiem b/c, Pomarańcza, Kompot owocowy* b/c,	Herbata czarna granulowana b/c, Chleb Graham, Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g, Pasztet rybno-warzywny (Morszczuk), Serek śmietankowy naturalny, Pomidor ze szczypiorkiem i olejem, Sałata zielona,
II Śniadanie: Kefir 1,5% tł 150g,	Podwieczorek: Sałatka z brokołu i pomidora,	Posiłek nocny: jabłko szt

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2172.82 kcal; Białko ogółem: 111.61 g; Tłuszcz: 60.76 g; Kw. tł. nasy.: 18.26 g; Węglowodany ogółem: 308.78 g; W tym cukry: 58.47 g; Błonnik pok.: 39.05 g; Sól: 5.17 g; WW: 27.03 Por; Ener z B.: 20.55 %; Ener z W.: 56.84 %; Ener. z T.: 25.17 %; Potas: 0 mg; Sód: 4499.17 mg;

środa 2026-02-18		
Jadłospis dla diety: PUŁ- D02 Łatwo strawna		
kasza kukurydziana na ml/p, Herbata czarna granulowana z/c, Bułka pszenna długa krojona, Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g, Jajko gotowane kl M, Roszponka, Pomidor b/skórki,	Dyniowa z ziemniakami*(), Makaron, Sos jogurtowy z twarogiem z/c, Pomarańcza, Kompot owocowy* z/c ,	Herbata czarna granulowana z/c, Bułka pszenna długa krojona, Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g, Pasztet rybno- warzywny (Morszczuk), Serek śmietankowy naturalny, Pomidor b/skórki, Sałata zielona, Posiłek nocny: jabłko szt

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2067.06 kcal; Białko ogółem: 98.48 g; Tłuszcz: 47.35 g; Kw. tł. nasy.: 16.19 g; Węglowodany ogółem: 319.6 g; W tym cukry: 64.76 g; Błonnik pok.: 18.2 g; Sól: 4.35 g; WW: 30.09 Por; Ener z B.: 19.06 %; Ener z W.: 61.85 %; Ener. z T.: 20.62 %; Potas: 1.54 mg; Sód: 3440.45 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2026-02-19		
Jadłospis dla diety: PUŁ- D01 Podstawowa		
Płatki owsiane na mleku/p, Herbata czarna granulowana z/c, Chleb Graham, Bułka pszenna 50g, Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g, Szyńka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej, Sałatka jarzynowa (*), Sałata zielona,	Barszcz biały z ziemniakami (*), Bułka pszenna 50g, Fasolka po bretońsku, Surówka wielowarzywna z olejem b/c (), Kompot owocowy* z/c,	Herbata czarna granulowana z/c, Chleb Graham, Bułka pszenna 50g, Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g, Serek a`la homogenizowany z ziołami, Sałatka z pomidora i sałaty lodowej, Posiłek nocny: mus owocowo-warzywny 100g

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2008.1 kcal; Białko ogółem: 79.14 g; Tłuszcz: 61 g; Kw. tł. nasy.: 13.36 g; Węglowodany ogółem: 301.13 g; W tym cukry: 47.31 g; Błonnik pok.: 34.17 g; Sól: 6.31 g; WW: 26.79 Por; Ener z B.: 15.76 %; Ener z W.: 59.98 %; Ener. z T.: 27.34 %; Potas: 1.54 mg; Sód: 4289.46 mg;

czwartek 2026-02-19		
Jadłospis dla diety: PUŁ- D03 Z ogr. łatwo przys. węglowodanów		
Płatki owsiane na mleku/p, Herbata czarna granulowana b/c, Chleb Graham, Bułka graham-pszenna 50g, Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g, Szyńka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej, Sałatka jarzynowa (*), Sałata zielona,	Barszcz biały z ziemniakami (*), Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*, Sos pomidorowy, Surówka wielowarzywna z olejem b/c (), Kompot owocowy* b/c,	Herbata czarna granulowana b/c, Chleb Graham, Bułka graham-pszenna 50g, Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g, Serek a`la homogenizowany z ziołami, Sałatka z pomidora i sałaty lodowej,
II Śniadanie: Smoothie szpinak, jabłko,	Podwieczorek: Chleb Graham, Sałata zielona, Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g, Szyńkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona,	Posiłek nocny: mleko UHT 200ml

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2260.4 kcal; Białko ogółem: 99.36 g; Tłuszcz: 71.82 g; Kw. tł. nasy.: 15.34 g; Węglowodany ogółem: 325.91 g; W tym cukry: 46.52 g; Błonnik pok.: 43.26 g; Sól: 7.59 g; WW: 28.35 Por; Ener z B.: 17.58 %; Ener z W.: 57.67 %; Ener. z T.: 28.59 %; Potas: 5.9 mg; Sód: 4832.01 mg;

czwartek 2026-02-19		
Jadłospis dla diety: PUŁ- D02 Łatwo strawna		
Płatki owsiane na mleku/p, Herbata czarna granulowana z/c, Chleb mieszany pszenno-żytni, Bułka pszenna 50g, Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g, Szyńka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej, Sałatka jarzynowa - dieta (*), Sałata zielona,	Ziemniaczana * (), Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*, Sos pomidorowy, Cukinia pieczona z olejem *, Kompot owocowy* z/c,	Herbata czarna granulowana z/c, Chleb mieszany pszenno-żytni, Bułka pszenna 50g, Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g, Serek a`la homogenizowany z ziołami, Sałatka z pomidora i sałaty lodowej b/skórki, Posiłek nocny: mus owocowo-warzywny 100g

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2013.99 kcal; Białko ogółem: 82.93 g; Tłuszcz: 54.73 g; Kw. tł. nasy.: 11.27 g; Węglowodany ogółem: 309.97 g; W tym cukry: 46.11 g; Błonnik pok.: 27.14 g; Sól: 4.89 g; WW: 28.24 Por; Ener z B.: 16.47 %; Ener z W.: 61.56 %; Ener. z T.: 24.46 %; Potas: 5.73 mg; Sód: 4420.73 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2026-02-20		
Jadłospis dla diety: PUŁ- D01 Podstawowa		
Kasza manna na mleku/p , Chleb mieszany pszenno-żytni , Chleb Graham, Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g, Twaróg półtłusty, Miód (25g), Jabłko, Herbata czarna granulowana z/c,	Szpinakowa z zacierką *, Ziemiaki z koperkiem gotowane (), Kotlec z ryby (Morszczuk) , Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c, Bukiet jarzyn gotowany z olejem*, Kompot owocowy* z/c ,	Chleb mieszany pszenno-żytni , Chleb Graham, Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g, Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta, Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona, Sałata zielona, Kawa zbożowa z mlekiem/p, Posiłek nocny: sok pomidorowy 200ml

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2046.42 kcal; Białko ogółem: 88.82 g; Tłuszcz: 49.94 g; Kw. tł. nasy.: 10.23 g; Węglowodany ogółem: 323.6 g; W tym cukry: 60.72 g; Błonnik pok.: 28.13 g; Sól: 6.45 g; WW: 29.51 Por; Ener z B.: 17.36 %; Ener z W.: 63.25 %; Ener. z T.: 21.96 %; Potas: 2.73 mg; Sód: 4008.91 mg;

piątek 2026-02-20		
Jadłospis dla diety: PUŁ- D03 Z ogr. łatwo przys. węglowodanów		
Kasza jęczmienna na mleku/p, Chleb Graham, Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g, Twaróg półtłusty, Pomidor, Herbata czarna granulowana b/c,	Szpinakowa z zacierką *, Ziemiaki z koperkiem gotowane (), Ryba pieczona w ziołach (Morszczuk), Sos cytrynowy, Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c, Bukiet jarzyn gotowany z olejem*, Kompot owocowy* b/c,	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c , Chleb Graham, Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g, Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona, Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta, Sałata zielona,
II Śniadanie: Kefir 1,5% tł 150g,	Podwieczorek: Chleb Graham, Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g, Twarożek z natką pietruszki, Sałata zielona,	Posiłek nocny: sok pomidorowy 200ml

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2091.15 kcal; Białko ogółem: 121.18 g; Tłuszcz: 59.43 g; Kw. tł. nasy.: 14.52 g; Węglowodany ogółem: 283.53 g; W tym cukry: 49.28 g; Błonnik pok.: 30.8 g; Sól: 6.73 g; WW: 25.36 Por; Ener z B.: 23.18 %; Ener z W.: 54.23 %; Ener. z T.: 25.58 %; Potas: 0 mg; Sód: 4854.59 mg;

piątek 2026-02-20		
Jadłospis dla diety: PUŁ- D02 Łatwo strawna		
Kasza manna na mleku/p , Bułka pszenna długa krojona, Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g, Twaróg półtłusty, Miód (25g), Jabłko pieczone 1szt., Herbata czarna granulowana z/c,	Szpinakowa z zacierką *, Ziemiaki z koperkiem gotowane (), Ryba pieczona w ziołach (Morszczuk), Sos cytrynowy, Bukiet jarzyn oprószony z olejem*, Kompot owocowy* z/c ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p, Bułka pszenna długa krojona, Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g, Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta, Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona, Sałata zielona, Posiłek nocny: sok owocowo-warzywny 200ml

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2104.66 kcal; Białko ogółem: 104.32 g; Tłuszcz: 48.74 g; Kw. tł. nasy.: 10.18 g; Węglowodany ogółem: 322.04 g; W tym cukry: 58.44 g; Błonnik pok.: 19.38 g; Sól: 5.69 g; WW: 30.25 Por; Ener z B.: 19.83 %; Ener z W.: 61.2 %; Ener. z T.: 20.84 %; Potas: 1.54 mg; Sód: 3968.53 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2026-02-21		
Jadłospis dla diety: PUŁ- D01 Podstawowa		
Płatki jęczmienna na mleku /p, Herbata czarna granulowana z/c, Chleb Graham, Bułka pszenna 50g, Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g, Parówki drobiowo-wieprz (homogenizowane, wędz. parz w osłonce niejadalnej), Pomidor, Sałata zielona,	Koperkowa z ryżem *, Ziemniaki z koperkiem gotowane (), Bigos z kapusty białej, Kompot owocowy* z/c ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p, Chleb Graham, Bułka pszenna 50g, Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g, Pasta z soczewicy czerwonej, Mix sałat, Rzodkiew biała, Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2097.08 kcal; Białko ogółem: 79.01 g; Tłuszcz: 70.35 g; Kw. tł. nasy.: 19.52 g; Węglowodany ogółem: 302.01 g; W tym cukry: 49.75 g; Błonnik pok.: 30.23 g; Sól: 7.82 g; WW: 27.32 Por; Ener z B.: 15.07 %; Ener z W.: 57.61 %; Ener. z T.: 30.19 %; Potas: 38.2 mg; Sód: 4488.21 mg;

sobota 2026-02-21		
Jadłospis dla diety: PUŁ- D03 Z ogr. łatwo przys. węglowodanów		
Płatki jęczmienna na mleku /p, Herbata czarna granulowana b/c, Chleb Graham, Bułka graham-pszenna 50g, Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g, Szyńka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp., Pomidor, Sałata zielona,	Koperkowa z ryżem brązowym *, Ziemniaki z koperkiem gotowane (), Gulasz wieprzowy z warzywami*, Surówka z marchwi i jabłka b/c (), Kompot owocowy* b/c,	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c , Chleb Graham, Bułka graham-pszenna 50g, Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g, Pasta z soczewicy czerwonej, Mix sałat, Rzodkiew biała,
II Śniadanie: Serek homo naturalny 150g,	Podwieczorek: Budyń o smaku śmietankowym z chipsami kokosowymi b/c,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2257.96 kcal; Białko ogółem: 117.82 g; Tłuszcz: 58.73 g; Kw. tł. nasy.: 15.31 g; Węglowodany ogółem: 335.71 g; W tym cukry: 61.28 g; Błonnik pok.: 42.09 g; Sól: 7.58 g; WW: 29.58 Por; Ener z B.: 20.87 %; Ener z W.: 59.47 %; Ener. z T.: 23.41 %; Potas: 13.65 mg; Sód: 5402.68 mg;

sobota 2026-02-21		
Jadłospis dla diety: PUŁ- D02 Łatwo strawna		
Płatki jęczmienna na mleku /p, Herbata czarna granulowana z/c, Chleb mieszany pszenno-żytni , Bułka pszenna 50g, Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g, Szyńka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp., Pomidor b/skórki, Sałata zielona,	Koperkowa z ryżem *, Ziemniaki z koperkiem gotowane (), Gulasz wieprzowy z warzywami*, Surówka z marchwi i jabłka b/c (), Kompot owocowy* z/c ,	Kawa zbożowa z mlekiem/p, Chleb mieszany pszenno-żytni , Bułka pszenna 50g, Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g, Szyńka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony, Mix sałat, Pomidor b/skórki, Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1839.59 kcal; Białko ogółem: 84.34 g; Tłuszcz: 42.88 g; Kw. tł. nasy.: 10.97 g; Węglowodany ogółem: 291.36 g; W tym cukry: 48.71 g; Błonnik pok.: 24.5 g; Sól: 7.71 g; WW: 26.75 Por; Ener z B.: 18.34 %; Ener z W.: 63.35 %; Ener. z T.: 20.98 %; Potas: 1.54 mg; Sód: 4169.44 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2026-02-22		
Jadłospis dla diety: PUŁ- D01 Podstawowa		
kasza kukurydziana na ml/p, Herbata czarna granulowana z/c, Chleb mieszany pszenno-żytni , Chleb Graham, Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g, Ser żółty, Sałatka z pomidorów i koperku,	Rosół z makaronem *, Ziemniaki z koperkiem gotowane (), udziec z kurczaka pieczony z/k z/s, Surówka z kapusty pekińskiej z olejem (), Brokuł gotowany*, Kompot owocowy* z/c ,	Herbata czarna granulowana z/c, Chleb mieszany pszenno-żytni , Chleb Graham, Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g, Szyńka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp., Serek homo. naturalny, Pomidor, Rukola, Posiłek nocny: jabłko 1 szt

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2091.72 kcal; Białko ogółem: 114.9 g; Tłuszcz: 70.69 g; Kw. tł. nasy.: 23.22 g; Węglowodany ogółem: 263.01 g; W tym cukry: 36.47 g; Błonnik pok.: 24.77 g; Sól: 7.68 g; WW: 23.84 Por; Ener z B.: 21.97 %; Ener z W.: 50.3 %; Ener. z T.: 30.41 %; Potas: 13.67 mg; Sód: 4315.06 mg;

niedziela 2026-02-22		
Jadłospis dla diety: PUŁ- D03 Z ogr. łatwo przys. węglowodanów		
Ryż pełnoziarnisty na mleku/p , Herbata czarna granulowana b/c, Chleb Graham, Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g, Twarożek, Sałatka z pomidorów i koperku,	Rosół z makaronem pełnoziarnistym*, Ziemniaki z koperkiem gotowane (), udziec z kurczaka pieczony z/k z/s, Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () b/c, Brokuł gotowany*, Kompot owocowy* b/c,	Herbata czarna granulowana b/c, Chleb Graham, Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g, Szyńka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp., Serek homo. naturalny, Pomidor, Rukola,
II Śniadanie: Jogurt naturalny z płatkami owsianymi,	Podwieczorek: Sałatka jarzynowa (),	Posiłek nocny: jabłko 1 szt

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2256.37 kcal; Białko ogółem: 128.34 g; Tłuszcz: 72.65 g; Kw. tł. nasy.: 18.67 g; Węglowodany ogółem: 287.06 g; W tym cukry: 44.3 g; Błonnik pok.: 35.68 g; Sól: 7.09 g; WW: 25.16 Por; Ener z B.: 22.75 %; Ener z W.: 50.89 %; Ener. z T.: 28.98 %; Potas: 31.24 mg; Sód: 5489.75 mg;

niedziela 2026-02-22		
Jadłospis dla diety: PUŁ- D02 Łatwo strawna		
kasza kukurydziana na ml/p, Herbata czarna granulowana z/c, Bułka pszenna długa krojona, Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g, Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym, Jabłko 1 szt,	Rosół z makaronem *, Ziemniaki z koperkiem gotowane (), Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s, Brokuł gotowany*, Kompot owocowy* z/c ,	Herbata czarna granulowana z/c, Bułka pszenna długa krojona, Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g, Szyńka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp., Serek homo. naturalny, Pomidor b/skórki, Rukola, Posiłek nocny: jabłko 1 szt

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2057.29 kcal; Białko ogółem: 112.08 g; Tłuszcz: 52.46 g; Kw. tł. nasy.: 14.1 g; Węglowodany ogółem: 294.49 g; W tym cukry: 51.02 g; Błonnik pok.: 19.54 g; Sól: 5.71 g; WW: 27.49 Por; Ener z B.: 21.79 %; Ener z W.: 57.26 %; Ener. z T.: 22.95 %; Potas: 1.54 mg; Sód: 4248.7 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2026-02-23 Jadłospis dla diety: PUŁ- D01 Podstawowa		
Płatki owsiane na mleku/p, Herbata czarna granulowana z/c, Chleb mieszany pszenno-żytni , Chleb Graham, Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g, Szyunka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona, Pomidor, Sałata zielona,	Kapuśniak z kapusty kiszzonej (*), Ryż brązowy z jabłkiem prażonym i cynamonem, Sos jogurtowy naturalny, Mandarynka, Kompot owocowy* z/c ,	Herbata czarna granulowana z/c, Chleb mieszany pszenno-żytni , Chleb Graham, Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g, Pasta z twarogu i papryki, Sałatka z pomidorów i koperku, Rukola, Posiłek nocny: mleko UHT 200ml

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1781.31 kcal; Białko ogółem: 66.9 g; Tłuszcz: 40.72 g; Kw. tł. nasy.: 10.34 g; Węglowodany ogółem: 299.37 g; W tym cukry: 65.15 g; Błonnik pok.: 31.55 g; Sól: 6.23 g; WW: 26.8 Por; Ener z B.: 15.02 %; Ener z W.: 67.23 %; Ener. z T.: 20.57 %; Potas: 2994.34 mg; Sód: 1586.46 mg;

poniedziałek 2026-02-23 Jadłospis dla diety: PUŁ- D03 Z ogr. łatwo przys. węglowodanów		
Płatki owsiane na mleku/p, Herbata czarna granulowana b/c, Chleb Graham, Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g, Szyunka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona, Pomidor, Sałata zielona,	Wielowarzywna z ziemniakami * (), Ryż brązowy z jabłkiem prażonym i cynamonem, Sos jogurtowy naturalny, Mandarynka, Kompot owocowy* b/c,	Herbata czarna granulowana b/c, Chleb Graham, Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g, Pasta z twarogu i papryki, Sałatka z pomidorów i koperku, Rukola,
II Śniadanie: Chleb Graham, Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g, Jajko gotowane kl M, Sałata zielona,	Podwieczorek: Surówka z kapusty białej z olejem b/c (),	Posiłek nocny: mleko UHT 200ml

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1872.34 kcal; Białko ogółem: 76 g; Tłuszcz: 44.89 g; Kw. tł. nasy.: 10.84 g; Węglowodany ogółem: 307.5 g; W tym cukry: 64.97 g; Błonnik pok.: 38.15 g; Sól: 5.68 g; WW: 26.99 Por; Ener z B.: 16.24 %; Ener z W.: 65.69 %; Ener. z T.: 21.58 %; Potas: 3555.78 mg; Sód: 2022.78 mg;

poniedziałek 2026-02-23 Jadłospis dla diety: PUŁ- D02 Łatwo strawna		
Płatki owsiane na mleku/p, Herbata czarna granulowana z/c, Bułka pszenna długa krojona, Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g, Szyunka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona, Pomidor b/skórki, Sałata zielona,	Wielowarzywna z ziemniakami * (), Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem, Sos jogurtowy naturalny, Mandarynka, Kompot owocowy* z/c ,	Herbata czarna granulowana z/c, Bułka pszenna długa krojona, Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g, Pasta z twarogu z koperkiem , Sałatka z pomidorów i koperku, Rukola, Posiłek nocny: mleko UHT 200ml

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1783.87 kcal; Białko ogółem: 70.67 g; Tłuszcz: 32.04 g; Kw. tł. nasy.: 8.47 g; Węglowodany ogółem: 314.61 g; W tym cukry: 65.99 g; Błonnik pok.: 20.24 g; Sól: 4.59 g; WW: 29.51 Por; Ener z B.: 15.85 %; Ener z W.: 70.55 %; Ener. z T.: 16.17 %; Potas: 3047.13 mg; Sód: 1598.05 mg;

