

Jadłospisy dla oddziałów

Puławy- Szpital Mazowiecki w Garwolinie		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczerek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2024-02-19 Jadłospis dla diety: PUŁ- GAR Bogatoresztkowa		
Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz mleczny do smarowania 74% tł 20 g (<u>MLE,</u>), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ,</u>), Ogórek kiszony 80 g ,	Fasolowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i serem żółtym* 300 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml , Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ,</u>), Masło extra 82% 20 g (<u>MLE,</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>), Pomidor 80 g ,
II Śniadanie: Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 50g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml ,	Podwieczerek: Sałatka rubinowa b/c 100 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml ,	
poniedziałek 2024-02-19 Jadłospis dla diety: PUŁ- GAR Wysokokaloryczna		
Płatki pszenne na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>), Tłuszcz mleczny do smarowania 74% tł 20 g (<u>MLE,</u>), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 100 g (<u>SOJ,</u>), Ogórek kiszony 80 g ,	Fasolowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Makaron ze szpinakiem i serem żółtym * 400 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>), Masło extra 82% 20 g (<u>MLE,</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u>), Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,</u>), Pomidor 80 g ,
II Śniadanie: Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 50g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml ,		
poniedziałek 2024-02-19 Jadłospis dla diety: PUŁ- GAR Specjalna		
Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb bezglutenowy 120 g , Tłuszcz mleczny do smarowania 74% tł 20 g (<u>MLE,</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u>), Sałata zielona 20 g ,	Dyniowa z ziemniakami*() (bez glutenu) 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>), Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta (bez glutenu) 300 g (<u>MLE,</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb bezglutenowy 120 g , Masło extra 82% 20 g (<u>MLE,</u>), Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 50 g , Pomidor 80 g ,
II Śniadanie: Kanapka z twarogiem i sałatą (chleb bezglutenowy 50g, masło 5g, twarózek 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>MLE,</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml ,		

Jadłospisy dla oddziałów

Puławy- Szpital Mazowiecki w Garwolinie		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2024-02-20 Jadłospis dla diety: PUŁ- GAR Bogatoresztkowa		
Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 120 g (GLU PSZ), Tłuszcz mleczny do smarowania 74% tł 20 g (MLE), Twarożek z koperkiem 120 g (MLE), Sałata zielona 20 g ,	Brokułowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Ziemniaki () 200 g , Szynka wieprzowa gotowana 80 g , Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml , Chleb Graham 120 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 20 g (MLE), Galaretka drobiowa z udźca kurczaka* 150 g (SEL), Rzodkiew biała 80 g ,
II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 szt , Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml ,	Podwieczorek: Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE), Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml ,	
wtorek 2024-02-20 Jadłospis dla diety: PUŁ- GAR Wysokokaloryczna		
Zacierka na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 100 g (GLU PSZ), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ), Tłuszcz mleczny do smarowania 74% tł 20 g (MLE), Twarożek z koperkiem 150 g (MLE), Sałata zielona 20 g ,	Brokułowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Kasza jęczmienna/sypko 250 g (GLU JĘCZ), Szynka wieprzowa gotowana 120 g , Sos meksykański 80 g (GLU PSZ), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 20 g (MLE), Galaretka drobiowa z udźca kurczaka* 200 g (SEL), Rzodkiew biała 80 g ,
II Śniadanie: Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE), Jabłko 1 szt 1 szt , Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml ,		
wtorek 2024-02-20 Jadłospis dla diety: PUŁ- GAR Specjalna		
Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb bezglutenowy 120 g , Tłuszcz mleczny do smarowania 74% tł 20 g (MLE), Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ), Sałata zielona 20 g ,	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka i glutenu) (*) 400 ml (SEL), Ziemniaki () 200 g , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g , Sos własny (bez glutenu) 80 ml , Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g , Kompot owocowy* z/c	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml , Chleb bezglutenowy 120 g , Masło extra 82% 20 g (MLE), Galaretka drobiowa z udźca kurczaka* dieta 150 g (SEL), Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 80 g (SEL),
II Śniadanie: Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE), Jabłko 1 szt 1 szt , Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml ,		

Jadłospisy dla oddziałów

Puławy- Szpital Mazowiecki w Garwolinie		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2024-02-21 Jadłospis dla diety: PUŁ- GAR Bogatoresztkowa		
kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (<u>MLE,</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ,</u>) Tłuszcz mleczny do smarowania 74% tł 10 g (<u>MLE,</u>), Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ,</u>), Sałata zielona 20 g ,	Pieczarkowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki () 200 g , Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ,</u> <u>JAJ,</u>) Sos pietruszkowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Surówka z marchwi i chrzanu b/c () 150 g (<u>MLE, SO2,</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml , Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 80 g (<u>RYB, SEL,</u>), Pomidor 80 g ,
II Śniadanie: Kanapka z twarogiem i pomidorem (chleb razowy 50g, tłuszcz do smarowania 5g, twaróg 25g, pomidor 15g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml ,		
środa 2024-02-21 Jadłospis dla diety: PUŁ- GAR Specjalna		
Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb bezglutenowy 120 g , Tłuszcz mleczny do smarowania 74% tł 20 g (<u>MLE,</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u>), Sałata zielona 20 g ,	Jarzynowa z makaronem (bez glutenu i mleka)* 400 ml (<u>SEL,</u>), Ziemniaki () 200 g , Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (<u>JAJ,</u>) Sos pietruszkowy (bez glutenu i mleka)* 80 ml , Marchew gotowana z olejem* 150 g , Kompot owocowy* z/c	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml , Chleb bezglutenowy 120 g , Masło extra 82% 20 g (<u>MLE,</u>), Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 80 g (<u>RYB,</u> <u>SEL,</u>), Pomidor 80 g ,
II Śniadanie: Kanapka z twarogiem i pomidorem (chleb bezglutenowy 50g, tłuszcz do smarowania 5g, twaróg 25g, pomidor 15g) 1 szt (<u>MLE,</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml ,		

Jadłospisy dla oddziałów

Puławy- Szpital Mazowiecki w Garwolinie		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2024-02-22 Jadłospis dla diety: PUŁ- GAR Bogatoresztkowa		
Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU OW</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 150 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz mleczny do smarowania 74% tł 10 g (<u>MLE</u>), Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 50 g (<u>SOJ</u>), Sałatka jarzynowa z jajkiem () 100 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>),	Barszcz biały z ziemniakami ()* 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Ziemniaki () 200 g , Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Surówka wielowarzywna z olejem () 150 g (<u>SEL</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml , Chleb Graham 150 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Serek a`la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE</u>), Sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: Kisiel o smaku cytrynowym b/c 150 ml , Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml ,		
czwartek 2024-02-22 Jadłospis dla diety: PUŁ- GAR Specjalna		
Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb bezglutenowy 120 g , Tłuszcz mleczny do smarowania 74% tł 20 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>),	Ziemniaczana *(bez mleka i glutenu) () 400 ml (<u>SEL</u>), Ziemniaki () 200 g , Sos mięsno-warzywny* (z mięsa drobiowego) (bez glutenu) 150 g (<u>SEL</u>), Fasolka szparagowa z wody* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml , Chleb bezglutenowy 120 g , Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>), Serek a`la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE</u>), Sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: Kisiel o smaku cytrynowym z/c 150 ml , Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml ,		

Jadłospisy dla oddziałów

Puławy- Szpital Mazowiecki w Garwolinie		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2024-02-23 Jadłospis dla diety: PUŁ- GAR Bogatoresztkowa		
Kasza manna na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, MLE,), Kawa z mlekiem instant/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ,), Chleb Graham 120 g (GLU PSZ,), Tłuszcz mleczny do smarowania 74% tł 10 g (MLE,), Ser żółty 50 g (MLE,), Jabłko 1 szt 1 szt ,	Szpinakowa z zacierką * 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,), Ziemniaki () 200 g , Ryba gotowana (Morszczuk) 100 g (RYB,), Sos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ, MLE,), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g , Kompot owocowy* b/c	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml , Chleb Graham 120 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 10 g (MLE,), Pasta z jaj z koperkiem -dieta 120 g (JAJ, MLE,), Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Ryż z musem truskawkowym 150 g , Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml ,		
piątek 2024-02-23 Jadłospis dla diety: PUŁ- GAR Specjalna		
Ryż na mleku/p 350 ml (MLE,), Kawa z mlekiem instant/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ,), Chleb bezglutenowy 120 g , Tłuszcz mleczny do smarowania 74% tł 20 g (MLE,), Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ,), Jabłko 1 szt 1 szt ,	Szpinakowa z makaronem (bez glutenu i mleka)* 400 ml (SEL,), Ziemniaki () 200 g , Ryba gotowana (Morszczuk) 100 g (RYB,), Sos cytrynowy (bez glutenu i mleka) 80 ml , Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (SEL,), Kompot owocowy* z/c	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb bezglutenowy 120 g , Masło extra 82% 20 g (MLE,), Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 50 g (GLU PSZ,), Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Ryż z musem truskawkowym 150 g , Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml ,		

Jadłospisy dla oddziałów

Puławy- Szpital Mazowiecki w Garwolinie		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2024-02-24 Jadłospis dla diety: PUŁ- GAR Bogatoresztkowa		
Płatki jęczmienna na mleku /p 350 ml (<u>MLE</u>), <u>GLU JĘCZ</u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 150 g (<u>GLU PSZ</u>), Tłuszcz mleczny do smarowania 74% tł 10 g (<u>MLE</u>), Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ</u>), Ogórek kiszony 70 g ,	Koperkowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki () 300 g , Gulasz wieprzowy z warzywami* 220 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 150 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml , Chleb Graham 150 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Pasztet z soczewicy * 80 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u>), Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Serek homo. naturalny 150 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml ,		
sobota 2024-02-24 Jadłospis dla diety: PUŁ- GAR Specjalna		
Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb bezglutenowy 150 g , Tłuszcz mleczny do smarowania 74% tł 20 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Pomidor 70 g ,	Koperkowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL</u>), Ziemniaki () 300 g , Gulasz drobiowy z warzywami* (bez glutenu) 220 g (<u>SEL</u>), Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml , Chleb bezglutenowy 150 g , Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>), Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 50 g , Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Serek homo. naturalny 150 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml ,		

Jadłospisy dla oddziałów

Puławy- Szpital Mazowiecki w Garwolinie		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2024-02-25 Jadłospis dla diety: PUŁ- GAR Bogatoresztkowa		
kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 150 g (GLU PSZ), Tłuszcz mleczny do smarowania 74% tł 10 g (MLE), Twarożek 80 g (MLE), Sałata zielona 20 g ,	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL), Ziemniaki () 300 g , Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g , Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () b/c 150 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml , Chleb Graham 150 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 10 g (MLE), Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 50 g (SOJ), Pomidor 70 g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny z płatkami owsianymi 150 g (MLE, GLU OW), Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml ,		
niedziela 2024-02-25 Jadłospis dla diety: PUŁ- GAR Specjalna		
Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb bezglutenowy 150 g , Tłuszcz mleczny do smarowania 74% tł 20 g (MLE), Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ), Banan 1szt. 1 szt ,	Rosół z makaronem (bez glutenu)* 400 ml (SEL), Ziemniaki () 300 g , Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g , Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml , Chleb bezglutenowy 150 g , Masło extra 82% 20 g (MLE), Pasta z kurczaka 80 g , Pomidor 70 g ,
II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 szt , Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml ,		