

Jadłospis tygodniowy 10.-16.06.2024 r. SP ZOZ Włodawa

Dzień	Posiłek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	Dieta łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	Dieta z ograniczeniem sodu	Dieta bezmleczna
10.06.2024r. poniedziałek	Śniadanie	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml pasta z ciecierzycy 60g sałatka z rukoli i pomidora 100g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml pasta z jajka 75g sałatka z rukoli i pomidora 100g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml pasta z ciecierzycy 60g sałatka z rukoli i pomidora 100g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml pasta z białka jaja 75g sałatka z rukoli i pomidora 100g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml pasta z jajka 75g sałatka z rukoli i pomidora 100g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml jajko gotowane (2 szt.) 100g sałatka z rukoli i pomidora 100g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	sok pomidorowy 330ml	-	-	-
	Obiad	Zupa brokułowa 500ml Rolada drobiowa ze szpinakiem 150g Ziemniaki 400g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml	Zupa brokułowa 500ml Rolada drobiowa ze szpinakiem 150g Ziemniaki 400g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml	Zupa brokułowa 500ml Rolada drobiowa ze szpinakiem 150g Ziemniaki 400g Pomidor z jogurtem 100g Kompot b/c 250ml	Zupa brokułowa 500ml Rolada drobiowa ze szpinakiem 150g Ziemniaki 400g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml	Zupa brokułowa 500ml Rolada drobiowa ze szpinakiem 150g Ziemniaki 400g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml	Zupa brokułowa 500ml Kurczak gotowany ze szpinakiem 150g Ziemniaki 400g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	jabłko pieczone(1 szt.) 180g	-	-	-
	Kolacja	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml wędlina wieprzowa 50g sałatka z fasolki szparagowej i pomidora 130g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml wędlina wieprzowa 50g sałatka z fasolki szparagowej i pomidora 130g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki owsiane górskie gotowane na mleku 30g/250ml wędlina wieprzowa 50g sałatka z fasolki szparagowej i pomidora 130g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml wędlina wieprzowa 50g sałatka z fasolki szparagowej i pomidora 130g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml kurczak gotowany 50g sałatka z fasolki szparagowej i pomidora 130g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml wędlina wieprzowa 50g sałatka z fasolki szparagowej i pomidora 130g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	P. noc.	sok owocowy 330ml	sok owocowy 330ml	jabłko (1 szt.) 180g	sok owocowy 330ml	sok owocowy 330ml	sok owocowy 330ml
<p>Alergeny w posiłkach: chleb pszenny zwykły – 1; bułka pszenna – 1,7; chleb żytni razowy – 1,6; bułka grahamka – 1,7; masło extra – 7; zupa ziemniaczana – 9; płatki ryżowe gotowane na mleku – 7; płatki owsiane (górskie) gotowane na mleku – 1,7; pasta z jajka – 1,3,7; jajko gotowane – 3; zupa brokułowa – 1,7,9; rolada drobiowa ze szpinakiem – 1,3,7; pomidor z jogurtem – 7.</p>							

Jadłospis tygodniowy 10.-16.06.2024 r. SP ZOZ Włodawa

Dzień	Posiłek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	Dieta łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	Dieta z ograniczeniem sodu	Dieta bezmleczna
11.06.2024r. wtorek	Śniadanie	makaron gotowany na mleku 30g/250ml kiełbasa tyrolska 50g sałata 15g rzodkiewki (4 szt.) 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	makaron gotowany na mleku 30g/250ml kiełbasa tyrolska 50g sałata 15g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml kiełbasa krakowska 50g sałata 15g rzodkiewki (4 szt.) 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	makaron gotowany na mleku 30g/250ml kiełbasa krakowska 50g sałata 15g pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	makaron gotowany na mleku 30g/250ml serek naturalny 150g sałata 15g pomidor 80g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml kiełbasa krakowska 50g sałata 15g pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	kefir naturalny 200g	-	-	-
	Obiad	Barszcz czerwony 500ml Ryż ze śmietaną i truskawkami 80/50/100g Kompot 250ml	Barszcz czerwony 500ml Ryż ze śmietaną i truskawkami 80/50/100g Kompot 250ml	Barszcz czerwony 500ml Ryż brązowy z jogurtem i truskawkami 80/50/100g Kompot b/c 250ml	Barszcz czerwony 500ml Ryż z jogurtem i truskawkami 80/50/100g Kompot 250ml	Barszcz czerwony 500ml Ryż ze śmietaną i truskawkami 80/50/100g Kompot 250ml	Barszcz czerwony 500ml Ryż z truskawkami 80/100g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	kisiel z jabłka 250ml, jogurt Skyr 150g	-	-	-
	Kolacja	kawa zbożowa z mlekiem 250ml twarożek 80g dżem 50g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml twarożek 80g dżem 50g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml twarożek 80g jajko gotowane (1 szt.) 50g rzodkiewki (4 szt.) 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml twarożek 80g dżem 50g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml twarożek 80g dżem 50g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml jajko gotowane (1 szt.) 50g dżem 50g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g
	P. noc.	truskawki 250g	truskawki 250g	truskawki 250g	truskawki 250g	truskawki 250g	truskawki 250g
	<p>Alergeny w posiłkach: chleb pszenny zwykły – 1; bułka pszenna – 1; chleb żytni razowy – 1,6; bułka grahamka – 1,7; masło extra – 7; zupa ziemniaczana – 9; makaron gotowany na mleku – 1,7; kawa zbożowa z mlekiem – 1,7; kawa zbożowa b/mleka – 1; kiełbasa tyrolska – 1,6,7; kiełbasa krakowska – 1,6; serek naturalny – 7; kefir naturalny – 7; jajko gotowane – 3; twarożek – 7; barszcz czerwony – 1,7,9; jogurt Skyr – 7; ryż ze śmietaną / jogurtem i truskawkami – 7.</p>						

Jadłospis tygodniowy 10.-16.06.2024 r. SP ZOZ Włodawa

Dzień	Posiłek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	Dieta łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	Dieta z ograniczeniem sodu	Dieta bezmleczna
12.06.2024r. środa	Śniadanie	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml kielbasa szynkowa 50g sałatka z brokuła i marchewki 130g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml kielbasa szynkowa 50g sałatka z brokuła i marchewki 130g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml kielbasa szynkowa 50g sałatka z brokuła i marchewki 130g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml kielbasa szynkowa 50g sałatka z brokuła i marchewki 130g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml kurczak gotowany 50g sałatka z brokuła i marchewki 130g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml kielbasa szynkowa 50g sałatka z brokuła i marchewki 130g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	chleb razowy 30g, mizeria z jogurtem 100g	-	-	-
	Obiad	Zupa grochowa 500ml Kotlet rybno-warzywny (z dorsza) smażony 120g Ziemniaki 400g Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot 250ml	Zupa włoska 500ml Pulpet rybno-warzywny (z dorsza) gotowany w sosie pomidorowym 120/100g Ziemniaki 400g Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot 250ml	Zupa grochowa 500ml Pulpet rybno-warzywny (z dorsza) gotowany 120g Ziemniaki 400g Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot b/c 250ml	Zupa włoska 500ml Pulpet rybno-warzywny (z dorsza) gotowany 120g Ziemniaki 400g Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot 250ml	Zupa włoska 500ml Pulpet rybno-warzywny (z dorsza) gotowany w sosie pomidorowym 120/100g Ziemniaki 400g Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot 250ml	Zupa włoska 500ml Dorsz gotowany w jarzynach 120/50g Ziemniaki 400g Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	sok warzywny 330ml	-	-	-
	Kolacja	płatki jęczmienne gotow. na mleku 30g/250ml szynka gotowana 50g bukiet warzyw gotowany 80g ogórek zielony 50g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotow. na mleku 30g/250ml szynka gotowana 50g bukiet warzyw gotowany 80g pomidor 50g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki gryczane gotowane na mleku 30g/250ml szynka gotowana 50g bukiet warzyw gotowany 80g ogórek zielony 50g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotow. na mleku 30g/250ml szynka gotowana 50g bukiet warzyw gotowany 80g pomidor 50g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotow. na mleku 30g/250ml jajko gotowane (1 szt.) 50g bukiet warzyw gotowany 80g pomidor 50g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml szynka gotowana 50g bukiet warzyw gotowany 80g pomidor 50g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	P. noc.	jabłko (1 szt.) 180g	jabłko (1 szt.) 180g	jabłko (1 szt.) 180g	jabłko (1 szt.) 180g	jabłko (1 szt.) 180g	jabłko (1 szt.) 180g
<p>Alergeny w posiłkach: chleb pszenny zwykły – 1; bułka pszenna – 1; chleb żytni razowy – 1,6; bułka grahamka – 1,7; masło extra – 7; zupa ziemniaczana – 9; płatki ryżowe gotowane na mleku – 7; płatki jęczmienne gotowane na mleku – 1,7; płatki gryczane gotowane na mleku – 7; kielbasa szynkowa – 1,6; szynka gotowana – 1,6; jajko gotowane – 3; mizeria z jogurtem - 7; zupa grochowa – 1,9; zupa włoska – 1,9; kotlet / pulpet rybno-warzywny – 1,3,4,7,9; sos pomidorowy – 1,7,9; dorsz gotowany w jarzynach – 4,9.</p>							

Jadłospis tygodniowy 10.-16.06.2024 r. SP ZOZ Włodawa

Dzień	Posiłek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	Dieta łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	Dieta z ograniczeniem sodu	Dieta bezmleczna
13.06.2024r. czwartek	Śniadanie	makaron gotowany na mleku 30g/250ml wędlina z kurczaka 50g mix sałat ze słonecznikiem, pomidorem i jogurtem 100g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	makaron gotowany na mleku 30g/250ml wędlina z kurczaka 50g mix sałat z pomidorem i jogurtem 100g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml wędlina z kurczaka 50g mix sałat ze słonecznikiem, pomidorem i jogurtem 100g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	makaron gotowany na mleku 30g/250ml wędlina z kurczaka 50g mix sałat z pomidorem i jogurtem 100g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	makaron gotowany na mleku 30g/250ml jajko gotowane (1 szt.) 50g mix sałat z pomidorem i jogurtem 100g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml wędlina z kurczaka 50g mix sałat z pomidorem i olejem 100g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	kefir naturalny 200g	-	-	-
	Obiad	Kapuśniak mazurski 500ml Kurczak pieczony 200g Ryż 80g Sałata ze śmietaną 50g Kompot 250ml	Zupa jarzynowa 500ml Kurczak gotowany 200g Ryż 80g Sałata ze śmietaną 50g Kompot 250ml	Zupa jarzynowa 500ml Kurczak pieczony 200g Ryż brązowy 80g Sałata z jogurtem 50g Kompot b/c 250ml	Zupa jarzynowa 500ml Kurczak gotowany 200g Ryż 80g Sałata z jogurtem 50g Kompot 250ml	Zupa jarzynowa 500ml Kurczak gotowany 200g Ryż 80g Sałata ze śmietaną 50g Kompot 250ml	Zupa jarzynowa 500ml Kurczak gotowany 200g Ryż 80g Sałata z olejem 50g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	jabłko (1 szt.) 180g	-	-	-
	Kolacja	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ser biały 80g miód 25g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ser biały 80g miód 25g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ser biały 80g połudwica sopocka 50g ogórek kiszony 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ser biały 80g miód 25g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ser biały 80g miód 25g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa b/mleka 250ml jajko gotowane (2 szt.) 100g miód 25g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g
	P. noc.	smoothie jabłko-pomarańcza 250ml	smoothie jabłko-pomarańcza 250ml	smoothie jabłko-pomarańcza 250ml	smoothie jabłko-pomarańcza 250ml	smoothie jabłko-pomarańcza 250ml	smoothie jabłko-pomarańcza 250ml
	<p>Alergeny w posiłkach: chleb pszenny zwykły – 1; bułka pszenna – 1; chleb żytni razowy – 1,6; bułka grahamka – 1,7; masło extra – 7; zupa ziemniaczana – 9; makaron gotowany na mleku – 1,7; kawa zbożowa z mlekiem – 1,7; kawa zbożowa b/mleka – 1; ser biały – 7; jajko gotowane – 3; kefir – 7; połudwica sopocka – 1,6,7; kapuśniak mazurski – 1,9; zupa jarzynowa – 1,7,9; sałata ze śmietaną / z jogurtem – 7.</p>						

Jadłospis tygodniowy 10.-16.06.2024 r. SP ZOZ Włodawa

Dzień	Posiłek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	Dieta łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	Dieta z ograniczeniem sodu	Dieta bezmleczna
14.06.2024r. piątek	Śniadanie	płatki jęczmienne gotowane na mleku 30g/250ml sałatka z jajka, brokuła i pomidora 180g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotowane na mleku 30g/250ml sałatka z jajka, brokuła i pomidora 180g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml sałatka z jajka, brokuła i pomidora 180g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotowane na mleku 30g/250ml sałatka z białka jaja, brokuła i pomidora 180g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotowane na mleku 30g/250ml sałatka z jajka, brokuła i pomidora 180g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml sałatka z jajka, brokuła i pomidora 180g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	chleb razowy 30g, masło 10g, jajko gotowane (1 szt.) 50g, pomidor 50g	-	-	-
	Obiad	Zupa dyniowa 500ml Gulasz z ciecierzycy z warzywami 80g Kasza gryczana 80g Surówka z czerwonej kapusty 150g Kompot 250ml	Zupa dyniowa 500ml Pierogi leniwe z masłem 400g Surówka z marchewki i selera z jogurtem 150g Kompot 250ml	Zupa dyniowa 500ml Gulasz z ciecierzycy z warzywami 80g Kasza gryczana 80g Surówka z czerwonej kapusty 150g Kompot b/c 250ml	Zupa dyniowa 500ml Pierogi leniwe z jogurtem 400g Surówka z marchewki i selera z jogurtem 150g Kompot 250ml	Zupa dyniowa 500ml Pierogi leniwe z masłem 400g Surówka z marchewki i selera z jogurtem 150g Kompot 250ml	Zupa dyniowa 500ml Kopytka 400g Surówka z marchewki i selera z olejem 150g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	sok pomidorowy 330ml	-	-	-
	Kolacja	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml sałatka śledziowa 150g bukiet warzyw gotowany 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml pasta z dorsza 120g bukiet warzyw gotowany 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki owsiane górskie gotowane na mleku 30g/250ml sałatka śledziowa 150g bukiet warzyw gotowany 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml pasta z dorsza 120g bukiet warzyw gotowany 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml pasta z dorsza 120g bukiet warzyw gotowany 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml dorsz gotowany w jarzynach 120/50g bukiet warzyw gotowany 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
P. noc.	sałatka owocowa (jabłko-pomarańcza-borówka) 150g, wafle ryżowe (2 szt.)	sałatka owocowa (jabłko-pomarańcza-borówka) 150g, wafle ryżowe (2 szt.)	sałatka owocowa (jabłko-pomarańcza-borówka) 150g	sałatka owocowa (jabłko-pomarańcza-borówka) 150g, wafle ryżowe (2 szt.)	sałatka owocowa (jabłko-pomarańcza-borówka) 150g, wafle ryżowe (2 szt.)	sałatka owocowa (jabłko-pomarańcza-borówka) 150g, wafle ryżowe (2 szt.)	

Alergeny w posiłkach: chleb pszenny zwykły – 1; bułka pszenna – 1; chleb żytni razowy – 1,6; bułka grahamka – 1,7; masło extra – 7; zupa ziemniaczana – 9; płatki owsiane (górskie) gotowane na mleku – 1,7; płatki jęczmienne gotowane na mleku – 1,7; sałatka z jajka, brokuła i pomidora – 3; jajko gotowane – 3; sałatka śledziowa – 4,7; pasta z dorsza – 1,4,7,9; dorsz gotowany w jarzynach – 4,7; zupa dyniowa – 7,9; pierogi leniwe – 1,3,7; kopytka – 1,3; gulasz z ciecierzycy z warzywami – 1,7,9; surówka z marchewki i selera z jogurtem – 7,9; surówka z marchewki i selera z olejem – 9.

Jadłospis tygodniowy 10.-16.06.2024 r. SP ZOZ Włodawa

Dzień	Posiłek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	Dieta łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	Dieta z ograniczeniem sodu	Dieta bezmleczna
15.06.2024r. sobota	Śniadanie	kasza manna gotowana na mleku 40g/250ml pasztet drobiowy 50g chrzan 30g papryka 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	kasza manna gotowana na mleku 40g/250ml pasztet drobiowy 50g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml kielbasa szynkowa 50g papryka 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	kasza manna gotowana na mleku 40g/250ml kielbasa szynkowa 50g pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	kasza manna gotowana na mleku 40g/250ml kurczak gotowany 50g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml kielbasa szynkowa 50g pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	kefir naturalny 200g	-	-	-
	Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem 500ml Potrawka z kurczaka z warzywami 150g Kasza jęczmienna 80g Surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem 150g Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 500ml Potrawka z kurczaka z warzywami 150g Kasza jęczmienna 80g Marchewka duszona 150g Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem pełn. 500ml Potrawka z kurczaka z warzywami 150g Kasza jęczmienna 80g Surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem 150g Kompot b/c 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 500ml Potrawka z kurczaka z warzywami 150g Kasza jęczmienna 80g Marchewka duszona b/masła 150g Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 500ml Potrawka z kurczaka z warzywami 150g Kasza jęczmienna 80g Marchewka duszona 150g Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 500ml Potrawka z kurczaka z warzywami 150g Kasza jęczmienna 80g Marchewka duszona b/masła 150g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	jabłko (1 szt.) 180g	-	-	-
	Kolacja	kakao na mleku 250ml ser żółty 25g jajko gotowane (1 szt.) 50g kalafior gotowany 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g	kakao na mleku 250ml ser Mozzarella 25g pasta z jajka 75g kalafior gotowany 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kakao na mleku 250ml ser Mozzarella 25g pasta z jajka 75g kalafior gotowany 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	kakao na mleku 250ml ser biały 80g pasta z białka jaja 75g kalafior gotowany 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kakao na mleku 250ml ser Mozzarella 25g pasta z jajka 75g kalafior gotowany 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	zupa ziemniaczana 250ml jajko gotowane (2 szt.) 100g kalafior gotowany 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g
	P. noc.	herbatniki (5 szt.) 20g	herbatniki (5 szt.) 20g	sok pomidorowy 330ml	herbatniki (5 szt.) 20g	herbatniki (5 szt.) 20g	herbatniki (5 szt.) 20g
<p>Alergeny w posiłkach: chleb pszenny zwykły – 1; bułka pszenna – 1; chleb żytni razowy – 1,6; bułka grahamka – 1,7; masło extra – 7; zupa ziemniaczana – 9; kasza manna gotowana na mleku – 1,7; kakao na mleku – 7; pasztet drobiowy – 1,3,6,7,9; kielbasa szynkowa – 1,6; jajko gotowane – 3; kefir – 7; herbatniki – 1,6,12; ser żółty – 7; ser Mozzarella – 7; ser biały – 7; chrzan – 12; pasta z jajka – 1,3,7; zupa pomidorowa z makaronem (pełn.) – 1,7,9; potrawka z kurczaka z warzywami – 1,7,9; kasza jęczmienna – 1; marchewka duszona – 1,7; surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem – 7.</p>							

Jadłospis tygodniowy 10.-16.06.2024 r. SP ZOZ Włodawa

Dzień	Posiłek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	Dieta łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	Dieta z ograniczeniem sodu	Dieta bezmleczna
16.06.2024r. niedziela	Śniadanie	kasza jaglana gotowana na mleku 30g/250ml pasta z makreli 50g mix sałat 20g pomidor 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	kasza jaglana gotowana na mleku 30g/250ml dorsz w galarecie 120g cytryna 10g mix sałat 20g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml pasta z makreli 50g mix sałat 20g pomidor 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	kasza jaglana gotowana na mleku 30g/250ml dorsz w galarecie 120g cytryna 10g mix sałat 20g pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	kasza jaglana gotowana na mleku 30g/250ml dorsz w galarecie 120g cytryna 10g mix sałat 20g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml dorsz w galarecie 120g cytryna 10g mix sałat 20g pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	kefir naturalny 200g	-	-	-
	Obiad	Krupnik jęczmienny 500ml Sztuka wieprzowa pieczona 140g Ziemniaki 400g Buraczki duszone 150g Kompot 250ml	Krupnik jęczmienny 500ml Sztuka wieprzowa gotowana w sosie musztardowym 140/100g Ziemniaki 400g Buraczki duszone 150g Kompot 250ml	Krupnik jęczmienny 500ml Sztuka wieprzowa pieczona 140g Ziemniaki 400g Bukiet warzyw gotowany 100g Kompot b/c 250ml	Krupnik jęczmienny 500ml Sztuka wieprzowa gotowana 140g Ziemniaki 400g Buraczki duszone b/masła 150g Kompot 250ml	Krupnik jęczmienny 500ml Sztuka wieprzowa gotowana w sosie musztardowym 140/100g Ziemniaki 400g Buraczki duszone 150g Kompot 250ml	Krupnik jęczmienny 500ml Sztuka wieprzowa gotowana 140g Ziemniaki 400g Buraczki duszone b/masła 150g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	chleb razowy 30g, masło 10g, szynka gotowana 20g, pomidor 50g	-	-	-
	Kolacja	serek naturalny 150g dżem 50g szynka gotowana 50g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	serek naturalny 150g dżem 50g szynka gotowana 50g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	serek naturalny 150g jajko gotowane (1 szt.) 50g szynka gotowana 50g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	jogurt Skyr 150g dżem 50g szynka gotowana 50g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	serek naturalny 150g dżem 50g szynka gotowana 50g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	jajko gotowane (2 szt.) 100g dżem 50g szynka gotowana 50g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	P. noc.	sok warzywny 330ml	sok warzywny 330ml	sok warzywny 330ml	sok warzywny 330ml	sok warzywny 330ml	sok warzywny 330ml
Alergeny w posiłkach: chleb pszenny zwykły – 1; bułka pszenna – 1; chleb żytni razowy – 1,6; bułka grahamka – 1,7; masło extra – 7; zupa ziemniaczana – 9; kasza jaglana gotowana na mleku – 7; pasta z makreli – 4; dorsz w galarecie – 4,7; szynka gotowana – 1,6; jogurt Skyr – 7; serek naturalny – 7; kefir – 7; krupnik jęczmienny – 1,9; sos musztardowy – 1,7,10; buraczki duszone – 1,7.							