

Jadłospis tygodniowy 18.-24.12.2023 r. SP ZOZ Włodawa

Dzień	Posiłek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	Dieta z ograniczeniem tłuszczu	Dieta z ograniczeniem sodu	Dieta bezmleczna
18.12.2023r. poniedziałek	Śniadanie	płatki ryżowe gotowane na mleku (40g/250ml) schab pieczony 50g sałata 15g ogórek zielony 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g chleb pszenny zwykły 50g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku (40g/250ml) schab pieczony 50g sałata 15g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml schab pieczony 50g sałata 15g ogórek zielony 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku (40g/250ml) schab pieczony 50g sałata 15g pomidor 80g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku (40g/250ml) kurczak gotowany 50g sałata 15g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml schab pieczony 50g sałata 15g pomidor 80g margaryna b/ml. 20g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	chleb razowy 30g masło extra 10g schab pieczony 20g ogórek zielony 50g	-	-	-
	Obiad	Zupa solferino 500ml Kotlet z soczewicy pieczony 100g Ziemniaki gotowane 400g Brokuł gotowany 100g Kompot 250ml	Zupa solferino 500ml Makaron z serem białym 80/80g Brokuł gotowany 100g Kompot 250ml	Zupa solferino 500ml Kotlet z soczewicy pieczony 100g Ziemniaki gotowane 400g Brokuł gotowany 100g Kompot b/c 250ml	Zupa solferino 500ml Makaron z serem białym 80/80g Brokuł gotowany 100g Kompot 250ml	Zupa solferino 500ml Makaron z serem białym 80/80g Brokuł gotowany 100g Kompot 250ml	Zupa solferino 500ml Kurczak gotowany 150g Makaron 80g Brokuł gotowany 100g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	sok pomidorowy 330ml	-	-	-
	Kolacja	płatki jęczmienne gotowane na mleku (30g/250ml) twarożek 80g jajko gotowane 50g brokuł gotowany 80g pomidor 50g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g chleb pszenny zwykły 50g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotowane na mleku (30g/250ml) pasta rybna 120g jajko gotowane 50g brokuł gotowany 80g pomidor 50g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki owsiane górskie gotowane na mleku (30g/250ml) twarożek 80g jajko gotowane 50g brokuł gotowany 80g pomidor 50g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotowane na mleku (30g/250ml) pasta rybna 120g białko jaja gotowane 50g brokuł gotowany 80g pomidor 50g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotowane na mleku (30g/250ml) pasta rybna 120g jajko gotowane 50g brokuł gotowany 80g pomidor 50g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml ryba gotowana w jarzynach 120/50g jajko gotowane 50g brokuł gotowany 80g pomidor 50g margaryna b/ml. 20g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
P. noc.	jabłko 180g	jabłko 180g	jabłko 180g	jabłko 180g	jabłko 180g	jabłko 180g	jabłko 180g

Alergeny w posiłkach: chleb pszenny zwykły – 1; bułka pszenna – 1; chleb żytni razowy – 1; masło extra – 7; zupa ziemniaczana – 9; płatki ryżowe gotowane na mleku – 7; płatki jęczmienne gotowane na mleku – 1,7; płatki owsiane górskie gotowane na mleku – 1,7; twarożek – 7; jajko gotowane – 3; pasta rybna – 1,4,7,9; ryba gotowana w jarzynach – 4,9; zupa solferino – 1,7,9; kotlet pieczony z soczewicy – 1,3,7; makaron z serem białym – 1,7.

Jadłospis tygodniowy 18.-24.12.2023 r. SP ZOZ Włodawa

Dzień	Posiłek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	Dieta z ograniczeniem tłuszczu	Dieta z ograniczeniem sodu	Dieta bezmleczna	
19.12.2023r. wtorek	Śniadanie	makaron gotowany na mleku (30g/250ml) wędlina z kurczaka 50g sałata 15g papryka 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g chleb pszenny zwykły 50g herbata b/c 250ml	makaron gotowany na mleku (30g/250ml) wędlina z kurczaka 50g sałata 15g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml wędlina z kurczaka 50g sałata 15g papryka 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	makaron gotowany na mleku (30g/250ml) wędlina z kurczaka 50g sałata 15g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	makaron gotowany na mleku (30g/250ml) serek naturalny 150g sałata 15g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml wędlina z kurczaka 50g sałata 15g margaryna b/ml. 20g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml	
	II śniad.	-	-	kefir naturalny 200g	-	-	-	
	Obiad	Zupa jarzynowa 500ml Kotlet rybno-warzywny smażony 120g Ryż 80g Surówka z kiszonej kapusty 150g Kompot 250ml	Zupa jarzynowa 500ml Pulpet rybno-warzywny gotowany w sosie pomidorowym 120/100g Ryż 80g Buraczki duszone 150g Kompot 250ml	Zupa jarzynowa 500ml Pulpet rybno-warzywny gotowany 120g Ryż brązowy 80g Surówka z kiszonej kapusty 150g Kompot b/c 250ml	Zupa jarzynowa 500ml Pulpet rybno-warzywny gotowany 120g Ryż 80g Buraczki duszone b/masła 150g Kompot 250ml	Zupa jarzynowa 500ml Pulpet rybno-warzywny gotowany w sosie pomidorowym 120/100g Ryż 80g Buraczki duszone 150g Kompot 250ml	Zupa jarzynowa 500ml Ryba gotowana w jarzynach 120/50g Ryż 80g Buraczki duszone b/masła 150g Kompot 250ml	
	Podw.	-	-	jabłko pieczone 180g	-	-	-	
	Kolacja	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ser żółty 50g kiełbasa tyrolska 50g pomidor 80g rzodkiewki 40g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g chleb pszenny zwykły 50g herbata b/c 250ml	kawa zbożowa z mlekiem 250ml jajko gotowane 50g kiełbasa tyrolska 50g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	kawa zbożowa z mlekiem 250ml jajko gotowane 50g szynka gotowana 50g pomidor 80g rzodkiewki 40g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	kawa zbożowa z mlekiem 250ml białko jaja gotowane 50g szynka gotowana 50g pomidor 80g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	kawa zbożowa z mlekiem 250ml jajko gotowane 100g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	kawa zbożowa b/mleka 250ml jajko gotowane 50g szynka gotowana 50g pomidor 80g margaryna b/ml. 20g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml	
	P. noc.	banan 120g	banan 120g	pomarańcza 240g	banan 120g	banan 120g	banan 120g	
	<p>Alergeny w posiłkach: chleb pszenny zwykły – 1; bułka pszenna – 1; chleb żytni razowy – 1; masło extra – 7; zupa ziemniaczana – 9; makaron gotowany na mleku – 1,7; kawa zbożowa z mlekiem – 1,7; kawa zbożowa b/mleka – 1; serek naturalny – 7; kefir naturalny – 7; ser żółty – 7; kiełbasa tyrolska – 1,6,7; jajko gotowane – 3; szynka gotowana – 1,6; zupa jarzynowa – 1,7,9; kotlet rybno-warzywny smażony – 1,3,4,7,9; pulpet rybno-warzywny gotowany – 1,3,4,7,9; ryba gotowana w jarzynach – 4,9; sos pomidorowy – 1,7,9; buraczki duszone – 1,7.</p>							

Jadłospis tygodniowy 18.-24.12.2023 r. SP ZOZ Włodawa

Dzień	Posiłek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	Dieta z ograniczeniem tłuszczu	Dieta z ograniczeniem sodu	Dieta bezmleczna
20.12.2023r. środa	Śniadanie	kasza manna gotowana na mleku (40g/250ml) twarożek z koperkiem 80g sałata 15g rzodkiewki 80g dżem 50g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g chleb pszenny zwykły 50g herbata b/c 250ml	kasza manna gotowana na mleku (40g/250ml) twarożek z koperkiem 80g sałata 15g dżem 50g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml serek naturalny 150g sałata 15g rzodkiewki 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	kasza manna gotowana na mleku (40g/250ml) twarożek z koperkiem 80g sałata 15g dżem 50g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	kasza manna gotowana na mleku (40g/250ml) twarożek z koperkiem 80g sałata 15g dżem 50g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml kurczak gotowany 50g szynka gotowana 50g sałata 15g margaryna b/ml. 20g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	pomarańcza 240g	-	-	-
	Obiad	Zupa grochowa 500ml Gulasz wieprzowy z jarzynami 120/50g Kasza gryczana 80g Surówka z marchewki i jabłka z natką pietruszki 150g Kompot 250ml	Zupa włoska 500ml Gulasz wieprzowy z jarzynami 120/50g Ziemniaki 400g Surówka z marchewki i jabłka z natką pietruszki 150g Kompot 250ml	Zupa grochowa 500ml Gulasz wieprzowy z jarzynami 120/50g Kasza gryczana 80g Surówka z marchewki i jabłka z natką pietruszki 150g Kompot b/c 250ml	Zupa włoska 500ml Gulasz wieprzowy z jarzynami 120/50g Ziemniaki 400g Surówka z marchewki i jabłka z natką pietruszki 150g Kompot 250ml	Zupa włoska 500ml Gulasz wieprzowy z jarzynami 120/50g Ziemniaki 400g Surówka z marchewki i jabłka z natką pietruszki 150g Kompot 250ml	Zupa włoska 500ml Gulasz wieprzowy z jarzynami 120/50g Ziemniaki 400g Surówka z marchewki i jabłka z natką pietruszki 150g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	kisiel z jabłka 200ml	-	-	-
	Kolacja	płatki owsiane gotowane na mleku (30g/250ml) połudwica sopocka 50g sałata 15g pomidor 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g chleb pszenny zwykły 50g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku (30g/250ml) połudwica sopocka 50g sałata 15g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki owsiane górskie gotowane na mleku (30g/250ml) połudwica sopocka 50g sałata 15g pomidor 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku (30g/250ml) połudwica sopocka 50g sałata 15g pomidor 80g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku (30g/250ml) serek naturalny 150g sałata 15g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml jajko gotowane 100g sałata 15g pomidor 80g margaryna b/ml. 20g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	P. noc.	sok pomidorowy 330ml	sok pomidorowy 330ml	sok pomidorowy 330ml	sok pomidorowy 330ml	jabłko 180g	sok pomidorowy 330ml
<p>Alergeny w posiłkach: chleb pszenny zwykły – 1; bułka pszenna – 1; chleb żytni razowy – 1; masło extra – 7; zupa ziemniaczana – 9; kasza manna gotowana na mleku – 1,7; płatki owsiane gotowane na mleku – 1,7; płatki owsiane górskie gotowane na mleku – 1,7; twarożek z koperkiem – 7; serek naturalny – 7; szynka gotowana – 1,6; połędwica sopocka – 1,6,7; jajko gotowane – 3; zupa grochowa – 1,9; zupa włoska – 1,9; gulasz wieprzowy z jarzynami – 1,7,9.</p>							

Jadłospis tygodniowy 18.-24.12.2023 r. SP ZOZ Włodawa

Dzień	Posiłek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	Dieta z ograniczeniem tłuszczu	Dieta z ograniczeniem sodu	Dieta bezmleczna
21.12.2023r. czwartek	Śniadanie	makaron gotowany na mleku (30g/250ml) pasztet drobiowy 50g chrzan 30g ogórek zielony 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g chleb pszenny zwykły 50g herbata b/c 250ml	makaron gotowany na mleku (30g/250ml) pasztet drobiowy 50g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml kiełbasa krakowska 50g ogórek zielony 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	makaron gotowany na mleku (30g/250ml) kiełbasa krakowska 50g pomidor 80g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	makaron gotowany na mleku (30g/250ml) kurczak gotowany 100g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml kiełbasa krakowska 50g pomidor 80g margaryna b/ml. 20g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	chleb razowy 30g, masło extra 10g, jajko gotowane 50g, pomidor 50g	-	-	-
	Obiad	Zupa szpinakowa z ryżem 500ml Kurczak pieczony 200g Ziemniaki 400g Surówka z kapusty pekińskiej z majonezem 150g Kompot 250ml	Zupa szpinakowa z ryżem 500ml Kurczak gotowany 200g Ziemniaki 400g Marchewka duszona 150g Kompot 250ml	Zupa szpinakowa z ryżem 500ml Kurczak pieczony 200g Ziemniaki 400g Surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem 150g Kompot b/c 250ml	Zupa szpinakowa z ryżem 500ml Kurczak gotowany 200g Ziemniaki 400g Marchewka duszona b/masła 150g Kompot 250ml	Zupa szpinakowa z ryżem 500ml Kurczak gotowany 200g Ziemniaki 400g Marchewka duszona 150g Kompot 250ml	Zupa szpinakowa z ryżem 500ml Kurczak gotowany 200g Ziemniaki 400g Marchewka duszona b/masła 150g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	pomarańcza 240g	-	-	-
	Kolacja	kawa zbożowa z ml 250ml szynka gotowana 50g jajko gotowane 50g fasolka szparagowa gotowana 80g pomidor 50g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g chleb pszenny zwykły 50g herbata b/c 250ml	kawa zbożowa z ml. 250ml szynka gotowana 50g jajko gotowane 50g fasolka szparagowa gotowana 80g pomidor 50g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	kawa zbożowa z mlekiem 250ml szynka gotowana 50g jajko gotowane 50g fasolka szparagowa gotowana 80g pomidor 50g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	kawa zbożowa z ml. 250ml szynka gotowana 50g białko jaja gotowane 50g fasolka szparagowa gotowana 80g pomidor 50g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	kawa zbożowa z mlekiem 250ml jajko gotowane 100g fasolka szparagowa gotowana 80g pomidor 50g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	kawa zbożowa b/mleka 250ml szynka gotowana 50g jajko gotowane 50g fasolka szparagowa gotowana 80g pomidor 50g margaryna b/ml. 20g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
P. noc.	jabłko 180g	jabłko 180g	jabłko 180g	jabłko 180g	jabłko 180g	jabłko 180g	jabłko 180g

Alergeny w posiłkach: chleb pszenny zwykły – 1; bułka pszenna – 1; chleb żytni razowy – 1; masło extra – 7; zupa ziemniaczana – 9; makaron gotowany na mleku – 1,7; kawa zbożowa z mlekiem – 1,7; kawa zbożowa b/mleka – 1; kiełbasa krakowska – 1,6; pasztet drobiowy – 1,3,6,7,9; chrzan – 12; jajko gotowane – 3; szynka gotowana – 1,6; zupa szpinakowa z ryżem – 1,7,9; surówka z kapusty pekińskiej z majonezem – 3,10; surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem – 7; marchewka duszona – 1,7.

Jadłospis tygodniowy 18.-24.12.2023 r. SP ZOZ Włodawa

Dzień	Posiłek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	Dieta z ograniczeniem tłuszczu	Dieta z ograniczeniem sodu	Dieta bezmleczna
22.12.2023r. piątek	Śniadanie	płatki ryżowe gotowane na mleku (40g/250ml) pasta z jajka ze szczypiorkiem 75g rzodkiewki 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g chleb pszenny zwykły 50g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku (40g/250ml) pasta z jajka 75g sałata 15g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml pasta z jajka ze szczypiorkiem 75g rzodkiewki 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku (40g/250ml) pasta z białka jajka 75g sałata 15g pomidor 80g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku (40g/250ml) pasta z jajka 75g sałata 15g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml jajko gotowane 100g sałata 15g pomidor 80g margaryna b/ml. 20g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	sok pomidorowy 330ml	-	-	-
	Obiad	Barszcz ukraiński 500ml Pierogi leniwe z masłem 400g Surówka z marchewki i selera z jogurtem nat. 150g Kompot 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 500ml Pierogi leniwe z masłem 400g Surówka z marchewki i selera z jogurtem nat. 150g Kompot 250ml	Barszcz ukraiński 500ml Ryba pieczona w folii 120g Ziemniaki 400g Surówka z marchewki i selera z jogurtem nat. 150g Kompot b/c 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 500ml Pierogi leniwe z jogurtem nat. 400g Surówka z marchewki i selera z jogurtem nat. 150g Kompot 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 500ml Pierogi leniwe z masłem 400g Surówka z marchewki i selera z jogurtem nat. 150g Kompot 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 500ml Kluski śląskie 400g Surówka z marchewki i selera z olejem 150g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	jabłko 180g	-	-	-
	Kolacja	kasza jaglana gotowana na mleku (30g/250ml) ser żółty 50g fasolka szparagowa gotowana 80g pomidor 50g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g chleb pszenny zwykły 50g herbata b/c 250ml	kasza jaglana gotowana na mleku (30g/250ml) pasta rybna 120g fasolka szparagowa gotowana 80g pomidor 50g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	kasza jaglana gotowana na mleku (30g/250ml) pasta rybna 120g fasolka szparagowa gotowana 80g pomidor 50g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	kasza jaglana gotowana na mleku (30g/250ml) pasta rybna 120g fasolka szparagowa gotowana 80g pomidor 50g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	kasza jaglana gotowana na mleku (30g/250ml) pasta rybna 120g fasolka szparagowa gotowana 80g pomidor 50g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml ryba gotowana w jarzynach 120/50g fasolka szparagowa gotowana 80g pomidor 50g margaryna b/ml. 20g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	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; masło extra – 7; zupa ziemniaczana – 9; płatki ryżowe gotowane na mleku – 7; kasza jaglana gotowana na mleku – 7; pasta z jajka – 1,3,7; jajko gotowane – 3; ser żółty – 7; pasta rybna – 1,4,7,9; ryba gotowana w jarzynach – 4,9; barszcz ukraiński / czerwony z ziemniakami – 1,7,9; pierogi leniwe – 1,3,7; surówka z marchewki i selera z jogurtem – 7,9; kluski śląskie – 3.</p>							

Jadłospis tygodniowy 18.-24.12.2023 r. SP ZOZ Włodawa

Dzień	Posiłek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	Dieta z ograniczeniem tłuszczu	Dieta z ograniczeniem sodu	Dieta bezmleczna
23.12.2023r. sobota	Śniadanie	płatki jęczmienne gotowane na mleku (30g/250ml) kielbasa szynkowa 50g sałata 15g pomidor 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotowane na mleku (30g/250ml) kielbasa szynkowa 50g sałata 15g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml kielbasa szynkowa 50g sałata 15g pomidor 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotowane na mleku (30g/250ml) kielbasa szynkowa 50g sałata 15g pomidor 80g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotowane na mleku (30g/250ml) kurczak gotowany 100g sałata 15g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml jajko gotowane 100g sałata 15g pomidor 80g margaryna b/ml. 20g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	kefir naturalny 200g	-	-	-
	Obiad	Zupa brokułowa 500ml Spaghetti z mięsem mielonym wieprzowym i sosem pomidorowym 80/100/60g Warzywa gotowane 150g Kompot 250ml	Zupa brokułowa 500ml Spaghetti z mięsem mielonym wieprzowym i sosem pomidorowym 80/100/60g Warzywa gotowane 150g Kompot 250ml	Zupa brokułowa 500ml Spaghetti pełnoziarniste z mięsem mielonym wieprzowym i sosem pomidorowym 80/100/60g Warzywa gotowane 150g Kompot b/c 250ml	Zupa brokułowa 500ml Spaghetti z mięsem mielonym wieprzowym i sosem pomidorowym 80/100/60g Warzywa gotowane 150g Kompot 250ml	Zupa brokułowa 500ml Spaghetti z mięsem mielonym wieprzowym i sosem pomidorowym 80/100/60g Warzywa gotowane 150g Kompot 250ml	Zupa brokułowa 500ml Spaghetti z mięsem mielonym wieprzowym i sosem pomidorowym 80/100/60g Warzywa gotowane 150g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	chleb razowy 30g, masło extra 10g, twaróg 80g, pomidor 50g	-	-	-
	Kolacja	kawa zbożowa z ml. 250ml wędlina z kurczaka 50g sałatka z kalafiora i pomidora 130g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	kawa zbożowa z ml. 250ml wędlina z kurczaka 50g sałatka z kalafiora i pomidora 130g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	kawa zbożowa z ml. 250ml wędlina z kurczaka 50g sałatka z kalafiora i pomidora 130g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	kawa zbożowa z ml. 250ml wędlina z kurczaka 50g sałatka z kalafiora i pomidora 130g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	kawa zbożowa z ml. 250ml serek naturalny 150g sałatka z kalafiora i pomidora 130g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	kawa zbożowa b/ml. 250ml wędlina z kurczaka 50g sałatka z kalafiora i pomidora 130g margaryna b/ml. 20g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	P. noc.	sok pomidorowy 330ml	sok pomidorowy 330ml	sok pomidorowy 330ml	sok pomidorowy 330ml	jabłko 180g	sok pomidorowy 330ml
<p>Alergeny w posiłkach: chleb pszenny zwykły – 1; bułka pszenna – 1; chleb żytni razowy – 1; bułka grahamka – 1,7; masło extra – 7; zupa ziemniaczana – 9; płatki jęczmienne gotowane na mleku – 1,7; kawa zbożowa z mlekiem – 1,7; kawa zbożowa b/mleka – 1; kefir – 7; twaróg – 7; kielbasa szynkowa – 1,6; serek naturalny – 7; zupa brokułowa – 1,7,9; spaghetti (pełnoziarniste) z mięsem mielonym wieprzowym i sosem pomidorowym – 1.</p>							

Jadłospis tygodniowy 18.-24.12.2023 r. SP ZOZ Włodawa

Dzień	Posiłek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	Dieta z ograniczeniem tłuszczu	Dieta z ograniczeniem sodu	Dieta bezmleczna
24.12.2023r. niedziela	Śniadanie	płatki owsiane gotowane na mleku (30g/250ml) ser biały 50g sałata 15g papryka 80g dżem 50g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku (30g/250ml) ser biały 50g sałata 15g pomidor 80g dżem 50g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml ser biały 50g sałata 15g papryka 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku (30g/250ml) ser biały 50g sałata 15g pomidor 80g dżem 50g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku (30g/250ml) ser biały 50g sałata 15g pomidor 80g dżem 50g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml jajko gotowane 50g sałata 15g pomidor 80g dżem 50g margaryna b/ml. 20g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	kefir naturalny 200g	-	-	-
	Obiad	Krupnik jaglany 500ml Kotlet pożarski 150g Ziemniaki 400g Marchewka duszona z groszkiem 150g Warzywa gotowane 150g Kompot 250ml	Krupnik jaglany 500ml Pulpet drobiowy w sosie koperkowym 150/100g Ziemniaki 400g Marchewka duszona 150g Kompot 250ml	Krupnik jaglany 500ml Pulpet drobiowy 150g Ziemniaki 400g Sałatka z ogórka kiszzonego 100g Kompot b/c 250ml	Krupnik jaglany 500ml Pulpet drobiowy 150g Ziemniaki 400g Marchewka duszona b/masła 150g Kompot 250ml	Krupnik jaglany 500ml Pulpet drobiowy w sosie koperkowym 150/100g Ziemniaki 400g Marchewka duszona 150g Kompot 250ml	Krupnik jaglany 500ml Kurczak gotowany 150g Ziemniaki 400g Marchewka duszona b/masła 150g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	sok pomidorowy 330ml	-	-	-
	Kolacja	Barszcz czerwony 250ml kisiel z jabłka 250ml śledź ze śmietaną 100g makaron z kapustą kiszoną i pieczarkami 80/100/50g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	Barszcz czerwony 250ml kisiel z jabłka 250ml ryba w galarecie 120g sałatka jarzynowa z jogurtem 150g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	Barszcz czerwony 250ml kisiel z jabłka 250ml ryba w galarecie 120g sałatka jarzynowa z jogurtem 150g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	Barszcz czerwony 250ml kisiel z jabłka 250ml ryba w galarecie 120g sałatka jarzynowa z jogurtem 150g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	Barszcz czerwony 250ml kisiel z jabłka 250ml ryba w galarecie 120g sałatka jarzynowa z jogurtem 150g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	Barszcz czerwony 250ml kisiel z jabłka 250ml ryba w galarecie 120g sałatka jarzynowa z olejem 150g margaryna b/ml. 20g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	P. noc.	pomarańcza 240g	pomarańcza 240g	pomarańcza 240g	pomarańcza 240g	pomarańcza 240g	pomarańcza 240g
<p>Alergeny w posiłkach: chleb pszenny zwykły – 1; bułka pszenna – 1; chleb żytni razowy – 1; masło extra – 7; zupa ziemniaczana – 9; płatki owsiane gotowane na mleku – 1,7; barszcz czerwony – 9; ser biały – 7; kefir – 7; śledź ze śmietaną – 4,7; makaron z kapustą kiszoną i pieczarkami – 1; ryba w galarecie – 4,9; sałatka jarzynowa z jogurtem – 7,9; krupnik jaglany – 9; kotlet pożarski / pulpet drobiowy – 1,3,7; sos koperkowy – 1,7,9; marchewka duszona (z groszkiem) – 1,7.</p>							