



Jadłospis tygodniowy 25.-31.12.2023 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
25.12.2023r. poniedziałek	Śniadanie	płatki ryżowe gotowane na mleku (40g/250ml) schab pieczony 50g jajko gotowane 50g papryka 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml 	płatki ryżowe gotowane na mleku (40g/250ml) schab pieczony 50g jajko gotowane 50g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml schab pieczony 50g jajko gotowane 50g papryka 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku (40g/250ml) schab pieczony 50g białko jaja gotowane 50g pomidor 80g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku (40g/250ml) schab gotowany 50g jajko gotowane 50g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml schab pieczony 50g jajko gotowane 50g pomidor 80g margaryna b/ml. 20g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	kefir naturalny 200g	-	-	-
	Obiad	Zupa fasolowa 500ml Udko pieczone 200g Ziemniaki gotowane 400g Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot 250ml	Rosół z makaronem 500ml Udko gotowane 200g Ziemniaki gotowane 400g Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot 250ml	Rosół z makaronem pełn. 500ml Udko pieczone 200g Ziemniaki gotowane 400g Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot b/c 250ml	Rosół z makaronem 500ml Udko gotowane 200g Ziemniaki gotowane 400g Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot 250ml	Rosół z makaronem 500ml Udko gotowane 200g Ziemniaki gotowane 400g Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot 250ml	Rosół z makaronem 500ml Udko gotowane 200g Ziemniaki gotowane 400g Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	kisiel z jabłka 250ml	-	-	-
	Kolacja	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ser żółty 25g wędlina z kurczaka 50g jarzyny gotowane 80g pomidor 50g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml twarożek 80g wędlina z kurczaka 50g jarzyny gotowane 80g pomidor 50g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml twarożek 80g wędlina z kurczaka 50g jarzyny gotowane 80g pomidor 50g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml twarożek 80g wędlina z kurczaka 50g jarzyny gotowane 80g pomidor 50g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml twarożek 80g kurczak gotowany 50g jarzyny gotowane 80g pomidor 50g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa b/mleka 250ml jajko gotowane 50g wędlina z kurczaka 50g jarzyny gotowane 80g pomidor 50g margaryna b/ml. 20g chleb pszenny zwykły 100g
	P. noc.	rolada makowa 50g	ciasto drożdżowe 50g	jabłko 180g	ciasto drożdżowe 50g	ciasto drożdżowe 50g	ciasto drożdżowe 50g

Alergeny w posiłkach: chleb pszenny zwykły – 1; bułka pszenna – 1,7; chleb żytni razowy – 1; bułka grahamka – 1,7; masło extra – 7; zupa ziemniaczana – 9; płatki ryżowe gotowane na mleku – 7; kawa zbożowa z mlekiem – 1,7; kawa zbożowa b/mleka – 1; jajko gotowane – 3; ser żółty – 7; twarożek – 7; kefir naturalny – 7; rolada makowa – 1,3,7; ciasto drożdżowe – 1,3,7; zupa fasolowa – 1,9; rosół z makaronem (pełn.) – 1,9.

Jadłospis tygodniowy 25.-31.12.2023 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
26.12.2023r. wtorek 	Śniadanie	makaron gotowany na mleku (30g/250ml) pasztet drobiowy 50g chrzan 30g pomidor 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 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 szynka gotowana 50g pomidor 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	makaron gotowany na mleku (30g/250ml) szynka gotowana 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 szynka gotowana 50g pomidor 80g margaryna b/ml. 20g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	jabłko 180g	-	-	-
	Obiad	Zupa kalafiorowa 500ml Schab pieczony 120g Kasza gryczana 80g Buraczki duszone 150g Kompot 250ml	Zupa kalafiorowa 500ml Schab gotowany w sosie musztardowym 120/100g Ziemniaki 400g Buraczki duszone 150g Kompot 250ml	Zupa kalafiorowa 500ml Schab pieczony 120g Kasza gryczana 80g Brokuł z wody 100g Kompot b/c 250ml	Zupa kalafiorowa 500ml Schab gotowany 120g Ziemniaki 400g Buraczki duszone b/masła 150g Kompot 250ml	Zupa kalafiorowa 500ml Schab gotowany w sosie musztardowym 120/100g Ziemniaki 400g Buraczki duszone 150g Kompot 250ml	Zupa kalafiorowa 500ml Schab gotowany 120g Ziemniaki 400g Buraczki duszone b/masła 150g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	pomarańcza 240g	-	-	-
	Kolacja	kakao na mleku 250ml serek naturalny 150g sałatka z brokuła i pomidora 130g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g	kakao na mleku 250ml serek naturalny 150g sałatka z brokuła i pomidora 130g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kakao na mleku 250ml serek naturalny 150g sałatka z brokuła i pomidora 130g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	kakao na mleku 250ml serek naturalny 150g sałatka z brokuła i pomidora 130g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kakao na mleku 250ml serek naturalny 150g sałatka z brokuła i pomidora 130g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa b/mleka 250ml jajko gotowane 100g sałatka z brokuła i pomidora 130g margaryna b/ml. 20g chleb pszenny zwykły 100g
	P. noc.	rolada makowa 50g	ciasto drożdżowe 50g	sok pomidorowy 330ml	ciasto drożdżowe 50g	ciasto drożdżowe 50g	sok pomidorowy 330ml
	Alergeny w posiłkach: chleb pszenny zwykły – 1; bułka pszenna – 1; chleb żytni razowy – 1; bułka grahamka – 1,7; masło extra – 7; zupa ziemniaczana – 9; makaron gotowany na mleku – 1,7; kakao na mleku – 1,7; kawa zbożowa b/mleka – 1; serek naturalny – 7; jajko gotowane – 3; pasztet drobiowy – 1,3,6,7,9; chrzan – 12; szynka gotowana – 1,6; rolada makowa – 1,3,7; ciasto drożdżowe – 1,3,7; zupa kalafiorowa – 1,7,9; sos musztardowy – 1,7,10; buraczki duszone – 1,7.						

Jadłospis tygodniowy 25.-31.12.2023 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
27.12.2023r. środa	Śniadanie	kasza manna gotowana na mleku z sokiem owocowym (40g/250ml) wędlina z kurczaka 50g ogórek zielony 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	kasza manna gotowana na mleku z sokiem owocowym (40g/250ml) wędlina z kurczaka 50g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml serek naturalny 150g wędlina z kurczaka 50g ogórek zielony 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	kasza manna gotowana na mleku z sokiem owocowym (40g/250ml) wędlina z kurczaka 50g pomidor 80g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	kasza manna gotowana na mleku z sokiem owocowym (40g/250ml) twarożek 80g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml wędlina z kurczaka 50g pomidor 80g margaryna b/ml. 20g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	chleb razowy 30g, twarożek 80g, ogórek zielony 50g	-	-	-
	Obiad	Zupa pomidorowa z ryżem 500ml Gulasz z ciecierzycą i jarzynami 80/50g Kasza jaglana 80g Ogórek kiszony 80g Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem 500ml Makaron z serem i szpinakiem 80/80/50g Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 500ml Gulasz z ciecierzycą i jarzynami 80/50g Kasza jaglana 80g Ogórek kiszony 80g Kompot b/c 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem 500ml Makaron z serem i szpinakiem 80/80/50g Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem 500ml Makaron z serem i szpinakiem 80/80/50g Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem 500ml Makaron z kurczakiem i szpinakiem 80/150/50g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	jabłko pieczone 180g	-	-	-
	Kolacja	płatki jęczmienne gotowane na mleku (30g/250ml) kielbasa krakowska 50g jarzyny gotowane 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotowane na mleku (30g/250ml) kielbasa krakowska 50g jarzyny gotowane 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki gryczane gotowane na mleku (30g/250ml) kielbasa krakowska 50g jarzyny gotowane 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotowane na mleku (30g/250ml) kielbasa krakowska 50g jarzyny gotowane 80g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotowane na mleku (30g/250ml) jajko gotowane 100g jarzyny gotowane 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml kielbasa krakowska 50g jarzyny gotowane 80g pomidor 80g 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; bułka grahamka – 1,7; masło extra – 7; zupa ziemniaczana – 9; kasza manna gotowana na mleku z sokiem owocowym – 1,7; płatki jęczmienne gotowane na mleku – 1,7; płatki gryczane gotowane na mleku – 1,7; twarożek – 7; kielbasa krakowska – 1,6; jajko gotowane – 3; zupa pomidorowa z ryżem – 1,7,9; zupa pomidorowa z ryżem brązowym – 1,9; gulasz wieprzowy z ciecierzycą i jarzynami – 1,7,9; makaron z serem i szpinakiem – 1,7; makaron z kurczakiem i szpinakiem – 1.</p>							

Jadłospis tygodniowy 25.-31.12.2023 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
28.12.2023r. czwartek	Śniadanie	płatki ryżowe gotowane na mleku (30g/250ml) twarożek ze szczyp. 80g sałata 15g papryka 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku (30g/250ml) twarożek 80g sałata 15g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml twarożek ze szczypiorkiem 80g sałata 15g papryka 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku (30g/250ml) twarożek 80g sałata 15g pomidor 80g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku (30g/250ml) twarożek 80g sałata 15g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml kurczak gotowany 100g jajko gotowane 50g sałata 15g pomidor 80g margaryna b/ml. 20g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	sok pomidorowy 330ml	-	-	-
	Obiad	Zupa dyniowa 500ml Kopytka brokułowe z masłem 400g Surówka z marchewki i selera z jogurtem 150g Kompot 250ml	Zupa dyniowa 500ml Kopytka brokułowe z masłem 400g Surówka z marchewki i selera z jogurtem 150g Kompot 250ml	Zupa dyniowa 500ml Kotlet z soczewicy pieczony 100g Ryż brązowy 80g Surówka z marchewki i selera z jogurtem 150g Kompot b/c 250ml	Zupa dyniowa 500ml Kopytka brokułowe z jogurtem 400g Surówka z marchewki i selera z jogurtem 150g Kompot 250ml	Zupa dyniowa 500ml Kopytka brokułowe z masłem 400g Surówka z marchewki i selera z jogurtem 150g Kompot 250ml	Zupa dyniowa 500ml Kopytka brokułowe 400g Surówka z marchewki i selera z olejem 150g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	chleb razowy 30g, masło 10g, wędlina z kurczaka 20g, papryka 50g	-	-	-
	Kolacja	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ser topiony 50g pieczeń rzymska 50g fasolka szparagowa gotowana 120g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml jajko gotowane 50g pieczeń rzymska 50g fasolka szparagowa gotowana 120g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml jajko gotowane 50g kielbasa szynkowa 50g fasolka szparagowa gotowana 120g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml białko jaja gotowane 50g kielbasa szynkowa 50g fasolka szparagowa gotowana 120g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml jajko gotowane 50g serek naturalny 150g fasolka szparagowa gotowana 120g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa b/mleka 250ml jajko gotowane 50g kielbasa szynkowa 50g fasolka szparagowa gotowana 120g margaryna b/ml. 20g chleb pszenny zwykły 100g
	P. noc.	banan 120g	banan 120g	jabłko 180g	banan 120g	banan 120g	banan 120g
<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 ryżowe gotowane na mleku – 7; kawa zbożowa z mlekiem – 1,7; kawa zbożowa b/mleka – 1; twarożek – 7; ser topiony – 7; pieczeń rzymska – 6; jajko gotowane – 3; kielbasa szynkowa – 1,6; serek naturalny – 7; zupa dyniowa – 7,9; kopytka brokułowe – 1,3; surówka z marchewki i selera z jogurtem – 7; kotlet z soczewicy pieczony – 1,3,7.</p>							

Jadłospis tygodniowy 25.-31.12.2023 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
29.12.2023r. piątek	Śniadanie	makaron gotowany na mleku (30g/250ml) ser biały 80g sałata 15g ogórek zielony 80 miód 25g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	makaron gotowany na mleku (30g/250ml) ser biały 80g sałata 15g pomidor 80 miód 25g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml ser biały 80g sałata 15g ogórek zielony 80 masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	makaron gotowany na mleku (30g/250ml) ser biały 80g sałata 15g pomidor 80 miód 25g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	makaron gotowany na mleku (30g/250ml) ser biały 80g sałata 15g pomidor 80 miód 25g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml kurczak gotowany 100g sałata 15g pomidor 80g miód 25g margaryna b/ml. 20g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	jabłko 180g	-	-	-
	Obiad	Zupa wiejska 500ml Łosoś smażony 100g Ziemniaki 400g Surówka z kiszzonej kapusty 150g Kompot 250ml	Zupa wiejska 500ml Łosoś pieczony 100g Ziemniaki 400g Sałatka z pomidora i cukinii 150g Kompot 250ml	Zupa wiejska z makaronem pełn. 500ml Łosoś pieczony 100g Ziemniaki 400g Surówka z kiszzonej kapusty 150g Kompot b/c 250ml	Zupa wiejska 500ml Dorsz pieczony 100g Ziemniaki 400g Sałatka z pomidora i cukinii 150g Kompot 250ml	Zupa wiejska 500ml Łosoś pieczony 100g Ziemniaki 400g Sałatka z pomidora i cukinii 150g Kompot 250ml	Zupa wiejska 500ml Łosoś pieczony 100g Ziemniaki 400g Sałatka z pomidora i cukinii 150g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	chleb razowy 30g, mizeria z jogurtem 120g	-	-	-
	Kolacja	płatki owsiane gotowane na mleku (30g/250ml) pasta z ciecierzycy 60g sałatka z brokuła i pomidora 130g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku (30g/250ml) sałatka z jajka, brokuła i pomidora 50/130g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki owsiane górskie gotowane na mleku (30g/250ml) pasta z ciecierzycy 60g sałatka z brokuła i pomidora 130g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku (30g/250ml) sałatka z białka jaja, brokuła i pomidora 50/130g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku (30g/250ml) sałatka z jajka, brokuła i pomidora 50/130g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml sałatka z jajka, brokuła i pomidora 50/130g margaryna b/ml. 20g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	P. noc.	biszkopty 25g	biszkopty 25g	sok pomidorowy 330ml	biszkopty 25g	biszkopty 25g	biszkopty 25g
<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; makaron gotowany na mleku – 1,7; płatki owsiane gotowane na mleku – 1,7; płatki owsiane górskie gotowane na mleku – 1,7; ser biały – 7; sałatka z jajka, brokuła i pomidora – 3; mizeria z jogurtem – 7; zupa wiejska – 1,7,9; zupa wiejska z makaronem pełnoziarnistym – 1,9; łosoś pieczony – 4; dorsz pieczony – 4.</p>							

Jadłospis tygodniowy 25.-31.12.2023 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
30.12.2023r. sobota	Śniadanie	płatki jęczmienne gotowane na mleku (30g/250ml) połędwica sopocka 50g papryka 80g rzodkiewki 40g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotowane na mleku (30g/250ml) połędwica sopocka 50g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml połędwica sopocka 50g papryka 80g rzodkiewki 40g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotowane na mleku (30g/250ml) połędwica sopocka 50g 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 pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml kurczak gotowany 100g jajko gotowane 50g pomidor 80g margaryna b/ml. 20g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	sok pomidorowy 300ml	-	-	-
	Obiad	Barszcz czerwony 500ml Potrawka z kurczaka z jarzynami 150/50g Ryż 80g Surówka z kapusty pekińskiej z majonezem 150g Kompot 250ml	Barszcz czerwony 500ml Potrawka z kurczaka z jarzynami 150/50g Ryż 80g Brokuł z wody 100g Kompot 250ml	Barszcz czerwony 500ml Potrawka z kurczaka z jarzynami 150/50g Ryż brązowy 80g Surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem 150g Kompot b/c 250ml	Barszcz czerwony 500ml Potrawka z kurczaka z jarzynami 150/50g Ryż 80g Brokuł z wody 100g Kompot 250ml	Barszcz czerwony 500ml Potrawka z kurczaka z jarzynami 150/50g Ryż 80g Brokuł z wody 100g Kompot 250ml	Barszcz czerwony 500ml Potrawka z kurczaka z jarzynami 150/50g Ryż 80g Brokuł z wody 100g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	kefir naturalny 200g	-	-	-
	Kolacja	kawa zbożowa z mleku 250ml jajko gotowane 100g sałatka z fasolki szparagowej i pomidora 130g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g	kawa zbożowa z mleku 250ml jajko gotowane 100g sałatka z fasolki szparagowej i pomidora 130g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa z mleku 250ml jajko gotowane 100g sałatka z fasolki szparagowej i pomidora 130g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	kawa zbożowa z mleku 250ml białko jaja gotowane 100g sałatka z fasolki szparagowej i pomidora 130g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa z mleku 250ml jajko gotowane 100g sałatka z fasolki szparagowej i pomidora 130g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa b/mleka 250ml jajko gotowane 100g sałatka z fasolki szparagowej i pomidora 130g margaryna b/ml. 20g chleb pszenny zwykły 100g
	P. noc.	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; bułka grahamka – 1,7; 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 naturalny – 7; połędwica sopocka – 1,6,7; jajko gotowane – 3; barszcz czerwony – 1,7,9; potrawka z kurczaka z jarzynami – 1,7,9; surówka z kapusty pekińskiej z majonezem – 3,10; surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem – 7.

Jadłospis tygodniowy 25.-31.12.2023 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
31.12.2023r. niedziela	Śniadanie	płatki owsiane gotowane na mleku (30g/250ml) galaretka drobiowa 150g ser mozzarella 25g pomidor 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku (30g/250ml) galaretka drobiowa 150g ser mozzarella 25g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml galaretka drobiowa 150g ser mozzarella 25g pomidor 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku (30g/250ml) galaretka drobiowa 150g ser biały 80g pomidor 80g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku (30g/250ml) galaretka drobiowa 150g ser mozzarella 25g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml galaretka drobiowa 150g pomidor 80g dżem 50g margaryna b/ml. 20g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	jabłko 180g	-	-	-
	Obiad	Krupnik ryżowy 500ml Stek wieprzowy z cebulą 100/50g Kasza jęczmienna 80g Marchewka duszona z groszkiem 150g Kompot 250ml	Krupnik ryżowy 500ml Zraz wieprzowy gotowany w sosie pietruszkowym 100/100g Kasza jęczmienna 80g Marchewka duszona 150g Kompot 250ml	Krupnik ryżowy 500ml Zraz wieprzowy gotowany 100g Kasza jęczmienna 80g Sałatka z ogórka kiszzonego 100g Kompot b/c 250ml	Krupnik ryżowy 500ml Zraz wieprzowy gotowany 100g Kasza jęczmienna 80g Marchewka duszona b/masła 150g Kompot 250ml	Krupnik ryżowy 500ml Zraz wieprzowy gotowany w sosie pietruszkowym 100/100g Kasza jęczmienna 80g Marchewka duszona 150g Kompot 250ml	Krupnik ryżowy 500ml Szynka wieprzowa gotowana 100g Kasza jęczmienna 80g Marchewka duszona b/masła 150g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	kefir naturalny 200ml	-	-	-
	Kolacja	kawa zbożowa z mleku 250ml pasta z makreli 100g rzodkiewki 40g pomidor 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g	kawa zbożowa z mleku 250ml pasta rybna 120g sałata 15g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa z mleku 250ml pasta z makreli 100g rzodkiewki 40g pomidor 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	kawa zbożowa z mleku 250ml pasta rybna 120g sałata 15g pomidor 80g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa z mleku 250ml pasta rybna 120g sałata 15g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa b/mleka 250ml ryba gotowana w jarzynach 120/50g sałata 15g pomidor 80g margaryna b/ml. 20g chleb pszenny zwykły 100g
	P. noc.	smoothie jabłko-kiwi 250ml	smoothie jabłko-kiwi 250ml	smoothie jabłko-kiwi 250ml	smoothie jabłko-kiwi 250ml	smoothie jabłko-kiwi 250ml	smoothie jabłko-kiwi 250ml

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 owsiane gotowane na mleku – 1,7; kawa zbożowa z mlekiem – 1,7; kawa zbożowa b/mleka – 1; kefir naturalny – 7; galaretka drobiowa – 9; ser biały – 7; ser mozzarella – 7; pasta z makreli – 4; pasta rybna – 1,7,9; krupnik ryżowy – 9; stek wieprzowy z cebulą – 1,3,7; zraz wieprzowy gotowany – 9; sos pietruszkowy – 1,7,9; kasza jęczmienna – 1; marchewka duszona (z groszkiem) – 1,7.