

Jadłospis tygodniowy 8.-14.04.2024 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
08.04.2024r. poniedziałek	Śniadanie	makaron gotowany na mleku 30g/250ml wędlina wieprzowa 50g mix sałat z 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 wieprzowa 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 wieprzowa 50g mix sałat z pomidorem i jogurtem 100g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	makaron gotowany na mleku 30g/250ml wędlina wieprzowa 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 schab gotowany 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 wieprzowa 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	Barszcz ukraiński 500ml Koltet rybno-warzywny (z dorsza) smażony 120g Ziemniaki 400g Surówka z białej kapusty 150g Kompot 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 500ml Pulpet rybno-warzywny (z dorsza) gotowany w sosie pomidorowym 120/100g Ziemniaki 400g Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot 250ml	Barszcz ukraiński 500ml Pulpet rybno-warzywny (z dorsza) gotowany 120g Ziemniaki 400g Surówka z białej kapusty 150g Kompot b/c 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 500ml Pulpet rybno-warzywny (z dorsza) gotowany 120g Ziemniaki 400g Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 500ml Pulpet rybno-warzywny (z dorsza) gotowany w sosie pomidorowym 120/100g Ziemniaki 400g Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 500ml Dorsz gotowany w jarzynach 120/50g Ziemniaki 400g Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	jabłko pieczone (1 szt.)180g	-	-	-
	Kolacja	kakao na mleku 250ml serek naturalny 150g dżem 50g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g	kakao na mleku 250ml serek naturalny 150g dżem 50g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kakao na mleku 250ml serek naturalny 150g papryka 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	kakao na mleku 250ml jogurt Skyr 150g dżem 50g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kakao na mleku 250ml serek naturalny 150g dżem 50g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa b/mleka 250ml jajko gotowane (2 szt.) 100g dżem 50g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g
	P. noc.	sok owocowy 330ml	sok owocowy 330ml	sok warzywny 330ml	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; makaron gotowany na mleku – 1,7; kakao na mleku – 7; kawa zbożowa b/mleka – 1; mix sałat z pomidorem i jogurtem – 7; serek naturalny – 7; jogurt Skyr – 7; jajko gotowane – 3; kefir naturalny – 7; barszcz ukraiński / czerwony z ziemniakami – 1,7,9; sos pomidorowy – 1,7,9; kotlet / pulpet rybno-warzywny – 1,3,4,7,9; dorsz gotowany w jarzynach – 4,9.</p>						

Jadłospis tygodniowy 8.-14.04.2024 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
09.04.2024r. wtorek	Śniadanie	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml kielbasa szynkowa 50g sałata 15g szczypiorek 2g rzodkiewki 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml kielbasa szynkowa 50g sałata 15g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenno żyty 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml kielbasa szynkowa 50g sałata 15g szczypiorek 2g rzodkiewki 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml kielbasa szynkowa 50g sałata 15g pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenno żyty 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml kurczak gotowany 50g sałata 15g pomidor 80g chleb pszenno żyty 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml kielbasa szynkowa 50g sałata 15g pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenno żyty 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	sok pomidorowy 330ml	-	-	-
	Obiad	Zupa fasolowa 500ml Forszmak 250g Ziemniaki 400g Kompot 250ml	Zupa wiejska 500ml Zraz wieprzowy gotowany w sosie musztardowym 100/100g Ziemniaki 400g Sałatka z cukinii i pomidora 150g Kompot 250ml	Zupa fasolowa 500ml Zraz wieprzowy gotowany 100g Ziemniaki 400g Sałatka z cukinii i pomidora 150g Kompot b/c 250ml	Zupa wiejska 500ml Zraz wieprzowy gotowany 100g Ziemniaki 400g Sałatka z cukinii i pomidora 150g Kompot 250ml	Zupa wiejska 500ml Zraz wieprzowy gotowany w sosie musztardowym 100/100g Ziemniaki 400g Sałatka z cukinii i pomidora 150g Kompot 250ml	Zupa wiejska 500ml Szynka wieprzowa gotowana 100g Ziemniaki 400g Sałatka z cukinii i pomidora 150g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	jabłko (1 szt.) 180g	-	-	-
	Kolacja	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml wędlina z kurczaka 50g fasolka szparagowa gotowana 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml wędlina z kurczaka 50g fasolka szparagowa gotowana 80g masło extra 15g chleb pszenno żyty 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki owsiane górskie gotowane na mleku 30g/250ml wędlina z kurczaka 50g fasolka szparagowa gotowana 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml wędlina z kurczaka 50g fasolka szparagowa gotowana 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenno żyty 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml jajko gotowane (1 szt.) 50g fasolka szparagowa gotowana 80g masło extra 15g chleb pszenno żyty 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml wędlina z kurczaka 50g fasolka szparagowa gotowana 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenno żyty 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	

Alergeny w posiłkach: chleb pszenno żyty – 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 owsiane gotowane na mleku – 1,7; płatki owsiane górskie gotowane na mleku – 1,7; kielbasa szynkowa – 1,6; jajko gotowane – 3; zupa fasolowa – 1,9; zupa wiejska – 1,7,9; zraz wieprzowy gotowany – 1,3,7; sos musztardowy – 1,7,10; forszmak – 1,6,7.

Jadłospis tygodniowy 8.-14.04.2024 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
10.04.2024r. środa	Śniadanie	kasza manna gotowana na mleku 40g/250ml połędwica sopocka 50g sałatka z rukoli i pomidora 100g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	kasza manna gotowana na mleku 40g/250ml kiełbasa tyrolska 50g sałatka z rukoli i pomidora 100g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml połędwica sopocka 50g sałatka z rukoli i pomidora 100g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	kasza manna gotowana na mleku 40g/250ml połędwica sopocka 50g sałatka z rukoli i pomidora 100g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	kasza manna gotowana na mleku 40g/250ml jogurt Skyr 150g sałatka z rukoli i pomidora 100g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml kurczak gotowany 100g sałatka z rukoli i pomidora 100g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	chleb razowy 30g, pomidor z jogurtem 100g	-	-	-
	Obiad	Zupa solferino 500ml Naleśniki z serem, śmietaną i owocami (2 szt.) Gruszka (1 szt.) 130g Kompot 250ml	Zupa solferino 500ml Makaron z serem białym 80/80g Brokuł gotowany 100g Jabłko (1 szt.) 180g Kompot 250ml	Zupa solferino 500ml Makaron pełn. z serem białym 80/80g Brokuł gotowany 100g Jabłko (1 szt.) 180g Kompot b/c 250ml	Zupa solferino 500ml Makaron z serem białym 80/80g Brokuł gotowany 100g Jabłko (1 szt.) 180g Kompot 250ml	Zupa solferino 500ml Makaron z serem białym 80/80g Brokuł gotowany 100g Jabłko (1 szt.) 180g Kompot 250ml	Zupa solferino 500ml Schab gotowany 100g Makaron 80g Brokuł gotowany 100g Jabłko (1 szt.) 180g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	kisiel z jabłka 250ml	-	-	-
	Kolacja	kawa zbożowa z mlekiem 250ml pasta z jajka 75g sałata 15g dżem 50g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml pasta z jajka 75g sałata 15g dżem 50g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml pasta z jajka 75g sałata 15g jogurt Skyr 150g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml pasta z białka jaja 75g sałata 15g dżem 50g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml pasta z jajka 75g sałata 15g dżem 50g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa b/mleka 250ml jajko gotowane (2 szt.) 100g sałata 15g dżem 50g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g
	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; kasza manna gotowana na mleku – 1,7; kawa zbożowa z mlekiem – 1,7; kawa zbożowa b/mleka – 1; kiełbasa tyrolska – 1,6,7; połędwica sopocka – 1,6,7; jajko gotowane – 3; pasta z jajka – 1,3,7; jogurt Skyr – 7; pomidor z jogurtem – 7; zupa solferino – 1,7,9; naleśniki z serem, śmietaną i owocami – 1,3,7; makaron (pełn.) z serem białym – 1,7; makaron – 1.</p>						

Jadłospis tygodniowy 8.-14.04.2024 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
11.04.2024r. czwartek	Śniadanie	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml sałatka z sera typu Feta, słonecznika i warzyw 200g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml ser biały 80g mix sałat 15g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml sałatka z sera typu Feta, słonecznika i warzyw 200g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml ser biały 80g mix sałat 15g pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml ser biały 80g mix sałat 15g pomidor 80g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml jajko gotowane (2 szt.) 100g mix sałat 15g pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	chleb razowy 30g, masło 10g, jajko gotowane (1 szt) 50g, ogórek zielony 50g	-	-	-
	Obiad	Zupa neapolitańska z makaronem 500ml Kurczak pieczony 200g Ryż 80g Surówka z kapusty pekińskiej z majonezem 150g Kompot 250ml	Zupa grysikowa z ziemniakami 500ml Kurczak gotowany 200g Ryż 80g Buraczki duszone 150g Kompot 250ml	Zupa grysikowa z ziemniakami 500ml Kurczak pieczony 200g Ryż brązowy 80g Surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem 150g Kompot b/c 250ml	Zupa grysikowa z ziemniakami 500ml Kurczak gotowany 200g Ryż 80g Buraczki duszone b/masła 150g Kompot 250ml	Zupa grysikowa z ziemniakami 500ml Kurczak gotowany 200g Ryż 80g Buraczki duszone 150g Kompot 250ml	Zupa grysikowa z ziemniakami 500ml Kurczak gotowany 200g Ryż 80g Buraczki duszone b/masła 150g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	kefir naturalny 200g	-	-	-
	Kolacja	płatki jęczmienne gotow. na mleku 30g/250ml pasztet drobiowy 50g chrzan 30g kalafior gotowany 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotowane na mleku 30g/250ml pasztet drobiowy 50g kalafior gotowany 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki gryczane gotowane na mleku 30g/250ml wędlina z kurczaka 50g kalafior gotowany 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotowane na mleku 30g/250ml wędlina z kurczaka 50g kalafior gotowany 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotowane na mleku 30g/250ml kurczak gotowany 50g kalafior gotowany 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml wędlina z kurczaka 50g kalafior gotowany 80g 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 owsiane gotowane na mleku – 1,7; płatki jęczmienne gotowane na mleku – 1,7; płatki gryczane gotowane na mleku – 7; sałatka z sera typu Feta, słonecznika i warzyw – 7; ser biały – 7; pasztet drobiowy – 1,3,6,7,9; chrzan – 12; zupa neapolitańska z makaronem – 1,7,9; zupa grysikowa z ziemniakami – 1,9; surówka z kapusty pekińskiej z majonezem – 3,10; surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem – 7; buraczki duszone – 1,7.</p>							

Jadłospis tygodniowy 8.-14.04.2024 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
12.04.2024r. piątek	Śniadanie	makaron gotowany na mleku 30g/250ml sałatka z jajka, fasolki szparagowej i pomidora 180g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	makaron gotowany na mleku 30g/250ml sałatka z jajka, fasolki szparagowej i pomidora 180g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml sałatka z jajka, fasolki szparagowej i pomidora 180g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	makaron gotowany na mleku 30g/250ml sałatka z białka jaja, fasolki szparagowej i pomidora 180g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	makaron gotowany na mleku 30g/250ml sałatka z jajka, fasolki szparagowej i pomidora 180g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml sałatka z jajka, fasolki szparagowej i pomidora 180g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	jabłko (1 szt.) 180g	-	-	-
	Obiad	Zupa szpinakowa z ryżem 500ml Gulasz z ciecierzycy 80g Kasza gryczana 80g Surówka z marchewki i selera z jogurtem 150g Kompot 250ml	Zupa szpinakowa z ryżem 500ml Kopytka brokułowe z masłem 400g Surówka z marchewki i selera z jogurtem 150g Kompot 250ml	Zupa szpinakowa z ryżem brązowym 500ml Gulasz z ciecierzycy 80g Kasza gryczana 80g Surówka z marchewki i selera z jogurtem 150g Kompot b/c 250ml	Zupa szpinakowa z ryżem 500ml Kopytka brokułowe z jogurtem 400g Surówka z marchewki i selera z jogurtem 150g Kompot 250ml	Zupa szpinakowa z ryżem 500ml Kopytka brokułowe z masłem 400g Surówka z marchewki i selera z jogurtem 150g Kompot 250ml	Zupa szpinakowa z ryżem 500ml Kopytka brokułowe 400g Surówka z marchewki i selera z olejem 150g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	sok warzywny 330ml	-	-	-
	Kolacja	kasza jaglana gotowana na mleku 30g/250ml ser żółty 50g szczypiorek 2g pomidor 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	kasza jaglana gotowana na mleku 30g/250ml twarożek z koperkiem 80g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	kasza jaglana gotowana na mleku 30g/250ml twarożek ze szczypiorkiem 80g pomidor 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	kasza jaglana gotowana na mleku 30g/250ml twarożek z koperkiem 80g pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	kasza jaglana gotowana na mleku 30g/250ml twarożek z koperkiem 80g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml kurczak gotowany 100g pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
P. noc.	sałatka owocowa (jabłko- mandarynki-borówka) 150g, wafle ryżowe (2 szt.) 12g	sałatka owocowa (jabłko- mandarynki-borówka) 150g, wafle ryżowe (2 szt.) 12g	sałatka owocowa (jabłko- mandarynki-borówka) 150g	sałatka owocowa (jabłko- mandarynki-borówka) 150g, wafle ryżowe (2 szt.) 12g	sałatka owocowa (jabłko- mandarynki-borówka) 150g, wafle ryżowe (2 szt.) 12g	sałatka owocowa (jabłko- mandarynki-borówka) 150g, wafle ryżowe (2 szt.) 12g	

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; kasza jaglana gotowana na mleku – 7; sałatka z jajka, fasolki szparagowej i pomidora – 3; ser żółty – 7; twarożek – 7; zupa szpinakowa z ryżem – 7,9; gulasz z ciecierzycy – 1,7,9; surówka z marchewki i selera z jogurtem – 7,9; kopytka brokułowe – 1,3; jogurt naturalny – 7.

Jadłospis tygodniowy 8.-14.04.2024 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
13.04. 2024r. sobota	Śniadanie	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml kiełbasa krakowska 50g chrzan 30g rzodkiewki 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml kiełbasa krakowska 50g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml kiełbasa krakowska 50g rzodkiewki 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml kiełbasa krakowska 50g pomidor 80g 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 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. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	sok pomidorowy 330ml	-	-	-
	Obiad	Krupnik jaglany 500ml Spaghetti z mięsem mielonym i sosem pomidorowym 80/100/60g Bukiet warzyw gotowany 100g Kompot 250ml	Krupnik jaglany 500ml Spaghetti z mięsem mielonym i sosem pomidorowym 80/100/60g Bukiet warzyw gotowany 100g Kompot 250ml	Krupnik jaglany 500ml Spaghetti pełn. z mięsem mielonym i sosem pomidorowym 80/100/60g Bukiet warzyw gotowany 100g Kompot b/c 250ml	Krupnik jaglany 500ml Spaghetti z mięsem mielonym i sosem pomidorowym 80/100/60g Bukiet warzyw gotowany 100g Kompot 250ml	Krupnik jaglany 500ml Spaghetti z mięsem mielonym i sosem pomidorowym 80/100/60g Bukiet warzyw gotowany 100g Kompot 250ml	Krupnik jaglany 500ml Spaghetti z mięsem mielonym i sosem pomidorowym 80/100/60g Bukiet warzyw gotowany 100g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	kefir naturalny 200g	-	-	-
	Kolacja	kawa zbożowa z mlekiem 250ml sałatka śledziowa 150g brokuł gotowany 80g jajko gotowane (1 szt.) 50g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml pasta z dorsza 120g brokuł gotowany 80g jajko gotowane (1 szt.) 50g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml sałatka śledziowa 150g brokuł gotowany 80g jajko gotowane (1 szt.) 50g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml pasta z dorsza 120g brokuł gotowany 80g miód 25g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml pasta z dorsza 120g brokuł gotowany 80g jajko gotowane (1 szt.) 50g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa b/mleka 250ml dorsz gotowany w jarzynach 120/50g brokuł gotowany 80g jajko gotowane (1 szt.) 50g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g
	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; 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; kefir – 7; kiełbasa krakowska – 1,6; chrzan – 12; jajko gotowane – 3; pasta z dorsza – 1,4,7,9; dorsz gotowany w jarzynach – 4,9; sałatka śledziowa – 4,7; krupnik jaglany – 9; spaghetti (pełn.) z mięsem mielonym i sosem pomidorowym – 1.</p>						

Jadłospis tygodniowy 8.-14.04.2024 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
14.04.2024r. niedziela	Śniadanie	płatki jęczmienne gotow. na mleku 30g/250ml jogurt Skyr 150g miód 25g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotow. na mleku 30g/250ml jogurt Skyr 150g miód 25g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml jogurt Skyr 150g papryka 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotow. na mleku 30g/250ml jogurt Skyr 150g miód 25g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotow. na mleku 30g/250ml jogurt Skyr 150g miód 25g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml kurczak gotowany 50g miód 25g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	sok warzywny 330ml	-	-	-
	Obiad	Rosół z makaronem 500ml Udko z kurczaka pieczone 200g Ziemniaki 400g Marchewka duszona 150g Kompot 250ml	Rosół z makaronem 500ml Udko z kurczaka gotowane 200g Ziemniaki 400g Marchewka duszona 150g Kompot 250ml	Rosół z makaronem pełn. 500ml Udko z kurczaka pieczone 200g Ziemniaki 400g Brokuł gotowany 100g Kompot b/c 250ml	Rosół z makaronem 500ml Udko z kurczaka gotowane 200g Ziemniaki 400g Marchewka duszona b/masła 150g Kompot 250ml	Rosół z makaronem 500ml Udko z kurczaka gotowane 200g Ziemniaki 400g Marchewka duszona 150g Kompot 250ml	Rosół z makaronem 500ml Udko z kurczaka gotowane 200g Ziemniaki 400g Marchewka duszona b/masła 150g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	kefir naturalny 200g	-	-	-
	Kolacja	szynka gotowana 50g sałatka z sera Mozzarella, rukoli i pomidora 120g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	szynka gotowana 50g sałatka z sera Mozzarella, rukoli i pomidora 120g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	szynka gotowana 50g sałatka z sera Mozzarella, rukoli i pomidora 120g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	szynka gotowana 50g ser biały 80g sałatka z rukoli i pomidora 100g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	szynka gotowana 50g sałatka z sera Mozzarella, rukoli i pomidora 120g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	szynka gotowana 50g jajko gotowane (1 szt.) 50g sałatka z rukoli i pomidora 120g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	P. noc.	herbatniki (5 szt.) 20g	herbatniki (5 szt.) 20g	jabłko (1 szt.) 180g	herbatniki (5 szt.) 20g	herbatniki (5 szt.) 20g	herbatniki (5 szt.) 20g
	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 jęczmienne gotowane na mleku – 1,7; jajko gotowane – 3; sałatka z sera Mozzarella, rukoli i pomidora – 7; ser biały – 7; jogurt Skyr – 7; szynka gotowana – 1,6; herbatniki – 1,6,12; kefir – 7; rosół z makaronem (pełn.) – 1,9; marchewka duszona – 1,7.						