

**Jadłospis tygodniowy 5.-11.02.2024 r. SP ZOZ Włodawa**

<b>Dzień</b>	<b>Posiłek</b>	<b>Dieta podstawowa</b>	<b>Dieta łatwostrawna</b>	<b>Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.</b>	<b>Dieta łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu</b>	<b>Dieta z ograniczeniem sodu</b>	<b>Dieta bezmleczna</b>
<b>05.02.2024r. poniedziałek</b>	Śniadanie	makaron gotowany na mleku 30g/250ml schab pieczony 50g papryka 50g ogórek zielony 50g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	makaron gotowany na mleku 30g/250ml schab pieczony 50g mix sałat 15g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml schab pieczony 50g papryka 50g ogórek zielony 50g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	makaron gotowany na mleku 30g/250ml schab pieczony 50g mix sałat 15g pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	makaron gotowany na mleku 30g/250ml kurczak gotowany 100g mix sałat 15g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml schab pieczony 50g mix sałat 15g pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	chleb razowy 30g, mizeria z jogurtem 100g	-	-	-
	Obiad	Zupa dyniowa 500ml Kotlet z soczewicy pieczony 50g Ziemniaki 400g Surówka z kapusty pekińskiej z majonezem 150g Kompot 250ml	Zupa dyniowa 500ml Ryż ze śmietaną i jabłkiem 80/50/200g Kompot 250ml	Zupa dyniowa 500ml Kotlet z soczewicy pieczony 50g Ziemniaki 400g Surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem 150g Kompot b/c 250ml	Zupa dyniowa 500ml Ryż z jogurtem i jabłkiem 80/50/200g Kompot 250ml	Zupa dyniowa 500ml Ryż ze śmietaną i jabłkiem 80/50/200g Kompot 250ml	Zupa dyniowa 500ml Ryż z jabłkiem 80/200g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	pomarańcza (1 szt.) 240g	-	-	-
	Kolacja	płatki jęczmienne gotowane na mleku 30/250ml kiełbasa podwawelska 50g chrzan 30g papryka 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotowane na mleku 30/250ml kiełbasa podwawelska 50g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki gryczane gotowane na mleku 30/250ml wędlina z kurczaka 50g papryka 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotowane na mleku 30/250ml wędlina z kurczaka 50g pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotowane na mleku 30/250ml jajko gotowane 50g 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. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	P. noc.	sok owocowy 330ml	sok owocowy 330ml	sok warzywny 330ml	sok owocowy 330ml	sok owocowy 330ml	sok owocowy 330ml
	<p><b>Alergeny w posiłkach:</b> 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; płatki jęczmienne gotowane na mleku – 1,7; płatki gryczane gotowane na mleku – 7; mizeria z jogurtem – 7; kiełbasa podwawelska – 6,9; chrzan – 12; jajko gotowane – 3; zupa dyniowa – 7,9; kotlet z soczewicy pieczony – 1,3,7; ryż ze śmietaną (jogurtem) i jabłkiem – 7; surówka z kapusty pekińskiej z majonezem – 3,10; surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem – 7.</p>						

**Jadłospis tygodniowy 5.-11.02.2024 r. SP ZOZ Włodawa**

<b>Dzień</b>	<b>Posiłek</b>	<b>Dieta podstawowa</b>	<b>Dieta łatwostrawna</b>	<b>Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.</b>	<b>Dieta łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu</b>	<b>Dieta z ograniczeniem sodu</b>	<b>Dieta bezmleczna</b>
<b>06.02.2024r. wtorek</b>	Śniadanie	kasza manna gotowana na mleku 40g/250ml pasta z makreli 50g jajko gotowane 50g sałatka z pomidora i rukoli 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	kasza manna gotowana na mleku 40g/250ml pasta z dorsza 120g jajko gotowane 50g sałatka z pomidora i rukoli 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml pasta z makreli 50g jajko gotowane 50g sałatka z pomidora i rukoli 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	kasza manna gotowana na mleku 40g/250ml pasta z dorsza 120g białko jaja gotowane 50g sałatka z pomidora i rukoli 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	kasza manna gotowana na mleku 40g/250ml pasta z dorsza 120g jajko gotowane 50g sałatka z pomidora i rukoli 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml dorsz gotowany w jarzynach 120/50g jajko gotowane 50g sałatka z pomidora i rukoli 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	jogurt typu Skyr 150g	-	-	-
	Obiad	Żurek z jajkiem 500ml Gulasz wieprzowy z warzywami 120g Kasza jęczmienna 80g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem 500ml Gulasz wieprzowy z warzywami 120g Kasza jęczmienna 80g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 500ml Gulasz wieprzowy z warzywami 120g Kasza jęczmienna 80g Ogórek kiszony (2 szt.) 100g Kompot b/c 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem 500ml Gulasz wieprzowy z warzywami 120g Kasza jęczmienna 80g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem 500ml Gulasz wieprzowy z warzywami 120g Kasza jęczmienna 80g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem 500ml Gulasz wieprzowy z warzywami 120g Kasza jęczmienna 80g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	jabłko pieczone(1 szt.) 180g	-	-	-
	Kolacja	kawa zbożowa z mlekiem 250ml twarożek ze szczypiorkiem 80g papryka 80g dżem 50g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml twarożek z koperkiem 80g pomidor 80g dżem 50g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml twarożek ze szczypiorkiem 80g papryka 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml twarożek z koperkiem 80g pomidor 80g dżem 50g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml twarożek z koperkiem 80g pomidor 80g dżem 50g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa b/mleka 250ml dżem 50g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g
	P. noc.	smoothie jabłko-banan-kakao 250ml	smoothie jabłko-banan-kakao 250ml	sok pomidorowy 330ml	smoothie jabłko-banan-kakao 250ml	smoothie jabłko-banan-kakao 250ml	smoothie jabłko-banan-kakao 250ml

**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; pasta z makreli – 4; pasta z dorsza – 1,4,7,9; jajko gotowane – 3; twarożek – 7; jogurt typu Skyr – 7; żurek z jajkiem – 1,3,6,9; zupa pomidorowa z ryżem (brązowym) – 7,9; gulasz wieprzowy z warzywami – 1,7,9; kasza jęczmienna – 1.

**Jadłospis tygodniowy 5.-11.02.2024 r. SP ZOZ Włodawa**

<b>Dzień</b>	<b>Posiłek</b>	<b>Dieta podstawowa</b>	<b>Dieta łatwostrawna</b>	<b>Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.</b>	<b>Dieta łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu</b>	<b>Dieta z ograniczeniem sodu</b>	<b>Dieta bezmleczna</b>
<b>07.02.2024r. środa</b>	Śniadanie	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml kiełbasa krakowska 50g mix sałat 15g brokuł gotowany 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 mix sałat 15g brokuł gotowany 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml kiełbasa krakowska 50g mix sałat 15g brokuł gotowany 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml kiełbasa krakowska 50g mix sałat 15g brokuł gotowany 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 100g mix sałat 15g brokuł gotowany 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml kiełbasa krakowska 50g mix sałat 15g brokuł gotowany 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	chleb razowy 30g, mix sałat z pomidorem i jogurtem 100g	-	-	-
	Obiad	Barszcz czerwony 500ml Forszmak 150g Ziemniaki 400g Kompot 250ml	Barszcz czerwony 500ml Makaron z serem białym i szpinakiem 80/80/50g Kompot 250ml	Barszcz czerwony 500ml Makaron pełn. z serem białym i szpinakiem 80/80/50g Kompot b/c 250ml	Barszcz czerwony 500ml Makaron z serem białym i szpinakiem 80/80/50g Kompot 250ml	Barszcz czerwony 500ml Makaron z serem białym i szpinakiem 80/80/50g Kompot 250ml	Barszcz czerwony 500ml Makaron z kurczakiem i szpinakiem 80/150/50g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	kisiel z jabłka 250ml	-	-	-
	Kolacja	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml sałatka z Mozzarelli, rukoli i pomidora 120g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml sałatka z Mozzarelli, rukoli i pomidora 120g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki owsiane górskie gotowane na mleku 30g/250ml sałatka z Mozzarelli, rukoli i pomidora 120g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml ser biały 80g rukola 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 sałatka z Mozzarelli, rukoli i pomidora 120g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml sałatka z jajka, rukoli i pomidora 150g 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><b>Alergeny w posiłkach:</b> 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 owsiane gotowane na mleku – 1,7; płatki owsiane górskie gotowane na mleku – 1,7; kiełbasa krakowska – 1,6; sałatka z Mozzarelli, rukoli i pomidora – 7; ser biały – 7; mix sałat z pomidorem i jogurtem – 7; barszcz czerwony – 1,7,9; forszmak – 1,6,7; makaron (pełn.) z serem białym i szpinakiem – 1,7; makaron z kurczakiem i szpinakiem – 1.</p>							

**Jadłospis tygodniowy 5.-11.02.2024 r. SP ZOZ Włodawa**

<b>Dzień</b>	<b>Posiłek</b>	<b>Dieta podstawowa</b>	<b>Dieta łatwostrawna</b>	<b>Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.</b>	<b>Dieta łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu</b>	<b>Dieta z ograniczeniem sodu</b>	<b>Dieta bezmleczna</b>
<b>08.02.2024r. czwartek</b>	Śniadanie	kasza jaglana gotowana na mleku 30g/250ml szynka gotowana 50g sałata 15g papryka 80g miód 25g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	kasza jaglana gotowana na mleku 30g/250ml szynka gotowana 50g sałata 15g pomidor 80g miód 25g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml szynka gotowana 50g sałata 15g papryka 80g ser biały 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	kasza jaglana gotowana na mleku 30g/250ml szynka gotowana 50g sałata 15g pomidor 80g miód 25g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	kasza jaglana gotowana na mleku 30g/250ml ser biały 80g sałata 15g pomidor 80g miód 25g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml szynka gotowana 50g sałata 15g pomidor 80g miód 25g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	sok pomidorowy 330ml	-	-	-
	Obiad	Rosół z makaronem 500ml Udko z kurczaka pieczone 200g Ziemniaki 400g Marchewka z groszkiem 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 Surówka z marchewki i jabłka 150g 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	kakao na mleku 250ml kielbasa tyrolska 50g sałatka z kalafiora i pomidora 130g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g	kakao na mleku 250ml kielbasa tyrolska 50g sałatka z kalafiora i pomidora 130g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kakao na mleku 250ml kielbasa szynkowa 50g sałatka z kalafiora i pomidora 130g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	kakao na mleku 250ml kielbasa szynkowa 50g sałatka z kalafiora i pomidora 130g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kakao na mleku 250ml kurczak gotowany 100g sałatka z kalafiora i pomidora 130g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa b/mleka 250ml kielbasa szynkowa 50g sałatka z kalafiora i pomidora 130g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g
	P. noc.	sałatka owocowa (jabłko-mandarynka-borówka) 150g, wafle ryż.(2 szt.) 12g	sałatka owocowa (jabłko-mandarynka-borówka) 150g, wafle ryż.(2 szt.) 12g	sałatka owocowa (jabłko-mandarynka-borówka) 150g	sałatka owocowa (jabłko-mandarynka-borówka) 150g, wafle ryż.(2 szt.) 12g	sałatka owocowa (jabłko-mandarynka-borówka) 150g, wafle ryż.(2 szt.) 12g	sałatka owocowa (jabłko-mandarynka-borówka) 150g, wafle ryż.(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; kasza jaglana gotowana na mleku – 7; kakao na mleku – 7; kawa zbożowa b/mleka – 1; kefir – 7; szynka gotowana – 1,6; kielbasa tyrolska – 1,6,7; kielbasa szynkowa – 1,6; ser biały – 7; rosół z makaronem (pełn.) – 1,9; marchewka (z groszkiem) duszona – 1,7.

**Jadłospis tygodniowy 5.-11.02.01.2024 r. SP ZOZ Włodawa**

<b>Dzień</b>	<b>Posiłek</b>	<b>Dieta podstawowa</b>	<b>Dieta łatwostrawna</b>	<b>Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.</b>	<b>Dieta łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu</b>	<b>Dieta z ograniczeniem sodu</b>	<b>Dieta bezmleczna</b>
<b>09.02.2024r. piątek</b>	Śniadanie	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml ser żółty 50g sałata z brokuła i pomidora 130g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml twarożek 80g sałata z brokuła i pomidora 130g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml pasta z ciecierzycy 60g sałata z brokuła i pomidora 130g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml twarożek 80g sałata z brokuła i pomidora 130g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml twarożek 80g sałata z brokuła i pomidora 130g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml pasta z ciecierzycy 60g sałata z brokuła i pomidora 130g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	chleb razowy 30g, twarożek 80g, pomidor 50g	-	-	-
	Obiad	Zupa fasolowa 500ml Dorsz pieczony 120g Ziemniaki 400g Surówka z białej kapusty 150g Kompot 250ml	Zupa włoska 500ml Dorsz pieczony 120g Ziemniaki 400g Sałatka z cukinii i pomidora 150g Kompot 250ml	Zupa włoska z makaronem pełn. 500ml Dorsz pieczony 120g Ziemniaki 400g Surówka z białej kapusty 150g Kompot b/c 250ml	Zupa włoska 500ml Dorsz pieczony 120g Ziemniaki 400g Sałatka z cukinii i pomidora 150g Kompot 250ml	Zupa włoska 500ml Dorsz pieczony 120g Ziemniaki 400g Sałatka z cukinii i pomidora 150g Kompot 250ml	Zupa włoska 500ml Dorsz pieczony 120g Ziemniaki 400g Sałatka z cukinii i pomidora 150g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	sok warzywny 330ml	-	-	-
	Kolacja	płatki jęczmienne gotowane na mleku 30/250ml pasta z jajka z natką pietruszki 75g bukiet warzyw gotowany 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotowane na mleku 30/250ml pasta z jajka z natką pietruszki 75g bukiet warzyw gotowany 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki gryczane gotowane na mleku 30/250ml pasta z jajka z natką pietruszki 75g bukiet warzyw gotowany 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotowane na mleku 30/250ml pasta z białka jaja z natką pietruszki 75g bukiet warzyw gotowany 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotowane na mleku 30/250ml pasta z jajka z natką pietruszki 75g bukiet warzyw gotowany 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml jajko gotowane (2 szt.) 100g bukiet warzyw gotowany 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
P. noc.	herbatniki (2 szt.) 20g	herbatniki (2 szt.) 20g	jabłko (1 szt.) 180g	herbatniki (2 szt.) 20g	herbatniki (2 szt.) 20g	herbatniki (2 szt.) 20g	herbatniki (2 szt.) 20g
<p><b>Alergeny w posiłkach:</b> 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 gryczane gotowane na mleku – 7; płatki jęczmienne gotowane na mleku – 1,7; jajko gotowane – 3; ser żółty – 7; twarożek – 7; pasta z jajka – 1,3,7; herbatniki – 1,6,12; zupa fasolowa – 1,9; zupa włoska (z makaronem pełn.) – 1,9; dorsz pieczony – 4.</p>							

**Jadłospis tygodniowy 5.-11.02.01.2024 r. SP ZOZ Włodawa**

<b>Dzień</b>	<b>Posiłek</b>	<b>Dieta podstawowa</b>	<b>Dieta łatwostrawna</b>	<b>Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.</b>	<b>Dieta łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu</b>	<b>Dieta z ograniczeniem sodu</b>	<b>Dieta bezmleczna</b>
<b>10.02. 2024r. sobota</b>	Śniadanie	makaron gotowany na mleku 30g/250ml wędlina z kurczaka 50g pomidor 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	makaron gotowany na mleku 30g/250ml wędlina z kurczaka 50g 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 masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	makaron gotowany na mleku 30g/250ml wędlina z kurczaka 50g pomidor 80g margaryna b/ml. 15g 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 wędlina z kurczaka 50g pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	jabłko (1 szt.) 180g	-	-	-
	Obiad	Kapuśniak mazurski 500ml Risotto z kurczakiem i warzywami 80/100/60g Sos koperkowy 100ml Fasolka szparagowa gotowana 100g Kompot 250ml	Zupa grysikowa z ziemniakami 500ml Risotto z kurczakiem i warzywami 80/100/60g Sos koperkowy 100ml Fasolka szparagowa gotowana 100g Kompot 250ml	Zupa grysikowa z ziemniakami 500ml Kurczak gotowany 150g Ryż brązowy 80g Fasolka szparagowa gotowana 100g Kompot b/c 250ml	Zupa grysikowa z ziemniakami 500ml Risotto z kurczakiem i warzywami 80/100/60g Fasolka szparagowa gotowana 100g Kompot 250ml	Zupa grysikowa z ziemniakami 500ml Risotto z kurczakiem i warzywami 80/100/60g Sos koperkowy 100ml Fasolka szparagowa gotowana 100g Kompot 250ml	Zupa grysikowa z ziemniakami 500ml Risotto z kurczakiem i warzywami 80/100/60g Fasolka szparagowa gotowana 100g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	kefir naturalny 200g	-	-	-
	Kolacja	kawa zbożowa z mlekiem 250ml galaretka z kurczaka 150g jajko gotowane (1 szt.) 50g brokuł gotowany 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml galaretka z kurczaka 150g jajko gotowane (1 szt.) 50g brokuł gotowany 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml galaretka z kurczaka 150g jajko gotowane (1 szt.) 50g brokuł gotowany 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml galaretka z kurczaka 150g białko jaja gotowane (1 szt.) 50g brokuł gotowany 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml galaretka z kurczaka 150g jajko gotowane (1 szt.) 50g brokuł gotowany 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa b/mleka 250ml galaretka z kurczaka 150g jajko gotowane (1 szt.) 50g brokuł gotowany 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g
	P. noc.	mandarynka (1 szt.) 60g, kiwi (1 szt.) 75g	mandarynka (1 szt.) 60g, kiwi (1 szt.) 75g	mandarynka (1 szt.) 60g, kiwi (1 szt.) 75g	mandarynka (1 szt.) 60g, kiwi (1 szt.) 75g	mandarynka (1 szt.) 60g, kiwi (1 szt.) 75g	mandarynka (1 szt.) 60g, kiwi (1 szt.) 75g
<p><b>Alergeny w posiłkach:</b> 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; makaron gotowany na mleku – 1,7; kawa zbożowa na mleku – 1,7; kawa zbożowa b/mleka – 1; galaretka z kurczaka – 9; jajko gotowane – 3; kefir – 7; kapuśniak mazurski – 1,9; zupa grysikowa z ziemniakami – 1,9; risotto z kurczakiem i warzywami – 9; sos koperkowy – 1,7,9.</p>							

**Jadłospis tygodniowy 5.-11.02.2024 r. SP ZOZ Włodawa**

<b>Dzień</b>	<b>Posiłek</b>	<b>Dieta podstawowa</b>	<b>Dieta łatwostrawna</b>	<b>Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.</b>	<b>Dieta łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu</b>	<b>Dieta z ograniczeniem sodu</b>	<b>Dieta bezmleczna</b>
<b>11.02.2024r. niedziela</b>	Śniadanie	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml jogurt typu Skyr 150g dżem 50g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml jogurt typu Skyr 150g dżem 50g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml jogurt typu Skyr 150g rzodkiewki (4 szt.) 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml jogurt typu Skyr 150g dżem 50g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml jogurt typu Skyr 150g dżem 50g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml jajko gotowane (2 szt.) 100g dżem 50g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	sok pomidorowy 330ml	-	-	-
	Obiad	Krupnik jaglany 500ml Stek wieprzowy smażony z cebulą 100/50g Kasza gryczana 80g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml	Krupnik jaglany 500ml Zraz mielony wieprzowy gotowany w sosie pomidorowym 100/100g Ziemniaki 400g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml	Krupnik jaglany 500ml Zraz mielony wieprzowy gotowany 100g Kasza gryczana 80g Mizeria z jogurtem naturalnym 100g Kompot b/c 250ml	Krupnik jaglany 500ml Zraz mielony wieprzowy gotowany 100g Ziemniaki 400g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml	Krupnik jaglany 500ml Zraz mielony wieprzowy gotowany w sosie pomidorowym 100/100g Ziemniaki 400g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml	Krupnik jaglany 500ml Szynka wieprzowa gotowana 100g Ziemniaki 400g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	kefir naturalny 200g	-	-	-
	Kolacja	szynka gotowana 50g ser biały 80g sałatka z brokuła i marchewki 130g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	szynka gotowana 50g ser biały 80g sałatka z brokuła i marchewki 130g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	szynka gotowana 50g ser biały 80g sałatka z brokuła i marchewki 130g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	szynka gotowana 50g ser biały 80g sałatka z brokuła i marchewki 130g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	jajko gotowane (1 szt.) 50g ser biały 80g sałatka z brokuła i marchewki 130g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	szynka gotowana 50g sałatka z brokuła i marchewki 130g 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

**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; jogurt typu Skyr – 7; szynka gotowana – 1,6; jajko gotowane – 3; ser biały – 7; kefir naturalny – 7; krupnik jaglany – 9; sos pomidorowy – 1,7,9; stek wieprzowy smażony z cebulą – 1,3,7; zraz mielony wieprzowy gotowany – 1,3,7; mizeria z jogurtem naturalnym – 7.