

Jadłospis tygodniowy 12.-18.02.2024 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
12.02.2024r. poniedziałek	Śniadanie	makaron gotowany na mleku 30g/250ml wędlina wieprzowa 50g papryka 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	makaron gotowany na mleku 30g/250ml wędlina wieprzowa 50g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml wędlina wieprzowa 50g papryka 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	makaron gotowany na mleku 30g/250ml wędlina wieprzowa 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 wieprzowa 50g 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, papryka 50g	-	-	-
	Obiad	Zupa szpinakowa z ryżem 500ml Pierogi leniwe z masłem 400g Surówka z marchewki i selera z jogurtem 150g Kompot 250ml	Zupa szpinakowa z ryżem 500ml Pierogi leniwe 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 Pierogi leniwe z jogurtem 400g Surówka z marchewki i selera z jogurtem 150g Kompot 250ml	Zupa szpinakowa z ryżem 500ml Pierogi leniwe z masłem 400g Surówka z marchewki i selera z jogurtem 150g Kompot 250ml	Zupa szpinakowa z ryżem 500ml Kopytka 400g Surówka z marchewki i selera z olejem 150g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	pomarańcza (1 szt.) 240g	-	-	-
	Kolacja	kawa zbożowa z mlekiem 250ml połudwica sopocka 50g jajko gotowane (1 szt.) 50g fasolka szparagowa z wody 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml połudwica sopocka 50g jajko gotowane (1 szt.) 50g fasolka szparagowa z wody 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml połudwica sopocka 50g jajko gotowane (1 szt.) 50g fasolka szparagowa z wody 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml połudwica sopocka 50g białko jaja gotowane (1 szt.) 50g fasolka szparagowa z wody 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml jajko gotowane (2 szt.) 100g fasolka szparagowa z wody 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa b/mleka 250ml jajko gotowane (2 szt.) 100g fasolka szparagowa z wody 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g
	P. noc.	sok owocowy 330ml	sok owocowy 330ml	sok pomidorowy 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; kawa zbożowa z mlekiem – 1,7; kawa zbożowa b/mleka – 1; połędwica sopocka – 1,6,7; jajko gotowane – 3; zupa szpinakowa z ryżem (brąz.) – 7,9; pierogi leniwe – 1,3,7; gulasz z ciecierzycy – 1,7,9; surówka z marchewki i selera z jogurtem – 7.</p>							

Jadłospis tygodniowy 12.-18.02.2024 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
13.02.2024r. wtorek	Śniadanie	płatki ryżowe gotowana na mleku 40g/250ml twarożek 80g pomidor 80g sałata 15g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowana na mleku 40g/250ml twarożek 80g pomidor 80g sałata 15g masło extra 15g chleb pszenno żyty 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml twarożek 80g pomidor 80g sałata 15g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowana na mleku 40g/250ml twarożek 80g pomidor 80g sałata 15g margaryna b/ml. 15g chleb pszenno żyty 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowana na mleku 40g/250ml twarożek 80g pomidor 80g sałata 15g masło extra 15g chleb pszenno żyty 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml jajko gotowane (2 szt.) 100g pomidor 80g sałata 15g margaryna b/ml. 15g chleb pszenno żyty 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	jabłko (1 szt.) 180g	-	-	-
	Obiad	Zupa grochowa 500ml Leczo z kurczakiem i cukinią 80/100g Kasza jaglana 80g Kompot 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 500ml Leczo z kurczakiem i cukinią 80/100g Kasza jaglana 80g Kompot 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 500ml Leczo z kurczakiem i cukinią 80/100g Kasza jaglana 80g Kompot b/c 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 500ml Leczo z kurczakiem i cukinią 80/100g Kasza jaglana 80g Kompot 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 500ml Leczo z kurczakiem i cukinią 80/100g Kasza jaglana 80g Kompot 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 500ml Leczo z kurczakiem i cukinią 80/100g Kasza jaglana 80g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	kefir naturalny 200g	-	-	-
	Kolacja	płatki jęczmienne na mleku 30/250ml kiełbasa tyrolska 50g sałatka z kalafiora i pomidora 130g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne na mleku 30/250ml kiełbasa tyrolska 50g sałatka z kalafiora i pomidora 130g masło extra 15g chleb pszenno żyty 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki gryczane na mleku 30/250ml wędlina z kurczaka 50g sałatka z kalafiora i pomidora 130g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne na mleku 30/250ml wędlina z kurczaka 50g sałatka z kalafiora i pomidora 130g margaryna b/ml. 15g chleb pszenno żyty 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne na mleku 30/250ml serek naturalny 150g sałatka z kalafiora i pomidora 130g masło extra 15g chleb pszenno żyty 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml wędlina z kurczaka 50g sałatka z kalafiora i pomidora 130g margaryna b/ml. 15g chleb pszenno żyty 100g herbata b/c 250ml
	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
	<p>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 jęczmienne gotowane na mleku – 1,7; płatki gryczane gotowane na mleku – 7; twarożek – 7; jajko gotowane – 3; kefir naturalny – 7; kiełbasa tyrolska – 1,6,7; serek naturalny – 7; zupa grochowa – 1,9; barszcz czerwony z ziemniakami – 1,7,9.</p>						

Jadłospis tygodniowy 12.-18.02.2024 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
14.02.2024r. środa	Śniadanie	kasza manna gotowana na mleku 40g/250ml galaretką drobiową 150g jajko gotowane (1 szt.) 50g bukiet warzyw gotowany 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	kasza manna gotowana na mleku 40g/250ml galaretką drobiową 150g jajko gotowane (1 szt.) 50g bukiet warzyw gotowany 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml galaretką drobiową 150g jajko gotowane (1 szt.) 50g bukiet warzyw gotowany 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	kasza manna gotowana na mleku 40g/250ml galaretką drobiową 150g białko jaja gotowane (1 szt.) 50g bukiet warzyw gotowany 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	kasza manna gotowana na mleku 40g/250ml galaretką drobiową 150g jajko gotowane (1 szt.) 50g bukiet warzyw gotowany 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml galaretką drobiową 150g jajko gotowane (1 szt.) 50g bukiet warzyw gotowany 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	chleb razowy 30g, mizeria z jogurtem 100g	-	-	-
	Obiad	Zupa jarzynowa 500ml Kakaowe naleśniki z serem, śmietaną i owocami (2 szt.) Kompot 250ml	Zupa jarzynowa 500ml Makaron z serem 80/80g Brokuł gotowany 100g Kompot 250ml	Zupa jarzynowa 500ml Makaron pełn. z serem 80/80g Brokuł gotowany 100g Kompot b/c 250ml	Zupa jarzynowa 500ml Makaron z serem 80/80g Brokuł gotowany 100g Kompot 250ml	Zupa jarzynowa 500ml Makaron z serem 80/80g Brokuł gotowany 100g Kompot 250ml	Zupa jarzynowa 500ml Kurczak gotowany 150g Makaron 80g Brokuł gotowany 100g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	sok warzywny 330ml	-	-	-
	Kolacja	kawa zbożowa z mlekiem 250ml szynka gotowana 50g pomidor 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml szynka gotowana 50g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml szynka gotowana 50g pomidor 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml szynka gotowana 50g pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml kurczak gotowany 100g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa b/mleka 250ml szynka gotowana 50g pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g
	P. noc.	banan (1 szt.) 120g	banan (1 szt.) 120g	pomarańcza (1 szt.) 240g	banan (1 szt.) 120g	banan (1 szt.) 120g	banan (1 szt.) 120g
	<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; galaretką drobiową – 9; jajko gotowane – 3; mizeria z jogurtem – 7; szynka gotowana – 1,6; zupa jarzynowa – 1,7,9; kakaowe naleśniki z serem, śmietaną i owocami – 1,3,7; makaron z serem – 1,7; makaron – 1.</p>						

Jadłospis tygodniowy 12.-18.02.2024 r. SP ZOZ Włodawa

Dzień	Posiłek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	Dieta łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	Dieta z ograniczeniem sodu	Dieta bezmleczna
15.02.2024r. czwartek	Śniadanie	makaron gotowany na mleku 30g/250ml pieczeń rzymska 50g mix sałat 15g rzodkiewki 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	makaron gotowany na mleku 30g/250ml pieczeń rzymska 50g mix sałat 15g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenno żytny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml kiełbasa krakowska 50g mix sałat 15g rzodkiewki 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	makaron gotowany na mleku 30g/250ml kiełbasa krakowska 50g mix sałat 15g pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenno żytny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	makaron gotowany na mleku 30g/250ml serek naturalny 150g mix sałat 15g pomidor 80g chleb pszenno żytny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml pieczeń rzymska 50g mix sałat 15g pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenno żytny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	kefir naturalny 200g	-	-	-
	Obiad	Zupa ogórkowa 500ml Kotlet schabowy smażony 100g Ziemniaki 400g Buraczki duszone 150g Kompot 250ml	Zupa solferino 500ml Schab gotowany w sosie musztardowym 120/100g Ziemniaki 400g Buraczki duszone 150g Kompot 250ml	Zupa solferino 500ml Schab gotowany 120g Ziemniaki 400g Surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem 150g Kompot b/c 250ml	Zupa solferino 500ml Schab gotowany 120g Ziemniaki 400g Buraczki duszone b/masła 150g Kompot 250ml	Zupa solferino 500ml Schab gotowany w sosie musztardowym 120/100g Ziemniaki 400g Buraczki duszone 150g Kompot 250ml	Zupa solferino 500ml Schab gotowany 120g Ziemniaki 400g Buraczki duszone b/masła 150g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	mandarynki (3 szt.) 200g	-	-	-
	Kolacja	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml wędlina z kurczaka 50g sałatka z rukoli i pomidora 100g 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 sałatka z rukoli i pomidora 100g masło extra 15g chleb pszenno żytny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki górskie gotowane na mleku 30g/250ml wędlina z kurczaka 50g sałatka z rukoli i pomidora 100g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml wędlina z kurczaka 50g sałatka z rukoli i pomidora 100g margaryna b/ml. 15g chleb pszenno żytny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml jajko gotowane (2 szt.) 100g sałatka z rukoli i pomidora 100g masło extra 15g chleb pszenno żytny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml wędlina z kurczaka 50g sałatka z rukoli i pomidora 100g margaryna b/ml. 15g chleb pszenno żytny 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 pszenno żytny 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; płatki owsiane gotowane na mleku – 1,7; płatki górskie gotowane na mleku – 1,7; pieczeń rzymska – 6; kiełbasa krakowska – 1,6; kefir naturalny – 7; serek naturalny – 7; zupa ogórkowa – 1,7,9; zupa solferino – 1,7,9; kotlet schabowy – 1,3,7; sos musztardowy – 1,7,10; buraczki duszone – 1,7; surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem – 7.</p>						

Jadłospis tygodniowy 12.-18.02.01.2024 r. SP ZOZ Włodawa

Dzień	Posiłek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	Dieta łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	Dieta z ograniczeniem sodu	Dieta bezmleczna
16.02. 2024r. piątek	Śniadanie	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml pasta z ciecierzycy 60g brokuł gotowany 80g pomidor 50g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml pasta z jajka z natką pietruszki 75g brokuł gotowany 80g pomidor 50g masło extra 15g chleb pszenno-żytni 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml pasta z ciecierzycy 60g brokuł gotowany 80g pomidor 50g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml pasta z białka jaja z natką pietruszki 75g brokuł gotowany 80g pomidor 50g margaryna b/ml. 15g chleb pszenno-żytni 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml pasta z jajka z natką pietruszki 75g brokuł gotowany 80g pomidor 50g masło extra 15g chleb pszenno-żytni 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml jajko gotowane (2 szt.) 100g brokuł gotowany 80g pomidor 50g margaryna b/ml. 15g chleb pszenno-żytni 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	sok warzywny 330ml	-	-	-
	Obiad	Zupa brokułowa 500ml Pulpet rybno-warzywny (z dorsza) gotowany w sosie pomidorowym 120/100g Ziemniaki 400g Surówka z czerwonej kapusty 150g Kompot 250ml	Zupa brokułowa 500ml Pulpet rybno-warzywny (z dorsza) gotowany w sosie pomidorowym 120/100g Ziemniaki 400g Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot 250ml	Zupa brokułowa 500ml Pulpet rybno-warzywny (z dorsza) gotowany 120g Ziemniaki 400g Surówka z czerwonej kapusty 150g Kompot b/c 250ml	Zupa brokułowa 500ml Pulpet rybno-warzywny (z dorsza) gotowany 120g Ziemniaki 400g Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot 250ml	Zupa brokułowa 500ml Pulpet rybno-warzywny (z dorsza) gotowany w sosie pomidorowym 120/100g Ziemniaki 400g Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot 250ml	Zupa brokułowa 500ml Dorsz gotowany w jarzynach 120/60g Ziemniaki 400g Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	jabłko pieczone(1 szt.) 180g	-	-	-
	Kolacja	kawa zbożowa z mlekiem 250ml serek naturalny 150g dżem 50g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml serek naturalny 150g dżem 50g masło extra 15g chleb pszenno-żytni 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml serek naturalny 150g papryka 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml serek naturalny 150g dżem 50g margaryna b/ml. 15g chleb pszenno-żytni 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml serek naturalny 150g dżem 50g masło extra 15g chleb pszenno-żytni 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa b/mleka 250ml kurczak gotowany 100g dżem 50g margaryna b/ml. 15g chleb pszenno-żytni 100g
	P. noc.	sałatka owocowa (jabłko- mandarynka-kiwi) 150g, wafle ryżowe (2 szt.) 12g	sałatka owocowa (jabłko- mandarynka-kiwi) 150g, wafle ryżowe (2 szt.) 12g	sałatka owocowa (jabłko- mandarynka-kiwi) 150g	sałatka owocowa (jabłko- mandarynka-kiwi) 150g, wafle ryżowe (2 szt.) 12g	sałatka owocowa (jabłko- mandarynka-kiwi) 150g, wafle ryżowe (2 szt.) 12g	sałatka owocowa (jabłko- mandarynka-kiwi) 150g, wafle ryżowe (2 szt.) 12g
Alergeny w posiłkach: chleb pszenno-żytni – 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; kawa zbożowa z mlekiem – 1,7; kawa zbożowa b/mleka – 1; serek naturalny – 7; jajko gotowane – 3; pasta z jajka – 1,3,7; zupa brokułowa – 1,7,9; pulpet rybno-warzywny gotowany – 1,3,4,7,9; dorsz gotowany w jarzynach – 4,9; sos pomidorowy – 1,7,9.							

Jadłospis tygodniowy 12.-18.02.01.2024 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
17.02.2024r. sobota	Śniadanie	płatki jęczmienne gotowane na mleku 30g/250ml kielbasa szynkowa 50g rzodkiewki 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 pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml kielbasa szynkowa 50g rzodkiewki 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotowane na mleku 30g/250ml kielbasa szynkowa 50g pomidor 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 100g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml kielbasa szynkowa 50g pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	kefir naturalny 200g	-	-	-
	Obiad	Zupa neapolitańska z makaronem 500ml Potrawka z kurczaka z warzywami 150/60g Ryż 80g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml	Zupa wiejska 500ml Potrawka z kurczaka z warzywami 150/60g Ryż 80g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml	Zupa wiejska z makaronem pełn. 500ml Potrawka z kurczaka z warzywami 150/60g Ryż brązowy 80g Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot b/c 250ml	Zupa wiejska 500ml Potrawka z kurczaka z warzywami 150/60g Ryż 80g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml	Zupa wiejska 500ml Potrawka z kurczaka z warzywami 150/60g Ryż 80g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml	Zupa wiejska 500ml Potrawka z kurczaka z warzywami 150/60g Ryż 80g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	chleb razowy 30g, twarożek 80g, pomidor 50g	-	-	-
	Kolacja	ser żółty 25g jajko gotowane (1 szt.) 50g papryka 80g ogórek kiszony 40g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	jogurt Skyr 150g jajko gotowane (1 szt.) 50g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	jogurt Skyr 150g jajko gotowane (1 szt.) 50g papryka 80g ogórek kiszony 40g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	jogurt Skyr 150g jajko gotowane (1 szt.) 50g pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	jogurt Skyr 150g białko jaja gotowane (1 szt.) 50g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	jajko gotowane (2 szt.) 100g pomidor 80g dżem 50g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	P. noc.	banan (1 szt.) 120g	banan (1 szt.) 120g	jabłko (1 szt.) 180g	banan (1 szt.) 120g	banan (1 szt.) 120g	banan (1 szt.) 120g
<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 jęczmienne gotowane na mleku – 1,7; ser żółty – 7; twarożek – 7; jogurt Skyr – 7; jajko gotowane – 3; kielbasa szynkowa – 1,6; kefir nturalny – 7; zupa neapolitańska z makaronem – 1,7,9; zupa wiejska (z makaronem pełn.) – 1,7,9; potrawka z kurczaka z warzywami – 1,7,9.</p>							

Jadłospis tygodniowy 12.-18.02.2024 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
18.02.2024r. niedziela	Śniadanie	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml twarożek 80g dżem 50g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml twarożek 80g dżem 50g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml twarożek ze szczypiorkiem 80g papryka 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml twarożek 80g dżem 50g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml twarożek 80g 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.	-	-	jabłko (1 szt.) 180g	-	-	-
	Obiad	Krupnik jęczmienny 500ml Spaghetti z mięsem mielonym i sosem pomidorowym 80/100/60g Bukiet warzyw gotowany 100g Kompot 250ml	Krupnik jęczmienny 500ml Spaghetti z mięsem mielonym i sosem pomidorowym 80/100/60g Bukiet warzyw gotowany 100g Kompot 250ml	Krupnik jęczmienny 500ml Spaghetti pełn. z mięsem mielonym i sosem pomidorowym 80/100/60g Bukiet warzyw gotowany 100g Kompot b/c 250ml	Krupnik jęczmienny 500ml Spaghetti z mięsem mielonym i sosem pomidorowym 80/100/60g Bukiet warzyw gotowany 100g Kompot 250ml	Krupnik jęczmienny 500ml Spaghetti z mięsem mielonym i sosem pomidorowym 80/100/60g Bukiet warzyw gotowany 100g Kompot 250ml	Krupnik jęczmienny 500ml Spaghetti z mięsem mielonym i sosem pomidorowym 80/100/60g Bukiet warzyw gotowany 100g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	kisiel z jabłka 250ml	-	-	-
	Kolacja	kakao na mleku 250ml sałatka śledziowa 150g brokuł gotowany 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g	kakao na mleku 250ml pasta rybna (z dorsza) 120g brokuł gotowany 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kakao na mleku 250ml sałatka śledziowa 150g brokuł gotowany 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	kakao na mleku 250ml pasta rybna (z dorsza) 120g brokuł gotowany 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kakao na mleku 250ml pasta rybna (z dorsza) 120g brokuł gotowany 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa b/mleka 250ml dorsz gotowany w jarzynach 120/60g brokuł gotowany 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g
	P. noc.	biszkopty (6 szt.) 25g	biszkopty (6 szt.) 25g	sok pomidorowy 330ml	biszkopty (6 szt.) 25g	biszkopty (6 szt.) 25g	biszkopty (6 szt.) 25g
	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; kakao na mleku – 7; kawa zbożowa b/mleka – 1; jajko gotowane – 3; twarożek – 7; biszkopty – 1,3; sałatka śledziowa – 4,7; pasta rybna (z dorsza) – 1,4,7,9; dorsz gotowany w jarzynach – 4,9; krupnik jęczmienny – 1,9; spaghetti (pełn.) z mięsem mielonym i sosem pomidorowym – 1.						