

**Jadłospis tygodniowy 04.-10.03.2024 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>04.03.2024r. poniedziałek</b>	Śniadanie	kasza manna gotowana na mleku 40g/250ml sałatka z Mozzarelli, rukoli i pomidora 120g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	kasza manna gotowana na mleku 40g/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 Mozzarelli, rukoli i pomidora 120g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	kasza manna gotowana na mleku 40g/250ml ser biały 80g 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 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
	II śniad.	-	-	chleb razowy 30g, masło 10g, jajko gotowane 50g, pomidor 50g	-	-	-
	Obiad	Kapuśniak mazurski 500ml Leczo z kurczakiem i cukinią 80/100g Kasza jaglana 80g Kompot 250ml	Zupa dyniowa 500ml Leczo z kurczakiem i cukinią 80/100g Kasza jaglana 80g Kompot 250ml	Zupa dyniowa 500ml Leczo z kurczakiem i cukinią 80/100g Kasza jaglana 80g Kompot b/c 250ml	Zupa dyniowa 500ml Leczo z kurczakiem i cukinią 80/100g Kasza jaglana 80g Kompot 250ml	Zupa dyniowa 500ml Leczo z kurczakiem i cukinią 80/100g Kasza jaglana 80g Kompot 250ml	Zupa dyniowa 500ml Leczo z kurczakiem i cukinią 80/100g Kasza jaglana 80g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	mandarynki (3 szt.) 200g	-	-	-
	Kolacja	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml wędlina wieprzowa 50g 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 wędlina wieprzowa 50g sałatka z brokuła i pomidora 130g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki owsiane górskie gotowane na mleku 30g/250ml wędlina wieprzowa 50g sałatka z brokuła i pomidora 130g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml wędlina wieprzowa 50g sałatka z brokuła i pomidora 130g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml kurczak gotowany 50g sałatka z brokuła i pomidora 130g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml wędlina wieprzowa 50g sałatka z brokuła i pomidora 130g 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
	<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; kasza manna gotowana na mleku – 1,7; płatki owsiane gotowane na mleku – 1,7; płatki owsiane górskie gotowane na mleku – 1,7; sałatka z Mozzarelli, rukoli i pomidora – 7; ser biały – 7; jajko gotowane – 3; kapuśniak mazurski – 1,9; zupa dyniowa – 7,9.						

**Jadłospis tygodniowy 04.-10.03.2024 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>05.03.2024r. wtorek</b>	Śniadanie	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml wędlina z kurczaka 50g sałata 15g ogórek zielony 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml wędlina z kurczaka 50g sałata 15g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml wędlina z kurczaka 50g sałata 15g ogórek zielony 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml wędlina z kurczaka 50g sałata 15g pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml jajko gotowane (2 szt.) 100g sałata 15g pomidor 80g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml wędlina z kurczaka 50g sałata 15g pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	kefir naturalny 200g	-	-	-
	Obiad	Barszcz czerwony 500ml Naleśniki z serem, śmietaną i owocami 2 szt. Gruszka (1 szt.) 130g Kompot 250ml	Barszcz czerwony 500ml Makaron z serem i szpinakiem 80/80/50g Kompot 250ml	Barszcz czerwony 500ml Makaron pełn. z serem i szpinakiem 80/80/50g Kompot b/c 250ml	Barszcz czerwony 500ml Makaron z serem i szpinakiem 80/80/50g Kompot 250ml	Barszcz czerwony 500ml Makaron z serem 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	kakao na mleku 250ml jogurt Skyr 150g dżem 50g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g	kakao na mleku 250ml jogurt Skyr 150g dżem 50g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kakao na mleku 250ml jogurt Skyr 150g jajko gotowane (1 szt.) 50g 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 jogurt Skyr 150g dżem 50g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa b/mleka 250ml jajko gotowane (2 szt.) 100g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g
	P. noc.	smoothie jabłko-banan-kakao 250ml	smoothie jabłko-banan-kakao 250ml	jabłko (1 szt.) 180g	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; płatki ryżowe gotowane na mleku – 7; kakao na mleku – 7; kawa zbożowa b/mleka – 1; jajko gotowane – 3; jogurt Skyr – 7; kefir naturalny – 7; barszcz czerwony – 1,7,9; naleśniki z serem, śmietaną i owocami – 1,3,7; makaron z serem i szpinakiem – 1,7; makaron z kurczakiem i szpinakiem – 1.

**Jadłospis tygodniowy 04.-10.03.02.2024 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>06.03.2024r. środa</b>	Śniadanie	kawa zbożowa z mlekiem 250ml sałatka śledziowa 150g ser Mozzarella 25g bukiet warzyw gotowany 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml pasta z dorsza 120g ser Mozzarella 25g bukiet warzyw gotowany 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml sałatka śledziowa 150g ser Mozzarella 25g bukiet warzyw gotowany 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml pasta z dorsza 120g ser biały 80g bukiet warzyw gotowany 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml pasta z dorsza 120g ser Mozzarella 25g bukiet warzyw gotowany 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa b/mleka 250ml dorsz gotowany w jarzynach 120/50g jajko gotowane (1 szt.) 50g bukiet warzyw gotowany 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g
	II śniad.	-	-	sok pomidorowy 330ml	-	-	-
	Obiad	Zupa jarzynowa 500ml Kotlet z soczewicy pieczony 50g Ziemniaki 400g Brokuł gotowany 100g Kompot 250ml	Zupa jarzynowa 500ml Ryż ze śmietaną i jabłkiem 80/50/200g Kompot 250ml	Zupa jarzynowa 500ml Kotlet z soczewicy pieczony 50g Ziemniaki 400g Brokuł gotowany 100g Kompot b/c 250ml	Zupa jarzynowa 500ml Ryż z jogurtem naturalnym i jabłkiem 80/50/200g Kompot 250ml	Zupa jarzynowa 500ml Ryż ze śmietaną i jabłkiem 80/50/200g Kompot 250ml	Zupa jarzynowa 500ml Ryż z jabłkiem 80/200g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	jabłko pieczone(1 szt.) 180g	-	-	-
	Kolacja	płatki jęczmienne gotowane na mleku 30g/250ml połędwica sopocka 50g fasolka szparagowa gotowana 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotowane na mleku 30g/250ml połędwica sopocka 50g fasolka szparagowa gotowana 80g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki gryczane gotowane na mleku 30g/250ml połędwica sopocka 50g fasolka szparagowa gotowana 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotowane na mleku 30g/250ml połędwica sopocka 50g fasolka szparagowa gotowana 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 fasolka szparagowa gotowana 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml kurczak gotowany 100g fasolka szparagowa gotowana 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	P. noc.	gruszka (1 szt.) 130g	mandarynka (3 szt.) 200g	mandarynka (3 szt.) 200g	mandarynka (3 szt.) 200g	mandarynka (3 szt.) 200g	mandarynka (3 szt.) 200g
<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; kawa zbożowa z mlekiem – 1,7; płatki jęczmienne gotowane na mleku – 1,7; płatki gryczane gotowane na mleku – 7; kawa zbożowa b/mleka – 1; sałatka śledziowa – 4,7; ser Mozzarella – 7; pasta z dorsza – 1,4,7,9; dorsz gotowany w jarzynach – 4,9; połędwica sopocka – 1,6,7; zupa jarzynowa – 1,7,9; kotlet z soczewicy pieczony – 1,3,7; ryż ze śmietaną / jogurtem i jabłkiem – 7.</p>							

**Jadłospis tygodniowy 04.-10.03.2024 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>07.03.2024r. czwartek</b>	Śniadanie	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml pieczeń rzymska 50g mix sałat 15g pomidor 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml pieczeń rzymska 50g mix sałat 15g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenno żyty 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml kielbasa krakowska 50g mix sałat 15g pomidor 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml kielbasa krakowska 50g mix sałat 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 jogurt Skyr 150g mix sałat 15g pomidor 80g chleb pszenno żyty 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml kielbasa krakowska 50g mix sałat 15g pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenno żyty 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	kefir naturalny 200g	-	-	-
	Obiad	Krupnik jaglany 500ml Sztuka wieprzowa pieczona 120g Ziemniaki 400g Buraczki gotowane 150g Kompot 250ml	Krupnik jaglany 500ml Sztuka wieprzowa gotowana w sosie musztardowym 120/100g Ziemniaki 400g Buraczki gotowane 150g Kompot 250ml	Krupnik jaglany 500ml Sztuka wieprzowa pieczona 120g Ziemniaki 400g Mizeria z jogurtem 100g Kompot b/c 250ml	Krupnik jaglany 500ml Sztuka wieprzowa gotowana 120g Ziemniaki 400g Buraczki gotowane b/masła 150g Kompot 250ml	Krupnik jaglany 500ml Sztuka wieprzowa gotowana w sosie musztardowym 120/100g Ziemniaki 400g Buraczki gotowane 150g Kompot 250ml	Krupnik jaglany 500ml Sztuka wieprzowa gotowana 120g Ziemniaki 400g Buraczki gotowane b/masła 150g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	jablko (1 szt.) 180g	-	-	-
	Kolacja	kawa zbożowa z mlekiem 250ml wędlina z kurczaka 50g jajko gotowane (1 szt.) 50g sałatka z kalafiora i pomidora 130g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml wędlina z kurczaka 50g jajko gotowane (1 szt.) 50g sałatka z kalafiora i pomidora 130g masło extra 15g chleb pszenno żyty 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml wędlina z kurczaka 50g jajko gotowane (1 szt.) 50g sałatka z kalafiora i pomidora 130g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml wędlina z kurczaka 50g białko jaja gotowane (1 szt.) 50g sałatka z kalafiora i pomidora 130g margaryna b/ml. 15g chleb pszenno żyty 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml jajko gotowane (2 szt.) 100g sałatka z kalafiora i pomidora 130g masło extra 15g chleb pszenno żyty 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa b/mleka 250ml wędlina z kurczaka 50g jajko gotowane (1 szt.) 50g sałatka z kalafiora i pomidora 130g margaryna b/ml. 15g chleb pszenno żyty 100g
	P. noc.	jablko ( 1szt.) 180g	jablko ( 1szt.) 180g	jablko ( 1szt.) 180g	jablko ( 1szt.) 180g	jablko ( 1szt.) 180g	jablko ( 1szt.) 180g
	<b>Alergeny w posiłkach:</b> 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; kawa zbożowa z mlekiem – 1,7; kawa zbożowa b/mleka – 1; pieczeń rzymska – 6; jajko gotowane – 3; kielbasa krakowska – 1,6; kefir naturalny – 7; jogurt Skyr – 7; krupnik jaglany – 9; sos musztardowy – 1,7,10; buraczki gotowane – 1,7.						

**Jadłospis tygodniowy 04.-10.03.02.01.2024 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>08.03.2024r. piątek</b>	Śniadanie	kasza jaglana gotowana na mleku 30g/250ml twarożek 80g dżem 50g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	kasza jaglana gotowana 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 pasta z ciecierzycy 60g sałata 15g papryka 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	kasza jaglana gotowana na mleku 30g/250ml twarożek 80g dżem 50g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	kasza jaglana gotowana 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.) 50g dżem 50g sałata 15g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	chleb razowy 30g, twarożek 80g, sałata 15g	-	-	-
	Obiad	Zupa fasolowa 500ml Dorsz pieczony 120g Ryż 80g Surówka z czerwonej kapusty 150g Kompot 250ml	Zupa włoska 500ml Dorsz pieczony 120g Ryż 80g Sałatka z cukinii i pomidora 150g Kompot 250ml	Zupa włoska z makaronem pełn. 500ml Dorsz pieczony 120g Ryż brązowy 80g Surówka z czerwonej kapusty 150g Kompot b/c 250ml	Zupa włoska 500ml Dorsz pieczony 120g Ryż 80g Sałatka z cukinii i pomidora 150g Kompot 250ml	Zupa włoska 500ml Dorsz pieczony 120g Ryż 80g Sałatka z cukinii i pomidora 150g Kompot 250ml	Zupa włoska 500ml Dorsz pieczony 120g Ryż 80g Sałatka z cukinii i pomidora 150g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	sok pomidorowy 330ml	-	-	-
	Kolacja	płatki jęczmienne gotow. na mleku 30g/250ml pasta z jajka ze szczypiorkiem 75g ogórek kiszony 40g papryka 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotow. na mleku 30g/250ml pasta z jajka z koperkiem 75g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki gryczane gotowane na mleku 30g/250ml pasta z jajka ze szczypiorkiem 75g ogórek kiszony 40g papryka 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotow. na mleku 30g/250ml pasta z jajka z koperkiem 75g pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotow. na mleku 30g/250ml pasta z jajka z koperkiem 75g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml jajko gotowane (2 szt.) 100g pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	P. noc.	sałatka owocowa (jabłko-pomarańcza-kiwi) 150g	sałatka owocowa (jabłko-pomarańcza-kiwi) 150g	sałatka owocowa (jabłko-pomarańcza-kiwi) 150g	sałatka owocowa (jabłko-pomarańcza-kiwi) 150g	sałatka owocowa (jabłko-pomarańcza-kiwi) 150g	sałatka owocowa (jabłko-pomarańcza-kiwi) 150g
<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; kasza jaglana gotowana na mleku – 7; płatki jęczmienne gotowane na mleku – 1,7; płatki gryczane gotowane na mleku – 7; pasta z jajka – 1,3,7; twarożek – 7; jajko gotowane – 3; zupa fasolowa – 1,9; zupa włoska (z makaronem pełn.) – 1,9; dorsz pieczony – 4.</p>							

**Jadłospis tygodniowy 04.-10.03.02.01.2024 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>09.03.2024r. sobota</b>	Śniadanie	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml pasztet drobiowy 50g chrzan 30g sałatka z marchewki i brokuła 130g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml pasztet drobiowy 50g sałatka z marchewki i brokuła 130g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml wędlina z kurczaka 50g sałatka z marchewki i brokuła 130g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml wędlina z kurczaka 50g sałatka z marchewki i brokuła 130g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml kurczak gotowany 100g sałatka z marchewki i brokuła 130g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml wędlina z kurczaka 50g sałatka z marchewki i brokuła 130g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	sok warzywny 330ml	-	-	-
	Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem 500ml Rolada drobiowa ze szpinakiem 150/50g Ziemniaki 400g Marchewka z groszkiem duszona 150g Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 500ml Rolada drobiowa ze szpinakiem 150/50g Ziemniaki 400g Marchewka duszona 150g Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem pełn. 500ml Rolada drobiowa ze szpinakiem 150/50g Ziemniaki 400g Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot b/c 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 500ml Rolada drobiowa ze szpinakiem 150/50g Ziemniaki 400g Marchewka duszona b/masła 150g Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 500ml Rolada drobiowa ze szpinakiem 150/50g Ziemniaki 400g Marchewka duszona 150g Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 500ml Kurczak gotowany ze szpinakiem 150/50g Ziemniaki 400g Marchewka duszona b/masła 150g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	smoothie jabłko-kiwi 250ml	-	-	-
	Kolacja	serek naturalny 150g pomidor 80g miód 25g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	serek naturalny 150g pomidor 80g miód 25g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	serek naturalny 150g pomidor 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	serek naturalny 150g pomidor 80g miód 25g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	serek naturalny 150g pomidor 80g miód 25g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	jajko gotowane (2 szt.) 100g pomidor 80g miód 25g 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
	<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; płatki owsiane gotowane na mleku – 1,7; serek naturalny – 7; jajko gotowane – 3; pasztet drobiowy – 1,3,6,7,9; zupa pomidorowa z makaronem (pełn.) – 1,7,9; herbatniki – 1,6,12; rolada drobiowa ze szpinakiem – 1,3,7; marchewka (z groszkiem) duszona – 1,7.</p>						

**Jadłospis tygodniowy 04.-10.03.03.02.2024 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>10.03.2024r. niedziela</b>	Śniadanie	makaron gotowany na mleku 30g/250ml kiełbasa tyrolska 50g papryka 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	makaron gotowany na mleku 30g/250ml kiełbasa tyrolska 50g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml schab pieczony 50g papryka 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	makaron gotowany na mleku 30g/250ml schab pieczony 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 schab pieczony 50g pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	kefir naturalny 200g	-	-	-
	Obiad	Zupa kalafiorowa 500ml Gulasz wieprzowy z warzywami 120/50g Kasza jęczmienna 80g Buraczki z jabłkiem 150g Kompot 250ml	Zupa kalafiorowa 500ml Gulasz wieprzowy z warzywami 120/50g Kasza jęczmienna 80g Buraczki z jabłkiem 150g Kompot 250ml	Zupa kalafiorowa 500ml Gulasz wieprzowy z warzywami 120/50g Kasza jęczmienna 80g Sałatka z ogórka kiszzonego 100g Kompot b/c 250ml	Zupa kalafiorowa 500ml Gulasz wieprzowy z warzywami 120/50g Kasza jęczmienna 80g Buraczki z jabłkiem 150g Kompot 250ml	Zupa kalafiorowa 500ml Gulasz wieprzowy z warzywami 120/50g Kasza jęczmienna 80g Buraczki z jabłkiem 150g Kompot 250ml	Zupa kalafiorowa 500ml Gulasz wieprzowy z warzywami 120/50g Kasza jęczmienna 80g Buraczki z jabłkiem 150g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	jabłko (1 szt.) 180g	-	-	-
	Kolacja	ser żółty 50g jajko gotowane (1 szt.) 50g bukiet warzyw gotowany 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	twarożek z natką pietruszki 80g jajko gotowane (1 szt.) 50g bukiet warzyw gotowany 80g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	twarożek z natką pietruszki 80g jajko gotowane (1 szt.) 50g bukiet warzyw gotowany 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	twarożek z natką pietruszki 80g 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	twarożek z natką pietruszki 80g jajko gotowane (1 szt.) 50g bukiet warzyw gotowany 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	jajko gotowane (2 szt.) 100g bukiet warzyw gotowany 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	P. noc.	sok pomidorowy 330ml	sok pomidorowy 330ml	sok pomidorowy 330ml	sok pomidorowy 330ml	sok pomidorowy 330ml	sok pomidorowy 330ml
	<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; makaron gotowany na mleku – 1,7; twarożek z natką pietruszki – 7; ser żółty – 7; jajko gotowane – 3; kiełbasa tyrolska – 1,6,7; zupa kalafiorowa – 1,7,9; gulasz wieprzowy z warzywami – 1,7,9; kasza jęczmienna – 1.						