

**Jadłospis tygodniowy 18.-24.03.2024 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>18.03.2024r. poniedziałek</b>	Śniadanie	makaron gotowany na mleku 30g/250ml szynka gotowana 50g mix sałat 15g ogórek zielony 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	makaron gotowany na mleku 30g/250ml szynka gotowana 50g mix sałat 15g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml szynka gotowana 50g mix sałat 15g ogórek zielony 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	makaron gotowany na mleku 30g/250ml szynka gotowana 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 szynka gotowana 50g 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 50g, ogórek zielony 50g	-	-	-
	Obiad	Zupa fasolowa 500ml Leczo z kurczakiem i cukinią 80/100g Kasza jaglana 80g Kompot 250ml	Zupa koperkowa z ryżem 500ml Leczo z kurczakiem i cukinią 80/100g Kasza jaglana 80g Kompot 250ml	Zupa fasolowa 500ml Leczo z kurczakiem i cukinią 80/100g Kasza jaglana 80g Kompot b/c 250ml	Zupa koperkowa z ryżem 500ml Leczo z kurczakiem i cukinią 80/100g Kasza jaglana 80g Kompot 250ml	Zupa koperkowa z ryżem 500ml Leczo z kurczakiem i cukinią 80/100g Kasza jaglana 80g Kompot 250ml	Zupa koperkowa z ryżem 500ml Leczo z kurczakiem i cukinią 80/100g Kasza jaglana 80g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	kisiel z jabłka 250ml	-	-	-
	Kolacja	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml pasta z jajka ze szczypiorkiem 75g 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 pasta z jajka z koperkiem 75g 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 pasta z jajka ze szczypiorkiem 75g sałatka z brokuła i pomidora 130g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml pasta z jajka z koperkiem 75g 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 pasta z jajka z koperkiem 75g sałatka z brokuła i pomidora 130g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml jajko gotowane (2 szt.) 100g 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	pomarańcza (1 szt.) 240g	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 owsiane gotowane na mleku – 1,7; płatki owsiane górskie gotowane na mleku – 1,7; szynka gotowana – 1,6; jajko gotowane – 3; pasta z jajka – 1,3,7; zupa fasolowa – 1,9; zupa koperkowa z ryżem – 1,7,9.</p>							

**Jadłospis tygodniowy 18.-24.03.02.2024 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>19.03.2024r. wtorek</b>	Śniadanie	płatki jęczmienne gotowane na mleku 30g/250ml pieczeń rzymska 50g sałata 15g pomidor 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotowane na mleku 30g/250ml pieczeń rzymska 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 pomidor 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotowane na mleku 30g/250ml kielbasa szynkowa 50g sałata 15g pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenno żyty 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotowane na mleku 30g/250ml serek naturalny 150g 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.	-	-	kefir naturalny 200g	-	-	-
	Obiad	Zupa kalafiorowa 500ml Kakaowe naleśniki z serem, śmietaną i owocami (2 szt.) Gruszka (1 szt.) 130g Kompot 250ml	Zupa kalafiorowa 500ml Makaron z serem białym i szpinakiem 80/80/50g Kompot 250ml	Zupa kalafiorowa 500ml Makaron pełn. z serem białym i szpinakiem 80/80/50g Kompot b/c 250ml	Zupa kalafiorowa 500ml Makaron z serem białym i szpinakiem 80/80/50g Kompot 250ml	Zupa kalafiorowa 500ml Makaron z serem białym i szpinakiem 80/80/50g Kompot 250ml	Zupa kalafiorowa 500ml Makaron z kurczakiem i szpinakiem 80/150/50g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	jabłko pieczone(1 szt.) 180g	-	-	-
	Kolacja	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ser topiony 25g wędlina z kurczaka 50g papryka 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml jajko gotowane (1 szt.) 50g wędlina z kurczaka 50g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenno żyty 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml jajko gotowane (1 szt.) 50g wędlina z kurczaka 50g papryka 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml białko jaja gotowane (1 szt.) 50g wędlina z kurczaka 50g pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenno żyty 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml jajko gotowane (2 szt.) 100g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenno żyty 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa b/mleka 250ml jajko gotowane (1 szt.) 50g wędlina z kurczaka 50g pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenno żyty 100g
	P. noc.	smoothie jabłko-pomarańcza 250ml	smoothie jabłko-pomarańcza 250ml	smoothie jabłko-pomarańcza 250ml	smoothie jabłko-pomarańcza 250ml	smoothie jabłko-pomarańcza 250ml	smoothie jabłko-pomarańcza 250ml
<p><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 jęczmienne gotowane na mleku – 1,7; kawa zbożowa z mlekiem – 1,7; kawa zbożowa b/mleka – 1; pieczeń rzymska – 6; kielbasa szynkowa – 1,6; serek naturalny – 7; kefir – 7; ser topiony – 7; jajko gotowane – 3; zupa kalafiorowa – 1,7,9; kakaowe naleśniki z serem, śmietaną i owocami – 1,3,7; makaron (pełn.) z serem i szpinakiem – 1,7; makaron z kurczakiem i szpinakiem – 1.</p>							

**Jadłospis tygodniowy 18.-24.03.02.2024 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>20.03.2024r. środa</b>	Śniadanie	płatki ryżowe gotowany na mleku 40g/250ml twarożek ze szczypiorkiem 80g ogórek zielony 80g rzodkiewki (2 szt.) 40g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowany na mleku 40g/250ml twarożek z koperkiem 80g sałatka z fasolki szparagowej i pomidora 130g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml twarożek ze szczypiorkiem 80g ogórek zielony 80g rzodkiewki (2 szt.) 40g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowany na mleku 40g/250ml twarożek z koperkiem 80g sałatka z fasolki szparagowej i pomidora 130g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowany na mleku 40g/250ml twarożek z koperkiem 80g sałatka z fasolki szparagowej i pomidora 130g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml kurczak gotowany 100g sałatka z fasolki szparagowej i pomidora 130g 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 Kurczak pieczony 200g Ziemniaki 400g Surówka z kapusty pekińskiej z majonezem 150g Kompot 250ml	Zupa dyniowa 500ml Kurczak gotowany 200g Ziemniaki 400g Buraczki duszone 150g Kompot 250ml	Zupa dyniowa 500ml Kurczak pieczony 200g Ziemniaki 400g Surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem 150g Kompot b/c 250ml	Zupa dyniowa 500ml Kurczak gotowany 200g Ziemniaki 400g Buraczki duszone b/masła 150g Kompot 250ml	Zupa dyniowa 500ml Kurczak gotowany 200g Ziemniaki 400g Buraczki duszone 150g Kompot 250ml	Zupa dyniowa 500ml Kurczak gotowany 200g Ziemniaki 400g Buraczki duszone b/masła 150g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	sok pomidorowy 330ml	-	-	-
	Kolacja	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml kiełbasa krakowska 50g papryka 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml kiełbasa krakowska 50g brokuł gotowany 80g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki owsiane górskie gotowane na mleku 30g/250ml kiełbasa krakowska 50g papryka 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml kiełbasa krakowska 50g brokuł gotowany 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml jajko gotowane (1 szt.) 50g brokuł gotowany 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml kiełbasa krakowska 50g brokuł 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><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; twarożek – 7; kiełbasa krakowska – 1,6; jajko gotowane – 3; mizeria z jogurtem – 7; zupa dyniowa – 7,9; surówka z kapusty pekińskiej z majonezem – 3,10; surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem – 7; buraczki duszone – 1,7.</p>							

**Jadłospis tygodniowy 18.-24.03.2024 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>21.03.2024r. czwartek</b>	Śniadanie	makaron gotowany na mleku 30g/250ml dorsz w galarecie 120g cytryna 10g jajko gotowane (1 szt.) 50g bukiet warzyw gotowany 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	makaron gotowany na mleku 30g/250ml dorsz w galarecie 120g cytryna 10g 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 dorsz w galarecie 120g cytryna 10g jajko gotowane (1 szt.) 50g bukiet warzyw gotowany 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	makaron gotowany na mleku 30g/250ml dorsz w galarecie 120g cytryna 10g 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	makaron gotowany na mleku 30g/250ml dorsz w galarecie 120g cytryna 10g jajko gotowane (1 szt.) 50g bukiet warzyw gotowany 80g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml dorsz w galarecie 120g cytryna 10g jajko gotowane (1 szt.) 50g bukiet warzyw gotowany 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	kefir naturalny 200g	-	-	-
	Obiad	Barszcz czerwony 500ml Kotlet z fasoli pieczony 50g Ziemniaki 400g Brokuł gotowany 100g Kompot 250ml	Barszcz czerwony 500ml Ryż ze śmietaną i jabłkiem 80/50/200g Kompot 250ml	Barszcz czerwony 500ml Kotlet z fasoli pieczony 50g Ziemniaki 400g Brokuł gotowany 100g Kompot b/c 250ml	Barszcz czerwony 500ml Ryż z jogurtem i jabłkiem 80/50/200g Kompot 250ml	Barszcz czerwony 500ml Ryż ze śmietaną i jabłkiem 80/50/200g Kompot 250ml	Barszcz czerwony 500ml Ryż z jabłkiem 80/200g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	jabłko (1 szt.) 180g	-	-	-
	Kolacja	kawa zbożowa z mlekiem 250ml wędlina z kurczaka 50g sałatka z jajka, fasolki szparagowej i pomidora 180g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml wędlina z kurczaka 50g sałatka z jajka, fasolki szparagowej i pomidora 180g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml wędlina z kurczaka 50g sałatka z jajka, fasolki szparagowej i pomidora 180g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml wędlina z kurczaka 50g sałatka z białka jaja, fasolki szparagowej i pomidora 180g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml wędlina z kurczaka 50g sałatka z jajka, fasolki szparagowej i pomidora 180g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa b/mleka 250ml wędlina z kurczaka 50g sałatka z jajka, fasolki szparagowej i pomidora 180g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g
	P. noc.	banan (1 szt.) 120g	banan (1 szt.) 120g	sok warzywny 330ml	banan (1 szt.) 120g	banan (1 szt.) 120g	banan (1 szt.) 120g

**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; kawa zbożowa na mleku – 1,7; kawa zbożowa b/mleka – 1; dorsz w galarecie – 4,9; jajko gotowane – 3; sałatka z jajka, fasolki szparagowej i pomidora – 3; kefir naturalny – 7; barszcz czerwony – 1,7,9; kotlet z fasoli pieczony – 1,3,7; ryż ze śmietaną (jogurtem) i jabłkiem – 7.

**Jadłospis tygodniowy 18.-24.03.02.01.2024 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>22.03.2024r. piątek</b>	Śniadanie	kasza manna gotowana na mleku 40g/250ml sałatka z sera Mozzarella, słonecznika, 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 sera Mozzarella, rukoli i pomidora 120g masło extra 15g chleb pszenno żytni 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml sałatka z sera Mozzarella, słonecznika, 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 pszenno żytni 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	kasza manna gotowana na mleku 40g/250ml sałatka z sera Mozzarella, rukoli i pomidora 120g masło extra 15g chleb pszenno żytni 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml jajko gotowane (2 szt.) 100g sałatka z rukoli i pomidora 100g margaryna b/ml. 15g chleb pszenno żytni 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	jablko (1 szt.) 180g	-	-	-
	Obiad	Zupa jarzynowa 500ml Dorsz pieczony 120g Ziemniaki 400g Surówka z kiszonej kapusty 150g Kompot 250ml	Zupa jarzynowa 500ml Dorsz pieczony 120g Ziemniaki 400g Marchewka duszona 150g Kompot 250ml	Zupa jarzynowa 500ml Dorsz pieczony 120g Ziemniaki 400g Surówka z kiszonej kapusty 150g Kompot b/c 250ml	Zupa jarzynowa 500ml Dorsz pieczony 120g Ziemniaki 400g Marchewka duszona b/masła 150g Kompot 250ml	Zupa jarzynowa 500ml Dorsz pieczony 120g Ziemniaki 400g Marchewka duszona 150g Kompot 250ml	Zupa jarzynowa 500ml Dorsz pieczony 120g Ziemniaki 400g Marchewka duszona b/masła 150g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	sok warzywny 330ml	-	-	-
	Kolacja	kasza jaglana gotowana na mleku 30g/250ml ser biały 80g miód 25g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	kasza jaglana gotowana na mleku 30g/250ml ser biały 80g miód 25g masło extra 15g chleb pszenno żytni 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	kasza jaglana gotowana na mleku 30g/250ml ser biały 80g papryka 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	kasza jaglana gotowana na mleku 30g/250ml ser biały 80g miód 25g margaryna b/ml. 15g chleb pszenno żytni 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	kasza jaglana gotowana na mleku 30g/250ml ser biały 80g miód 25g masło extra 15g chleb pszenno żytni 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	kasza jaglana gotowana na mleku 30g/250ml kurczak gotowany 100g miód 25g margaryna b/ml. 15g chleb pszenno żytni 100g herbata b/c 250ml
	P. noc.	sałatka owocowa (jabłko-pomarańcza-kiwi) 150g, wafle ryżowe (2 szt.) 12g	sałatka owocowa (jabłko-pomarańcza-kiwi) 150g, wafle ryżowe (2 szt.) 12g	sałatka owocowa (jabłko-pomarańcza-kiwi) 150g	sałatka owocowa (jabłko-pomarańcza-kiwi) 150g, wafle ryżowe (2 szt.) 12g	sałatka owocowa (jabłko-pomarańcza-kiwi) 150g, wafle ryżowe (2 szt.) 12g	sałatka owocowa (jabłko-pomarańcza-kiwi) 150g, wafle ryżowe (2 szt.) 12g
	<b>Alergeny w posiłkach:</b> chleb pszenno żytni – 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; kasza jaglana gotowana na mleku – 7; sałatka z sera Mozzarella (słonecznika), rukoli i pomidora – 7; jajko gotowane – 3; ser biały – 7; zupa jarzynowa – 1,7,9; dorsz pieczony – 4; marchewka duszona – 1,7.						

**Jadłospis tygodniowy 18.-24.03.02.01.2024 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>23.03. 2024r. sobota</b>	Śniadanie	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml pasta z ciecierzycy 60g sałata 15g pomidor 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml jajko gotowane (2 szt.) 100g sałata 15g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml pasta z ciecierzycy 60g sałata 15g pomidor 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml białko jaja gotowane (2 szt.) 100g 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 masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml jajko gotowane (2 szt.) 100g sałata 15g pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	kefir naturalny 200g	-	-	-
	Obiad	Kapuśniak mazurski 500ml Gulasz wieprzowy z warzywami 120g Kasza jęczmienna 80g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml	Zupa włoska 500ml Gulasz wieprzowy z warzywami 120g Kasza jęczmienna 80g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml	Zupa włoska z makaronem pełn. 500ml Gulasz wieprzowy z warzywami 120g Kasza jęczmienna 80g Sałatka z ogórka kiszzonego 100g Kompot b/c 250ml	Zupa włoska 500ml Gulasz wieprzowy z warzywami 120g Kasza jęczmienna 80g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml	Zupa włoska 500ml Gulasz wieprzowy z warzywami 120g Kasza jęczmienna 80g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml	Zupa włoska 500ml Gulasz wieprzowy z warzywami 120g Kasza jęczmienna 80g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	chleb razowy 30g, mix sałat z pomidorem i jogurtem 100g	-	-	-
	Kolacja	kakao na mleku 250ml kielbasa tyrolska 50g sałatka z brokuła i pomidora 130g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g	kakao na mleku 250ml kielbasa tyrolska 50g sałatka z brokuła i pomidora 130g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kakao na mleku 250ml kielbasa szynkowa 50g jogurt Skyr 150g sałatka z brokuła i pomidora 130g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	kakao na mleku 250ml kielbasa szynkowa 50g jogurt Skyr 150g sałatka z brokuła i pomidora 130g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kakao na mleku 250ml kurczak gotowany 100g jogurt Skyr 150g sałatka z brokuła i pomidora 130g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa b/mleka 250ml kielbasa szynkowa 50g jogurt Skyr 150g sałatka z brokuła i pomidora 130g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g
	P. noc.	biszkopty (6 szt.) 25g	biszkopty (6 szt.) 25g	jabłko (1 szt.) 180g	biszkopty (6 szt.) 25g	biszkopty (6 szt.) 25g	biszkopty (6 szt.) 25g
	<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 ryżowe gotowane na mleku – 7; kakao na mleku – 7; kawa zbożowa b/mleka – 1; kefir – 7; mix sałat z pomidorem i jogurtem – 7; biszkopty – 1,3; jajko gotowane – 3; kielbasa szynkowa – 1,6; kielbasa tyrolska – 1,6,7; jogurt Skyr – 7; kapuśniak mazurski – 1,9; zupa włoska (z makaronem pełn.) – 1,9; gulasz wieprzowy z warz. – 1,7,9; kasza jęczmienna – 1.						

**Jadłospis tygodniowy 18.-24.03.03.02.2024 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>24.03.2024r. niedziela</b>	Śniadanie	płatki jęczmienne gotowane na mleku 30g/250ml pasztet drobiowy 50g chrzan 30g papryka 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 pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml wędlina z kurczaka 50g papryka 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotowane 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	płatki jęczmienne gotowane na mleku 30g/250ml serek naturalny 150g 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.	-	-	kefir naturalny 200g	-	-	-
	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.	-	-	sok pomidorowy 330ml	-	-	-
	Kolacja	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ser biały 80g dżem 50g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ser biały 80g dżem 50g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ser biały 80g jajko gotowane (1 szt.) 50g rzodkiewki 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ser biały 80g dżem 50g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ser biały 80g dżem 50g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa b/mleka 250ml jajko gotowane (1 szt.) 50g 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
	<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 jęczmienne gotowane na mleku – 1,7; kawa zbożowa z mlekiem – 1,7; kawa zbożowa b/mleka – 1; pasztet drobiowy – 1,3,6,7,9; chrzan – 12; serek naturalny – 7; kefir naturalny – 7; ser biały – 7; jajko gotowane – 3; krupnik jaglany – 9; spaghetti (pełn.) z mięsem mielonym i sosem pomidorowym – 1.						