

Jadłospis tygodniowy 12.-18.08.2024 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
12.08.2024r. poniedziałek	Śniadanie	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml jogurt Skyr 150g dżem 50g borówka 25g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml jogurt Skyr 150g dżem 50g borówka 25g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml jogurt Skyr 150g borówka 25g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml jogurt Skyr 150g dżem 50g borówka 25g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml jogurt Skyr 150g dżem 50g borówka 25g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml jajko gotowane (1 szt.) 50g dżem 50g borówka 25g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	kefir naturalny 200g	-	-	-
	Obiad	Zupa brokułowa 500ml Kakaowe naleśniki z serem, śmietaną i truskawkami (2 szt.) Gruszka (1 szt.) 130g Kompot 250ml	Zupa brokułowa 500ml Ryż ze śmietaną i truskawkami 80/50/100g Kompot 250ml	Zupa brokułowa 500ml Ryż brązowy z jogurtem i truskawkami 80/50/100g Kompot b/c 250ml	Zupa brokułowa 500ml Ryż z jogurtem i truskawkami 80/50/100g Kompot 250ml	Zupa brokułowa 500ml Ryż ze śmietaną i truskawkami 80/50/100g Kompot 250ml	Zupa brokułowa 500ml Ryż z truskawkami 80/100g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	jabłko (1 szt.) 180g	-	-	-
	Kolacja	płatki jęczmienne gotow. na mleku 30g/250ml pieczeń rzymska 50g kalafior gotowany 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotow. na mleku 30g/250ml pieczeń rzymska 50g kalafior gotowany 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki gryczane gotowane na mleku 30g/250ml kielbasa szynkowa 50g kalafior gotowany 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotow. na mleku 30g/250ml kielbasa szynkowa 50g kalafior gotowany 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotow. na mleku 30g/250ml kurczak gotowany 50g kalafior gotowany 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml kielbasa szynkowa 50g kalafior gotowany 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	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; płatki owsiane gotowane na mleku – 1,7; płatki jęczmienne gotowane na mleku – 1,7; płatki gryczane gotowane na mleku – 7; kielbasa szynkowa – 1,6; pieczeń rzymska – 6; jogurt Skyr – 7; jajko gotowane – 3; kefir – 7; zupa brokułowa – 1,7,9; ryż (brąz.) ze śmietaną / jogurtem i truskawkami – 7.</p>						

Jadłospis tygodniowy 12.-18.08.2024 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
13.08.2024r. wtorek	Śniadanie	makaron gotowany na mleku 30g/250ml szynka gotowana 50g sałata 15g bukiet warzyw gotowany 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	makaron gotowany na mleku 30g/250ml szynka gotowana 50g sałata 15g bukiet warzyw gotowany 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml szynka gotowana 50g sałata 15g bukiet warzyw gotowany 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	makaron gotowany na mleku 30g/250ml szynka gotowana 50g sałata 15g 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 jajko gotowane (1 szt.) 50g sałata 15g bukiet warzyw gotowany 80g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml szynka gotowana 50g sałata 15g bukiet warzyw gotowany 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	chleb razowy 30g, masło 10g, jajko got. (1 szt.) 50g, sałata 15g	-	-	-
	Obiad	Zupa szpinakowa z ryżem 500ml Potrawka z kurczaka z warzywami 150g Ziemniaki 400g Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot 250ml	Zupa szpinakowa z ryżem 500ml Potrawka z kurczaka z warzywami 150g Ziemniaki 400g Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot 250ml	Zupa szpinakowa z ryżem brązowym 500ml Potrawka z kurczaka z warzywami 150g Ziemniaki 400g Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot b/c 250ml	Zupa szpinakowa z ryżem 500ml Potrawka z kurczaka z warzywami 150g Ziemniaki 400g Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot 250ml	Zupa szpinakowa z ryżem 500ml Potrawka z kurczaka z warzywami 150g Ziemniaki 400g Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot 250ml	Zupa szpinakowa z ryżem 500ml Potrawka z kurczaka z warzywami 150g Ziemniaki 400g Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	nektarynka (1 szt.) 115g	-	-	-
	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 masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ser biały 80g wędlna z kurczaka 50g papyrka 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 wędlna z kurczaka 50g dżem 50g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 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

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 z mlekiem – 1,7; kawa zbożowa b/mleka – 1; szynka gotowana – 1,6; ser biały – 7; jajko gotowane – 3; zupa szpinakowa z ryżem (brąz.) – 9; potrawka z kurczaka z warzywami – 1,7,9.

Jadłospis tygodniowy 12.-18.08.2024 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
14.08.2024r. środa	Śniadanie	kasza manna gotowana na mleku 40g/250ml kiełbasa tyrolska 50g mix sałat 20g rzodkiewki (4 szt.) 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	kasza manna gotowana na mleku 40g/250ml kiełbasa tyrolska 50g mix sałat 20g brokuł gotowany 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml połędwica sopocka 50g mix sałat 20g rzodkiewki (4 szt.) 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	kasza manna gotowana na mleku 40g/250ml połędwica sopocka 50g mix sałat 20g brokuł gotowany 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	kasza manna gotowana na mleku 40g/250ml kurczak gotowany 50g mix sałat 20g brokuł gotowany 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml kurczak gotowany 50g mix sałat 20g brokuł gotowany 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	kefir naturalny 200g	-	-	-
	Obiad	Barszcz ukraiński 500ml Rolada drobiowa ze szpinakiem 150g Ryż 80g Sałatka z cukinii i pomidora 150g Kompot 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 500ml Rolada drobiowa ze szpinakiem 150g Ryż 80g Sałatka z cukinii i pomidora 150g Kompot 250ml	Barszcz ukraiński 500ml Rolada drobiowa ze szpinakiem 150g Ryż brązowy 80g Sałatka z cukinii i pomidora 150g Kompot b/c 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 500ml Rolada drobiowa ze szpinakiem 150g Ryż 80g Sałatka z cukinii i pomidora 150g Kompot 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 500ml Rolada drobiowa ze szpinakiem 150g Ryż 80g Sałatka z cukinii i pomidora 150g Kompot 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 500ml Rolada drobiowa ze szpinakiem 150g Ryż 80g Sałatka z cukinii i pomidora 150g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	kisiel z jabłka 250ml	-	-	-
	Kolacja	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml wędlina z kurczaka 50g pomidor 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml wędlina z kurczaka 50g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki owsiane górskie gotowane na mleku 30g/250ml wędlina z kurczaka 50g pomidor 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki owsiane 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 owsiane gotowane na mleku 30g/250ml serek naturalny 150g pomidor 80g 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.	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; masło extra – 7; zupa ziemniaczana – 9; kasza manna gotowana na mleku – 1,7; płatki owsiane (górskie) gotowane na mleku – 1,7; kiełbasa tyrolska – 1,6,7; połędwica sopocka – 1,6,7; kefir – 7; barszcz urakiński / czerwony z ziemniakami – 1,7,9; rolada drobiowa ze szpinakiem – 1,3,7.</p>						

Jadłospis tygodniowy 12.-18.08.2024 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
15.08.2024r. czwartek	Śniadanie	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml pasta z ciecierzycy 60g mix sałat z pomidorem i jogurtem 100g 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 koperkiem 75g mix sałat z pomidorem i jogurtem 100g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml pasta z ciecierzycy 60g mix sałat z pomidorem i jogurtem 100g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml pasta z białka jaja z koperkiem 75g mix sałat z pomidorem i jogurtem 100g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml pasta z jajka z koperkiem 75g mix sałat z pomidorem i jogurtem 100g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml jajko gotowane (2 szt.) 100g mix sałat z pomidorem 100g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	jabłko (1 szt.) 180g	-	-	-
	Obiad	Zupa wiejska 500ml Dorsz pieczony 120g Ziemniaki 400g Mizéria ze śmietaną 100g Kompot 250ml	Zupa wiejska 500ml Dorsz pieczony 120g Ziemniaki 400g Marchewka duszona 150g Kompot 250ml	Zupa wiejska z makaronem pełn. 500ml Dorsz pieczony 120g Ziemniaki 400g Mizéria z jogurtem 100g Kompot b/c 250ml	Zupa wiejska 500ml Dorsz pieczony 120g Ziemniaki 400g Marchewka duszona b/masła 150g Kompot 250ml	Zupa wiejska 500ml Dorsz pieczony 120g Ziemniaki 400g Marchewka duszona 150g Kompot 250ml	Zupa wiejska 500ml Dorsz pieczony 120g Ziemniaki 400g Marchewka duszona b/masła 150g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	smoothie jabłko-kiwi 250ml	-	-	-
	Kolacja	kakao na mleku 250ml ser topiony 50g ogórek zielony 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g	kakao na mleku 250ml kiełbasa krakowska 50g brokuł gotowany 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kakao na mleku 250ml kiełbasa krakowska 50g ogórek zielony 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	kakao na mleku 250ml kiełbasa krakowska 50g brokuł gotowany 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kakao na mleku 250ml ser biały 80g brokuł gotowany 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	zupa ziemniaczana 250ml kiełbasa krakowska 50g brokuł gotowany 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g
	P. noc.	biszkopty (6 szt.) 25g	biszkopty (6 szt.) 25g	sok warzywny 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 ryżowe gotowane na mleku – 7; kakao na mleku – 7; pasta z jajka – 1,3,7; ser topiony – 7; kiełbasa krakowska – 1,6; jajko gotowane – 3; ser biały – 7; biszkopty – 1,3; zupa wiejska (z makaronem pełn.) – 1,7,9; dorsz pieczony – 4; mizéria ze śmietaną / jogurtem – 7; mix sałat z pomidorem i jogurtem – 7.						

Jadłospis tygodniowy 12.-18.08.2024 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
16.08.2024r. piątek	Śniadanie	płatki jęczmienne gotow. na mleku 30g/250ml sałatka z sera Mozzarella, słonecznika, rukoli i pomidora 120g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotow. na mleku 30g/250ml sałatka z sera Mozzarella, rukoli i pomidora 120g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 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	płatki jęczmienne gotow. na mleku 30g/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	płatki jęczmienne gotow. na mleku 30g/250ml sałatka z sera Mozzarella, słonecznika, 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.	-	-	kefir naturalny 200g	-	-	-
	Obiad	Zupa fasolowa 500ml Makaron z serem białym 80/80g Fasolka szparagowa gotowana 100g Kompot 250ml	Zupa solferino 500ml Makaron z serem białym 80/80g Fasolka szparagowa gotowana 100g Kompot 250ml	Zupa fasolowa 500ml Makaron pełn. z serem białym 80/80g Fasolka szparagowa gotowana 100g Kompot b/c 250ml	Zupa solferino 500ml Makaron z serem białym 80/80g Fasolka szparagowa gotowana 100g Kompot 250ml	Zupa solferino 500ml Makaron z serem białym 80/80g Fasolka szparagowa gotowana 100g Kompot 250ml	Zupa solferino 500ml Kurczak gotowany 150g Makaron 80g Fasolka szparagowa gotowana 100g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	jabłko (1 szt.) 180g	-	-	-
	Kolacja	kasza jaglana gotowana na mleku 30g/250ml sałatka z jajka, brokuła i pomidora 180g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	kasza jaglana gotowana na mleku 30g/250ml sałatka z jajka, brokuła i pomidora 180g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	kasza jaglana gotowana na mleku 30g/250ml sałatka z jajka, brokuła i pomidora 180g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	kasza jaglana gotowana na mleku 30g/250ml sałatka z białka jaja, brokuła i pomidora 180g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	kasza jaglana gotowana na mleku 30g/250ml sałatka z jajka, brokuła i pomidora 180g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml sałatka z jajka, brokuła i pomidora 180g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	P. noc.	pomarańcza (1 szt.) 240g	pomarańcza (1 szt.) 240g	pomarańcza (1 szt.) 240g	pomarańcza (1 szt.) 240g	pomarańcza (1 szt.) 240g	pomarańcza (1 szt.) 240g
	<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 jaglana gotowana na mleku – 7; płatki jęczmienne gotowane na mleku – 1,7; ser biały – 7; sałatka z jajka, brokuła i pomidora – 3; sałatka z sera Mozzarella (słonecznika), rukoli i pomidora – 7; kefir – 7; zupa fasolowa – 9; zupa solferino – 1,7,9; makaron (pełn.) z serem białym – 1,7.</p>						

Jadłospis tygodniowy 12.-18.08.2024 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
17.08. 2024r. sobota	Śniadanie	makaron gotowany na mleku 30g/250ml twarożek 80g dżem 50g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	makaron gotowany 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 80g rzodkiewki (4 szt.) 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	makaron gotowany na mleku 30g/250ml twarożek 80g dżem 50g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	makaron gotowany 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 kurczak gotowany 50g dżem 50g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	chleb razowy 30g, masło 10g, wędlina z kurczaka 20g, rzodkiewki (2 szt.) 40g	-	-	-
	Obiad	Krupnik jaglany 500ml Zraz wieprzowy gotowany w sosie pietruszkowym 100/100g Kasza jęczmienna 80g Buraczki duszone 150g Kompot 250ml	Krupnik jaglany 500ml Zraz wieprzowy gotowany w sosie pietruszkowym 100/100g Kasza jęczmienna 80g Buraczki duszone 150g Kompot 250ml	Krupnik jaglany 500ml Zraz wieprzowy gotowany 100g Kasza jęczmienna 80g Pomidor z jogurtem 100g Kompot b/c 250ml	Krupnik jaglany 500ml Zraz wieprzowy gotowany 100g Kasza jęczmienna 80g Buraczki duszone b/masła 150g Kompot 250ml	Krupnik jaglany 500ml Zraz wieprzowy gotowany w sosie pietruszkowym 100/100g Kasza jęczmienna 80g Buraczki duszone 150g Kompot 250ml	Krupnik jaglany 500ml Szynka wieprzowa gotowana 100g Kasza jęczmienna 80g Buraczki duszone b/masła 150g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	kefir naturalny 200g	-	-	-
	Kolacja	kawa zbożowa z mlekiem 250ml wędlina z kurczaka 50g jajko gotowane (1 szt.) 50g brokuł gotowany 50g kalafior gotowany 50g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml wędlina z kurczaka 50g jajko gotowane (1 szt.) 50g brokuł gotowany 50g kalafior gotowany 50g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml wędlina z kurczaka 50g jajko gotowane (1 szt.) 50g brokuł gotowany 50g kalafior gotowany 50g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml wędlina z kurczaka 50g białko jaja got. (1 szt.) 50g brokuł gotowany 50g kalafior gotowany 50g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml jajko gotowane (2 szt.) 100g brokuł gotowany 50g kalafior gotowany 50g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa b/mleka 250ml wędlina z kurczaka 50g jajko gotowane (1 szt.) 50g brokuł gotowany 50g kalafior gotowany 50g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g
	P. noc.	herbatniki (5 szt.) 20g	herbatniki (5 szt.) 20g	jabłko (1 szt.) 180g	herbatniki (5 szt.) 20g	herbatniki (5 szt.) 20g	herbatniki (5 szt.) 20g
	Alergeny w posiłkach: chleb pszenny zwykły – 1; bułka pszenna – 1; chleb żytni razowy – 1,6; bułka grahamka – 1,7; masło extra – 7; zupa ziemniaczana – 9; makaron gotowany na mleku – 1,7; kawa zbożowa na mleku – 1,7; kawa zbożowa b/mleka – 1; jajko gotowane – 3; kefir – 7; twarożek – 7; herbatniki – 1,6,12; krupnik jaglany – 9; zraz wieprzowy gotowany – 1,3,7; sos pietruszkowy – 1,7,9; kasza jęczmienna – 1; buraczki duszone – 1,7; pomidor z jogurtem – 7.						

Jadłospis tygodniowy 12.-18.08.2024 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
18.08.2024r. niedziela	Śniadanie	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml pasta z makreli 50g mix sałat 20g papryka 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml pasta z dorsza 120g mix sałat 20g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml pasta z makreli 50g mix sałat 20g papryka 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml pasta z dorsza 120g mix sałat 20g pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml pasta z dorsza 120g mix sałat 20g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml dorsz gotowany w jarzynach 120/50g mix sałat 20g pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	chleb razowy 30g, mix sałat ze słonecznikiem, pomidorem i jogurtem 100g	-	-	-
	Obiad	Zupa koperkowa z ziemniakami 500ml Spaghetti z mięsem mielonym i sosem pomidorowym 80/100/60g Bukiet warzyw gotowany 100g Kompot 250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 500ml Spaghetti z mięsem mielonym i sosem pomidorowym 80/100/60g Bukiet warzyw gotowany 100g Kompot 250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 500ml Spaghetti pełn. z mięsem mielonym i sosem pomidorowym 80/100/60g Bukiet warzyw gotowany 100g Kompot b/c 250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 500ml Spaghetti z mięsem mielonym i sosem pomidorowym 80/100/60g Bukiet warzyw gotowany 100g Kompot 250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 500ml Spaghetti z mięsem mielonym i sosem pomidorowym 80/100/60g Bukiet warzyw gotowany 100g Kompot 250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 500ml Spaghetti z mięsem mielonym i sosem pomidorowym 80/100/60g Bukiet warzyw gotowany 100g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	kefir naturalny 200g	-	-	-
	Kolacja	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ser żółty 50g szynka gotowana 50g pomidor 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ser biały 80g szynka gotowana 50g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ser biały 80g szynka gotowana 50g pomidor 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ser biały 80g szynka gotowana 50g pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ser biały 80g miód 25g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa b/mleka 250ml szynka gotowana 50g pomidor 80g miód 25g 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
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; kawa zbożowa z mlekiem – 1,7; kawa zbożowa b/mleka – 1; pasta z makreli – 4; pasta z dorsza – 1,4,7; dorsz gotowany w jarzynach – 4,9; szynka gotowana – 1,6; ser biały – 7; ser żółty – 7; mix sałat ze słon., pomidorem i jogurtem – 7; zupa koperkowa z ziemniakami – 1,7,9; spaghetti (pełn.) z mięsem mielonym i sosem pomidorowym – 1; kefir – 7.							

