

**Jadłospis tygodniowy 1.-7.01.2024 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>01.01.2024r. poniedziałek</b>	Śniadanie	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml połędwica sopocka 50g pomidor 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml połędwica sopocka 50g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml połędwica sopocka 50g pomidor 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml połędwica sopocka 50g pomidor 80g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml kurczak gotowany 100g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml jajko gotowane 100g pomidor 80g margaryna b/ml. 20g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	chleb razowy 30g, masło 10g, jajko gotowane 50g, papryka 50g	-	-	-
	Obiad	Zupa ogórkowa 500ml Leczo z kurczakiem i cukinią 80/100g Kasza jaglana 80g Kompot 250ml	Zupa włoska 500ml Leczo z kurczakiem i cukinią 80/100g Kasza jaglana 80g Kompot 250ml	Zupa włoska z makaronem pełn.500ml Leczo z kurczakiem i cukinią 80/100g Kasza jaglana 80g Kompot b/c 250ml	Zupa włoska 500ml Leczo z kurczakiem i cukinią 80/100g Kasza jaglana 80g Kompot 250ml	Zupa włoska 500ml Leczo z kurczakiem i cukinią 80/100g Kasza jaglana 80g Kompot 250ml	Zupa włoska 500ml Leczo z kurczakiem i cukinią 80/100g Kasza jaglana 80g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	jabłko pieczone 180g	-	-	-
	Kolacja	kawa zbożowa z mlekiem 250ml twarożek 80g sałatka z cukinii i pomidora 130g dżem 50g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml twarożek 80g sałatka z cukinii i pomidora 130g dżem 50g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml twarożek 80g sałatka z cukinii i pomidora 130g jajko gotowane 50g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml twarożek 80g sałatka z cukinii i pomidora 130g dżem 50g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml twarożek 80g sałatka z cukinii i pomidora 130g dżem 50g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa b/mleka 250ml kurczak gotowany 100g sałatka z cukinii i pomidora 130g dżem 50g margaryna b/ml. 20g chleb pszenny zwykły 100g
	P. noc.	jabłko 180g	jabłko 180g	jabłko 180g	jabłko 180g	jabłko 180g	jabłko 180g
<p><b>Alergeny w posiłkach:</b> chleb pszenny zwykły – 1; bułka pszenna – 1,7; chleb żytni razowy – 1; 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; jajko gotowane – 3; połędwica sopocka – 1,6,7; zupa ogórkowa – 1,7,9; zupa włoska (z makaronem pełn.) – 1,9.</p>							

**Jadłospis tygodniowy 1.-7.01.2024 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>02.01.2024r. wtorek</b>	Śniadanie	kasza manna gotowana na mleku z sokiem owocowym 40g/250ml szynka gotowana 50g jarzyny gotowane 80g pomidor 50g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	kasza manna gotowana na mleku z sokiem owocowym 40g/250ml szynka gotowana 50g jarzyny gotowane 80g pomidor 50g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml szynka gotowana 50g jarzyny gotowane 80g pomidor 50g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	kasza manna gotowana na mleku z sokiem owocowym 40g/250ml szynka gotowana 50g jarzyny gotowane 80g pomidor 50g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	kasza manna gotowana na mleku z sokiem owocowym 40g/250ml kurczak gotowany 100g jarzyny gotowane 80g pomidor 50g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml jajko gotowane 50g szynka gotowana 50g jarzyny gotowane 80g pomidor 50g margaryna b/ml. 20g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	kefir naturalny 200g	-	-	-
	Obiad	Zupa grochowa 500ml Kakaowe naleśniki z serem, śmietaną i owocami 2 szt. Mandarynki 2 szt. Kompot 250ml	Zupa jarzynowa 500ml Makaron z serem 80/80g Fasolka szparagowa gotowana 100g Mandarynki 2 szt. Kompot 250ml	Zupa grochowa 500ml Makaron z serem 80/80g Fasolka szparagowa gotowana 100g Kompot b/c 250ml	Zupa jarzynowa 500ml Makaron z serem 80/80g Fasolka szparagowa gotowana 100g Mandarynki 2 szt. Kompot 250ml	Zupa jarzynowa 500ml Makaron z serem 80/80g Fasolka szparagowa gotowana 100g Mandarynki 2 szt. Kompot 250ml	Zupa jarzynowa 500ml Kurczak gotowany 150g Makaron 80g Fasolka szparagowa gotowana 100g Mandarynki 2 szt. Kompot 250ml
	Podw.	-	-	jabłko 180g	-	-	-
	Kolacja	płatki jęczmienne gotowane 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	płatki jęczmienne gotowane 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	płatki gryczane gotowane na mleku 30g/250ml) sałatka z jajka, brokuła i pomidora 180g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotowane na mleku 30g/250ml sałatka z białka jaja, brokuła i pomidora 180g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotowane 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. 20g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	P. noc.	sok pomidorowy 330ml	sok pomidorowy 330ml	sok pomidorowy 330ml	sok pomidorowy 330ml	jabłko 180g	sok pomidorowy 330ml
<p><b>Alergeny w posiłkach:</b> chleb pszenny zwykły – 1; bułka pszenna – 1; chleb żytni razowy – 1; bułka grahamka – 1,7; masło extra – 7; zupa ziemniaczana – 9; kasza manna gotowana na mleku z sokiem – 1,7; płatki jęczmienne na mleku – 1,7; płatki gryczane gotowane na mleku – 7; szynka gotowana – 1,6; jajko gotowane – 3; sałatka z jajka, brokuła i pomidora – 3; kefir naturalny – 7; zupa grochowa – 1,9; zupa jarzynowa – 1,7,9; kakaowe naleśniki z serem, śmietaną i owocami – 1,3,7; makaron z serem – 1,7.</p>							

**Jadlospis tygodniowy 1.-7.01.2024 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>03.01.2024r. środa</b>	Śniadanie	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml pasztet drobiowy 50g chrzan 30g sałata 15g ogórek kiszony 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml pasztet drobiowy 50g sałata 15g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml kielbasa krakowska 50g sałata 15g ogórek kiszony 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml kielbasa krakowska 50g sałata 15g pomidor 80g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml serek naturalny 150g sałata 15g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml kielbasa krakowska 50g sałata 15g pomidor 80g margaryna b/ml. 20g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	chleb razowy 30g, sałata z jogurtem 50/20g	-	-	-
	Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem 500ml Pierogi leniwe z masłem 400g Brokuł gotowany 100g Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 500ml Pierogi leniwe z masłem 400g Brokuł gotowany 100g Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem pełn. 500ml Kurczak gotowany 150g Ziemniaki gotowane 400g Brokuł gotowany 100g Kompot b/c 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 500ml Pierogi leniwe z jogurtem naturalnym 400g Brokuł gotowany 100g Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 500ml Pierogi leniwe z masłem 400g Brokuł gotowany 100g Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 500ml Kurczak gotowany 150g Ziemniaki gotowane 400g Brokuł gotowany 100g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	sok pomidorowy 330ml	-	-	-
	Kolacja	kakao na mleku 250ml ser żółty 25g schab pieczony 50g brokuł gotowany 80g pomidor 50g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g	kakao na mleku 250ml jajko gotowane 50g schab pieczony 50g brokuł gotowany 80g pomidor 50g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kakao na mleku 250ml jajko gotowane 50g schab pieczony 50g brokuł gotowany 80g pomidor 50g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	kakao na mleku 250ml białko jaja gotowane 50g schab pieczony 50g brokuł gotowany 80g pomidor 50g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kakao na mleku 250ml jajko gotowane 100g brokuł gotowany 80g pomidor 50g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa b/mleka 250ml jajko gotowane 50g schab pieczony 50g brokuł gotowany 80g pomidor 50g margaryna b/ml. 20g chleb pszenny zwykły 100g
	P. noc.	sałatka owocowa (jabłko-kiwi-pomarańcza) 150g	sałatka owocowa (jabłko-kiwi-pomarańcza) 150g	sałatka owocowa (jabłko-kiwi-pomarańcza) 150g	sałatka owocowa (jabłko-kiwi-pomarańcza) 150g	sałatka owocowa (jabłko-kiwi-pomarańcza) 150g	sałatka owocowa (jabłko-kiwi-pomarańcza) 150g
<p><b>Alergeny w posiłkach:</b> chleb pszenny zwykły – 1; bułka pszenna – 1; chleb żytni razowy – 1; 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; pasztet drobiowy – 1,3,6,7,9; kielbasa krakowska – 1,6; ser żółty – 7; sałata z jogurtem – 7; chrzan – 12; jajko gotowane – 3; zupa pomidorowa z makaronem (pełn.) – 1,7,9; pierogi leniwe – 1,3,7,9; jogurt naturalny – 7.</p>							

**Jadłospis tygodniowy 1.-7.01.2024 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>04.01.2024r. czwartek</b>	Śniadanie	makaron gotowany na mleku 30g/250ml ser topiony 25g wędlina z kurczaka 50g fasolka szparagowa gotowana 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	makaron gotowany na mleku 30g/250ml wędlina z kurczaka 50g fasolka szparagowa gotowana 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml wędlina z kurczaka 50g fasolka szparagowa gotowana 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	makaron gotowany na mleku 30g/250ml wędlina z kurczaka 50g fasolka szparagowa gotowana 80g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	makaron gotowany 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 wędlina z kurczaka 50g fasolka szparagowa gotowana 80g margaryna b/ml. 20g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	pomarańcza 240g	-	-	-
	Obiad	Barszcz ukraiński 500ml Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 120/50g Ziemniaki gotowane 400g Surówka z kapusty pekińskiej z majonezem 150g Kompot 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 500ml Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 120/50g Ziemniaki gotowane 400g Marchewka duszona 150g Kompot 250ml	Barszcz ukraiński 500ml Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 120/50g Ziemniaki gotowane 400g Surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem 150g Kompot b/c 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 500ml Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 120/50g Ziemniaki gotowane 400g Marchewka duszona b/masła 150g Kompot 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 500ml Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 120/50g Ziemniaki gotowane 400g Marchewka duszona 150g Kompot 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 500ml Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 120/50g Ziemniaki gotowane 400g Marchewka duszona b/masła 150g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	kefir naturalny 200g	-	-	-
	Kolacja	płatki owsiane gotowane na mleku 30/250ml wędlina wieprzowa 50g sałatka z kalafiora i pomidora 130g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30/250ml wędlina wieprzowa 50g sałatka z kalafiora i pomidora 130g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki owsiane górskie gotowane na mleku 30/250ml wędlina wieprzowa 50g sałatka z kalafiora i pomidora 130g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30/250ml wędlina wieprzowa 50g sałatka z kalafiora i pomidora 130g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30/250ml serek naturalny 150g sałatka z kalafiora 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 kalafiora i pomidora 130g margaryna b/ml. 20g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	P. noc.	herbatniki 20g	herbatniki 20g	jabłko 180g	herbatniki 20g	herbatniki 20g	herbatniki 20g
<p><b>Alergeny w posiłkach:</b> chleb pszenny zwykły – 1; bułka pszenna – 1; chleb żytni razowy – 1; bułka grahamka – 1,7; masło extra – 7; zupa ziemniaczana – 9; makaron gotowany na mleku – 7; płatki owsiane gotowane na mleku – 1,7; płatki owsiane górskie gotowane na mleku – 1,7; kefir naturalny – 7; ser topiony – 7; barszcz ukraiński / czerwony z ziemniakami – 1,7,9; filet z kurczaka gotowany w jarzynach – 9; surówka z kapusty pekińskiej z majonezem – 3,10; surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem – 7; marchewka duszona – 1,7; herbatniki – 1,6,12.</p>							

**Jadłospis tygodniowy 1.-7.01.2024 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>05.01.2024r. piątek</b>	Śniadanie	płatki jęczmienne gotowane na mleku 30g/250ml pasta z jajka 75g sałata 15g ogórek zielony 80 masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotowane na mleku 30g/250ml pasta z jajka 75g sałata 15g pomidor 80 masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml pasta z jajka 75g sałata 15g ogórek zielony 80 masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotowane na mleku 30g/250ml pasta z białka jaja 75g sałata 15g pomidor 80 margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotowane na mleku 30g/250ml pasta z jajka 75g sałata 15g pomidor 80 masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml jajko gotowane 100g sałata 15g pomidor 80 margaryna b/ml. 20g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	chleb razowy 30, masło 10g, ser biały 80g, ogórek zielony 50g	-	-	-
	Obiad	Zupa brokułowa 500ml Kotlet rybno-warzywny 120g Ryż 80g Surówka z czerwonej kapusty 150g Kompot 250ml	Zupa brokułowa 500ml Pulpet rybno-warzywny w sosie pomidorowym 120/100g Ryż 80g Buraczki duszone 150g Kompot 250ml	Zupa brokułowa 500ml Pulpet rybno-warzywny 120g Ryż brązowy 80g Surówka z czerwonej kapusty 150g Kompot b/c 250ml	Zupa brokułowa 500ml Pulpet rybno-warzywny 120g Ryż 80g Buraczki duszone 150g Kompot 250ml	Zupa brokułowa 500ml Pulpet rybno-warzywny w sosie pomidorowym 120/100g Ryż 80g Buraczki duszone b/masła 150g Kompot 250ml	Zupa brokułowa 500ml Ryba gotowana w jarzynach 120/50g Ryż 80g Buraczki duszone b/masła 150g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	kisiel z jabłka 250ml	-	-	-
	Kolacja	kasza jaglana gotowana na mleku 30g/250ml pasta z ciecierzycy 60g pomidor 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	kasza jaglana gotowana na mleku 30g/250ml serek naturalny 150g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki owsiane górskie gotowane na mleku (30g/250ml) pasta z ciecierzycy 60g pomidor 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	kasza jaglana gotowana na mleku 30g/250ml serek naturalny 150g pomidor 80g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	kasza jaglana gotowana 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 pasta z ciecierzycy 60g pomidor 80g margaryna b/ml. 20g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
P. noc.	jabłko 180g	jabłko 180g	jabłko 180g	jabłko 180g	jabłko 180g	jabłko 180g	jabłko 180g

**Alergeny w posiłkach:** chleb pszenny zwykły – 1; bułka pszenna – 1; chleb żytni razowy – 1; bułka grahamka – 1,7; masło extra – 7; zupa ziemniaczana – 9; płatki jęczmienne gotowane na mleku – 1,7; kasza jaglana gotowana na mleku – 7; pasta z jajka – 1,3,7; jajko gotowane – 3; ser biały – 7; serek naturalny – 7; zupa brokułowa – 1,7,9; kotlet / pulpet rybo-warzywny – 1,3,4,7,9; sos pomidorowy – 1,7,9; buraczki duszone – 1,7.

**Jadłospis tygodniowy 1.-7.01.2024 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>06.01.2024r. sobota</b>	Śniadanie	makaron gotowany na mleku 30g/250ml kiełbasa tyrolska 50g sałata 15g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	makaron gotowany na mleku 30g/250ml kiełbasa tyrolska 50g sałata 15g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml wędlina z kurczaka 50g sałata 15g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	makaron gotowany na mleku 30g/250ml wędlina z kurczaka 50g sałata 15g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	makaron gotowany na mleku 30g/250ml wędlina z kurczaka 50g sałata 15g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml wędlina z kurczaka 50g sałata 15g margaryna b/ml. 20g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	kefir naturalny 200g	-	-	-
	Obiad	Zupa solferino 500ml Pulpet wieprzowy w sosie koperkowym 80/100g Kasza jęczmienna 80g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml	Zupa solferino 500ml Pulpet wieprzowy w sosie koperkowym 80/100g Kasza jęczmienna 80g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml	Zupa solferino 500ml Pulpet wieprzowy 80g Kasza jęczmienna 80g Surówka z kiszanej kapusty 150g Kompot b/c 250ml	Zupa solferino 500ml Pulpet wieprzowy 80g Kasza jęczmienna 80g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml	Zupa solferino 500ml Pulpet wieprzowy w sosie koperkowym 80/100g Kasza jęczmienna 80g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml	Zupa solferino 500ml Szynka wieprzowa gotowana 80g Kasza jęczmienna 80g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	sok pomidorowy 330ml	-	-	-
	Kolacja	kawa zbożowa z mlekiem 250ml sałatka śledziowa 150g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ryba w galarecie 120g brokuł gotowany 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml sałatka śledziowa 150g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ryba w galarecie 120g brokuł gotowany 80g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ryba w galarecie 120g brokuł gotowany 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa b/mleka 250ml ryba w galarecie 120g brokuł gotowany 80g margaryna b/ml. 20g chleb pszenny zwykły 100g
	P. noc.	pomarańcza 240g	pomarańcza 240g	pomarańcza 240g	pomarańcza 240g	pomarańcza 240g	pomarańcza 240g
<p><b>Alergeny w posiłkach:</b> chleb pszenny zwykły – 1; bułka pszenna – 1; chleb żytni razowy – 1; bułka grahamka – 1,7; 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; sałatka śledziowa – 4,7; ryba w galarecie – 4,9; kiełbasa tyrolska – 1,6,7; zupa solferino – 1,7,9; pulpet wieprzowy – 1,3,7; sos koperkowy – 1,7,9; kasza jęczmienna – 1.</p>							

**Jadłospis tygodniowy 1.-7.01.2024 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>07.01.2024r. niedziela</b>	Śniadanie	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml ser biały 80g jarzyny gotowane 80g pomidor 50g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml ser biały 80g jarzyny gotowane 80g pomidor 50g masło extra 15g chleb pszenno żyty 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml ser biały 80g jarzyny gotowane 80g pomidor 50g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml ser biały 80g jarzyny gotowane 80g pomidor 50g margaryna b/ml. 10g chleb pszenno żyty 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml ser biały 80g jarzyny gotowane 80g pomidor 50g masło extra 15g chleb pszenno żyty 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml jajko gotowane 100g jarzyny gotowane 80g pomidor 50g margaryna b/ml. 20g chleb pszenno żyty 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	jabłko 180g	-	-	-
	Obiad	Rosół z makaronem 500ml Udko z kurczaka pieczone 200g Ziemniaki gotowane 400g Marchewka duszona z groszkiem 150g Kompot 250ml	Rosół z makaronem 500ml Udko z kurczaka gotowane 200g Ziemniaki gotowane 400g Marchewka duszona 150g Kompot 250ml	Rosół z makaronem pełn. 500ml Udko z kurczaka pieczone 200g Ziemniaki gotowane 400g Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot b/c 250ml	Rosół z makaronem 500ml Udko z kurczaka gotowane 200g Ziemniaki gotowane 400g Marchewka duszona b/masła 150g Kompot 250ml	Rosół z makaronem 500ml Udko z kurczaka gotowane 200g Ziemniaki gotowane 400g Marchewka duszona 150g Kompot 250ml	Rosół z makaronem 500ml Udko z kurczaka gotowane 200g Ziemniaki gotowane 400g Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	kefir naturalny 200ml	-	-	-
	Kolacja	kawa zbożowa z mlekiem 250ml pasta wieprzowa 80g papryka 80g dżem 50g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml pasta wieprzowa 80g pomidor 80g dżem 50g masło extra 15g chleb pszenno żyty 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml pasta wieprzowa 80g papryka 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml pasta wieprzowa 80g pomidor 80g dżem 50g margaryna b/ml. 10g chleb pszenno żyty 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml pasta wieprzowa 80g pomidor 80g dżem 50g masło extra 15g chleb pszenno żyty 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa b/mleka 250ml szynka wieprzowa gotowana 80g pomidor 80g dżem 50g margaryna b/ml. 20g 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

**Alergeny w posiłkach:** chleb pszenno żyty – 1; bułka pszenna – 1; chleb żytni razowy – 1; bułka grahamka – 1,7; masło extra – 7; zupa ziemniaczana – 9; płatki owsiane gotowane na mleku – 1,7; kawa zbożowa z mlekiem – 1,7; kawa zbożowa b/mleka – 1; kefir naturalny – 7; ser biały – 7; jajko gotowane – 3; pasta wieprzowa – 1,7,9; rosół z makaronem (pełn.) – 1,9; marchewka duszona (z groszkiem) – 1,7.