

**Jadłospis tygodniowy 8.-14.01.2024 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>08.01.2024r. poniedziałek</b>	Śniadanie	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml polędwica sopocka 50g ogórek zielony 80g rzodkiewki 40g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml polędwica sopocka 50g pomidor 80g sałata 15g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml polędwica sopocka 50g ogórek zielony 80g rzodkiewki 40g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml polędwica sopocka 50g pomidor 80g sałata 15g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml schab gotowany 100g pomidor 80g sałata 15g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml schab gotowany 100g pomidor 80g sałata 15g margaryna b/ml. 20g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	jabłko 180g	-	-	-
	Obiad	Zupa dyniowa 500ml Kopytka brokułowe z masłem 400g Sałatka z cukinii i pomidora 150g Kompot 250ml	Zupa dyniowa 500ml Kopytka brokułowe z masłem 400g Sałatka z cukinii i pomidora 150g Kompot 250ml	Zupa dyniowa 500ml Makaron pełnoziarnisty z jogurtem i owocami 80/50/100g Kompot b/c 250ml	Zupa dyniowa 500ml Kopytka brokułowe z jogurtem 400g Sałatka z cukinii i pomidora 150g Kompot 250ml	Zupa dyniowa 500ml Kopytka brokułowe z masłem 400g Sałatka z cukinii i pomidora 150g Kompot 250ml	Zupa dyniowa 500ml Kopytka brokułowe 400g Sałatka z cukinii i pomidora 150g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	sok pomidorowy 330ml	-	-	-
	Kolacja	płatki jęczmienne gotowane na mleku 30g/250ml pasta z jajka ze szczypiorkiem 75g sałatka z cukinii i pomidora 130g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotowane na mleku 30g/250ml pasta z jajka z koperkiem 75g sałatka z cukinii i pomidora 130g 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 sałatka z cukinii i pomidora 130g jajko gotowane 50g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotowane na mleku 30g/250ml pasta z białka jaja z koperkiem 75g sałatka z cukinii i pomidora 130g 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 z koperkiem 75g sałatka z cukinii i pomidora 130g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml jajko gotowane 100g sałatka z cukinii i pomidora 130g margaryna b/ml. 20g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	P. noc.	mandarynki 200g	mandarynki 200g	mandarynki 200g	mandarynki 200g	mandarynki 200g	mandarynki 200g
<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; płatki jęczmienne gotowane na mleku – 1,7; płatki gryczane gotowane na mleku – 7; pasta z jajka – 1,3,7; jajko gotowane – 3; polędwica sopocka – 1,6,7; zupa dyniowa – 7,9; kopytka brokułowe – 1,3; makaron pełnoziarnisty z jogurtem i owocami – 1,7.</p>							

**Jadłospis tygodniowy 8.-14.01.2024 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>09.01.2024r. wtorek</b>	Śniadanie	makaron gotowany na mleku 30g/250ml ser żółty 25g wędlina z kurczaka 50g jarzyny gotowane 80g pomidor 50g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	makaron gotowany na mleku 30g/250ml jajko gotowane 50g wędlina z kurczaka 50g 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 wędlina z kurczaka 50g jarzyny gotowane 80g pomidor 50g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	makaron gotowany na mleku 30g/250ml białko jaja gotowane 50g wędlina z kurczaka 50g jarzyny gotowane 80g pomidor 50g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	makaron gotowany na mleku 30g/250ml jajko gotowane 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 wędlina z kurczaka 50g jarzyny gotowane 80g pomidor 50g margaryna b/ml. 20g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	chleb razowy 30g, pomidor z jogurtem 100/20g	-	-	-
	Obiad	Zupa kalafiorowa 500ml Kurczak pieczony 200g Ziemniaki 400g Surówka z czerwonej kapusty 150g Kompot 250ml	Zupa kalafiorowa 500ml Kurczak gotowany 200g Ziemniaki 400g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml	Zupa kalafiorowa 500ml Kurczak pieczony 200g Ziemniaki 400g Surówka z czerwonej kapusty 150g Kompot b/c 250ml	Zupa kalafiorowa 500ml Kurczak gotowany 200g Ziemniaki 400g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml	Zupa kalafiorowa 500ml Kurczak gotowany 200g Ziemniaki 400g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml	Zupa kalafiorowa 500ml Kurczak gotowany 200g Ziemniaki 400g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	kisiel z jabłka 250ml	-	-	-
	Kolacja	kawa zbożowa z mlekiem 250ml twarożek 80g dżem 50g sałata 15g ogórek zielony 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml twarożek 80g dżem 50g sałata 15g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml twarożek 80g sałata 15g ogórek zielony 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml twarożek 80g dżem 50g sałata 15g pomidor 80g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml twarożek 80g dżem 50g sałata 15g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa b/mleka 250ml jajko gotowane 50g dżem 50g sałata 15g pomidor 80g 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; chleb żytni razowy – 1; 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; jajko gotowane – 3; ser żółty – 7; pomidor z jogurtem – 7; twarożek – 7; zupa kalafiorowa – 1,7,9.</p>							

**Jadłospis tygodniowy 8.-14.01.2024 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>10.01.2024r. środa</b>	Śniadanie	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml szynka gotowana 50g sałata 15g papryka 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml szynka gotowana 50g sałata 15g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenno żyty 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml szynka gotowana 50g sałata 15g papryka 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml szynka gotowana 50g sałata 15g pomidor 80g margaryna b/ml. 10g chleb pszenno żyty 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 pszenno żyty 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml szynka gotowana 50g jajko gotowane 50g sałata 15g pomidor 80g margaryna b/ml. 20g chleb pszenno żyty 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	sok warzywny 330ml	-	-	-
	Obiad	Barszcz czerwony 500ml Gulasz warzywny z ciecierzycą 80g Kasza gryczana 80g Ogórek kiszony 80g Kompot 250ml	Barszcz czerwony 500ml Makaron z serem i szpinakiem 80/80/50g Kompot 250ml	Barszcz czerwony 500ml Gulasz warzywny z ciecierzycą 80g Kasza gryczana 80g Ogórek kiszony 80g 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.	-	-	kefir naturalny 200g	-	-	-
	Kolacja	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml kiełbasa tyrolska 50g brokuł gotowany 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml kiełbasa tyrolska 50g brokuł gotowany 80g masło extra 15g chleb pszenno żyty 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki owsiane górskie gotowane na mleku 30g/250ml kiełbasa szynkowa 50g brokuł gotowany 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml kiełbasa szynkowa 50g brokuł gotowany 80g margaryna b/ml. 10g chleb pszenno żyty 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml jajko gotowane 50g brokuł gotowany 80g masło extra 15g chleb pszenno żyty 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml kiełbasa szynkowa 50g brokuł gotowany 80g margaryna b/ml. 20g chleb pszenno żyty 100g herbata b/c 250ml
	P. noc.	smoothie jabłko-kiwi 250ml	smoothie jabłko-kiwi 250ml	smoothie jabłko-kiwi 250ml	smoothie jabłko-kiwi 250ml	smoothie jabłko-kiwi 250ml	smoothie jabłko-kiwi 250ml
<p><b>Alergeny w posiłkach:</b> chleb pszenno żyty – 1; bułka pszenna – 1; chleb żytni razowy – 1; 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; kiełbasa tyrolska – 1,6,7; kiełbasa szynkowa – 1,6; szynka gotowana – 1,6; serek naturalny – 7; kefir naturalny – 7; jajko gotowane – 3; barszcz czerwony – 1,7,9; gulasz warzywny z ciecierzycą – 1,7,9; makaron z serem i szpinakiem – 1,7; makaron z kurczakiem i szpinakiem – 1.</p>							

### Jadłospis tygodniowy 8.-14.01.2024 r. SP ZOZ Włodawa

Dzień	Posiłek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	Dieta łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	Dieta z ograniczeniem sodu	Dieta bezmleczna
<b>11.01.2024r. czwartek</b>	Śniadanie	kasza manna gotowana na mleku z sokiem owocowym 40g/250ml schab pieczony 50g sałatka z brokuła i pomidora 130g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	kasza manna gotowana na mleku z sokiem owocowym 40g/250ml schab pieczony 50g sałatka z brokuła i pomidora 130g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml schab pieczony 50g sałatka z brokuła i pomidora 130g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	kasza manna gotowana na mleku z sokiem owocowym 40g/250ml schab pieczony 50g sałatka z brokuła i pomidora 130g 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 sałatka z brokuła i pomidora 130g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml schab pieczony 50g kurczak gotowany 100g sałatka z brokuła i pomidora 130g margaryna b/ml. 20g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	chleb razowy 30g, twarożek 80g, papryka 50g	-	-	-
	Obiad	Kapuśniak mazurski 500ml Spaghetti z mięsem mielonym i sosem pomidorowym 80/100/60g Brokuł gotowany 100g Kompot 250ml	Zupa szpinakowa z ryżem 500ml Spaghetti z mięsem mielonym i sosem pomidorowym 80/100/60g Brokuł gotowany 100g Kompot 250ml	Zupa szpinakowa z ryżem brązowym 500ml Spaghetti pełn. z mięsem mielonym i sosem pomidorowym 80/100/60g Brokuł gotowany 100g Kompot b/c 250ml	Zupa szpinakowa z ryżem 500ml Spaghetti z mięsem mielonym i sosem pomidorowym 80/100/60g Brokuł gotowany 100g Kompot 250ml	Zupa szpinakowa z ryżem 500ml Spaghetti z mięsem mielonym i sosem pomidorowym 80/100/60g Brokuł gotowany 100g Kompot 250ml	Zupa szpinakowa z ryżem 500ml Spaghetti z mięsem mielonym i sosem pomidorowym 80/100/60g Brokuł gotowany 100g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	smoothie jabłko-pomarańcza 250ml	-	-	-
	Kolacja	kasza jaglana gotowana na mleku 30/250ml wędlina z kurczaka 50g papryka 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	kasza jaglana gotowana na mleku 30/250ml wędlina z kurczaka 50g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	kasza jaglana gotowana na mleku 30/250ml wędlina z kurczaka 50g papryka 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	kasza jaglana gotowana na mleku 30/250ml wędlina z kurczaka 50g pomidor 80g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	kasza jaglana gotowana na mleku 30/250ml 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. 20g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	P. noc.	sok warzywny 330ml	sok warzywny 330ml	sok warzywny 330ml	sok warzywny 330ml	sok warzywny 330ml	sok warzywny 330ml
	<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; kasza jaglana gotowana na mleku – 7; twarożek – 7; serek naturalny – 7; kapuśniak mazurski – 1,9; zupa szpinakowa z ryżem – 1,7,9; spaghetti (pełn.)z mięsem mielonym i sosem pomidorowym – 1.						

**Jadłospis tygodniowy 8.-14.01.2024 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>12.01. 2024r. piątek</b>	Śniadanie	płatki jęczmienne gotowane na mleku 30g/250ml ser biały 80g miód 25g 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 ser biały 80g miód 25g sałata 15g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml ser biały 80g sałata 15g pomidor 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotowane na mleku 30g/250ml ser biały 80g miód 25g sałata 15g pomidor 80g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotowane na mleku 30g/250ml ser biały 80g miód 25g sałata 15g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml kurczak gotowany 100g miód 25g sałata 15g pomidor 80g margaryna b/ml. 20g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	kefir naturalny 200g	-	-	-
	Obiad	Zupa fasolowa 500ml Dorsz pieczony 120g Ziemniaki 400g Marchewka duszona z groszkiem 150g Kompot 250ml	Zupa wiejska 500ml Dorsz pieczony 120g Ziemniaki 400g Marchewka duszona 150g Kompot 250ml	Zupa fasolowa 500ml Dorsz pieczony 120g Ziemniaki 400g Surówka z marchewki i selera z jogurtem 150g 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.	-	-	jabłko pieczone 180g	-	-	-
	Kolacja	kakao na mleku 250ml sałatka z jajka, brokuła i pomidora 180g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g	kakao na mleku 250ml sałatka z jajka, brokuła i pomidora 180g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kakao na mleku 250ml sałatka z jajka, brokuła i pomidora 180g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	kakao na mleku 250ml sałatka z białka jaja, brokuła i pomidora 180g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kakao na mleku 250ml sałatka z jajka, brokuła i pomidora 180g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa b/mleka 250ml sałatka z jajka, brokuła i pomidora 180g margaryna b/ml. 20g chleb pszenny zwykły 100g
	P. noc.	biszkopty 25g	biszkopty 25g	sok pomidorowy 330ml	biszkopty 25g	biszkopty 25g	biszkopty 25g
	<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 jęczmienne gotowane na mleku – 1,7; kakao na mleku – 7; kawa zbożowa b/mleka – 1; ser biały – 7; sałatka z jajka, brokuła i pomidora – 3; kefir naturalny – 7; biszkopty – 1,3; zupa fasolowa – 1,9; zupa wiejska – 1,7,9; dorsz pieczony – 4; marchewka duszona (z groszkiem) – 1,7.</p>						

**Jadłospis tygodniowy 8.-14.01.2024 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>13.01.2024r. sobota</b>	Śniadanie	makaron gotowany na mleku 30g/250ml pieczeń rzymska 50g ogórek zielony 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	makaron gotowany na mleku 30g/250ml pieczeń rzymska 50g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml połędwica sopocka 50g ogórek zielony 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	makaron gotowany na mleku 30g/250ml połędwica sopocka 50g pomidor 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 pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml pieczeń rzymska 50g pomidor 80g margaryna b/ml. 20g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	kefir naturalny 200g	-	-	-
	Obiad	Krupnik jaglany 500ml Zraz wieprzowy smażony 100g Kasza jęczmienna 80g Buraczki duszone 150g Kompot 250ml	Krupnik jaglany 500ml Zraz wieprzowy gotowany w sosie koperkowym 100/100g Kasza jęczmienna 80g Buraczki duszone 150g Kompot 250ml	Krupnik jaglany 500ml Zraz wieprzowy gotowany 100g Kasza jęczmienna 80g Surówka z kiszonej kapusty 150g 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 koperkowym 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.	-	-	jabłko 180g	-	-	-
	Kolacja	kawa zbożowa z mlekiem 250ml pasta z makreli 50g szczypiorek 2g papryka 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml pasta rybna (z dorsza) 120g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml pasta z makreli 50g szczypiorek 2g papryka 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml pasta rybna (z dorsza) 120g pomidor 80g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml pasta rybna (z dorsza) 120g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa b/mleka 250ml dorsz gotowany w jarzynach 120/50g pomidor 80g margaryna b/ml. 20g chleb pszenny zwykły 100g
	P. noc.	sałatka owocowa (mandarynka-jabłko-kiwi) 150g	sałatka owocowa (mandarynka-jabłko-kiwi) 150g	sałatka owocowa (mandarynka-jabłko-kiwi) 150g	sałatka owocowa (mandarynka-jabłko-kiwi) 150g	sałatka owocowa (mandarynka-jabłko-kiwi) 150g	sałatka owocowa (mandarynka-jabłko-kiwi) 150g
<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; pasta z makreli – 4; pasta rybna – 1,4,7; dorsz gotowany w jarzynach – 4,9; połędwica sopocka – 1,6,7; pieczeń rzymska – 6; krupnik jaglany – 9; zraz wieprzowy smażony / gotowany – 1,3,7; sos koperkowy – 1,7,9; kasza jęczmienna – 1; buraczki duszone – 1,7.</p>							

**Jadłospis tygodniowy 8.-14.01.2024 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>14.01.2024r. niedziela</b>	Śniadanie	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml galaretka drobiowa 150g ser mozzarella 25g pomidor 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml galaretka drobiowa 150g ser mozzarella 25g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml galaretka drobiowa 150g ser mozzarella 25g pomidor 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml galaretka drobiowa 150g ser biały 80g pomidor 80g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml galaretka drobiowa 150g ser mozzarella 25g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml galaretka drobiowa 150g jajko gotowane 50g pomidor 80g margaryna b/ml. 20g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	chleb razowy 30g, mizeria z jogurtem 100g	-	-	-
	Obiad	Zupa włoska 500ml Pulpet drobiowy w sosie pietruszkowym 150/100g Ryż 80g Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot 250ml	Zupa włoska 500ml Pulpet drobiowy w sosie pietruszkowym 150/100g Ryż 80g Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot 250ml	Zupa włoska z makaronem pełn. 500ml Pulpet drobiowy 150g Ryż brązowy 80g Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot b/c 250ml	Zupa włoska 500ml Pulpet drobiowy 150g Ryż 80g Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot 250ml	Zupa włoska 500ml Pulpet drobiowy w sosie pietruszkowym 150/100g Ryż 80g Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot 250ml	Zupa włoska 500ml Kurczak gotowany 150g Ryż 80g Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	kefir naturalny 200ml	-	-	-
	Kolacja	serek naturalny 150g dżem 50g sałatka z fasolki szparagowej i pomidora 130g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	serek naturalny 150g dżem 50g sałatka z fasolki szparagowej i pomidora 130g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	serek naturalny 150g wędlina z kurczaka 50g sałatka z fasolki szparagowej i pomidora 130g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	serek naturalny 150g dżem 50g sałatka z fasolki szparagowej i pomidora 130g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	serek naturalny 150g dżem 50g sałatka z fasolki szparagowej i pomidora 130g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	jajko gotowane 100g dżem 50g sałatka z fasolki szparagowej i pomidora 130g 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
	<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 owsiane gotowane na mleku – 1,7; serek naturalny – 7; kefir naturalny – 7; ser biały – 7; ser mozzarella – 7; galaretka drobiowa – 9; jajko gotowane – 3; mizeria z jogurtem – 7; zupa włoska – 1,9; pulpet drobiowy – 1,3,7; sos pietruszkowy – 1,7,9.						