

Jadłospis tygodniowy 22.-28.01.2024 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 |
|----------------------------------|----------------|--|---|---|---|---|---|
| 22.01.2024r. poniedziałek | Śniadanie | kasza manna gotowana na mleku z sokiem owocowym 40g/250ml wędlina wieprzowa 50g papryka 80g mix sałat 15g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml | kasza manna gotowana na mleku z sokiem owocowym 40g/250ml wędlina wieprzowa 50g pomidor 80g mix sałat 15g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml | zupa ziemniaczana 250ml wędlina wieprzowa 50g papryka 80g mix sałat 15g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml | kasza manna gotowana na mleku z sokiem owocowym 40g/250ml wędlina wieprzowa 50g pomidor 80g mix sałat 15g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml | kasza manna gotowana na mleku z sokiem owocowym 40g/250ml kurczak gotowany 100g pomidor 80g mix sałat 15g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml | zupa ziemniaczana 250ml wędlina wieprzowa 50g pomidor 80g mix sałat 15g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml |
| | II śniad. | - | - | chleb razowy 30g, pomidor z jogurtem naturalnym 100g | - | - | - |
| | Obiad | Zupa pomidorowa z makaronem 500ml Kotlet z kurczaka smażony 120g Ziemniaki 400g Marchewka duszona 150g Kompot 250ml | Zupa pomidorowa z makaronem 500ml Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 120/50g Ziemniaki 400g Marchewka duszona 150g Kompot 250ml | Zupa pomidorowa z makaronem brąz. 500ml Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 120/50g Ziemniaki 400g Surówka z czerwonej kapusty 150g Kompot b/c 250ml | Zupa pomidorowa z makaronem 500ml Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 120/50g Ziemniaki 400g Marchewka duszona b/masła 150g Kompot 250ml | Zupa pomidorowa z makaronem 500ml Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 120/50g Ziemniaki 400g Marchewka duszona 150g Kompot 250ml | Zupa pomidorowa z makaronem 500ml Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 120/50g Ziemniaki 400g Marchewka duszona b/masła 150g Kompot 250ml |
| | Podw. | - | - | kisiel z jabłka 250ml | - | - | - |
| | Kolacja | płatki jęczmienne gotow. na mleku 30g/250ml pasta z jajka ze szczypiorkiem 75g pomidor 80g rzodkiewki 40g 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 pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml | płatki gryczane gotowane na mleku 30g/250ml pasta z jajka ze szczypiorkiem 75g pomidor 80g rzodkiewki 40g 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 pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml | płatki jęczmienne gotowane na mleku 30g/250ml pasta z jajka z koperkiem 75g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml | zupa ziemniaczana 250ml jajko gotowane 100g pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml |
| | P. noc. | smoothie jabł.-kiwi 250ml | smoothie jabłko-kiwi 250ml | smoothie jabłko-kiwi 250ml | smoothie jabłko-kiwi 250ml | smoothie jabłko-kiwi 250ml | smoothie jabłko-kiwi 250ml |

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; kasza manna gotowana na mleku z sokiem – 1,7; płatki jęczmienne gotowane na mleku – 1,7; płatki gryczane gotowane na mleku – 7; pasta z jajka – 1,3,7; jajko gotowane – 3; pomidor z jogurtem naturalnym – 7; zupa pomidorowa z makaronem (brąz.) – 1,7,9; kotlet z kurczaka – 1,3,7; filet z kurczaka gotowany w jarzynach – 9; marchewka duszona – 1,7.

Jadłospis tygodniowy 22.-28.01.2024 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 |
|--|----------------|--|--|---|--|--|--|
| 23.01.2024r. wtorek | Śniadanie | makaron gotowany na mleku 30g/250ml polędwica sopocka 50g sałata 15g ogórek zielony 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml | makaron gotowany na mleku 30g/250ml polędwica sopocka 50g sałata 15g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml | zupa ziemniaczana 250ml polędwica sopocka 50g sałata 15g ogórek zielony 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml | makaron gotowany na mleku 30g/250ml polędwica sopocka 50g sałata 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 sałata 15g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml | zupa ziemniaczana 250ml kurczak gotowany 100g sałata 15g pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml |
| | II śniad. | - | - | kefir naturalny 200g | - | - | - |
| | Obiad | Zupa dyniowa 500ml Kopytka brokułowe z masłem 400g Surówka z marchewki i selera z jogurtem 150g Kompot 250ml | Zupa dyniowa 500ml Kopytka brokułowe z masłem 400g Surówka z marchewki i selera z jogurtem 150g Kompot 250ml | Zupa dyniowa 500ml Kurczak pieczony 200g Ziemniaki 400g Surówka z marchewki i selera z jogurtem 150g Kompot b/c 250ml | Zupa dyniowa 500ml Kopytka brokułowe z jogurtem 400g Surówka z marchewki i selera z jogurtem 150g Kompot 250ml | Zupa dyniowa 500ml Kopytka brokułowe z masłem 400g Surówka z marchewki i selera z jogurtem 150g Kompot 250ml | Zupa dyniowa 500ml Kopytka brokułowe 400g Surówka z marchewki i selera z olejem 150g Kompot 250ml |
| | Podw. | - | - | mandarynki (3 szt.) 200g | - | - | - |
| | Kolacja | kawa zbożowa z mlekiem 250ml ser topiony 25g papryka 80g dżem 50g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g | kawa zbożowa z mlekiem 250ml twarożek 80g pomidor 80g dżem 50g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g | kawa zbożowa z mlekiem 250ml twarożek 80g papryka 80g jajko gotowane 50g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g | kawa zbożowa z mlekiem 250ml twarożek 80g pomidor 80g dżem 50g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g | kawa zbożowa z mlekiem 250ml twarożek 80g pomidor 80g dżem 50g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g | kawa zbożowa b/mleka 250ml jajko gotowane 50g pomidor 80g dżem 50g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g |
| | P. noc. | jabłko 180g | jabłko 180g | jabłko 180g | jabłko 180g | jabłko 180g | jabłko 180g |
| <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; makaron gotowany na mleku – 1,7; kawa zbożowa z mlekiem – 1,7; kawa zbożowa b/mleka – 1; polędwica sopocka – 1,6,7; ser topiony – 7; twarożek – 7; jajko gotowane – 3; kefir – 7; zupa dyniowa – 7,9; kopytka brokułowe – 1,3; surówka z marchewki i selera z jogurtem – 7,9.</p> | | | | | | | |

Jadłospis tygodniowy 22.-28.01.2024 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 |
|--|----------------|---|---|--|--|---|---|
| 24.01.2024r. środa | Śniadanie | płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml ser żółty 25g jajko gotowane 50g mix sałat 15g rzodkiewki 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 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 rzodkiewki 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml | płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml szynka gotowana 50g mix sałat 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 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, twarożek 80g, rzodkiewki 40g | - | - | - |
| | Obiad | Zupa ogórkowa 500ml Bigos 300g Ziemniaki 400g 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 80/80/50g Kompot 250ml |
| | Podw. | - | - | jabłko 180g | - | - | - |
| | Kolacja | kasza jaglana gotowana na mleku 30/250ml kielbasa tyrolska 50g kalafior 80g pomidor 50g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml | kasza jaglana gotowana na mleku 30/250ml kielbasa tyrolska 50g kalafior 80g pomidor 50g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml | kasza jaglana gotowana na mleku 30/250ml kielbasa krakowska 50g kalafior 80g pomidor 50g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml | kasza jaglana gotowana na mleku 30/250ml kielbasa krakowska 50g kalafior 80g pomidor 50g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml | kasza jaglana gotowana na mleku 30/250ml serek naturalny 150g kalafior 80g pomidor 50g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml | zupa ziemniaczana 250ml kielbasa krakowska 50g kalafior 80g pomidor 50g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml |
| | P. noc. | herbatniki 20g | herbatniki 20g | sok pomidorowy 330ml | herbatniki 20g | herbatniki 20g | herbatniki 20g |
| <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; płatki ryżowe gotowane na mleku – 7; kasza jaglana gotowana na mleku – 7; twarożek – 7; herbatniki – 1,6,12; szynka gotowana – 1,7; jajko gotowane – 3; kielbasa tyrolska – 1,6,7; kielbasa krakowska – 1,6; serek naturalny – 7; zupa ogórkowa – 1,7,9; zupa kalafiorowa – 1,7,9; bigos – 1,6,7; makaron z serem białym i szpinakiem – 1,7; makaron z kurczakiem i szpinakiem – 1.</p> | | | | | | | |

Jadłospis tygodniowy 22.-28.01.2024 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 |
|--|----------------|---|--|--|--|---|--|
| 25.01.2024r. czwartek | Śniadanie | makaron gotowany na mleku 30g/250ml jajko gotowane 50g wędlina z kurczaka 50g sałatka z brokuła i marchewki 130g 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 sałatka z brokuła i marchewki 130g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml | zupa ziemniaczana 250ml jajko gotowane 50g wędlina z kurczaka 50g sałatka z brokuła i marchewki 130g 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 sałatka z brokuła i marchewki 130g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml | makaron gotowany na mleku 30g/250ml jajko gotowane 100g sałatka z brokuła i marchewki 130g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml | zupa ziemniaczana 250ml jajko gotowane 50g wędlina z kurczaka 50g sałatka z brokuła i marchewki 130g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml |
| | II śniad. | - | - | kefir naturalny 200g | - | - | - |
| | Obiad | Krupnik jaglany 500ml Pierogi z soczewicą i masłem 4 szt. Surówka z kapusty pekińskiej z majonezem 150g Kompot 250ml | Krupnik jaglany 500ml Ryż ze śmietaną i jabłkiem 80/50/200g Kompot 250ml | Krupnik jaglany 500ml Pierogi pełn. z soczewicą i masłem 4 szt. Surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem 150g Kompot b/c 250ml | Krupnik jaglany 500ml Ryż z jogurtem i jabłkiem 80/50/200g Kompot 250ml | Krupnik jaglany 500ml Ryż ze śmietaną i jabłkiem 80/50/200g Kompot 250ml | Krupnik jaglany 500ml Ryż z jabłkiem 80/200g Kompot 250ml |
| | Podw. | - | - | jabłko pieczone 180g | - | - | - |
| | Kolacja | płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml baleron 50g jarzyny z wody 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 jarzyny z wody 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml | płatki owsiane górskie gotowane na mleku 30g/250ml kiełbasa krakowska 50g jarzyny z wody 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml | płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml kiełbasa krakowska 50g jarzyny z wody 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml | płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml kurczak gotowany 100g jarzyny z wody 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml | zupa ziemniaczana 250ml kiełbasa krakowska 50g jarzyny z wody 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml |
| | P. noc. | sałatka owocowa (mandarynki-kiwi-jabłko) 150g | sałatka owocowa (mandarynki-kiwi-jabłko) 150g | sałatka owocowa (mandarynki-kiwi-jabłko) 150g | sałatka owocowa (mandarynki-kiwi-jabłko) 150g | sałatka owocowa (mandarynki-kiwi-jabłko) 150g | sałatka owocowa (mandarynki-kiwi-jabłko) 150g |
| <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; makaron gotowany na mleku – 1,7; płatki owsiane gotowane na mleku – 1,7; płatki owsiane górskie gotowane na mleku – 1,7; kefir – 7; jajko gotowane – 3; kiełbasa krakowska – 1,6; baleron – 1,6,7; zupa krupnik jaglany – 9; pierogi z soczewicą – 1; surówka z kapusty pekińskiej z majonezem – 3,10; surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem – 7; ryż ze śmietaną i jabłkiem – 7.</p> | | | | | | | |

Jadłospis tygodniowy 22.-28.01.2024 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 |
|---|----------------|--|--|---|--|--|---|
| 26.01.2024r. piątek | Śniadanie | płatki jęczmienne gotowane na mleku 30g/250ml sałatka z mozzarelli, słonecznika, rukoli i pomidora 130g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml | płatki jęczmienne gotowane na mleku 30g/250ml sałatka z mozzarelli, rukoli i pomidora 130g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml | zupa ziemniaczana 250ml sałatka z mozzarelli, słonecznika, rukoli i pomidora 130g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml | płatki jęczmienne gotowane na mleku 30g/250ml sałatka z mozzarelli, rukoli i pomidora 130g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml | płatki jęczmienne gotowane na mleku 30g/250ml sałatka z mozzarelli, rukoli i pomidora 130g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml | zupa ziemniaczana 250ml sałatka z jajka, rukoli i pomidora 130g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml |
| | II śniad. | - | - | sok pomidorowy 330ml | - | - | - |
| | Obiad | Zupa fasolowa 500ml Dorsz smażony 120g Ziemniaki 400g Surówka z białej kapusty z majonezem 150g Kompot 250ml | Zupa włoska 500ml Dorsz pieczony 120g Ziemniaki 400g Buraczki duszone 150g Kompot 250ml | Zupa włoska z makaronem pełn. 500ml Dorsz pieczony 120g Ziemniaki 400g Surówka z białej kapusty 150g Kompot b/c 250ml | Zupa włoska 500ml Dorsz pieczony 120g Ziemniaki 400g Buraczki duszone b/masła 150g Kompot 250ml | Zupa włoska 500ml Dorsz pieczony 120g Ziemniaki 400g Buraczki duszone 150g Kompot 250ml | Zupa włoska 500ml Dorsz pieczony 120g Ziemniaki 400g Buraczki duszone b/masła 150g Kompot 250ml |
| | Podw. | - | - | jablko 180g | - | - | - |
| | Kolacja | kawa zbożowa z mlekiem 250ml serek naturalny 150g dżem 50g brokuł gotowany 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g | kawa zbożowa z mlekiem 250ml serek naturalny 150g dżem 50g brokuł gotowany 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g | kawa zbożowa z mlekiem 250ml pasta z ciecierzycy 60g brokuł gotowany 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g | kawa zbożowa z mlekiem 250ml jogurt typu Skyr 150g dżem 50g brokuł gotowany 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g | kawa zbożowa z mlekiem 250ml serek naturalny 150g dżem 50g brokuł gotowany 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g | kawa zbożowa b/mleka 250ml kurczak gotowany 100g brokuł gotowany 80g dżem 50g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g |
| | P. noc. | sok warzywny 330ml | sok warzywny 330ml | sok warzywny 330ml | sok warzywny 330ml | sok warzywny 330ml | jablko 180g |
| <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; płatki jęczmienne gotowane na mleku – 1,7; kawa zbożowa z mlekiem – 1,7; kawa zbożowa b/mleka – 1; sałatka z jajka, rukoli i pomidora – 3; sałatka z mozzarelli, rukoli i pomidora – 7; serek naturalny – 7; jogurt typu Skyr – 7; zupa fasolowa – 1,9; zupa włoska (z makaronem pełn.) – 1,9; dorsz smażony – 1,3,4,7; dorsz pieczony – 4; surówka z białej kapusty z majonezem – 3,10; buraczki duszone – 1,7.</p> | | | | | | | |

Jadłospis tygodniowy 22.-28.01.2024 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 |
|--|----------------|---|---|---|---|--|---|
| 27.01. 2024r. sobota | Śniadanie | płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml pasztet drobiowy 50g chrzan 30g ogórek zielony 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 pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml | zupa ziemniaczana 250ml wędlina z kurczaka 50g ogórek zielony 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml | płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml wędlina z kurczaka 50g pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml | płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml ser biały 80g 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 | Barszcz czerwony 500ml Spaghetti z mięsem mielonym i sosem pomidorowym 80/100/60g Fasolka szparagowa z wody 100g Kompot 250ml | Barszcz czerwony 500ml Spaghetti z mięsem mielonym i sosem pomidorowym 80/100/60g Fasolka szparagowa z wody 100 Kompot 250ml | Barszcz czerwony 500ml Spaghetti pełn. z mięsem mielonym i sosem pomidorowym 80/100/60g Fasolka szparagowa z wody 100 Kompot b/c 250ml | Barszcz czerwony 500ml Spaghetti z mięsem mielonym i sosem pomidorowym 80/100/60g Fasolka szparagowa z wody 100 Kompot 250ml | Barszcz czerwony 500ml Spaghetti z mięsem mielonym i sosem pomidorowym 80/100/60g Fasolka szparagowa z wody 100 Kompot 250ml | Barszcz czerwony 500ml Spaghetti z mięsem mielonym i sosem pomidorowym 80/100/60g Fasolka szparagowa z wody 100 Kompot 250ml |
| | Podw. | - | - | kisiel z jabłka 250ml | - | - | - |
| | Kolacja | kakao na mleku 250ml sałatka śledziowa 150g jajko gotowane 50g pomidor 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g | kakao na mleku 250ml pasta rybna (z dorsza) 120g jajko gotowane 50g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g | kakao na mleku 250ml sałatka śledziowa 150g jajko gotowane 50g pomidor 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g | kakao na mleku 250ml pasta rybna (z dorsza) 120g jajko gotowane 50g pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g | kakao na mleku 250ml pasta rybna (z dorsza) 120g jajko gotowane 50g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g | kawa zbożowa b/mleka 250ml dorsz gotowany w jarzynach 120/50g jajko gotowane 50g pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g |
| | P. noc. | jabłko 180g | jabłko 180g | jabłko 180g | jabłko 180g | jabłko 180g | jabłko 180g |
| <p>Alergeny w posiłkach: 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 – 1,7; kawa zbożowa b/mleka – 1; sałatka śledziowa – 4,7; pasta rybna – 1,4,7; dorsz gotowany w jarzynach – 4,9; pasztet drobiowy – 1,3,6,7,9; chrzan – 12; kefir – 7; barszcz czerwony – 1,7,9; spaghetti (pełn.) z mięsem mielonym i sosem pomidorowym – 1.</p> | | | | | | | |

Jadłospis tygodniowy 22.-28.01.2024 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 |
|-------------------------------|----------------|---|--|--|--|--|--|
| 28.01.2024r. niedziela | Śniadanie | płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml ser biały 80g miód 25g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml | płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml ser biały 80g miód 25g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml | zupa ziemniaczana 250ml twarożek 80g rzodkiewki 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml | płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml ser biały 80g miód 25g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml | płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml ser biały 80g miód 25g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml | zupa ziemniaczana 250ml kurczak gotowany 100g miód 25g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml |
| | II śniad. | - | - | sok warzywny 330ml | - | - | - |
| | Obiad | Rosół z makaronem 500ml Udko z kurczaka pieczone 200g Ryż 80g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml | Rosół z makaronem 500ml Udko z kurczaka gotowane 200g Ryż 80g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml | Rosół z makaronem pełn. 500ml Udko z kurczaka pieczone 200g Ryż brązowy 80g Sałatka z ogórka kiszzonego 100g Kompot b/c 250ml | Rosół z makaronem 500ml Udko z kurczaka gotowane 200g Ryż 80g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml | Rosół z makaronem 500ml Udko z kurczaka gotowane 200g Ryż 80g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml | Rosół z makaronem 500ml Udko z kurczaka gotowane 200g Ryż 80g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml |
| | Podw. | - | - | chleb razowy 30g, masło 10g, wędlina z kurczaka 20g, rzodkiewki 40g | - | - | - |
| | Kolacja | kawa zbożowa z mlekiem 250ml wędlina z kurczaka 50g sałatka z jajka, brokuła 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, brokuła 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, brokuła i pomidora 180g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g | kawa zbożowa z mlekiem 250ml wędlina z kurczaka 50g sałatka z białka jaja, brokuła i pomidora 180g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g | kawa zbożowa z mlekiem 250ml sałatka z jajka, brokuła 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, brokuła i pomidora 130g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g |
| | P. noc. | pomarańcza 240g | pomarańcza 240g | pomarańcza 240g | pomarańcza 240g | pomarańcza 240g | pomarańcza 240g |

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 owsiane gotowane na mleku – 1,7; kawa zbożowa z mlekiem – 1,7; kawa zbożowa b/mleka – 1; ser biały – 7; twarogek – 7; sałatka z jajka, brokuła i pomidora – 3; rosół z makaronem (pełn.) – 1,9.