

Jadłospis tygodniowy 29.01.-4.02.2024 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
29.01. 2024r. poniedziałek	Śniadanie	makaron gotowany na mleku 30g/250ml kiełbasa podwawelska 50g chrzan 30g pomidor 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	makaron gotowany na mleku 30g/250ml kiełbasa podwawelska 50g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml kiełbasa krakowska 50g rzodkiewki (2 szt.) 40g pomidor 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	makaron gotowany na mleku 30g/250ml kiełbasa krakowska 50g 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 pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml kiełbasa krakowska 50g pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	jabłko (1 szt.) 180g	-	-	-
	Obiad	Zupa solferino 500ml Kotlet pożarski drobiowy smażony 150g Ziemniaki 400g Surówka z kapusty pekińskiej z majonezem 150g Kompot 250ml	Zupa solferino 500ml Pulpet drobiowy gotowany w sosie koperkowym 150/100g Ziemniaki 400g Sałatka z cukinii i pomidora 150g Kompot 250ml	Zupa solferino 500ml Pulpet drobiowy gotowany 150g Ziemniaki 400g Surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem 150g Kompot b/c 250ml	Zupa solferino 500ml Pulpet drobiowy gotowany 150g Ziemniaki 400g Sałatka z cukinii i pomidora 150g Kompot 250ml	Zupa solferino 500ml Pulpet drobiowy gotowany w sosie koperkowym 150/100g Ziemniaki 400g Sałatka z cukinii i pomidora 150g Kompot 250ml	Zupa solferino 500ml Kurczak gotowany 150g Ziemniaki 400g Sałatka z cukinii i pomidora 150g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	kefir naturalny 200g	-	-	-
	Kolacja	kawa zbożowa z mlekiem 250ml wędlina z kurczaka 50g ser Mozzarella 25g brokuł gotowany 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml wędlina z kurczaka 50g ser Mozzarella 25g brokuł gotowany 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml wędlina z kurczaka 50g ser Mozzarella 25g brokuł gotowany 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml wędlina z kurczaka 50g ser biały 80g brokuł gotowany 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ser Mozzarella 50g brokuł gotowany 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa b/mleka 250ml wędlina z kurczaka 50g brokuł gotowany 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g
	P. noc.	sok owocowy 330ml	sok owocowy 330ml	sok warzywny 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; makaron gotowany na mleku – 1,7; kawa zbożowa z mlekiem – 1,7; kawa zbożowa b/mleka – 1; kiełbasa podwawelska – 6,9; kiełbasa krakowska – 1,6; ser Mozzarella – 7; ser biały – 7; kefir naturalny – 7; zupa solferino – 1,7,9; kotlet pożarski drobiowy smażony – 1,3,7; pulpet drobiowy gotowany – 1,3,7; sos koperkowy – 1,7,9; surówka z kapusty pekińskiej z majonezem – 3,10; surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem – 7.</p>						

Jadłospis tygodniowy 29.01.-4.02.2024 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
30.01. 2024r. wtorek	Śniadanie	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml połędwica sopocka 50g mix sałat 15g papryka 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 mix sałat 15g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml połędwica sopocka 50g mix sałat 15g papryka 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml połędwica sopocka 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 (2 szt.) 100g mix sałat 15g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml jajko gotowane (2 szt.) 100g mix sałat 15g pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	kefir naturalny 200g	-	-	-
	Obiad	Zupa szpinakowa z makaronem 500ml Pierogi z serem białym i masłem 4 szt. Surówka z marchewki i selera z jogurtem 150g Kompot 250ml	Zupa szpinakowa z makaronem 500ml Pierogi z serem białym i masłem 4 szt. Surówka z marchewki i selera z jogurtem 150g Kompot 250ml	Zupa szpinakowa z makaronem pełn. 500ml Pierogi pełn. z serem białym i masłem 4 szt. Surówka z marchewki i selera z jogurtem 150g Kompot b/c 250ml	Zupa szpinakowa z makaronem 500ml Pierogi z serem białym i jogurtem nat. 4 szt. Surówka z marchewki i selera z jogurtem 150g Kompot 250ml	Zupa szpinakowa z makaronem 500ml Pierogi z serem białym i masłem 4 szt. Surówka z marchewki i selera z jogurtem 150g Kompot 250ml	Zupa szpinakowa z makaronem 500ml Kopytka 400g Surówka z marchewki i selera z olejem 150g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	pomarańcza (1 szt.) 240g	-	-	-
	Kolacja	płatki jęczmienne gotowane na mleku 30/250ml kielbasa szynkowa 50g bukiet warzyw gotowany 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotowane na mleku 30/250ml kielbasa szynkowa 50g bukiet warzyw gotowany 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki gryczane gotowane na mleku 30/250ml kielbasa szynkowa 50g bukiet warzyw gotowany 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotowane na mleku 30/250ml kielbasa szynkowa 50g bukiet warzyw gotowany 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotowane na mleku 30/250ml jogurt typu Skyr 150g bukiet warzyw gotowany 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml kielbasa szynkowa 50g bukiet warzyw gotowany 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	P. noc.	biszkopty (6 szt.) 25g	biszkopty (6 szt.) 25g	jablko (1 szt.) 180g	biszkopty (6 szt.) 25g	biszkopty (6 szt.) 25g	biszkopty (6 szt.) 25g
<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; płatki jęczmienne gotowane na mleku – 1,7; płatki gryczane gotowane na mleku – 7; połędwica sopocka – 1,6,7; jajko gotowane – 3; kefir naturalny – 7; biszkopty – 1,3; kielbasa szynkowa – 1,6; zupa szpinakowa z makaronem (pełn.) – 1,7,9; pierogi z serem i masłem – 1,7; kopytka – 1,3; jogurt naturalny – 7; surówka z marchewki i selera z jogurtem – 7,9; surówka z marchewki i selera z olejem – 9.</p>							

Jadłospis tygodniowy 29.01.-4.02.2024 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
31.01. 2024r. środa	Śniadanie	makaron gotowany na mleku 30g/250ml ser żółty 25g jajko gotowane 50g rukola 15g pomidor 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	makaron gotowany na mleku 30g/250ml jajko gotowane (2 szt.) 100g rukola 15g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml jajko gotowane (2 szt.) 100g rukola 15g pomidor 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	makaron gotowany na mleku 30g/250ml białko jaja gotowane (2 szt.) 100g rukola 15g pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	makaron gotowany na mleku 30g/250ml jajko gotowane (2 szt.) 100g rukola 15g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml jajko gotowane (2 szt.) 100g rukola 15g pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	chleb razowy 30g, rukola z pomidorem i jogurtem 100g	-	-	-
	Obiad	Zupa grochowa 500ml Potrawka z kurczaka z warzywami 150g Ryż 80g Marchewka duszona z groszkiem 150g Kompot 250ml	Zupa jarzynowa 500ml Potrawka z kurczaka z warzywami 150g Ryż 80g Marchewka duszona 150g Kompot 250ml	Zupa grochowa 500ml Potrawka z kurczaka z warzywami 150g Ryż brązowy 80g Sałatka z ogórka kiszzonego 100g Kompot b/c 250ml	Zupa jarzynowa 500ml Potrawka z kurczaka z warzywami 150g Ryż 80g Marchewka duszona b/masła 150g Kompot 250ml	Zupa jarzynowa 500ml Potrawka z kurczaka z warzywami 150g Ryż 80g Marchewka duszona 150g Kompot 250ml	Zupa jarzynowa 500ml Potrawka z kurczaka z warzywami 150g Ryż 80g Marchewka duszona b/masła 150g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	kisiel z jabłka 250ml	-	-	-
	Kolacja	kakao na mleku 250ml jogurt typu Skyr 150g dżem 50g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g	kakao na mleku 250ml jogurt typu Skyr 150g dżem 50g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kakao na mleku 250ml jogurt typu Skyr 150g papryka 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	kakao na mleku 250ml jogurt typu Skyr 150g dżem 50g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kakao na mleku 250ml jogurt typu Skyr 150g dżem 50g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa b/mleka 250ml pieczeń rzymska 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
<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; kakao na mleku – 7; kawa zbożowa b/mleka – 1; ser żółty – 7; jogurt typu Skyr – 7; jajko gotowane – 3; rukola z pomidorem i jogurtem – 7; zupa grochowa – 1,9; zupa jarzynowa – 1,7,9; potrawka z kurczaka z warzywami – 1,7,9; marchewka duszona (z groszkiem) – 1,7.</p>							

Jadłospis tygodniowy 29.01.-4.02.2024 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
01.02.2024r. czwartek	Śniadanie	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml sałatka z sera typu Feta, słonecznika i warzyw (ogórek, pomidor, papryka, mix sałat) 200g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml twarożek 80g sałata 15g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml sałatka z sera typu Feta, słonecznika i warzyw (ogórek, pomidor, papryka, mix sałat) 180g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml twarożek 80g sałata 15g pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml twarożek 80g 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	Barszcz ukraiński 500ml Kotlet rybno-warzywny smażony 120g Ziemniaki 400g Surówka z kiszonej kapusty 150g Kompot 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 500ml Pulpet rybno-warz. gotow. w sosie pomid. 120/100g Ziemniaki 400g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml	Barszcz ukraiński 500ml Pulpet rybno-warzywny gotowany 120g Ziemniaki 400g Surówka z kiszonej kapusty 150g Kompot b/c 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 500ml Pulpet rybno-warzywny gotowany 120g Ziemniaki 400g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 500ml Pulpet rybno-warz. gotow. w sosie pomid. 120/100g Ziemniaki 400g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 500ml Ryba gotowana w jarzynach 120/50g Ziemniaki 400g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	jabłko pieczone 180g	-	-	-
	Kolacja	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml pieczeń rzymska 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 30g/250ml pieczeń rzymska 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 30g/250ml wędlina z kurczaka 50g sałatka z kalafiora i pomidora 130g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml wędlina z kurczaka 50g sałatka z kalafiora i pomidora 130g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml jajko gotowane (1 szt.) 50g sałatka z kalafiora i pomidora 130g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml wędlina z kurczaka 50g sałatka z kalafiora i pomidora 130g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	P. noc.	banan (1 szt.) 120g	banan (1 szt.) 120g	kiwi (2 szt.) 150g	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; płatki ryżowe gotowane na mleku – 7; płatki owsiane gotowane na mleku – 1,7; płatki owsiane górskie gotowane na mleku – 1,7; kefir – 7; jajko gotowane – 3; pieczeń rzymska – 6; twarożek – 7; sałatka z sera typu Feta, słonecznika i warzyw – 7; barszcz ukraiński / czerwony z ziemniakami – 1,7,9; kotlet rybno-warzywny smażony – 1,3,4,7,9; pulpet rybno-warzywny gotowany – 1,3,4,7,9; sos pomidorowy – 1,7,9.</p>							

Jadłospis tygodniowy 29.01.-4.02.01.2024 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
02.02. 2024r. piątek	Śniadanie	kasza jaglana gotowana na mleku 30g/250ml ryba w galarecie 120g jajko gotowane 50g brokuł gotowany 80g pomidor 50g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	kasza jaglana gotowana na mleku 30g/250ml ryba w galarecie 120g jajko gotowane 50g brokuł gotowany 80g pomidor 50g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml ryba w galarecie 120g jajko gotowane 50g brokuł gotowany 80g pomidor 50g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	kasza jaglana gotowana na mleku 30g/250ml ryba w galarecie 120g białko jaja gotowane 50g brokuł gotowany 80g pomidor 50g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	kasza jaglana gotowana na mleku 30g/250ml ryba w galarecie 120g jajko gotowane 50g brokuł gotowany 80g pomidor 50g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml ryba w galarecie 120g jajko gotowane 50g brokuł gotowany 80g pomidor 50g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	chleb razowy 30g, twarożek 80g, pomidor 50g	-	-	-
	Obiad	Zupa brokułowa 500ml Gulasz z ciecierzycy 80g Kasza gryczana 80g Surówka z czerwonej kapusty z majonezem 150g Kompot 250ml	Zupa brokułowa 500ml Makaron z serem białym 80/80g Fasolka szparagowa gotowana 100g Kompot 250ml	Zupa brokułowa 500ml Gulasz z ciecierzycy 80g Kasza gryczana 80g Surówka z czerwonej kapusty 150g Kompot b/c 250ml	Zupa brokułowa 500ml Makaron z serem białym 80/80g Fasolka szparagowa gotowana 100g Kompot 250ml	Zupa brokułowa 500ml Makaron z serem białym 80/80g Fasolka szparagowa gotowana 100g Kompot 250ml	Zupa brokułowa 500ml Gulasz z ciecierzycy 80g Kasza gryczana 80g Fasolka szparagowa gotowana 100g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	jabłko (1 szt.) 180g	-	-	-
	Kolacja	płatki jęczmienne gotow. na mleku 30/250ml jajko gotowane (1 szt.) 50g twarożek 80g sałatka z brokuła i pomidora 130g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotowane na mleku 30/250ml jajko gotowane (1 szt.) 50g twarożek 80g sałatka z brokuła i pomidora 130g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki gryczane gotowane na mleku 30/250ml jajko gotowane (1 szt.) 50g twarożek 80g sałatka z brokuła i pomidora 130g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotowane na mleku 30/250ml białko jaja got. (1 szt.) 50g twarożek 80g sałatka z brokuła i pomidora 130g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotowane na mleku 30/250ml jajko gotowane (1 szt.) 50g twarożek 80g sałatka z brokuła i pomidora 130g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml jajko gotowane (2 szt.) 100g sałatka z brokuła i pomidora 130g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
P. noc.	sałatka owocowa (jabłko-pomarańcza-arbuz) 150g, wafle ryżowe (2 szt.) 12g	sałatka owocowa (jabłko-pomarańcza-arbuz) 150g, wafle ryżowe (2 szt.) 12g	sałatka owocowa (jabłko-pomarańcza-arbuz) 150g	sałatka owocowa (jabłko-pomarańcza-arbuz) 150g, wafle ryżowe (2 szt.) 12g	sałatka owocowa (jabłko-pomarańcza-arbuz) 150g, wafle ryżowe (2 szt.) 12g	sałatka owocowa (jabłko-pomarańcza-arbuz) 150g, wafle ryżowe (2 szt.) 12g	

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; płatki gryczane gotowane na mleku – 7; kasza jaglana gotowana na mleku – 7; jajko gotowane – 3; ryba w galarecie – 4,9; twarożek – 7; zupa brokułowa – 1,7,9; gulasz z ciecierzycy – 1,7,9; surówka z czerwonej kapusty z majonezem – 3,10; makaron z serem białym – 1,7.

Jadłospis tygodniowy 29.01.-4.02.01.2024 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
03.02. 2024r. sobota	Śniadanie	kasza manna gotowana 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	kasza manna gotowana 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	kasza manna gotowana 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 kurczak gotowany 100g 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.	-	-	chleb razowy 30g, masło 10g, wędlina z kurczaka 20g, ogórek zielony 50g	-	-	-
	Obiad	Zupa ogórkowa 500ml Leczo z kurczakiem i cukinią 80/100g Kasza jaglana 80g Kompot 250ml	Zupa wiejska 500ml Leczo z kurczakiem i cukinią 80/100g Kasza jaglana 80g Kompot 250ml	Zupa wiejska z makaronem pełn. 500ml Leczo z kurczakiem i cukinią 80/100g Kasza jaglana 80g Kompot b/c 250ml	Zupa wiejska 500ml Leczo z kurczakiem i cukinią 80/100g Kasza jaglana 80g Kompot 250ml	Zupa wiejska 500ml Leczo z kurczakiem i cukinią 80/100g Kasza jaglana 80g Kompot 250ml	Zupa wiejska 500ml Leczo z kurczakiem i cukinią 80/100g Kasza jaglana 80g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	kefir naturalny 200g	-	-	-
	Kolacja	twarożek 80g miód 25g pomidor 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	twarożek 80g miód 25g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	twarożek 80g rzodkiewki 40g pomidor 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	twarożek 80g miód 25g pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	twarożek 80g miód 25g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	jajko gotowane (2 szt.) 100g miód 25g pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	P. noc.	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 – 1,6; bułka grahamka – 1,7; bułka grahamka – 1,7; masło extra – 7; zupa ziemniaczana – 9; kasza manna gotowana na mleku – 1,7; twarożek – 7; pasztet drobiowy – 1,3,6,7,9; chrzan – 12; jajko gotowane – 3; zupa ogórkowa – 1,7,9; zupa wiejska (z makaronem pełn.) – 1,7,9.

Jadłospis tygodniowy 29.01.-4.02.2024 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
04.02.2024r. niedziela	Śniadanie	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml pasta z jajka 75g sałatka z fasolki i pomidora 130g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml pasta z jajka 75g sałatka z fasolki i pomidora 130g masło extra 15g chleb pszenno żytni 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml pasta z jajka 75g sałatka z fasolki i pomidora 130g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml pasta z białka jajka 75g sałatka z fasolki i pomidora 130g margaryna b/ml. 15g chleb pszenno żytni 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml pasta z jajka 75g sałatka z fasolki i pomidora 130g masło extra 15g chleb pszenno żytni 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml jajko gotowane (2 szt.) 100g sałatka z fasolki i pomidora 130g margaryna b/ml. 15g chleb pszenno żytni 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	jabłko (1 szt.) 180g	-	-	-
	Obiad	Krupnik jęczmienny 500ml Sztuka wieprzowa pieczona 120g Ziemniaki 400g Buraczki duszone 150g Kompot 250ml	Krupnik jęczmienny 500ml Sztuka wieprzowa gotowana w sosie musztardowym 120/100g Ziemniaki 400g Buraczki duszone 150g Kompot 250ml	Krupnik jęczmienny 500ml Sztuka wieprzowa pieczona 120g Ziemniaki 400g Brokuł gotowany 100g Kompot b/c 250ml	Krupnik jęczmienny 500ml Sztuka wieprzowa gotowana 120g Ziemniaki 400g Buraczki duszone b/masła 150g Kompot 250ml	Krupnik jęczmienny 500ml Sztuka wieprzowa gotowana w sosie musztardowym 120/100g Ziemniaki 400g Buraczki duszone 150g Kompot 250ml	Krupnik jęczmienny 500ml Sztuka wieprzowa gotowana 120/100g Ziemniaki 400g Buraczki duszone b/masła 150g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	chleb razowy 30g, sałatka z brokuła i pomidora 130g	-	-	-
	Kolacja	kakao na mleku 250ml szynka gotowana 50g ser biały 80g brokuł gotowany 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g	kakao na mleku 250ml szynka gotowana 50g ser biały 80g brokuł gotowany 80g masło extra 15g chleb pszenno żytni 50g bułka pszenna 50g	kakao na mleku 250ml szynka gotowana 50g ser biały 80g brokuł gotowany 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	kakao na mleku 250ml szynka gotowana 50g ser biały 80g brokuł gotowany 80g masło extra 15g margaryna b/ml. 15g chleb pszenno żytni 50g bułka pszenna 50g	kakao na mleku 250ml ser biały 80g brokuł gotowany 80g masło extra 15g chleb pszenno żytni 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa b/mleka 250ml szynka gotowana 50g brokuł gotowany 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenno żytni 100g
	P. noc.	sok owocowy 330ml	sok owocowy 330ml	sok pomidorowy 330ml	sok owocowy 330ml	sok owocowy 330ml	sok owocowy 330ml
	Alergeny w posiłkach: chleb pszenno żytni – 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; kakao na mleku – 7; kawa zbożowa b/mleka – 1; pasta z jajka – 1,3,7; szynka gotowana – 1,6; jajko gotowane – 3; ser biały – 7; krupnik jęczmienny – 1,7; sos musztardowy – 1,7,10; buraczki duszone – 1,7.						