Jadłospis tygodniowy 22.-28.07.2024 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**
22.07. 2024r. poniedziałek	Śniadanie	makaron gotowany na mleku 30g/250ml schab pieczony 50g sałatka z rukoli, słon. i pomidora 100g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	makaron gotowany na mleku 30g/250ml schab pieczony 50g sałatka z rukoli i pomidora 100g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml schab pieczony 50g sałatka z rukoli, słonecznika i pomidora 100g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	makaron gotowany na mleku 30g/250ml schab pieczony 50g sałatka z rukoli i pomidora 100g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	makaron gotowany na mleku 30g/250ml kurczak gotowany 50g sałatka z rukoli i pomidora 100g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml schab pieczony 50g sałatka z rukoli i pomidora 100g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	chleb razowy 30g, twarożek 80g, ogórek zielony 50g	-	-	-
	Obiad	Kapuśniak mazurski 500ml Potrawka z kurczaka z warzywami 150g Ziemniaki 400g Surówka z marchewki i selera z jogurtem 150g Kompot 250ml	Zupa koperkowa z ryżem 500ml Potrawka z kurczaka z warzywami 150g Ziemniaki 400g Surówka z marchewki i selera z jogurtem 150g Kompot 250ml	Zupa koperkowa z ryżem brązowym 500ml Potrawka z kurczaka z warzywami 150g Ziemniaki 400g Surówka z marchewki i selera z jogurtem 150g Kompot b/c 250ml	Zupa koperkowa z ryżem 500ml Potrawka z kurczaka z warzywami 150g Ziemniaki 400g Surówka z marchewki i selera z jogurtem 150g Kompot 250ml	Zupa koperkowa z ryżem 500ml Potrawka z kurczaka z warzywami 150g Ziemniaki 400g Surówka z marchewki i selera z jogurtem 150g Kompot 250ml	Zupa koperkowa z ryżem 500ml Potrawka z kurczaka z warzywami 150g Ziemniaki 400g Surówka z marchewki i selera z olejem 150g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	jabłko (1 szt.) 180g	-	-	-
	Kolacja	kawa zbożowa z mlekiem 250ml jajko gotowane (1 szt.) 50g ser Mozzarella 25g mix sałat z pomidorem i jogurtem 100g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml jajko gotowane (1 szt.) 50g ser Mozzarella 25g mix sałat z pomidorem i jogurtem 100g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml jajko gotowane (1 szt.) 50g ser Mozzarella 25g mix sałat z pomidorem i jogurtem 100g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml białko jaja gotowane (1 szt.) 50g ser biały 80g mix sałat z pomidorem i jogurtem 100g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml jajko gotowane (1 szt.) 50g ser Mozzarella 25g mix sałat z pomidorem i jogurtem 100g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa b/mleka 250ml jajko gotowane (2 szt.) 100g mix sałat z pomidorem i olejem 100g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 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 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**; twarożek – **7**; jajko gotowane – **3**; ser Mozzarella – **7**; ser biały – **7**; kapuśniak mazurski – **1,9**; zupa koperkowa z ryżem – **7,9;** potrawka z kurczaka z warzywami – **1,7,9;** surówka z marchewki i selera z jogurtem – **7,9;** surówka z marchewki i selera z olejem – **9**.						

Jadłospis tygodniowy 22.-28.07.2**024 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
23.07. 2024r. wtorek	Śniadanie	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml kiełbasa podwawelska 50g chrzan 30g sałata 15g ogórek zielony 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml kiełbasa podwawelska 50g sałata 15g fasolka szparagowa gotowana 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml kiełbasa szynkowa 50g sałata 15g ogórek zielony 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml kiełbasa szynkowa 50g sałata 15g fasolka szparagowa gotowana 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml serek naturalny 150g sałata 15g fasolka szparagowa gotowana 80g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml kiełbasa szynkowa 50g sałata 15g fasolka szparagowa gotowana 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	kefir naturalny 200g	-	-	-
	Obiad	Zupa dyniowa 500ml Gulasz z ciecierzycy 80g Kasza gryczana 80g Mizeria ze śmietaną 100g Kompot 250ml	Zupa dyniowa 500ml Ryż ze śmietaną i truskawkami 80/50/100g Kompot 250ml	Zupa dyniowa 500ml Gulasz z ciecierzycy 80g Kasza gryczana 80g Mizeria z jogurtem 100g Kompot b/c 250ml	Zupa dyniowa 500ml Ryż z jogurtem i truskawkami 80/50/100g Kompot 250ml	Zupa dyniowa 500ml Ryż ze śmietaną i truskawkami 80/50/100g Kompot 250ml	Zupa dyniowa 500ml Ryż z truskawkami 80/100g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	sok warzywny 330ml	-	-	-
	Kolacja	płatki jęczmienne gotowane na mleku 30g/250ml szynka gotowana 50g brokuł gotowany 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotowane na mleku 30g/250ml szynka gotowana 50g brokuł gotowany 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki gryczane gotowane na mleku 30g/250ml szynka gotowana 50g brokuł gotowany 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotowane na mleku 30g/250ml szynka gotowana 50g brokuł gotowany 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotowane na mleku 30g/250ml jajko gotowane (1 szt.) 50g brokuł gotowany 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml szynka gotowana 50g brokuł gotowany 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	P. noc.	smoothie jabłko-pomarańcza 250ml	smoothie jabłko-pomarańcza 250ml	smoothie jabłko-pomarańcza 250ml	smoothie jabłko-pomarańcza 250ml	smoothie jabłko-pomarańcza 250ml	smoothie jabłko-pomarańcza 250ml
	Alergeny w posiłkach: chleb pszenny zwykły – **1**; bułka pszenna – **1**; chleb żytni razowy – **1,6**; bułka grahamka – **1,7**; masło extra – **7**; zupa ziemniaczana – **9**; płatki owsiane gotowane na mleku – **1,7**; płatki jęczmienne gotowane na mleku – **1,7**; płatki gryczane gotowane na mleku – **7**; kiełbasa podwawelska – **6,9**; kiełbasa szynkowa – **1,6**; chrzan – **12**; serek naturalny – **7**; szynka gotowana – **1,6**; jajko gotowane – **3**; kefir – **7**; zupa dyniowa – **7,9;** gulasz z ciecierzycy – **1,7,9;** mizeria ze śmietaną / jogurtem – **7;** ryż ze śmietaną / jogurtem i truskawkami – **7**.						

Jadłospis tygodniowy 22.-28.07.**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
24.07. 2024r. środa	Śniadanie	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml twarożek 80g dżem 50g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml twarożek 80g dżem 50g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml twarożek 80g sałata 15g rzodkiewki (4 szt.) 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml twarożek 80g dżem 50g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml twarożek 80g dżem 50g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml kurczak gotowany 100g dżem 50g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	sok pomidorowy 330ml	-	-	-
	Obiad	Zupa jarzynowa 500ml Spaghetti z mięsem mielonym i sosem pomidorowym 80/100/60g Bukiet warzyw gotowany 100g Kompot 250ml	Zupa jarzynowa 500ml Spaghetti z mięsem mielonym i sosem pomidorowym 80/100/60g Bukiet warzyw gotowany 100g Kompot 250ml	Zupa jarzynowa 500ml Spaghetti pełn. z mięsem mielonym i sosem pomidorowym 80/100/60g Bukiet warzyw gotowany 100g Kompot b/c 250ml	Zupa jarzynowa 500ml Spaghetti z mięsem mielonym i sosem pomidorowym 80/100/60g Bukiet warzyw gotowany 100g Kompot 250ml	Zupa jarzynowa 500ml Spaghetti z mięsem mielonym i sosem pomidorowym 80/100/60g Bukiet warzyw gotowany 100g Kompot 250ml	Zupa jarzynowa 500ml Spaghetti z mięsem mielonym i sosem pomidorowym 80/100/60g Bukiet warzyw gotowany 100g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	jogurt Skyr 150g	-	-	-
	Kolacja	kakao na mleku 250ml pasta z jajka ze szczypiorkiem 75g papryka 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g	kakao na mleku 250ml pasta z jajka z koperkiem 75g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kakao na mleku 250ml pasta z jajka ze szczypiorkiem 75g papryka 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	kakao na mleku 250ml pasta z białka jaja z koperkiem 75g pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kakao na mleku 250ml pasta z jajka z koperkiem 75g pomidor 80g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	zupa ziemniaczana 250ml jajko gotowane (2 szt.) 100g pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g
	P. noc.	jabłko (1 szt.) 180g	jabłko (1 szt.) 180g	jabłko (1 szt.) 180g	jabłko (1 szt.) 180g	jabłko (1 szt.) 180g	jabłko (1 szt.) 180g

Alergeny w posiłkach: chleb pszenny zwykły – **1**; bułka pszenna – **1**; chleb żytni razowy – **1,6**; bułka grahamka – **1,7**; masło extra – **7**; zupa ziemniaczana – **9**; płatki ryżowe gotowane na mleku – **7**; kakao na mleku – **7**; jogurt Skyr – **7**; twarożek – **7**; pasta z jajka – **1,3,7**; jajko gotowane – **3;** zupa jarzynowa – **1,7,9;** spaghetti (pełn.) z mięsem mielonym i sosem pomidorowym **– 1**.

Jadłospis tygodniowy 22.-28.07.**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
25.07. 2024r. czwartek	Śniadanie	makaron gotowany na mleku 30g/250ml 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 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 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 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 kurczak gotowany 50g sałatka z brokuła i marchewki 130g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml wędlina z kurczaka 50g sałatka z brokuła i marchewki 130g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	chleb razowy 30g, mizeria z jogurtem 100g	-	-	-
	Obiad	Zupa fasolowa 500ml Pulpet rybno-warzywny (z dorsza) gotowany w sosie pietruszkowym 120/100g Ziemniaki 400g Surówka z kapusty pekińskiej z majonezem 150g Kompot 250ml	Zupa kalafiorowa 500ml Pulpet rybno-warzywny (z dorsza) gotowany w sosie pietruszkowym 120/100g Ziemniaki 400g Sałatka z cukinii i pomidora 150g Kompot 250ml	Zupa fasolowa 500ml Pulpet rybno-warzywny (z dorsza) gotowany 120g Ziemniaki 400g Surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem 150g Kompot b/c 250ml	Zupa kalafiorowa 500ml Pulpet rybno-warzywny (z dorsza) gotowany 120g Ziemniaki 400g Sałatka z cukinii i pomidora 150g Kompot 250ml	Zupa kalafiorowa 500ml Pulpet rybno-warzywny (z dorsza) gotowany w sosie pietruszkowym 120/100g Ziemniaki 400g Sałatka z cukinii i pomidora 150g Kompot 250ml	Zupa kalafiorowa 500ml Dorsz gotowany w jarzynach 120/50g Ziemniaki 400g Sałatka z cukinii i pomidora 150g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	jabłko (1 szt.) 180g	-	-	-
	Kolacja	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml kiełbasa tyrolska 50g kalafior gotowany 80g pomidor 50g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml kiełbasa tyrolska 50g kalafior gotowany 80g pomidor 50g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki owsiane górskie gotowane na mleku 30g/250ml szynka gotowana 50g kalafior gotowany 80g pomidor 50g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml szynka gotowana 50g kalafior gotowany 80g pomidor 50g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml serek naturalny 150g kalafior gotowany 80g pomidor 50g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml szynka gotowana 50g kalafior gotowany 80g pomidor 50g margaryna b/ml. 15g 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
	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 (górskie) gotowane na mleku – **1,7**; kiełbasa tyrolska – **1,6,7**; mizeria z jogurtem – **7**; serek naturalny – **7**; szynka gotowana – **1,6**; zupa fasolowa– **1,9**; zupa kalafiorowa – **1,7,9;** pulpet rybno-warzywny – **1,3,4,7,9;** sos pietruszkowy – **1,7,9;** surówka z kapusty pekińskiej z majonezem – **3,10;** surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem – **7.**						

Jadłospis tygodniowy 22.-28.07.**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
26.07. 2024r. piątek	Śniadanie	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml sałatka z jajka, fasolki szparagowej i pomidora 180g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml sałatka z jajka, fasolki szparagowej i pomidora 180g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml sałatka z jajka, fasolki szparagowej i pomidora 180g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml sałatka z białka jaja, fasolki szparagowej i pomidora 180g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml sałatka z jajka, fasolki szparagowej i pomidora 180g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml sałatka z jajka, fasolki szparagowej i pomidora 180g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	chleb razowy 30g, masło 10g, wędlina z kurczaka 20g, pomidor 50g	-	-	-
	Obiad	Barszcz czerwony 500ml Naleśniki z serem, śmietaną i truskawkami (2 szt.) Gruszka (1 szt.) 130g Kompot 250ml	Barszcz czerwony 500ml Makaron z serem białym 80/80g Fasolka szparagowa gotowana 100g Kompot 250ml	Barszcz czerwony 500ml Makaron pełn. z serem białym 80/80g Fasolka szparagowa gotowana 100g Kompot b/c 250ml	Barszcz czerwony 500ml Makaron z serem białym 80/80g Fasolka szparagowa gotowana 100g Kompot 250ml	Barszcz czerwony 500ml Makaron z serem białym 80/80g Fasolka szparagowa gotowana 100g Kompot 250ml	Barszcz czerwony 500ml Kurczak gotowany 150g Makaron 80g Fasolka szparagowa gotowana 100g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	jabłko pieczone(1 szt.) 180g	-	-	-
	Kolacja	kawa zbożowa z mlekiem 250ml sałatka z sera Mozzarella, rukoli i pomidora 120g dżem 50g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml sałatka z sera Mozzarella, rukoli i pomidora 120g dżem 50g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml sałatka z sera Mozzarella, rukoli i pomidora 120g wędlina z kurczaka 50g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ser biały 80g sałatka z rukoli i pomidora 100g dżem 50g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml sałatka z sera Mozzarella, rukoli i pomidora 120g dżem 50g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa b/mleka 250ml sałatka z jajka, rukoli i pomidora 150g dżem 50g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g
	P. noc.	sałatka owocowa (jabłko-mandarynka-borówka) 150g, wafle ryżowe (2 szt.)	sałatka owocowa (jabłko-mandarynka-borówka) 150g, wafle ryżowe (2 szt.)	sałatka owocowa (jabłko-mandarynka-borówka) 150g	sałatka owocowa (jabłko-mandarynka-borówka) 150g, wafle ryżowe (2 szt.)	sałatka owocowa (jabłko-mandarynka-borówka) 150g, wafle ryżowe (2 szt.)	sałatka owocowa (jabłko-mandarynka-borówka) 150g, wafle ryżowe (2 szt.)
	Alergeny w posiłkach: chleb pszenny zwykły – **1**; bułka pszenna – **1**; chleb żytni razowy – **1,6**; bułka grahamka – **1,7**; masło extra – **7**; zupa ziemniaczana – **9**; płatki ryżowe gotowane na mleku – **7**; kawa zbożowa z mlekiem – **1,7**; kawa zbożowa b/mleka – **1**; sałatka z jajka, rukoli i pomidora – **3**; sałatka z jajka, fasolki szparagowej i pomidora – **3**; ser biały – **7;** sałatka z sera Mozzarella, rukoli i pomidora – **7**; barszcz czerwony – **1,7,9**; naleśniki z serem, śmietaną i truskawkami – **1,3,7;** makaron (pełn.) z serem białym – **1,7.**						

Jadłospis tygodniowy 22.-28.07.**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
27.07. 2024r. sobota	Śniadanie	kasza manna gotowana na mleku 40g/250ml wędlina z kurczaka 50g sałata 15g rzodkiewki (4 szt.) 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	kasza manna gotowana na mleku 40g/250ml wędlina z kurczaka 50g sałata 15g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml wędlina z kurczaka 50g sałata 15g rzodkiewki (4 szt.) 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	kasza manna gotowana na mleku 40g/250ml wędlina z kurczaka 50g sałata 15g pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	kasza manna gotowana na mleku 40g/250ml kurczak gotowany 50g sałata 15g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml wędlina z kurczaka 50g sałata 15g pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	kefir naturalny 200g	-	-	-
	Obiad	Krupnik jęczmienny 500ml Kotlet mielony smażony 100g Kasza jaglana 80g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml	Krupnik jęczmienny 500ml Pulpet wieprzowy gotowany w sosie pomidorowym 80/100g Kasza jaglana 80g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml	Krupnik jęczmienny 500ml Pulpet wieprzowy gotowany 80/100g Kasza jaglana 80g Pomidor z jogurtem 100g Kompot b/c 250ml	Krupnik jęczmienny 500ml Pulpet wieprzowy gotowany 80g Kasza jaglana 80g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml	Krupnik jęczmienny 500ml Pulpet wieprzowy gotowany w sosie pomidorowym 80/100g Kasza jaglana 80g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml	Krupnik jęczmienny 500ml Szynka wieprzowa gotowana 80g Kasza jaglana 80g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	sok pomidorowy 330ml	-	-	-
	Kolacja	kakao na mleku 250ml ser biały 80g miód 25g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g	kakao na mleku 250ml ser biały 80g miód 25g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kakao na mleku 250ml ser biały 80g jajko gotowane (1 szt.) 50g papryka 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	kakao na mleku 250ml ser biały 80g miód 25g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kakao na mleku 250ml ser biały 80g miód 25g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	zupa ziemniaczana 250ml jajko gotowane (1 szt.) 50g miód 25g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g
	P. noc.	banan (1 szt.) 120g	banan (1 szt.) 120g	jabłko (1 szt.) 180g	banan (1 szt.) 120g	banan (1 szt.) 120g	banan (1 szt.) 120g
	Alergeny w posiłkach: chleb pszenny zwykły – **1**; bułka pszenna – **1**; chleb żytni razowy – **1,6**; bułka grahamka – **1,7**; masło extra – **7**; zupa ziemniaczana – **9**; kasza manna gotowana na mleku – **1,7**; kakao na mleku – **7**; ser biały – **7**; jajko gotowane – **3**; kefir – **7**; krupnik jęczmienny – **1,9**; kotlet mielony / pulpet wieprzowy – **1,3,7;** sos pomidorowy – **1,7,9;** pomidor z jogurtem – **7.**						

Jadłospis tygodniowy 22.-28.07.**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
28.07. 2024r. niedziela	Śniadanie	płatki jęczmienne gotow. na mleku 30g/250ml serek naturalny 150g pomidor 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotow. 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 serek naturalny 150g pomidor 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotow. na mleku 30g/250ml jogurt Skyr 150g pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotow. 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 jajko gotowane (2 szt.) 100g pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	kefir naturalny 200g	-	-	-
	Obiad	Rosół z makaronem 500ml Udko z kurczaka pieczone 200g Ziemniaki 400g Mizeria ze śmietaną 100g Kompot 250ml	Rosół z makaronem 500ml Udko z kurczaka gotowane 200g Ziemniaki 400g Marchewka duszona 150g Kompot 250ml	Rosół z makaronem pełn. 500ml Udko z kurczaka pieczone 200g Ziemniaki 400g Mizeria z jogurtem 100g Kompot b/c 250ml	Rosół z makaronem 500ml Udko z kurczaka gotowane 200g Ziemniaki 400g Marchewka duszona b/masła 150g Kompot 250ml	Rosół z makaronem 500ml Udko z kurczaka gotowane 200g Ziemniaki 400g Marchewka duszona 150 Kompot 250ml	Rosół z makaronem 500ml Udko z kurczaka gotowane 200g Ziemniaki 400g Marchewka duszona b/masła 150g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	jabłko (1 szt.) 180g	-	-	-
	Kolacja	kawa zbożowa z mlekiem 250ml pieczeń rzymska 50g bukiet warzyw gotowany 80g dżem 50g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml pieczeń rzymska 50g bukiet warzyw gotowany 80g dżem 50g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml kiełbasa szynkowa 50g bukiet warzyw gotowany 80g ser biały 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml kiełbasa szynkowa 50g bukiet warzyw gotowany 80g dżem 50g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml jajko gotowane (1 szt.) 50g bukiet warzyw gotowany 80g dżem 50g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa b/mleka 250ml kiełbasa szynkowa 50g bukiet warzyw gotowany 80g dżem 50g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g
	P. noc.	biszkopty (6 szt.) 25g	biszkopty (6 szt.) 25g	sok warzywny 330ml	biszkopty (6 szt.) 25g	biszkopty (6 szt.) 25g	biszkopty (6 szt.) 25g
	Alergeny w posiłkach: chleb pszenny zwykły – **1**; bułka pszenna – **1**; chleb żytni razowy – **1,6**; bułka grahamka – **1,7**; masło extra – **7**; zupa ziemniaczana – **9**; płatki jęczmienne gotowane na mleku – **1,7**; kawa zbożowa z mlekiem – **1,7**; kawa zbożowa b/mleka – **1**; pieczeń rzymska **– 6**; serek naturalny – **7**; jogurt Skyr – **7;** jajko gotowane – **3**; kiełbasa szynkowa – **1,6**; rosół z makaronem – **1,9;** mizeria ze śmietaną / z jogurtem – **7;** marchewka duszona – **1,7;** kefir – **7;** biszkopty – **1,3.**						