

Jadłospis 03.11 - 26.10.2025 r. SP ZOZ Włodawa						
Dzień	Posiłek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	Dieta łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	Dieta
03.11.2025r. poniedziałek	Śniadanie	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml twarożek z koperkiem 80g mix sałat z pomidorem i jogurtem 100g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml twarożek z koperkiem 80g mix sałat z pomidorem i jogurtem 100g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	zupa ziemniaczana 250ml twarożek z koperkiem 80g mix sałat z pomidorem i jogurtem 100g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml twarożek z koperkiem 80g mix sałat z pomidorem i jogurtem 100g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	
	II śniadanie	-	-	sok pomidorowy 300ml	-	
	Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem 500ml Kaszotto z indykiem i warzywami 80/80/50g Sos pietruszkowy 100g Buraczki duszone 150g Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 500ml Kaszotto z indykiem i warzywami 80/80/50g Sos pietruszkowy 100g Buraczki duszone 150g Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem pełn. 500ml Kaszotto z indykiem i warzywami 80/80/50g Surówka z czerwonej kapusty 150g Kompot b/c 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 500ml Kaszotto z indykiem i warzywami 80/80/50g Sos pietruszkowy 100g Buraczki duszone 150g Kompot 250ml	
	Podwieczorek	-	-	chleb razowy 30g, masło 10g, wędlina z kurczaka 20g, papryka 80g	-	
	Kolacja	dorsz gotowany w jarzynach 120/50g wędlina z kurczaka 50g papryka 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata 250ml	dorsz gotowany w jarzynach 120/50g wędlina z kurczaka 50g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	dorsz gotowany w jarzynach 120/50g wędlina z kurczaka 50g papryka 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	dorsz gotowany w jarzynach 120/50g wędlina z kurczaka 50g pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	
	Posiłek nocny	biszkopty 25g	biszkopty 25g	jabłko (1 szt.) 180g	biszkopty 25g	
Alergeny w posiłkach: chleb pszenny zwykły – 1; bułka pszenna – 1,7; chleb żytni razowy – 1; bułka grahamka – 1,7; masło extra – 7; zupa ziemniaczana – 9; płatki owsiane gotowane na mleku – 1,7; twarożek z koperkiem – 7; mix sałat z pomidorem i jogurtem – 7; dorsz gotowany w jarzynach – 4,9; kaszotto z indykiem i warzywami – 9; sos pietruszkowy – 1,7,9; biszkopty – 1,3; zupa pomidorowa z makaronem (pełn.) – 1,7,9; buraczki duszone – 1,7.						

Alergeny w posiłkach: chleb pszenny zwykły – 1; bułka pszenna – 1,7; chleb żytni razowy – 1; bułka grahamka – 1,7; masło extra – 7; zupa ziemniaczana – 9; płatki owsiane gotowane na mleku – 1,7; twarożek z koperkiem – 7; mix sałat z pomidorem i jogurtem – 7; dorsz gotowany w warzywnach – 4,9; kaszotto z indykiem i warzywami – 9; sos pietruszkowy – 1,7,9; biszkopty – 1,3; zupa pomidorowa z makaronem (pełn.) – 1,7,9; buraczki duszone – 1,7.

Jadłospis 03.11 - 26.10.2025 r. SP ZOZ Włodawa

Dzień	Posilek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	Dieta łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	Dieta
04.11.2025r. wtorek	Śniadanie	makaron gotowany na mleku 30g/250ml szynka pieczona 50g mix sałat 20g ogórek zielony 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata 250ml	makaron gotowany na mleku 30g/250ml szynka pieczona 50g mix sałat 20g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	zupa ziemniaczana 250ml szynka pieczona 50g mix sałat 20g ogórek zielony 80g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	makaron gotowany na mleku 30g/250ml szynka pieczona 50g mix sałat 20g pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	
	II śniadanie	-	-	Skyr naturalny 150g	-	
	Obiad	Zupa dyniowa 500ml Gulasz z ciecierzycy z warzywami 80/50g Kasza gryczana 80g Surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem 150g Kompot 250ml	Zupa dyniowa 500ml Makaron z jogurtem naturalnym i truskawkami 80/50/150g Kompot 250ml	Zupa dyniowa 500ml Gulasz z ciecierzycy z warzywami 80/50g Kasza gryczana 80g Surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem 150g Kompot b/c 250ml	Zupa dyniowa 500ml Makaron z jogurtem naturalnym i truskawkami 80/50/150g Kompot 250ml	
	Podwieczorek	-	-	sok warzywny 300ml	-	
	Kolacja	ser biały 80g miód 25g jabłko (1 szt.) 180g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata 250ml	ser biały 80g miód 25g jabłko (1 szt.) 180g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	ser biały 80g szynka gotowana 50g jabłko (1 szt.) 180g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	ser biały 80g miód 25g jabłko (1 szt.) 180g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	
	Posiłek nocny	smoothie jabłko-brzoskwinia 250ml	smoothie jabłko-brzoskwinia 250ml	smoothie jabłko-brzoskwinia 250ml	smoothie jabłko-brzoskwinia 250ml	
	Alergeny w posilkach: chleb pszenny zwykły – 1 ; bułka pszenna – 1,7 ; chleb żytni razowy – 1 ; bułka grahamka – 1,7 ; masło extra – 7 ; zupa ziemniaczana – 9 ; makaron gotowany na mleku – 1,7 ; skyr – 7 ; smoothie jabłko-brzoskwinia – 7 ; ser biały – 7 ; zupa dyniowa – 7,9 ; gulasz z ciecierzycy z warzywami – 1,7,9 ; makaron z jogurtem naturalnym i truskawkami – 1,7 ; surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem – 7 .					

Jadłospis 03.11 - 26.10.2025 r. SP ZOZ Włodawa

Dzień	Posilek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	Dieta łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	Dieta
05.11.2025r. środa	Śniadanie	kasza manna gotowana na mleku 40g/250ml polędwica sopocka 50g sałatka z kalafiora i marchewki 150g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata 250ml	kasza manna gotowana na mleku 40g/250ml polędwica sopocka 50g sałatka z kalafiora i marchewki 150g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	zupa ziemniaczana 250ml polędwica sopocka 50g sałatka z kalafiora i marchewki 150g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	kasza manna gotowana na mleku 40g/250ml polędwica sopocka 50g sałatka z kalafiora i marchewki 150g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	
	II śniadanie	-	-	kefir naturalny 200g	-	
	Obiad	Zupa brokułowa 500ml Leczo z kurczaka i cukinii 80/100g Ryż 80g Kompot 250ml	Zupa brokułowa 500ml Leczo z kurczaka i cukinii 80/100g Ryż 80g Kompot 250ml	Zupa brokułowa 500ml Leczo z kurczaka i cukinii 80/100g Ryż brązowy 80g Kompot b/c 250ml	Zupa brokułowa 500ml Leczo z kurczaka i cukinii 80/100g Ryż 80g Kompot 250ml	
	Podwieczorek	-	-	chleb razowy 30g, masło 10g, jajko got. (1 szt.) 50g, pomidor 80g	-	
	Kolacja	ser żółty 50g ogórek kiszony 80g pomarańcza (1/2 szt.) 120g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata 250ml	ser Mozzarella 60g pomidor 80g pomarańcza (1/2 szt.) 120g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	ser żółty 50g ogórek kiszony 80g pomarańcza (1/2 szt.) 120g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	ser biały 80g pomidor 80g pomarańcza (1/2 szt.) 120g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	
	Posiłek nocny	herbatniki (2 szt.) 20g	herbatniki (2 szt.) 20g	jabłko (1 szt.) 180g	herbatniki (2 szt.) 20g	
	Alergeny w posiłkach: chleb pszenny zwykły – 1; bułka pszenna – 1,7; chleb żytni razowy – 1; bułka grahamka – 1,7; masło extra – 7; zupa ziemniaczana – 9; kasza manna gotowana na mleku – 1,7; polędwica sopocka – 1,6,7; ser żółty – 7; ser Mozzarella – 7; ser biały – 7; jajko gotowane – 3; jogurt Skyr – 7; kefir naturalny – 7; herbatniki – 1,6,12; zupa brokułowa – 7,9.					

Dzień	Posiłek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	Dieta łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	
06.11.2025r. czwartek	Śniadanie	płatki jęczm. gotowane na mleku 30g/250ml sałatka z jajka, fasolki szparagowej i pomidora 200g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata 250ml	płatki jęczm. gotowane na mleku 30g/250ml sałatka z jajka, fasolki szparagowej i pomidora 200g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	zupa ziemniaczana 250ml sałatka z jajka, fasolki szparagowej i pomidora 200g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki jęczm. gotowane na mleku 30g/250ml sałatka z białka jaja, fasolki szparagowej i pomidora 200g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	
	II śniadanie	-	-	koktajl truskawk. 250ml	-	
	Obiad	Barszcz czerwony 500ml Kotlet rybno-warzywny (z dorsza) smażony 120g Ziemniaki 400g Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 150g Kompot 250ml	Barszcz czerwony 500ml Pulpet rybno-warzywny (z dorsza) gotowany w sosie pomidorowym 120/100g Ziemniaki 400g Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 150g Kompot 250ml	Barszcz czerwony 500ml Pulpet rybno-warzywny (z dorsza) gotowany 120g Ziemniaki 400g Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 150g Kompot b/c 250ml	Barszcz czerwony 500ml Pulpet rybno-warzywny (z dorsza) gotowany w sosie pomidorowym 120/100g Ziemniaki 400g Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 150g Kompot 250ml	
	Podwieczorek	-	-	chleb raz. 30g, twarożek 80g, rzodk.(4 szt.) 80g	-	
	Kolacja	kiełbasa tyrolska 50g sałatka z kalafiora i pomidora 150g dżem 50g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata 250ml	kiełbasa tyrolska 50g sałatka z kalafiora i pomidora 150g dżem 50g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	wędlina z kurczaka 50g sałatka z sera Mozzarella, kalafiora i pomidora 200g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	wędlina z kurczaka 50g sałatka z kalafiora i pomidora 150g dżem 50g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	
	Posiłek nocny	sok owocowy 300ml	sok owocowy 300ml	sok warzywny 300ml	sok owocowy 300ml	
	Alergeny w posiłkach: chleb pszenny zwykły – 1; bułka pszenna – 1,7; chleb żytni razowy – 1; bułka grahamka – 1,7; masło extra – 7; zupa ziemniaczana – 9; płatki jęczmienne gotowane na mleku – 1,7; sałatka z jajka, fasolki szparagowej i pomidora – 3; koktajl truskawkowy – 7; kiełbasa tyrolska – 1,6,7; sałatka z sera mozzarella, kalafiora i pomidora – 7; barszcz czerwony – 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; surówka z marchewki i jabłka z jogurtem – 7; twarożek – 7.					

Alergeny w posiłkach: chleb pszenny zwykły – 1; bułka pszenna – 1,7; chleb żytni razowy – 1; bułka grahamka – 1,7; masło extra – 7; zupa ziemniaczana – 9; płatki jęczmienne gotowane na mleku – 1,7; sałatka z jajka, fasolki szparagowej i pomidora – 3; koktajl truskawkowy – 7; kielbasa tyrolska – 1,6,7; sałatka z sera mozzarella, kalafiora i pomidora – 7; barszcz czerwony – 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; surówka z marchewki i jabłka z jogurtem – 7; twarożek – 7.

Jadłospis 03.11 - 26.10.2025 r. SP ZOZ Włodawa

Dzień	Posilek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	Dieta łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	
07.11.2025r. piątek	Śniadanie	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml pasta rybna (z mintaja) z jajkiem 150g bukiet warzyw z wody 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml pasta rybna (z mintaja) z jajkiem 150g bukiet warzyw z wody 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	zupa ziemniaczana 250ml pasta rybna (z mintaja) z jajkiem 150g bukiet warzyw z wody 80g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml pasta rybna (z mintaja) z białkiem jaja 150g bukiet warzyw z wody 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	
	II śniadanie	-	-	kefir naturalny 200g	-	
	Obiad	Zupa grochowa 500ml Makaron z serem białym i szpinakiem 80/80/50g Kompot 250ml	Zupa jarzynowa 500ml Makaron z serem białym i szpinakiem 80/80/50g Kompot 250ml	Zupa grochowa 500ml Makaron pełn. z serem białym i szpinakiem 80/80/50g Kompot b/c 250ml	Zupa jarzynowa 500ml Makaron z serem białym i szpinakiem 80/80/50g Kompot 250ml	
	Podwieczorek	-	-	kisiel z gruszką 150ml	-	
	Kolacja	serek naturalny 150g wędlina z kurczaka 50g brokuł z wody 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata 250ml	serek naturalny 150g wędlina z kurczaka 50g brokuł z wody 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	serek naturalny 150g wędlina z kurczaka 50g brokuł z wody 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	jogurt Skyr 150g wędlina z kurczaka 50g brokuł z wody 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	
	Posiłek nocny	kiwi (1 szt.) 75g, pomarańcza (1/2 szt.) 120g	kiwi (1 szt.) 75g, pomarańcza (1/2 szt.) 120g	kiwi (1 szt.) 75g, pomarańcza (1/2 szt.) 120g	kiwi (1 szt.) 75g, pomarańcza (1/2 szt.) 120g	
	Alergeny w posiłkach: 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; pasta rybna z jajkiem – 1,3,4,7; kefir naturalny – 7; serek naturalny – 7; jogurt Skyr – 7; zupa grochowa – 9; zupa jarzynowa – 7,9; makaron (pełn.) z serem białym i szpinakiem – 1,7.					

Dzień	Posiłek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	Dieta łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	
08.11.2025r. sobota	Śniadanie	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml pasztet drobiowy 50g chrzan 30g ogórek zielony 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml pasztet drobiowy 50g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	zupa ziemniaczana 250ml kiełbasa krakowska 50g chrzan 30g ogórek zielony 80g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml kiełbasa krakowska 50g pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	
	II śniadanie	-	-	kefir naturalny 200g	-	
	Obiad	Krupnik jęczmienny 500ml Zraz wieprzowy gotowany w sosie pietruszkowym 100/100g Ziemniaki 400g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml	Krupnik jęczmienny 500ml Zraz wieprzowy gotowany w sosie pietruszkowym 100/100g Ziemniaki 400g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml	Krupnik jęczmienny 500ml Zraz wieprzowy gotowany 100g Ziemniaki 400g Brokuł z wody 150g Kompot b/c 250ml	Krupnik jęczmienny 500ml Zraz wieprzowy gotowany w sosie pietruszkowym 100/100g Ziemniaki 400g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml	
	Podwieczorek	-	-	jabłko (1 szt.) 180g	-	
	Kolacja	wędlina z kurczaka 50g jajko gotowane (1 szt.) 50g bukiet warzyw z wody 80g mandarynka (1 szt.) 65g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata 250ml	wędlina z kurczaka 50g jajko gotowane (1 szt.) 50g bukiet warzyw z wody 80g mandarynka (1 szt.) 65g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	wędlina z kurczaka 50g jajko gotowane (1 szt.) 50g bukiet warzyw z wody 80g mandarynka (1 szt.) 65g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	wędlina z kurczaka 50g białko jaja got. (1 szt.) 50g bukiet warzyw z wody 80g mandarynka (1 szt.) 65g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	
	Posiłek nocny	smoothie jabłko-truskawka 250ml	smoothie jabłko-truskawka 250ml	smoothie jabłko-truskawka 250ml	smoothie jabłko-truskawka 250ml	
	Alergeny w posiłkach: chleb pszenny zwykły – 1; bułka pszenna – 1,7; chleb żytni razowy – 1; bułka grahamka – 1,7; masło extra – 7; zupa ziemniaczana – 9; płatki owsiane gotowane na mleku – 1,7; jajko gotowane – 3; pasztet drobiowy – 1,3,6,7,9; chrzan – 12; kefir – 7; kiełbasa krakowska – 1,6; krupnik jęczmienny – 1,9; zraz wieprzowy gotowany – 1,3,7; sos pietruszkowy – 1,7,9.					

Alergeny w posiłkach: chleb pszenny zwykły – 1; bułka pszenna – 1,7; chleb żytni razowy – 1; bułka grahamka – 1,7; masło extra – 7; zupa ziemniaczana – 9; płatki owsiane gotowane na mleku – 1,7; jajko gotowane – 3; paszтет drobiowy – 1,3,6,7,9; chrzan – 12; kefir – 7; kielbasa krakowska – 1,6; krupnik jęczmienny – 1,9; zraz wieprzowy gotowany – 1,3,7; sos pietruszkowy – 1,7,9.

Dzień	Posilek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	Dieta łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	
09.11.2025r. niedziela	Śniadanie	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml ser biały 80g dżem 50g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml ser biały 80g dżem 50g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	zupa ziemniaczana 250ml ser biały 80g polędwica sopocka 50g rzodkiewki (4 szt.) 80g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml ser biały 80g dżem 50g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	
	II śniadanie	-	-	sok pomidorowy 300ml	-	
	Obiad	Rosół z makaronem 500ml Udko z kurczaka pieczone 200g Ziemniaki 400g Marchewka z groszkiem duszona 150g Kompot 250ml	Rosół z makaronem 500ml Udko z kurczaka gotowane 200g Ziemniaki 400g Marchewka z groszkiem duszona 150g Kompot 250ml	Rosół z makaronem pełn. 500ml Udko z kurczaka pieczone 200g Ziemniaki 400g Surówka z kiszonej kapusty 150g Kompot b/c 250ml	Rosół z makaronem 500ml Udko z kurczaka gotowane 200g Ziemniaki 400g Marchewka z groszkiem duszona 150g Kompot 250ml	
	Podwieczorek	-	-	kefir naturalny 200g	-	
	Kolacja	pasta z jajka z koperkiem 75g szynka gotowana 50g papryka 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata 250ml	pasta z jajka z koperkiem 75g szynka gotowana 50g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	pasta z jajka z koperkiem 75g szynka gotowana 50g papryka 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	pasta z białka jaja z koperkiem 75g szynka gotowana 50g pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	
	Posilek nocny	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 – 1,7 ; chleb żytni razowy – 1 ; bułka grahamka – 1,7 ; masło extra – 7 ; zupa ziemniaczana – 9 ; płatki ryżowe gotowane na mleku – 7 ; ser biały – 7 ; pasta z jajka – 1,3,7 ; kefir – 7 ; polędwica sopocka – 1,6,7 ; szynka gotowana – 1,6 ; rosół z makaronem (pełn.) – 9 ; marchewka z groszkiem duszona – 1,7 .						