

| Jadłospis 20.-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 |
| 20.10.2025r.<br>poniedziałek               | Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml<br>twarożek 80g<br>mix sałat z pomidorem i jogurtem 100g<br>masło extra 15g<br>chleb żytni razowy 60g<br>bułka grahamka 50g<br>herbata 250ml | płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml<br>twarożek 80g<br>mix sałat z pomidorem i jogurtem 100g<br>masło extra 15g<br>chleb pszenny zwykły 50g<br>bułka pszenna 50g<br>herbata 250ml | zupa ziemniaczana 250ml<br>twarożek 80g<br>mix sałat z pomidorem i jogurtem 100g<br>chleb żytni razowy 100g<br>herbata b/c 250ml        | płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml<br>twarożek 80g<br>mix sałat z pomidorem i jogurtem 100g<br>margaryna b/ml. 15g<br>chleb pszenny zwykły 50g<br>bułka pszenna 50g<br>herbata 250ml |       |
|                                            | II śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | -                                                                                                                                                                                       | -                                                                                                                                                                                        | jabłko (1 szt.) 180g                                                                                                                    | -                                                                                                                                                                                            |       |
|                                            | Obiad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Zupa dyniowa 500ml<br>Kurczak pieczony w folii 200g<br>Ryż 80g<br>Buraczki duszone 150g<br>Kompot 250ml                                                                                 | Zupa dyniowa 500ml<br>Kurczak pieczony w folii 200g<br>Ryż 80g<br>Buraczki duszone 150g<br>Kompot 250ml                                                                                  | Zupa dyniowa 500ml<br>Kurczak pieczony w folii 200g<br>Ryż brązowy 80g<br>Surówka z czerwonej kapusty 150g<br>Kompot b/c 250ml          | Zupa dyniowa 500ml<br>Kurczak pieczony w folii 200g<br>Ryż 80g<br>Buraczki duszone 150g<br>Kompot 250ml                                                                                      |       |
|                                            | Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | -                                                                                                                                                                                       | -                                                                                                                                                                                        | chleb razowy 30g, masło 10g, wędlina z kurczaka 20g, papryka 80g                                                                        | -                                                                                                                                                                                            |       |
|                                            | Kolacja                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | sałatka śledziowa 150g<br>jajko gotowane (1 szt.) 50g<br>papryka 80g<br>masło extra 15g<br>chleb żytni razowy 60g<br>bułka grahamka 50g<br>herbata 250ml                                | dorsz gotowany w jarzynach 120/50g<br>jajko gotowane (1 szt.) 50g<br>pomidor 80g<br>masło extra 15g<br>chleb pszenny zwykły 50g<br>bułka pszenna 50g<br>herbata 250ml                    | sałatka śledziowa 150g<br>jajko gotowane (1 szt.) 50g<br>papryka 80g<br>masło extra 15g<br>chleb żytni razowy 100g<br>herbata b/c 250ml | dorsz gotowany w jarzynach 120/50g<br>białko jaja got. (1 szt.) 50g<br>pomidor 80g<br>margaryna b/ml. 15g<br>chleb pszenny zwykły 50g<br>bułka pszenna 50g<br>herbata 250ml                  |       |
|                                            | Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | herbatniki (2 szt.) 20g                                                                                                                                                                 | herbatniki (2 szt.) 20g                                                                                                                                                                  | sok pomidorowy 330ml                                                                                                                    | herbatniki (2 szt.) 20g                                                                                                                                                                      |       |
|                                            | <b>Alergeny w posiłkach:</b> chleb pszenny zwykły – 1; bułka pszenna – 1,7; chleb żytni razowy – 1; bułka grahamka – 1,7; masło extra – 7; zupa ziemniaczana – 9; płatki owsiane gotowane na mleku – 1,7; twarożek – 7; mix sałat z pomidorem i jogurtem – 7; sałatka śledziowa – 4,7; dorsz gotowany w jarzynach – 4,9; jajko gotowane – 3; herbatniki – 1,6,7; zupa dyniowa – 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 – 7; mix sałat z pomidorem i jogurtem – 7; sałatka śledziowa – 4,7; dorsz gotowany w jarzynach – 4,9; jajko gotowane – 3; herbatniki – 1,6,7; zupa dyniowa – 7,9; buraczki duszone – 1,7.

**Jadlospis 20.-26.10.2025 r. SP ZOZ Włodawa**

| <b>Dzień</b>                   | <b>Posilek</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | <b>Dieta podstawowa</b>                                                                                                                                                                       | <b>Dieta łatwostrawna</b>                                                                                                                                                                      | <b>Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.</b>                                                                                                       | <b>Dieta łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu</b>                                                                                                                                                     | <b>Dieta</b> |
|--------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|
| <b>21.10.2025r.<br/>wtorek</b> | Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | makaron gotowany na mleku 30g/250ml<br>łopatka pieczona 50g<br>mix sałat 20g<br>marchewka baby z wody 80g<br>masło extra 15g<br>chleb żytni razowy 60g<br>bułka grahamka 50g<br>herbata 250ml | makaron gotowany na mleku 30g/250ml<br>łopatka pieczona 50g<br>mix sałat 20g<br>marchewka baby z wody 80g<br>masło extra 15g<br>chleb pszenny zwykły 50g<br>bułka pszenna 50g<br>herbata 250ml | zupa ziemniaczana 250ml<br>łopatka pieczona 50g<br>mix sałat 20g<br>marchewka baby z wody 80g<br>chleb żytni razowy 100g<br>herbata b/c 250ml | makaron gotowany na mleku 30g/250ml<br>łopatka pieczona 50g<br>mix sałat 20g<br>marchewka baby z wody 80g<br>margaryna b/ml. 15g<br>chleb pszenny zwykły 50g<br>bułka pszenna 50g<br>herbata 250ml |              |
|                                | II śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | -                                                                                                                                                                                             | -                                                                                                                                                                                              | Skyr naturalny 150g                                                                                                                           | -                                                                                                                                                                                                  |              |
|                                | Obiad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Zupa fasolowa 500ml<br>Makaron z jogurtem naturalnym i truskawkami 80/50/150g<br>Kompot 250ml                                                                                                 | Zupa pomidorowa z ryżem 500ml<br>Makaron z jogurtem naturalnym i truskawkami 80/50/150g<br>Kompot 250ml                                                                                        | Zupa fasolowa 500ml<br>Makaron pełn. z jogurtem naturalnym i truskawkami 80/50/150g<br>Kompot b/c 250ml                                       | Zupa pomidorowa z ryżem 500ml<br>Makaron z jogurtem naturalnym i truskawkami 80/50/150g<br>Kompot 250ml                                                                                            |              |
|                                | Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | -                                                                                                                                                                                             | -                                                                                                                                                                                              | sok warzywny 330ml                                                                                                                            | -                                                                                                                                                                                                  |              |
|                                | Kolacja                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | ser Mozzarella 60g<br>pomidor 80g<br>miód 25g<br>masło extra 15g<br>chleb żytni razowy 60g<br>bułka grahamka 50g<br>herbata 250ml                                                             | ser Mozzarella 60g<br>pomidor 80g<br>miód 25g<br>masło extra 15g<br>chleb pszenny zwykły 50g<br>bułka pszenna 50g<br>herbata 250ml                                                             | ser Mozzarella 60g<br>pomidor 80g<br>wędlina z kurczaka 50g<br>masło extra 15g<br>chleb żytni razowy 100g<br>herbata b/c 250ml                | ser biały 80g<br>pomidor 80g<br>miód 25g<br>margaryna b/ml. 15g<br>chleb pszenny zwykły 50g<br>bułka pszenna 50g<br>herbata 250ml                                                                  |              |
|                                | Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | smoothie jabłko-brzoskwinia 250ml                                                                                                                                                             | smoothie jabłko-brzoskwinia 250ml                                                                                                                                                              | smoothie jabłko-brzoskwinia 250ml                                                                                                             | smoothie jabłko-brzoskwinia 250ml                                                                                                                                                                  |              |
|                                | <b>Alergeny w posilkach:</b> chleb pszenny zwykły – <b>1</b> ; bułka pszenna – <b>1,7</b> ; chleb żytni razowy – <b>1</b> ; bułka grahamka – <b>1,7</b> ; masło extra – <b>7</b> ; zupa ziemniaczana – <b>9</b> ; makaron gotowany na mleku – <b>1,7</b> ; skyr – <b>7</b> ; smoothie jabłko-brzoskwinia – <b>7</b> ; ser biały – <b>7</b> ; ser Mozzarella – <b>7</b> ; zupa fasolowa – <b>1,9</b> ; zupa pomidorowa z ryżem – <b>7,9</b> ; makaron (pełn.) z jogurtem naturalnym i truskawkami – <b>1,7</b> . |                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                    |              |

**Jadlospis 20.-26.10.2025 r. SP ZOZ Włodawa**

| <b>Dzień</b>                  | <b>Posilek</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | <b>Dieta podstawowa</b>                                                                                                                                                     | <b>Dieta łatwostrawna</b>                                                                                                                                                    | <b>Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.</b>                                                                                                    | <b>Dieta łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu</b>                                                                                                                                   | <b>Dieta</b> |
|-------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|
| <b>22.10.2025r.<br/>środa</b> | Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | kasza manna gotowana na mleku 40g/250ml<br>polędwica sopocka 50g<br>kalafior z wody 80g<br>masło extra 15g<br>chleb żytni razowy 60g<br>bułka grahamka 50g<br>herbata 250ml | kasza manna gotowana na mleku 40g/250ml<br>polędwica sopocka 50g<br>kalafior z wody 80g<br>masło extra 15g<br>chleb pszenny zwykły 50g<br>bułka pszenna 50g<br>herbata 250ml | zupa ziemniaczana 250ml<br>polędwica sopocka 50g<br>kalafior z wody 80g<br>masło extra 15g<br>chleb żytni razowy 100g<br>herbata b/c 250ml | kasza manna gotowana na mleku 40g/250ml<br>polędwica sopocka 50g<br>kalafior z wody 80g<br>margaryna b/ml. 15g<br>chleb pszenny zwykły 50g<br>bułka pszenna 50g<br>herbata 250ml |              |
|                               | II śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | -                                                                                                                                                                           | -                                                                                                                                                                            | kefir naturalny 200g                                                                                                                       | -                                                                                                                                                                                |              |
|                               | Obiad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Zupa kalafiorowa 500ml<br>Leczo z kurczaka i cukinii 80/100g<br>Kasza jaglana 80g<br>Kompot 250ml                                                                           | Zupa kalafiorowa 500ml<br>Leczo z kurczaka i cukinii 80/100g<br>Kasza jaglana 80g<br>Kompot 250ml                                                                            | Zupa kalafiorowa 500ml<br>Leczo z kurczaka i cukinii 80/100g<br>Kasza jaglana 80g<br>Kompot b/c 250ml                                      | Zupa kalafiorowa 500ml<br>Leczo z kurczaka i cukinii 80/100g<br>Kasza jaglana 80g<br>Kompot 250ml                                                                                |              |
|                               | Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | -                                                                                                                                                                           | -                                                                                                                                                                            | chleb razowy 30g, masło 10g, jajko got. (1 szt.) 50g, ogórek zielony 80g                                                                   | -                                                                                                                                                                                |              |
|                               | Kolacja                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | serek naturalny 150g<br>ogórek zielony 80g<br>jabłko (1 szt.) 180g<br>masło extra 15g<br>chleb żytni razowy 60g<br>bułka grahamka 50g<br>herbata 250ml                      | serek naturalny 150g<br>pomidor 80g<br>jabłko (1 szt.) 180g<br>masło extra 15g<br>chleb pszenny zwykły 50g<br>bułka pszenna 50g<br>herbata 250ml                             | serek naturalny 150g<br>ogórek zielony 80g<br>jabłko (1 szt.) 180g<br>masło extra 15g<br>chleb żytni razowy 100g<br>herbata b/c 250ml      | jogurt Skyr 150g<br>pomidor 80g<br>jabłko (1 szt.) 180g<br>margaryna b/ml. 15g<br>chleb pszenny zwykły 50g<br>bułka pszenna 50g<br>herbata 250ml                                 |              |
|                               | Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | herbatniki (2 szt.) 20g                                                                                                                                                     | herbatniki (2 szt.) 20g                                                                                                                                                      | gruszka (1 szt.) 130g                                                                                                                      | herbatniki (2 szt.) 20g                                                                                                                                                          |              |
|                               | <b>Alergeny w posiłkach:</b> chleb pszenny zwykły – <b>1</b> ; bułka pszenna – <b>1,7</b> ; chleb żytni razowy – <b>1</b> ; bułka grahamka – <b>1,7</b> ; masło extra – <b>7</b> ; zupa ziemniaczana – <b>9</b> ; kasza manna gotowana na mleku – <b>1,7</b> ; polędwica sopocka – <b>1,6,7</b> ; serek naturalny – <b>7</b> ; jajko gotowane – <b>3</b> ; jogurt Skyr – <b>7</b> ; kefir naturalny – <b>7</b> ; herbatniki – <b>1,6,12</b> ; zupa kalafiorowa – <b>7,9</b> . |                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                  |              |

| Jadłospis 20.-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 |
| 23.10.2025r.<br>czwartek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Śniadanie     | płatki jęczm. gotowane na mleku 30g/250ml<br>pasta z jajka z koperk. 75g<br>mix sałat 20g<br>rzodkiewki (4 szt.) 80g<br>masło extra 15g<br>chleb żytni razowy 60g<br>bułka grahamka 50g<br>herbata 250ml | płatki jęczm. gotowane na mleku 30g/250ml<br>pasta z jajka z koperk. 75g<br>mix sałat 20g<br>pomidor 80g<br>masło extra 15g<br>chleb pszenny zwykły 50g<br>bułka pszenna 50g<br>herbata 250ml | zupa ziemniaczana 250ml<br>pasta z jajka z koperkiem 75g<br>mix sałat 20g<br>rzodkiewki (4 szt.) 80g<br>chleb żytni razowy 100g<br>herbata b/c 250ml        | płatki jęczm. gotowane na mleku 30g/250ml<br>pasta z białka jaja z koperk. 75g<br>mix sałat 20g pomidor 80g<br>margaryna b/ml. 15g<br>chleb pszenny zwykły 50g<br>bułka pszenna 50g<br>herbata 250ml |       |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | II śniadanie  | -                                                                                                                                                                                                        | -                                                                                                                                                                                             | koktajl truskawkowy 250ml                                                                                                                                   | -                                                                                                                                                                                                    |       |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Obiad         | Barszcz czerwony 500ml<br>Dorsz smażony 120g<br>Ziemniaki 400g<br>Marchewka z groszkiem duszona 150g<br>Kompot 250ml                                                                                     | Barszcz czerwony 500ml<br>Dorsz gotowany w jarzynach 120/50g<br>Ziemniaki 400g<br>Marchewka z groszkiem duszona 150g<br>Kompot 250ml                                                          | Barszcz czerwony 500ml<br>Dorsz gotowany w jarzynach 120/50g<br>Ziemniaki 400g<br>Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 150g<br>Kompot b/c 250ml          | Barszcz czerwony 500ml<br>Dorsz gotowany w jarzynach 120/50g<br>Ziemniaki 400g<br>Marchewka z groszkiem duszona b/masła 150g<br>Kompot 250ml                                                         |       |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Podwieczorek  | -                                                                                                                                                                                                        | -                                                                                                                                                                                             | kisiel z jabłkiem 150ml                                                                                                                                     | -                                                                                                                                                                                                    |       |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Kolacja       | wędlina z kurczaka 50g<br>sałatka z fasolki szparagowej i pomidora 150g<br>dżem 50g<br>masło extra 15g<br>chleb żytni razowy 60g<br>bułka grahamka 50g<br>herbata 250ml                                  | wędlina z kurczaka 50g<br>sałatka z fasolki szparagowej i pomidora 150g<br>dżem 50g<br>masło extra 15g<br>chleb pszenny zwykły 50g<br>bułka pszenna 50g<br>herbata 250ml                      | wędlina z kurczaka 50g<br>sałatka z fasolki szparagowej i pomidora 150g<br>ser biały 80g<br>masło extra 15g<br>chleb żytni razowy 100g<br>herbata b/c 250ml | wędlina z kurczaka 50g<br>sałatka z fasolki szparagowej i pomidora 150g<br>dżem 50g<br>margaryna b/ml. 15g<br>chleb pszenny zwykły 50g<br>bułka pszenna 50g<br>herbata 250ml                         |       |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Posiłek nocny | sok owocowy 330ml                                                                                                                                                                                        | sok owocowy 330ml                                                                                                                                                                             | sok warzywny 330ml                                                                                                                                          | sok owocowy 330ml                                                                                                                                                                                    |       |
| <b>Alergeny w posiłkach:</b> chleb pszenny zwykły – 1; bułka pszenna – 1,7; chleb żytni razowy – 1; bułka grahamka – 1,7; masło extra – 7; zupa ziemniaczana – 9; płatki jęczmienne gotowane na mleku – 1,7; pasta z jajka z koperkiem – 1,3,7; koktajl truskawkowy – 7; barszcz czerwony – 7,9; dorsz smażony – 1,3,4,7; dorsz gotowany w jarzynach – 4,9; marchewka z groszkiem duszona – 1,7; surówka z marchewki i jabłka z jogurtem – 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; pasta z jajka z koperkiem – 1,3,7; koktajl truskawkowy – 7; barszcz czerwony – 7,9; dorsz smażony – 1,3,4,7; dorsz gotowany w jarzynach – 4,9; marchewka z groszkiem duszona – 1,7; surówka z marchewki i jabłka z jogurtem – 7.

**Jadłospis 20.-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 |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|
| 24.10.2025r.<br>piątek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Śniadanie     | płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml<br>twarożek z natką pietruszki 80g<br>brokuł z wody 80g<br>masło extra 15g<br>chleb żytni razowy 60g<br>bułka grahamka 50g<br>herbata 250ml | płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml<br>twarożek z natką pietruszki 80g<br>brokuł z wody 80g<br>masło extra 15g<br>chleb pszenny zwykły 50g<br>bułka pszenna 50g<br>herbata 250ml | zupa ziemniaczana 250ml<br>twarożek z natką pietruszki 80g<br>brokuł z wody 80g<br>chleb żytni razowy 100g<br>herbata b/c 250ml          | płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml<br>twarożek z natką pietruszki 80g<br>brokuł z wody 80g<br>margaryna b/ml. 15g<br>chleb pszenny zwykły 50g<br>bułka pszenna 50g<br>herbata 250ml |       |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | II śniadanie  | -                                                                                                                                                                                     | -                                                                                                                                                                                      | kefir naturalny 200g                                                                                                                     | -                                                                                                                                                                                          |       |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Obiad         | Kapuśniak 500ml<br>Makaron z serem białym i szpinakiem 80/80/50g<br>Kompot 250ml                                                                                                      | Zupa jarzynowa 500ml<br>Makaron z serem białym i szpinakiem 80/80/50g<br>Kompot 250ml                                                                                                  | Kapuśniak 500ml<br>Makaron pełn. z serem białym i szpinakiem 80/80/50g<br>Kompot b/c 250ml                                               | Zupa jarzynowa 500ml<br>Makaron z serem białym i szpinakiem 80/80/50g<br>Kompot 250ml                                                                                                      |       |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Podwieczorek  | -                                                                                                                                                                                     | -                                                                                                                                                                                      | chleb razowy 30g,<br>twarożek 80g, pomidor 80g                                                                                           | -                                                                                                                                                                                          |       |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Kolacja       | pasta z mintaja z jajkiem 150g<br>sałatka z kalafiora i pomidora 150g<br>masło extra 15g<br>chleb żytni razowy 60g<br>bułka grahamka 50g<br>herbata 250ml                             | pasta z mintaja z jajkiem 150g<br>sałatka z kalafiora i pomidora 150g<br>masło extra 15g<br>chleb pszenny zwykły 50g<br>bułka pszenna 50g<br>herbata 250ml                             | pasta z mintaja z jajkiem 150g<br>sałatka z kalafiora i pomidora 150g<br>masło extra 15g<br>chleb żytni razowy 100g<br>herbata b/c 250ml | pasta z mintaja z białkiem jaja 150g<br>sałatka z kalafiora i pomidora 150g<br>margaryna b/ml. 15g<br>chleb pszenny zwykły 50g<br>bułka pszenna 50g<br>herbata 250ml                       |       |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Posilek nocny | pomarańcza (1 szt.) 240g                                                                                                                                                              | pomarańcza (1 szt.) 240g                                                                                                                                                               | pomarańcza (1 szt.) 240g                                                                                                                 | pomarańcza (1 szt.) 240g                                                                                                                                                                   |       |
| <b>Alergeny w posilkach:</b> chleb pszenny zwykły – 1; bułka pszenna – 1,7; chleb żytni razowy – 1; bułka grahamka – 1,7; masło extra – 7; zupa ziemniaczana – 9; płatki ryżowe gotowane na mleku – 7; pasta z mintaja z jajkiem – 1,3,4,7; twarożek – 7; kefir naturalny – 7; kapuśniak – 9; zupa jarzynowa – 7,9; makaron (pełn.) z serem białym i szpinakiem – 1,7. |               |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                            |       |

**Jadlospis 20.-26.10.2025 r. SP ZOZ Włodawa**

| <b>Dzień</b>                   | <b>Posilek</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | <b>Dieta podstawowa</b>                                                                                                                                                         | <b>Dieta łatwostrawna</b>                                                                                                                                                 | <b>Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.</b>                                                                                                           | <b>Dieta łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu</b>                                                                                                                                  | <b>Dieta</b> |
|--------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|
| <b>25.10.2025r.<br/>sobota</b> | Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | płatki jęczmienne gotowane na mleku 30g/250ml<br>pasztet drobiowy 50g<br>ogórek zielony 80g<br>masło extra 15g<br>chleb żytni razowy 60g<br>bułka grahamka 50g<br>herbata 250ml | płatki jęczmienne gotowane na mleku 30g/250ml<br>pasztet drobiowy 50g<br>pomidor 80g<br>masło extra 15g<br>chleb pszenny zwykły 50g<br>bułka pszenna 50g<br>herbata 250ml | zupa ziemniaczana 250ml<br>kiełbasa krakowska 50g<br>ogórek zielony 80g<br>chleb żytni razowy 100g<br>herbata b/c 250ml                           | płatki jęczmienne gotowane na mleku 30g/250ml<br>kiełbasa krakowska 50g<br>pomidor 80g<br>margaryna b/ml. 15g<br>chleb pszenny zwykły 50g<br>bułka pszenna 50g<br>herbata 250ml |              |
|                                | II śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | -                                                                                                                                                                               | -                                                                                                                                                                         | kefir naturalny 200g                                                                                                                              | -                                                                                                                                                                               |              |
|                                | Obiad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Krupnik ryżowy 500ml<br>Pulpet wieprzowy gotowany w sosie koperkowym 80/100g<br>Ziemniaki 400g<br>Sałatka z buraczków i jabłka 150g<br>Kompot 250ml                             | Krupnik ryżowy 500ml<br>Pulpet wieprzowy gotowany w sosie koperkowym 80/100g<br>Ziemniaki 400g<br>Sałatka z buraczków i jabłka 150g<br>Kompot 250ml                       | Krupnik ryżowy 500ml<br>Pulpet wieprzowy gotowany 80g<br>Ziemniaki 400g<br>Ogórek kiszony (2 szt.) 80g<br>Kompot b/c 250ml                        | Krupnik ryżowy 500ml<br>Pulpet wieprzowy gotowany 80g<br>Ziemniaki 400g<br>Sałatka z buraczków i jabłka 150g<br>Kompot 250ml                                                    |              |
|                                | Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | -                                                                                                                                                                               | -                                                                                                                                                                         | jabłko (1 szt.) 180g                                                                                                                              | -                                                                                                                                                                               |              |
|                                | Kolacja                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | wędlina z komina 50g<br>jajko gotowane (1 szt.) 50g<br>bukiet warzw z wody 80g<br>masło extra 15g<br>chleb żytni razowy 60g<br>bułka grahamka 50g<br>herbata 250ml              | wędlina z komina 50g<br>jajko gotowane (1 szt.) 50g<br>bukiet warzw z wody 80g<br>masło extra 15g<br>chleb pszenny zwykły 50g<br>bułka pszenna 50g<br>herbata 250ml       | wędlina z komina 50g<br>jajko gotowane (1 szt.) 50g<br>bukiet warzw z wody 80g<br>masło extra 15g<br>chleb żytni razowy 100g<br>herbata b/c 250ml | wędlina z komina 50g<br>białko jaja got. (1 szt.) 50g<br>bukiet warzw z wody 80g<br>margaryna b/ml. 15g<br>chleb pszenny zwykły 50g<br>bułka pszenna 50g<br>herbata 250ml       |              |
|                                | Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | biszkopty (6 szt.) 25g                                                                                                                                                          | biszkopty (6 szt.) 25g                                                                                                                                                    | sok pomidorowy 330ml                                                                                                                              | biszkopty (6 szt.) 25g                                                                                                                                                          |              |
|                                | <b>Alergeny w posiłkach:</b> chleb pszenny zwykły – 1; bułka pszenna – 1,7; chleb żytni razowy – 1; bułka grahamka – 1,7; masło extra – 7; zupa ziemniaczana – 9; płatki jęczmienne gotowane na mleku – 1,7; jajko gotowane – 3; pasztet drobiowy – 1,3,6,7,9; kefir – 7; kiełbasa krakowska – 1,6; biszkopty – 1,3; krupnik ryżowy – 9; pulpet wieprzowy gotowany – 1,3,7; sos koperkowy – 1,7,9. |                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                 |              |

| Jadłospis 20.-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 |
| 26.10.2025r.<br>niedziela                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Śniadanie     | kasza manna gotowana na mleku 40g/250ml<br>ser biały 80g<br>dżem 50g<br>masło extra 15g<br>chleb żytni razowy 60g<br>bułka grahamka 50g<br>herbata 250ml | kasza manna gotowana na mleku 40g/250ml<br>ser biały 80g<br>dżem 50g<br>masło extra 15g<br>chleb pszenny zwykły 50g<br>bułka pszenna 50g<br>herbata 250ml | zupa ziemniaczana 250ml<br>ser biały 80g<br>połędwica sopocka 50g<br>rzodkiewki (4 szt.) 80g<br>chleb żytni razowy 100g<br>herbata b/c 250ml | kasza manna gotowana na mleku 40g/250ml<br>ser biały 80g<br>dżem 50g<br>margaryna b/ml. 15g<br>chleb pszenny zwykły 50g<br>bułka pszenna 50g<br>herbata 250ml       |       |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | II śniadanie  | -                                                                                                                                                        | -                                                                                                                                                         | sok warzywny 330ml                                                                                                                           | -                                                                                                                                                                   |       |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Obiad         | Rosół z makaronem 500ml<br>Udko z kurczaka pieczone 200g<br>Ziemniaki 400g<br>Sałatka z brokuła i marchewki 150g<br>Kompot 250ml                         | Rosół z makaronem 500ml<br>Udko z kurczaka gotowane 200g<br>Ziemniaki 400g<br>Sałatka z brokuła i marchewki 150g<br>Kompot 250ml                          | Rosół z makaronem pełn. 500ml<br>Udko z kurczaka pieczone 200g<br>Ziemniaki 400g<br>Sałatka z brokuła i marchewki 150g<br>Kompot b/c 250ml   | Rosół z makaronem 500ml<br>Udko z kurczaka gotowane 200g<br>Ziemniaki 400g<br>Sałatka z brokuła i marchewki 150g<br>Kompot 250ml                                    |       |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Podwieczorek  | -                                                                                                                                                        | -                                                                                                                                                         | kefir naturalny 200g                                                                                                                         | -                                                                                                                                                                   |       |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Kolacja       | jajko gotowane (2 szt.) 100g<br>wędlna z kurczaka 50g<br>papryka 80g<br>masło extra 15g<br>chleb żytni razowy 60g<br>bułka grahamka 50g<br>herbata 250ml | jajko gotowane (2 szt.) 100g<br>wędlna z kurczaka 50g<br>pomidor 80g<br>masło extra 15g<br>chleb pszenny zwykły 50g<br>bułka pszenna 50g<br>herbata 250ml | jajko gotowane (2 szt.) 100g<br>wędlna z kurczaka 50g<br>papryka 80g<br>masło extra 15g<br>chleb żytni razowy 100g<br>herbata b/c 250ml      | białko jaja gotowane (2 szt.) 100g<br>wędlna z kurczaka 50g<br>pomidor 80g<br>margaryna b/ml. 15g<br>chleb pszenny zwykły 50g<br>bułka pszenna 50g<br>herbata 250ml |       |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Posiłek nocny | jabłko (1 szt.) 180g                                                                                                                                     | jabłko (1 szt.) 180g                                                                                                                                      | jabłko (1 szt.) 180g                                                                                                                         | jabłko (1 szt.) 180g                                                                                                                                                |       |
| <b>Alergeny w posilkach:</b> 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; ser biały – 7; jajko gotowane – 3; kefir – 7; połędwica sopocka – 1,6,7; rosół z makaronem (pełn.) – 9. |               |                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                           |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                     |       |