

Jadlospis tygodniowy 30.09.-6.10.2024 r. SP ZOZ Włodawa

Dzień	Posiłek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	Dieta łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	Dieta bogatobiałkowa	Dieta bezmleczna
30.09.2024 r. poniedziałek	Śniadanie	płatki ryżowe got. na mleku 40g/250ml pasztet drobiowy 50g sałatka z brokuła i marchewki 120g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe got. na mleku 40g/250ml Pasztet drobiowy 50g sałatka z brokuła i marchewki 120g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml Schab pieczony 50g sałatka z brokuła i marchewki 120g masło 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe got. na mleku 40g/250ml Pasztet drobiowy 50g sałatka z brokuła i marchewki 120g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe got. na mleku 40g/250ml Schab pieczony 100g sałatka z brokuła i marchewki 120g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml Pasztet drobiowy 50g sałatka z brokuła i marchewki 120g margaryna b/ml 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	Chleb pełn.30g, masło 10g, jajo got. 50 g, ogórek 40g	-	-	-
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami 500ml Makaron z serem 80/80g Mandarynka 140g (2szt) Kompot 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 500ml Makaron z serem 80/80g Mandarynka 140g (2szt) Kompot 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 500ml Makaron pełn. z serem 80/80g Mandarynka 140g (2szt) Kompot 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 500ml (b/śmietany) Makaron z serem 80/80g Mandarynka 140g (2szt) Kompot 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 500ml Makaron z serem 150/80g Mandarynka 140g (2szt) Kompot 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 500ml (b/śmietany) Makaron z jabłkiem 80/80g Mandarynka 140g (2szt) Kompot 250ml
	Podw.	-	-	Kefir 200g	-	-	-
	Kolacja	Pł. jęczmienne na mleku 30g/250ml pasta z jajka ze szczypiorkiem 60g mix sałat 20g rzodkiewka 80g (4 szt.) masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	Pł. jęczmienne na mleku 30g/250ml pasta z jajka z koperkiem 60g mix sałat 20g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	Pł. gryczne na mleku 30g/250ml pasta z jajka ze szczypiorkiem 60g mix sałat 20g rzodkiewka 80g (4 szt.) masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	Pł. jęczmienne na mleku 30g/250ml pasta z jajka z koperkiem 60g mix sałat 20g pomidor 80g margaryna b/ml 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	Pł. jęczmienne na mleku 30g/250ml pasta z jajka z koperkiem 100 g mix sałat 20g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml ser biały 80g pasta z jajka z koperkiem 60g mix sałat 20g pomidor 80g margaryna b/ml 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	P. noc.	Sok owocowy 330ml	Sok owocowy 330ml	Sok warzywny 330ml.	Sok owocowy 330ml	Sok owocowy 330ml	Sok owocowy 330ml
	Alergeny w posiłkach: chleb pszenny zwykły – 1; bułka pszenna – 1,7; chleb żytni razowy – 1,6; bułka grahamka – 1,7; masło extra – 7; zupa ziemniaczana – 9; płatki ryżowe gotowane na mleku – 7; płatki owsiane (górskie) gotowane na mleku – 1,7; szynka gotowana – 1,6; pasztet drobiowy – 1,3,6,7,9; kielbasa szynkowa – 1,6; chrzan – 12; serek naturalny – 7; twarożek – 7; zupa brokułowa – 1,7,9; kotlet z kurczaka – 1,3,7; filec z kurczaka gotowany w jarzynach – 9.						

Jadłospis tygodniowy 30.09.-6.10.2024 r. SP ZOZ Włodawa

Dzień	Posiłek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	Dieta łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	Dieta bogatobiałkowa	Dieta bezmleczna
1.10.2024r wtorek	Śniadanie	Kasza jaglana na mleku 30g/250ml ser biały 80g miód 15g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	Kasza jaglana na mleku 30g/250ml ser biały 80g miód 15g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml ser biały 80g papryka 80g mix sałat 20g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	Kasza jaglana na mleku 30g/250ml ser biały 80g miód 15g margaryna 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	Kasza jaglana na mleku 30g/250ml ser biały 120g miód 15g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	Zupa ziemniaczana 250ml Krakowska 50g papryka 80g mix sałat 20g margaryna b/ml chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	Smoothe jabłko-kiwi 250ml	-	-	-
	Obiad	Zupa grochowa 50g/500ml Kotlet z kurczaka 100g Ziemniaki 400g Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot 250ml	Zupa wiejska (b./ziemn) 500ml Filet z kurczaka gotowany 120g Ziemniaki 400g Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot 250ml	Zupa grochowa 50g/500ml Filet z kurczaka gotowany 120g Ziemniaki 400g Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot 250ml	Zupa wiejska 500ml (b./ziemn) Filet z kurczaka gotowany 120g Ziemniaki 400g Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot 250ml	Zupa wiejska 500ml (b./ziemn) Filet z kurczaka gotowany 150g Ziemniaki 400g Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot 250ml	Zupa wiejska 500ml (b./ziemn) Filet z kurczaka gotowany 120g Ziemniaki 400g Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	Sok pomidorowy 330ml	-	-	-
	Kolacja	Kakao 250ml Wędlina wieprzowa 50g Kalafior 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g	Kakao 250ml Wędlina wieprzowa 50g Kalafior 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	Kakao 250ml Wędlina wieprzowa 50g Kalafior 80g Masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	Kakao 250ml Wędlina wieprzowa 50g Kalafior 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	Kakao 250ml Wędlina wieprzowa 100g Kalafior 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	herbata b/c 250ml Wędlina wieprzowa 50g Kalafior 80g margaryna b/ml 15g chleb pszenny zwykły 100g
	P. noc.	Biszkopty (5szt.) 25g	Biszkopty (5szt.) 25g	Sok warzywny 330 ml	Biszkopty (5szt.) 25g	Sok Biszkopty (5szt.) 25g	Biszkopty (5szt.) 25g
	Alergeny w posiłkach: chleb pszenny zwykły – 1; bułka pszenna – 1; chleb żytni razowy – 1,6; bułka grahamka – 1,7; masło extra – 7; zupa ziemniaczana – 9; maakron gotowany na mleku – 1,7; kawa zbożowa z mlekiem – 1,7; kawa zbożowa b/mleka – 1; pasta z makreli – 4; pasta z dorsza – 1,4,7,9; dorsz gotowany w jarzynach – 4,9; ser biały – 7; kefir – 7; jajko gotowane – 3; barszcz ukraiński / czerwony z ziemniakami – 1,7,9; zraz gotowany – 1,3,7; sos pietruszkowy – 1,7,9; kasza jęczmienna – 1; mizeria ze śmietaną / jogurtem – 7.						

Jadłospis tygodniowy 30.09.-6.10.2024 r. SP ZOZ Włodawa

Dzień	Posiłek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	Dieta łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	Dieta bogatobiałkowa	Dieta bezmleczna
2.10.2024r środa	Śniadanie	Makaron na mleku 30g/250ml Baleron 50g Mix sałat 20g Pomidor 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	Makaron na mleku 30g/250ml Krakowska 50g Mix sałat 20g Pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml Krakowska 50g Mix sałat 20g Pomidor 80g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	Makaron na mleku 30g/250ml Krakowska 50g Mix sałat 20g Pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	Makaron na mleku 30g/250ml Krakowska 100g Mix sałat 20g masło extra 15g Pomidor 80g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	Zupa ziemniaczana 250ml Krakowska 50g Mix sałat 20g Pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	Kefir 200ml	-	-	-
	Obiad	Zupa brokułowa 500ml Gulasz z ciecierzycy 100g Kasza gryczana 80g Surówka z czerwonej kapusty 150g Kompot 250ml	Zupa brokułowa 500ml Gulasz z wieprzowy 100g Kasza jaglana 80g Surówka z czerwonej kapusty 150g Kompot 250ml	Zupa brokułowa 500ml Gulasz z ciecierzycy 100g Kasza gryczana 80g Surówka z czerwonej kapusty 150g Kompot 250ml	Zupa brokułowa 500ml Gulasz wieprzowy 100g Kasza jaglana 80g Surówka z czerwonej kapusty 150g Kompot 250ml	Zupa brokułowa 500ml Gulasz wieprzowy 100g Kasza jaglana 80g Surówka z czerwonej kapusty 150g Kompot 250ml	Zupa brokułowa 500ml Gulasz wieprzowy 100g Kasza jaglana 80g Surówka z czerwonej kapusty 150g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	Nektarynka 120g (1szt)	-	-	-
	Kolacja	Płatki owsiane z mlekiem 250ml Sałatka z Fety, słonecznika i warzyw 120g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g	Płatki owsiane z mlekiem 250ml Serek naturalny 150g Dżem 50g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	Zupa ziemniaczana 500ml Sałatka z Fety, słonecznika i warzyw 120g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	Płatki owsiane z mlekiem 250ml Serek naturalny 150g Dżem 50g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	Płatki owsiane z mlekiem 250ml Serek naturalny 150g Dżem 50g Masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	Zupa ziemniaczana 500ml Schab pieczony 50g Sałatka ze słonecznika i warzyw 120g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g
	P. noc.	Smoothie jabłko-pomarańcz 250ml	Smoothie jabłko-pomarańcz 250ml	Smoothie jabłko-pomarańcz 250ml	Smoothie jabłko-pomarańcz 250ml	Smoothie jabłko-pomarańcz 250ml	Smoothie jabłko-pomarańcz 250ml
<p>Alergeny w posiłkach: chleb pszenny zwykły – 1; bułka pszenna – 1; chleb żytni razowy – 1,6; bułka grahamka – 1,7; masło extra – 7; zupa ziemniaczana – 9; płatki jęczmienne gotowane na mleku – 1,7; kasza jaglana gotowana na mleku – 7; kiełbasa tyrolska – 1,6,7; kiełbasa krakowska – 1,6; sałatka z jajka, brokuła i pomidora – 3; zupa pomidorowa z ryżem (brąz.) - 7,9; kopytka brokułowe – 1,3; makaron pełn. z serem białym – 1,7.</p>							

Jadłospis tygodniowy 30.09.-6.10.2024 r. SP ZOZ Włodawa

Dzień	Posiłek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	Dieta łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	Dieta bogatobiałkowa	Dieta bezmleczna
3.10.2024r czwartek	Śniadanie	Kasza jaglana na mleku 30g/250ml tyrolska 50g mix sałat 20g rzodkiewki 80g (4szt) masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	Kasza jaglana na mleku 30g/250ml tyrolska 50g mix sałat 20g brokuł 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml Połędwica Sopocka 50g mix sałat 20g rzodkiewki 80g (4szt) masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	Kasza jaglana na mleku 30g/250ml tyrolska 50g mix sałat 20g brokuł 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	Kasza jaglana na mleku 30g/250ml połędwica sopocka 100g mix sałat 20g brokuł 80g Masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml połędwica sopocka 50g mix sałat 20g brokuł 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	Kisiel z jabłka 250ml	-	-	-
	Obiad	Zupa grysikowa 500ml Leczo z kurczakiem i cukinią 80/100g Kasza jaglana 80g Kompot 250ml	Zupa grysikowa 500ml Leczo z kurczakiem i cukinią 80/100g Kasza jaglana 80g Kompot 250ml	Zupa grysikowa 500ml Leczo z kurczakiem i cukinią 80/100g Kasza jaglana 80g Kompot 250ml	Zupa grysikowa 500ml Leczo z kurczakiem i cukinią 80/100g Kasza jaglana 80g Kompot 250ml	Zupa grysikowa 500ml Leczo z kurczakiem i cukinią 80/100g Kasza jaglana 80g Kompot 250ml	Zupa grysikowa 500ml Leczo z kurczakiem i cukinią 80/100g Kasza jaglana 80g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	Brzoskwinia 1 szt (170g)	-	-	-
	Kolacja	Kakao 250ml Sałatka śledziowa 120g Mix sałat 20g Papryka 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g	Kakao 250ml Pasta z dorsza 60g Mix sałat 20g Pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	Kakao 250ml Pasta z dorsza 60g Mix sałat 20g Papryka 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	Kakao 250ml Pasta z dorsza 60g Mix sałat 20g Pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	Kakao 250ml Pasta z dorsza 100g Mix sałat 20g Pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	zupa ziemniaczana 250ml Pasta z dorsza 60g Mix sałat 20g Pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g
	P. noc	Sałatka owocowa (jabłko-kiwi) 150g	Sałatka owocowa (jabłko-kiwi) 150g	Sałatka owocowa (jabłko-kiwi) 150g	Sałatka owocowa (jabłko-kiwi) 150g	Sałatka owocowa (jabłko-kiwi) 150g	Sałatka owocowa (jabłko-kiwi) 150g
	Alergeny w posiłkach: chleb pszenny zwykły – 1; bułka pszenna – 1; chleb żytni razowy – 1,6; bułka grahamka – 1,7; masło extra – 7; zupa ziemniaczana – 9; płatki owsiane gotowane na mleku – 1,7; płatki jęczmień gotowane na mleku – 1,7; płatki gryczane gotowane na mleku – 7; serek naturalny – 7; połędwica sopocka – 1,6,7; jogurt Skyr – 7; biszkopty – 1,3; kefir – 7; zupa szpinakowa z makaronem (pełn.) – 1,7,9; dorsz pieczony – 4; buraczki duszone – 1,7						

Jadłospis tygodniowy 30.09.-6.10.2024 r. SP ZOZ Włodawa

Dzień	Posiłek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	Dieta łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	Dieta bogatobiałkowa	Dieta bezmleczna
4.10.2024r piątek	Śniadanie	kasza manna gotowana na mleku 40g/250ml Jajko gotowane 50g Sałatka z brokuła i pomidora 150g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	kasza manna gotowana na mleku 40g/250ml Jajko gotowane 50g Sałatka z brokuła i pomidora 150g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml Jajko gotowane 100g Sałatka z brokuła i pomidora 150g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	kasza manna gotowana na mleku 40g/250ml Jajko gotowane 50g Sałatka z brokuła i pomidora 150g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	kasza manna gotowana na mleku 40g/250ml Jajko gotowane 100g Sałatka z brokuła i pomidora 150g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml Jajko gotowane 50g Sałatka z brokuła i pomidora 150g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	Sok warzywny 330ml	-	-	-
	Obiad	Kapuśniak mazurski 500ml Ryba pieczona 120g Ryż 80g Fasolka szparagowa z wody 150g Kompot 250ml	Zupa Solferino 500ml Ryba pieczona 120g Ryż 80g Fasolka szparagowa z wody 150g Kompot 250ml	Zupa Solferino 500ml Ryba pieczona 120g Ryż brązowy 80g Fasolka szparagowa z wody 150g Kompot 250ml	Zupa Solferino 500ml Ryba pieczona 120g Ryż 80g Fasolka szparagowa z wody 150g Kompot 250ml	Zupa Solferino 500ml Ryba pieczona 150g Ryż 80g Fasolka szparagowa z wody 150g Kompot 250ml	Zupa Solferino 500ml Ryba pieczona 120g Ryż 80g Fasolka szparagowa z wody 150g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	Jabłko pieczone (1szt.) 120g	-	-	-
	Kolacja	Kakao 250ml Twarożek 80 Dżem 50g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g	Kakao 250ml Twarożek 80 Dżem 50g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	Kakao 250ml Krakowska 60g mix sałat 20g ogórek 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	Kakao 250ml Twarożek 80 Dżem 50g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	Kakao 250ml Twarożek 100g Dżem 50g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	Zupa ziemniaczana Krakowska 60g mix sałat 20g ogórek 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g
	P. noc.	Herbatniki (5szt.) 25g	Herbatniki (5szt.) 25g	Pomarańcz (1szt.)220g	Herbatniki (5szt.) 25g	Herbatniki (5szt.) 25g	Herbatniki (5szt.) 25g

Alergeny w posiłkach: chleb pszenny zwykły – 1; bułka pszenna – 1; chleb żytni razowy – 1,6; bułka grahamka – 1,7; masło extra – 7; zupa ziemniaczana – 9; kasza manna gotowana na mleku – 1,7; kakao na mleku – 7; kawa zbożowa b/mleka – 1; twarożek – 7; jajko gotowane – 3; zupa z soczewicy – 9; zupa solferino – 1,7,9; naleśniki z serem, śmietaną i truskawkami – 1,3,7; ryż (brąz.) ze śmietaną / jogurtem i truskawkami – 7.

Jadłospis tygodniowy 30.09.-6.10.2024 r. SP ZOZ Włodawa

Dzień	Posiłek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	Dieta łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	Dieta bogatobiałkowa	Dieta bezmleczna
5.10.2024r · sobotnia	Śniadanie	Makaron na mleku 30g/250ml Tyrolska 50g kalafior gotowany 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	Makaron na mleku 30g/250ml Tyrolska 50g kalafior gotowany 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml Kiełbasa szynkowa 50g kalafior gotowany 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	Kasza jaglana na mleku 30g/250ml Tyrolska 50g kalafior gotowany 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	Kasza jaglana na mleku 30g/250ml Szynkowa 100g kalafior gotowany 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	zupa ziemniaczana 250ml Tyrolska 50g kalafior gotowany 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	Chleb pełn. 20g., sałatka z brokuła i pomidora 75g	-	-	-
	Obiad	Zupa Koperkowa z ziemn. 500ml Potrawka z kurczaka 120g Kasza gryczana 80g Sałatka z ogórka kiszzonego 150g Kompot 250ml	Zupa Koperkowa z ziemn. 500ml Potrawka z kurczaka 120g Kasza gryczana 80g Sałatka z ogórka kiszzonego 150g Kompot 250ml	Zupa Koperkowa z ziemn. 500ml Potrawka z kurczaka 120g Kasza jaglana 80g Brokuł z wody 80g Kompot 250ml	Zupa Koperkowa z ziemn. 500ml Potrawka z kurczaka 120g Kasza jaglana 80g Brokuł z wody 80g Kompot 250ml	Zupa Koperkowa z ziemn. 500ml Potrawka z kurczaka 150g Kasza jaglana 80g Brokuł z wody 80g Kompot 250ml	Zupa Koperkowa z ziemn. 500ml Potrawka z kurczaka 120g Kasza jaglana 80g Brokuł z wody 80g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	Skyr (1szt.) 150 g	-	-	-
	Kolacja	Kakao 250ml Serek naturalny 150g Mix sałat 20g Papryka 80g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g	Kakao 250ml Serek naturalny 150g Mix sałat 20g Pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	Kakao 250ml Serek naturalny 150g Mix sałat 20g Papryka 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	Kakao 250ml Serek naturalny 150g Mix sałat 20g Pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	Kakao 250ml Serek naturalny 150g Mix sałat 20g Pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	Herbata 250ml Szynka gotowana 50g Mix sałat 20g Pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g
	P. noc.	Sok owocowy 330ml	Sok owocowy 330ml	Sok pomidorowy 330ml	Sok owocowy 330ml	Sok owocowy 330ml	Sok owocowy 330ml

Alergeny w posiłkach: chleb pszenny zwykły – 1; bułka pszenna – 1; chleb żytni razowy – 1,6; bułka grahamka – 1,7; masło extra – 7; zupa ziemniaczana – 9; płatki ryżowe gotowane na mleku – 7; kawa zbożowa z mlekiem – 1,7; kawa zbożowa b/mleka – 1; ser biały – 7; ser żółty – 7; kefir – 7; kiełbasa szynkowa – 1,6; zupa wiejska (z makar. pełn.) – 1,7,9; potrawka z kurczaka z warzywami – 1,7,9; pomidor ze śmietaną / z jogurtem – 7.

Jadłospis tygodniowy 30.09.-6.10.2024 r. SP ZOZ Włodawa

Dzień	Posiłek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	Dieta łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	Dieta bogatobiałkowa	Dieta bezmleczna
6.10.2024r nie dz ie la	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 30g/250ml Sałatka z jajka, brokuła i pomidora 150g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	Płatki owsiane na mleku 30g/250ml Sałatka z jajka, brokuła i pomidora 150g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml Wędlina z kurczaka 50g Sałatka z jajka, brokuła i pomidora 150g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	Płatki owsiane na mleku 30g/250ml Sałatka z jajka(same białko), brokuła i pomidora 150g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	Płatki owsiane na mleku 30g/250ml Sałatka z jajka, brokuła i pomidora 150g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml Sałatka z jajka, brokuła i pomidora 150g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	Pomarańcz (1 szt) 220g	-	-	-
	Obiad	Zupa dyniowa 500ml Zraz wieprzowy gotowany w pietruszkowym sosie 100g Ziemniaki 400g Mizeria ze śmietaną 150g Kompot 250ml	Zupa dyniowa 500ml Zraz wieprzowy gotowany w pietruszkowym sosie 100g Ziemniaki 400g Sałata z jogurtem 150g Kompot 250ml	Zupa dyniowa 500ml Zraz wieprzowy gotowany w pietruszkowym sosie 100g Ziemniaki 400g Mizeria ze śmietaną 150g Kompot 250ml	Zupa dyniowa 500ml Zraz wieprzowy gotowany w pietruszkowym sosie 100g Ziemniaki 400g Sałata z jogurtem 150g Kompot 250ml	Zupa dyniowa 500ml Zraz wieprzowy gotowany w pietruszkowym sosie 100g Ziemniaki 400g Sałata z jogurtem 150g Kompot 250ml	Zupa dyniowa 500ml Zraz wieprzowy gotowany w pietruszkowym sosie 100g Ziemniaki 400g Sałata z jogurtem 150g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	kefir naturalny 200g	-	-	-
	Kolacja	Kawa zbożowa 250ml Polędwica sopocka 50g bukiet warzyw 80g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g	Kawa zbożowa 250ml Polędwica sopocka 50g bukiet warzyw 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	Kawa zbożowa 250ml Polędwica sopocka 50g bukiet warzyw 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	Kawa zbożowa 250ml Polędwica sopocka 50g bukiet warzyw 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	Kawa zbożowa 250ml Polędwica sopocka 50g bukiet warzyw 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	Herbata 250ml Polędwica sopocka 50g bukiet warzyw 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g
	P. noc.	biszkopty(5szt) 25g	biszkopty(5szt) 25g	Jabłko (1szt) 180g	biszkopty(5szt) 25g	biszkopty(5szt) 25g	biszkopty(5szt) 25g
	Alergeny w posiłkach: chleb pszenny zwykły – 1; bułka pszenna – 1; chleb żytni razowy – 1,6; bułka grahamka – 1,7; masło extra – 7; zupa ziemniaczana – 9; makaron gotowany na mleku – 1,7; kakao na mleku – 7; kawa zbożowa b/mleka – 1; serek naturalny – 7; kefir – 7; szynka gotowana – 1,6; pasta z jajka – 1,3,7; jajko gotowane – 3; pieczeń rzymska – 6; krupnik jaglany – 9; sos musztardowy – 1,7,10; herbatniki – 1,6,12.						