

Jadlospis tygodniowy 1.-7.07.2024 r. SP ZOZ Włodawa

Dzień	Posiłek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	Dieta łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	Dieta z ograniczeniem sodu	Dieta bezmleczna
01.07.2024r. poniedziałek	Śniadanie	makaron gotowany na mleku 30g/250ml schab pieczony 50g papryka 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	makaron gotowany na mleku 30g/250ml schab pieczony 50g fasolka szparagowa gotowana 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml schab pieczony 50g papryka 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	makaron gotowany na mleku 30g/250ml schab pieczony 50g fasolka szparagowa gotowana 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	makaron gotowany na mleku 30g/250ml kurczak gotowany 50g fasolka szparagowa gotowana 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml schab pieczony 50g fasolka szparagowa gotowana 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	chleb razowy 30g, masło 10g, schab pieczony 20g, papryka 50g	-	-	-
	Obiad	Zupa kalafiorowa 500ml Kotlet z fasoli pieczony 50g Ryż 80g Fasolka szparagowa gotowana 100g Kompot 250ml	Zupa kalafiorowa 500ml Ryż ze śmietaną i jabłkiem 80/50/200g Kompot 250ml	Zupa kalafiorowa 500ml Kotlet z fasoli pieczony 50g Ryż brązowy 80g Fasolka szparagowa gotowana 100g Kompot b/c 250ml	Zupa kalafiorowa 500ml Ryż z jogurtem i jabłkiem 80/50/200g Kompot 250ml	Zupa kalafiorowa 500ml Ryż ze śmietaną i jabłkiem 80/50/200g Kompot 250ml	Zupa kalafiorowa 500ml Ryż z jabłkiem 80/200g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	jabłko pieczone(1 szt.) 180g	-	-	-
	Kolacja	kawa zbożowa z mlekiem 250ml twarożek 80g miód 25g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml twarożek 80g miód 25g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml twarożek 80g jajko gotowane (1 szt.) 50g rzodkiewki (4 szt.) 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml twarożek 80g miód 25g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml twarożek 80g miód 25g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa b/mleka 250ml jajko gotowane (1 szt.) 50g miód 25g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g
	P. noc.	sok owocowy 330ml	sok owocowy 330ml	sok pomidorowy 330ml	sok owocowy 330ml	sok owocowy 330ml	sok owocowy 330ml
	Alergeny w posiłkach: chleb pszenny zwykły – 1; bułka pszenna – 1,7; chleb żytni razowy – 1,6; bułka grahamka – 1,7; masło extra – 7; zupa ziemniaczana – 9; makaron gotowany na mleku – 1,7; kawa zbożowa z mlekiem – 1,7; kawa zbożowa b/mleka – 1; twarożek – 7; jajko gotowane – 3; zupa kalafiorowa – 1,7,9; kotlet z fasoli pieczony – 1,3,7; ryż ze śmietaną / jogurtem i jabłkiem – 7.						

Jadłospis tygodniowy 1.-7.07.2024 r. SP ZOZ Włodawa

Dzień	Posiłek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	Dieta łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	Dieta z ograniczeniem sodu	Dieta bezmleczna
02.07.2024r. wtorek	Śniadanie	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml pasta z ciecierzycy 60g mix sałat z pomidorem i jogurtem 100g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml pasta z jajka 75g mix sałat z pomidorem i jogurtem 100g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml pasta z ciecierzycy 60g mix sałat z pomidorem i jogurtem 100g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml pasta z białka jaja 75g mix sałat z pomidorem i jogurtem 100g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml pasta z jajka 75g mix sałat z pomidorem i jogurtem 100g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml jajko gotowane (2 szt.) 100g mix sałat z pomidorem i olejem 100g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	chleb razowy 30g, masło 10g, jajko got. (1 szt.) 50g, pomidor 50g 200g	-	-	-
	Obiad	Zupa szpinakowa z makaronem 500ml Leczo z kurczakiem i cukinią 80/100g Kasza jaglana 80g Kompot 250ml	Zupa szpinakowa z makaronem 500ml Leczo z kurczakiem i cukinią 80/100g Kasza jaglana 80g Kompot 250ml	Zupa szpinakowa z makaronem pełn. 500ml Leczo z kurczakiem i cukinią 80/100g Kasza jaglana 80g Kompot b/c 250ml	Zupa szpinakowa z makaronem 500ml Leczo z kurczakiem i cukinią 80/100g Kasza jaglana 80g Kompot 250ml	Zupa szpinakowa z makaronem 500ml Leczo z kurczakiem i cukinią 80/100g Kasza jaglana 80g Kompot 250ml	Zupa szpinakowa z makaronem 500ml Leczo z kurczakiem i cukinią 80/100g Kasza jaglana 80g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	kisiel z jabłka 250ml	-	-	-
	Kolacja	płatki jęczmienne gotowane na mleku 30g/250ml kielbasa krakowska 50g kalafior gotowany 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotowane na mleku 30g/250ml kielbasa krakowska 50g kalafior gotowany 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki gryczane gotowane na mleku 30g/250ml kielbasa krakowska 50g kalafior gotowany 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotowane na mleku 30g/250ml kielbasa krakowska 50g kalafior gotowany 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotowane na mleku 30g/250ml serek naturalny 150g kalafior gotowany 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml kielbasa krakowska 50g kalafior gotowany 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	P. noc.	smoothie jabłko-banan-kakao 250ml	smoothie jabłko-banan-kakao 250ml	jabłko (1 szt.) 180g	smoothie jabłko-banan-kakao 250ml	smoothie jabłko-banan-kakao 250ml	smoothie jabłko-banan-kakao 250ml

Alergeny w posiłkach: chleb pszenny zwykły – 1; bułka pszenna – 1; chleb żytni razowy – 1,6; bułka grahamka – 1,7; masło extra – 7; zupa ziemniaczana – 9; płatki ryżowe gotowane na mleku – 7; płatki jęczmienne gotowane na mleku – 1,7; płatki gryczane gotowane na mleku – 7; jajko gotowane – 3; kielbasa krakowska – 1,6; serek naturalny – 7; pasta z jajka – 1,3,7; chleb pszenny zwykły – 100g; herbata b/c 250ml

Jadłospis tygodniowy 1.-7.07.2024 r. SP ZOZ Włodawa

Dzień	Posiłek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	Dieta łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	Dieta z ograniczeniem sodu	Dieta bezmleczna
03.07.2024r. środa	Śniadanie	kasza jaglana gotowana na mleku 30g/250ml kiełbasa tyrolska 50g sałatka z rukoli i pomidora 100g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	kasza jaglana gotowana na mleku 30g/250ml kiełbasa tyrolska 50g sałatka z rukoli i pomidora 100g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml wędlina wieprzowa 50g sałatka z rukoli i pomidora 100g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	kasza jaglana gotowana na mleku 30g/250ml wędlina wieprzowa 50g sałatka z rukoli i pomidora 100g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	kasza jaglana gotowana na mleku 30g/250ml kurczak gotowany 50g sałatka z rukoli i pomidora 100g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml wędlina wieprzowa 50g sałatka z rukoli i pomidora 100g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	kefir naturalny 200g	-	-	-
	Obiad	Kapuśniak mazurski 500ml Makaron z serem białym i szpinakiem 80/80/50g Kompot 250ml	Zupa solferino 500ml Makaron z serem białym i szpinakiem 80/80/50g Kompot 250ml	Zupa solferino 500ml Makaron pełn. z serem białym i szpinakiem 80/80/50g Kompot b/c 250ml	Zupa solferino 500ml Makaron z serem białym i szpinakiem 80/80/50g Kompot 250ml	Zupa solferino 500ml Makaron z serem białym i szpinakiem 80/80/50g Kompot 250ml	Zupa solferino 500ml Makaron z kurczakiem i szpinakiem 80/150/50g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	sok warzywny 330ml	-	-	-
	Kolacja	kawa zbożowa z mlekiem 250ml serek naturalny 150g dżem 50g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml serek naturalny 150g dżem 50g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml serek naturalny 150g sałatka z fasolki i pomidora 130g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ser biały 80g dżem 50g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml serek naturalny 150g dżem 50g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa b/mleka 250ml jajko gotowane (1 szt.) 50g dżem 50g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g
	P. noc.	jabłko (1 szt.) 180g	jabłko (1 szt.) 180g	jabłko (1 szt.) 180g	jabłko (1 szt.) 180g	jabłko (1 szt.) 180g	jabłko (1 szt.) 180g
<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; kasza jaglana gotowana na mleku – 7; kawa zbożowa z mlekiem – 1,7; kawa zbożowa b/mleka – 1; serek naturalny – 7; kiełbasa tyrolska – 1,6,7; kefir naturalny – 7; kapuśniak mazurski – 1,9; zupa solferino – 1,7,9; makaron (pełn.) z serem białym i szpinakiem – 1,7; makaron z kurczakiem i szpinakiem – 1.</p>							

Jadlospis tygodniowy 1.-7.07.2024 r. SP ZOZ Włodawa

Dzień	Posiłek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	Dieta łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	Dieta z ograniczeniem sodu	Dieta bezmleczna
04.07.2024r. czwartek	Śniadanie	kasza manna gotowana na mleku 40g/250ml polędwica sopocka 50g sałatka z brokoła i marchewki 130g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	kasza manna gotowana na mleku 40g/250ml polędwica sopocka 50g sałatka z brokoła i marchewki 130g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml polędwica sopocka 50g sałatka z brokoła i marchewki 130g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	kasza manna gotowana na mleku 40g/250ml polędwica sopocka 50g sałatka z brokoła i marchewki 130g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	kasza manna gotowana na mleku 40g/250ml jajko gotowane (1 szt.) 50g sałatka z brokoła i marchewki 130g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml jajko gotowane (2 szt.) 100g sałatka z brokoła i marchewki 130g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	jabłko (1 szt.) 180g	-	-	-
	Obiad	Barszcz ukraiński 500ml Kurczak pieczony 200g Ziemniaki 400g Sałata ze śmietaną 50g Kompot 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 500ml Kurczak gotowany 200g Ziemniaki 400g Sałata ze śmietaną 50g Kompot 250ml	Barszcz ukraiński 500ml Kurczak pieczony 200g Ziemniaki 400g Sałata z jogurtem 50g Kompot b/c 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 500ml Kurczak gotowany 200g Ziemniaki 400g Sałata z jogurtem 50g Kompot 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 500ml Kurczak gotowany 200g Ziemniaki 400g Sałata ze śmietaną 50g Kompot 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 500ml Kurczak gotowany 200g Ziemniaki 400g Sałata z olejem 50g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	sok pomidorowy 330ml	-	-	-
	Kolacja	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml pasztet drobiowy 50g chrzan 30g papryka 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml pasztet drobiowy 50g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki owsiane górskie gotowane na mleku 30g/250ml wędlina z kurczaka 50g papryka 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml wędlina z kurczaka 50g pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml ser biały 80g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml wędlina z kurczaka 50g pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	P. noc.	brzoskwinia (1 szt.) 85g, borówki 50g	brzoskwinia (1 szt.) 85g, borówki 50g	brzoskwinia (1 szt.) 85g, borówki 50g	brzoskwinia (1 szt.) 85g, borówki 50g	brzoskwinia (1 szt.) 85g, borówki 50g	brzoskwinia (1 szt.) 85g, borówki 50g
<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; kasza manna gotowana na mleku – 1,7; płatki owsiane (górskie) gotowane na mleku – 1,7; pasztet drobiowy – 1,3,6,7,9; polędwica sopocka – 1,6,7; chrzan – 12; ser biały – 7; jajko gotowane – 3; barszcz ukraiński / czerwony z ziemniakami – 1,7,9; sałata ze śmietaną / jogurtem – 7.</p>							

Jadłospis tygodniowy 1.-7.07.2024 r. SP ZOZ Włodawa

Dzień	Posiłek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	Dieta łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	Dieta z ograniczeniem sodu	Dieta bezmleczna
05.07.2024r. piątek	Śniadanie	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml pasta z jajka ze szczypiorkiem 75g sałata 15g ogórek zielony 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml pasta z jajka z koperkiem 75g sałata 15g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml pasta z jajka ze szczypiorkiem 75g sałata 15g ogórek zielony 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml pasta z białka jaja z koperkiem 75g sałata 15g pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml pasta z jajka z koperkiem 75g sałata 15g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml jajko gotowane (2 szt.) 100g sałata 15g pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	kefir naturalny 200g	-	-	-
	Obiad	Zupa brokułowa 500ml Dorsz pieczony 120g Ziemniaki 400g Surówka z białej kapusty 150g Kompot 250ml	Zupa brokułowa 500ml Dorsz pieczony 120g Ziemniaki 400g Sałatka z cukinii i pomidora 150g Kompot 250ml	Zupa brokułowa 500ml Dorsz pieczony 120g Ziemniaki 400g Surówka z białej kapusty 150g Kompot b/c 250ml	Zupa brokułowa 500ml Dorsz pieczony 120g Ziemniaki 400g Sałatka z cukinii i pomidora 150g Kompot 250ml	Zupa brokułowa 500ml Dorsz pieczony 120g Ziemniaki 400g Sałatka z cukinii i pomidora 150g Kompot 250ml	Zupa brokułowa 500ml Dorsz pieczony 120g Ziemniaki 400g Sałatka z cukinii i pomidora 150g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	jabłko (1 szt.) 180g	-	-	-
	Kolacja	kakao na mleku 250ml ser biały 80g dżem 50g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g	kakao na mleku 250ml ser biały 80g dżem 50g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kakao na mleku 250ml ser biały 80g wędlina z kurczaka 50g brokuł gotowany 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	kakao na mleku 250ml ser biały 80g dżem 50g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kakao na mleku 250ml ser biały 80g dżem 50g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	zupa ziemniaczana 250ml wędlina z kurczaka 50g dżem 50g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g
	P. noc.	sałatka owocowa (jabłko- mandarynka-borówka) 150g, wafle ryżowe (2 szt.)	sałatka owocowa (jabłko- mandarynka-borówka) 150g, wafle ryżowe (2 szt.)	sałatka owocowa (jabłko- mandarynka-borówka) 150g	sałatka owocowa (jabłko- mandarynka-borówka) 150g, wafle ryżowe (2 szt.)	sałatka owocowa (jabłko- mandarynka-borówka) 150g, wafle ryżowe (2 szt.)	sałatka owocowa (jabłko- mandarynka-borówka) 150g, wafle ryżowe (2 szt.)
	Alergeny w posiłkach: chleb pszenny zwykły – 1; bułka pszenna – 1; chleb żytni razowy – 1,6; bułka grahamka – 1,7; masło extra – 7; zupa ziemniaczana – 9; płatki ryżowe gotowane na mleku – 7; kakao na mleku – 7; pasta z jajka – 1,3,7; ser biały – 7; kefir – 7; jajko gotowane – 3; zupa brokułowa – 1,7,9; dorsz pieczony – 4.						

Jadlospis tygodniowy 1.-7.07.2024 r. SP ZOZ Włodawa

Dzień	Posiłek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	Dieta łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	Dieta z ograniczeniem sodu	Dieta bezmleczna
06.07. 2024r. sobota	Śniadanie	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml wędlina z kurczaka 50g bukiet warzyw gotowany 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml wędlina z kurczaka 50g bukiet warzyw gotowany 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml wędlina z kurczaka 50g bukiet warzyw gotowany 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml wędlina z kurczaka 50g bukiet warzyw gotowany 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml kurczak gotowany 50g bukiet warzyw gotowany 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml wędlina z kurczaka 50g bukiet warzyw gotowany 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	kefir naturalny 200g	-	-	-
	Obiad	Krupnik jaglany 500ml Pulpet wieprzowy gotowany w sosie koperkowym 80/100g Kasza jęczmienna 80g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml	Krupnik jaglany 500ml Pulpet wieprzowy gotowany w sosie koperkowym 80/100g Kasza jęczmienna 80g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml	Krupnik jaglany 500ml Pulpet wieprzowy gotowany 80g Kasza jęczmienna 80g Pomidor z jogurtem 100g Kompot b/c 250ml	Krupnik jaglany 500ml Pulpet wieprzowy gotowany 80g Kasza jęczmienna 80g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml	Krupnik jaglany 500ml Pulpet wieprzowy gotowany w sosie koperkowym 80/100g Kasza jęczmienna 80g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml	Krupnik jaglany 500ml Szynka wieprzowa gotowana 80g Kasza jęczmienna 80g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	chleb razowy 30g, twarożek 80g, pomidor 50g	-	-	-
	Kolacja	ser żółty 50g sałatka z jajka, brokuła i pomidora 180g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	ser Mozzarella 25g sałatka z jajka, brokuła i pomidora 180g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	ser Mozzarella 25g sałatka z jajka, brokuła i pomidora 180g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	ser biały 80g sałatka z białka jaja, brokuła i pomidora 180g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	ser Mozzarella 25g sałatka z jajka, brokuła i pomidora 180g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	kurczak gotowany 100g sałatka z jajka, brokuła i pomidora 180g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	P. noc.	biszkopty (6 szt.) 25g	biszkopty (6 szt.) 25g	sok warzywny 330ml	biszkopty (6 szt.) 25g	biszkopty (6 szt.) 25g	biszkopty (6 szt.) 25g
	Alergeny w posiłkach: chleb pszenny zwykły – 1; bułka pszenna – 1; chleb żytni razowy – 1,6; bułka grahamka – 1,7; masło extra – 7; zupa ziemniaczana – 9; płatki owsiane gotowane na mleku – 1,7; ser żółty – 7; ser Mozzarella – 7; ser biały – 7; sałatka z jajka, brokuła i pomidora – 3; twarożek – 7; kefir – 7; biszkopty – 1,3; krupnik jaglany – 9; pulpet wieprzowy – 1,3,7; sos koperkowy – 1,7,9; kasza jęczmienna – 1; pomidor z jogurtem – 7.						

Jadłospis tygodniowy 1.-7.07.2024 r. SP ZOZ Włodawa

Dzień	Posiłek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	Dieta łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	Dieta z ograniczeniem sodu	Dieta bezmleczna
07.07.2024r. niedziela	Śniadanie	płatki jęczmienne gotowane na mleku 30g/250ml ser topiony 50g pomidor 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotowane na mleku 30g/250ml jogurt Skyr 150g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml połędwica sopocka 50g pomidor 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotowane na mleku 30g/250ml jogurt Skyr 150g pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotowane na mleku 30g/250ml jogurt Skyr 150g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml kurczak gotowany 100g pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	jabłko (1 szt.) 180g	-	-	-
	Obiad	Rosół z makaronem 500ml Udko z kurczaka pieczone 200g Ziemniaki 400g Marchewka duszona z groszkiem 150g Kompot 250ml	Rosół z makaronem 500ml Udko z kurczaka gotowane 200g Ziemniaki 400g Marchewka duszona 150g Kompot 250ml	Rosół z makaronem pełn. 500ml Udko z kurczaka pieczone 200g Ziemniaki 400g Brokuł gotowany 100g Kompot b/c 250ml	Rosół z makaronem 500ml Udko z kurczaka gotowane 200g Ziemniaki 400g Marchewka duszona b/masła 150g Kompot 250ml	Rosół z makaronem 500ml Udko z kurczaka gotowane 200g Ziemniaki 400g Marchewka duszona 150g Kompot 250ml	Rosół z makaronem 500ml Udko z kurczaka gotowane 200g Ziemniaki 400g Marchewka duszona b/masła 150g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	kefir naturalny 200g	-	-	-
	Kolacja	kakao na mleku 250ml szynka gotowana 50g ser Mozzarella 25g brokuł gotowany 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g	kakao na mleku 250ml szynka gotowana 50g ser Mozzarella 25g brokuł gotowany 80g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kakao na mleku 250ml szynka gotowana 50g ser Mozzarella 25g brokuł gotowany 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	kakao na mleku 250ml szynka gotowana 50g ser biały 80g brokuł gotowany 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kakao na mleku 250ml jajko gotowane (1 szt.) 50g ser Mozzarella 25g brokuł gotowany 80g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	zupa ziemniaczana 250ml szynka gotowana 50g jajko gotowane (1 szt.) 50g brokuł gotowany 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g
	P. noc.	jabłko (1 szt.) 180g	jabłko (1 szt.) 180g	jabłko (1 szt.) 180g	jabłko (1 szt.) 180g	jabłko (1 szt.) 180g	jabłko (1 szt.) 180g
	Alergeny w posiłkach: chleb pszenny zwykły – 1; bułka pszenna – 1; chleb żytni razowy – 1,6; bułka grahamka – 1,7; masło extra – 7; zupa ziemniaczana – 9; płatki jęczmienne gotowane na mleku – 1,7; kakao na mleku – 7; ser topiony – 7; szynka gotowana – 1,6; ser biały – 7; ser Mozzarella – 7; jogurt Skyr – 7; połędwica sopocka – 1,6,7; jajko gotowane – 3; kefir – 7; rosół z makaronem (pełn.) – 1,9; marchewka duszona (z groszkiem) – 1,7.						