

Jadłospis tygodniowy 15.-21.07.2024 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
15.07.2024r. poniedziałek	Śniadanie	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml pasta z ciecierzycy 60g papryka 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml pasta z jajka 75g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml pasta z ciecierzycy 60g papryka 80g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml pasta z białka jaja 75g pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml pasta z jajka 75g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml jajko gotowane (2 szt.) 100g pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	kefir naturalny 200g	-	-	-
	Obiad	Zupa szpinakowa z ryżem 500ml Schab pieczony 120g Ziemniaki 400g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml	Zupa szpinakowa z ryżem 500ml Schab gotowany w sosie musztardowym 120/100g Ziemniaki 400g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml	Zupa szpinakowa z ryżem brązowym 500ml Schab pieczony 120g Ziemniaki 400g Surówka z czerwonej kapusty 150g Kompot b/c 250ml	Zupa szpinakowa z ryżem 500ml Schab gotowany 120g Ziemniaki 400g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml	Zupa szpinakowa z ryżem 500ml Schab gotowany w sosie musztardowym 120/100g Ziemniaki 400g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml	Zupa szpinakowa z ryżem 500ml Schab gotowany 120g Ziemniaki 400g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	kisiel z truskawek 250ml	-	-	-
	Kolacja	płatki jęczmienne gotow. na mleku 30g/250ml baleron 50g kalafior gotowany 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotow. na mleku 30g/250ml szynka gotowana 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 szynka gotowana 50g kalafior gotowany 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotow. na mleku 30g/250ml szynka gotowana 50g kalafior gotowany 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotow. na mleku 30g/250ml serek naturalny 150g kalafior gotowany 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml szynka gotowana 50g kalafior gotowany 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	P. noc.	sok owocowy 330ml	sok owocowy 330ml	jabłko (1 szt.) 180g	sok owocowy 330ml	sok owocowy 330ml	sok owocowy 330ml
	<p>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 owsiane gotowane na mleku – 1,7; płatki jęczmienne gotowane na mleku – 1,7; płatki gryczane gotowane na mleku – 7; pasta z jajka – 1,3,7; jajko gotowane – 3; serek naturalny – 7; baleron – 1,6,7; szynka gotowana – 1,6; kefir – 7; zupa szpinakowa z ryżem (brąz.) – 7,9; sos musztardowy – 1,7,10.</p>						

Jadłospis tygodniowy 15.-21.07.2024 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
16.07.2024r. wtorek	Śniadanie	makaron gotowany na mleku 30g/250ml pieczeń rzymska 50g mix sałat 20g ogórek zielony 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	makaron gotowany na mleku 30g/250ml pieczeń rzymska 50g mix sałat 20g fasolka szparagowa gotowana 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml wędlina z kurczaka 50g mix sałat 20g ogórek zielony 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	makaron gotowany na mleku 30g/250ml wędlina z kurczaka 50g mix sałat 20g 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 mix sałat 20g fasolka szparagowa gotowana 80g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml wędlina z kurczaka 50g mix sałat 20g fasolka szparagowa gotowana 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	chleb razowy 30g, mizeria z jogurtem 100g	-	-	-
	Obiad	Barszcz ukraiński 500ml Makaron z serem białym i szpinakiem 80/80/50g Kompot 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 500ml Makaron z serem białym i szpinakiem 80/80/50g Kompot 250ml	Barszcz ukraiński 500ml Makaron pełn. z serem białym i szpinakiem 80/80/50g Kompot b/c 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 500ml Makaron z serem białym i szpinakiem 80/80/50g Kompot 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 500ml Makaron z serem białym i szpinakiem 80/80/50g Kompot 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 500ml Makaron z kurczakiem i szpinakiem 80/150/50g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	sok warzywny 330ml	-	-	-
	Kolacja	kawa zbożowa z mlekiem 250ml sałatka śledziowa 150g jajko gotowane (1 szt.) 50g brokuł gotowany 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml dorsz w galarecie 120g jajko gotowane (1 szt.) 50g brokuł gotowany 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml sałatka śledziowa 150g jajko gotowane (1 szt.) 50g brokuł gotowany 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml dorsz w galarecie 120g białko jaja gotowane (1 szt.) 50g brokuł gotowany 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml dorsz w galarecie 120g jajko gotowane (1 szt.) 50g brokuł gotowany 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa b/mleka 250ml dorsz w galarecie 120g jajko gotowane (1 szt.) 50g brokuł gotowany 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g
	P. noc.	smoothie jabłko-brzoskwinia 250ml	smoothie jabłko-brzoskwinia 250ml	smoothie jabłko-brzoskwinia 250ml	smoothie jabłko-brzoskwinia 250ml	smoothie jabłko-brzoskwinia 250ml	smoothie jabłko-brzoskwinia 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; makaron gotowany na mleku – 1,7; kawa zbożowa z mlekiem – 1,7; kawa zbożowa b/mleka – 1; pieczeń rzymska – 6; mizeria z jogurtem – 7; sałatka śledziowa – 4,7; dorsz w galarecie – 4,9; jajko gotowane – 3; barszcz ukraiński / czerwony z ziemniakami – 1,7,9; makaron (pełn.) z serem białym i szpinakiem – 1,7; makaron z kurczakiem i szpinakiem – 1.						

Jadłospis tygodniowy 15.-21.07.2024 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
17.07.2024r. środa	Śniadanie	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml pasztet drobiowy 50g chrzan 30g sałata 15g pomidor 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml pasztet drobiowy 50g sałata 15g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml kiełbasa krakowska 50g sałata 15g pomidor 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml kiełbasa krakowska 50g 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 jajko gotowane (1 szt.) 50g sałata 15g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml kiełbasa krakowska 50g sałata 15g pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	kefir naturalny 200g	-	-	-
	Obiad	Zupa ogórkowa 500ml Leczo z kurczakiem i cukinią 80/100g Kasza jaglana 80g Kompot 250ml	Zupa wiejska 500ml Leczo z kurczakiem i cukinią 80/100g Kasza jaglana 80g Kompot 250ml	Zupa ogórkowa 500ml Leczo z kurczakiem i cukinią 80/100g Kasza jaglana 80g Kompot b/c 250ml	Zupa wiejska 500ml Leczo z kurczakiem i cukinią 80/100g Kasza jaglana 80g Kompot 250ml	Zupa wiejska 500ml Leczo z kurczakiem i cukinią 80/100g Kasza jaglana 80g Kompot 250ml	Zupa wiejska 500ml Leczo z kurczakiem i cukinią 80/100g Kasza jaglana 80g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	jabłko (1 szt.) 180g	-	-	-
	Kolacja	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml połędwica sopocka 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 połędwica sopocka 50g bukiet warzyw gotowany 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki owsiane górskie gotowane na mleku 30g/250ml połędwica sopocka 50g bukiet warzyw gotowany 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml połędwica sopocka 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 chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml kurczak gotowany 50g bukiet warzyw gotowany 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	P. noc.	herbatniki (5 szt.) 20g	herbatniki (5 szt.) 20g	sok pomidorowy 330ml	herbatniki (5 szt.) 20g	herbatniki (5 szt.) 20g	herbatniki (5 szt.) 20g
	<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 ryżowe gotowane na mleku – 7; płatki owsiane (górskie) gotowane na mleku – 1,7; kefir – 7; pasztet drobiowy – 1,3,6,7,9; chrzan – 12; kiełbasa krakowska – 1,6; jajko gotowane – 3; połędwica sopocka – 1,6,7; zupa ogórkowa – 1,7,9; zupa wiejska – 1,7,9; herbatniki – 1,6,12.</p>						

Jadłospis tygodniowy 15.-21.07.2024 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
18.07.2024r. czwartek	Śniadanie	makaron gotowany na mleku 30g/250ml wędlina z kurczaka 50g mix sałat z pomidorem i jogurtem 100g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	makaron gotowany na mleku 30g/250ml wędlina z kurczaka 50g mix sałat z pomidorem i jogurtem 100g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml makaron gotowany na mleku 30g/250ml wędlina z kurczaka 50g mix sałat z pomidorem i jogurtem 100g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	makaron gotowany na mleku 30g/250ml wędlina z kurczaka 50g mix sałat z pomidorem i jogurtem 100g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	makaron gotowany na mleku 30g/250ml serek naturalny 150g mix sałat z pomidorem i jogurtem 100g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml wędlina z kurczaka 50g mix sałat z pomidorem i jogurtem 100g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	chleb razowy 30g, sałatka z brokoła i pomidora 130g	-	-	-
	Obiad	Zupa brokułowa 500ml Kakaowe naleśniki z serem, śmietaną i truskawkami (2 szt.) Kompot 250ml	Zupa brokułowa 500ml Ryż ze śmietaną i jabłkiem 80/50/200g Kompot 250ml	Zupa brokułowa 500ml Ryż brązowy z jogurtem i truskawkami 80/50/100g Kompot b/c 250ml	Zupa brokułowa 500ml Ryż z jogurtem i jabłkiem 80/50/200g Kompot 250ml	Zupa brokułowa 500ml Ryż ze śmietaną i jabłkiem 80/50/200g Kompot 250ml	Zupa brokułowa 500ml Ryż z jabłkiem 80/200g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	kisiel z jabłka 250ml	-	-	-
	Kolacja	kawa zbożowa z mlekiem 250ml twarożek 80g dżem 50g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml twarożek 80g dżem 50g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml twarożek 80g jajko gotowane (1 szt.) 50g papryka 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml twarożek 80g dżem 50g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml twarożek 80g dżem 50g masło extra 15g 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

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; kawa zbożowa z mlekiem – 1,7; kawa zbożowa b/mleka – 1; twarożek – 7; serek naturalny – 7; jajko gotowane – 3; zupa brokułowa – 1,7,9; kakaowe naleśniki z serem, śmietaną i truskawkami – 1,3,7; ryż ze śmietaną / jogurtem i jabłkiem – 1.

Jadłospis tygodniowy 15.-21.07.2024 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
19.07.2024r. piątek	Śniadanie	płatki jęczmienne gotow. na mleku 30g/250ml sałatka z sera Mozzarella, rukoli i pomidora 120g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotow. na mleku 30g/250ml sałatka z sera Mozzarella, rukoli i pomidora 120g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml sałatka z sera Mozzarella, rukoli i pomidora 120g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotow. na mleku 30g/250ml ser biały 80g sałatka z rukoli i pomidora 100g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotow. na mleku 30g/250ml sałatka z sera Mozzarella, rukoli i pomidora 120g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml sałatka z jajka, rukoli i pomidora 150g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	jabłko (1 szt.) 180g	-	-	-
	Obiad	Zupa z soczewicy 500ml Dorsz pieczony 120g Ziemniaki 400g Fasolka szparagowa z wody 100g Kompot 250ml	Zupa solferino 500ml Dorsz pieczony 120g Ziemniaki 400g Fasolka szparagowa z wody 100g Kompot 250ml	Zupa z soczewicy 500ml Dorsz pieczony 120g Ziemniaki 400g Fasolka szparagowa z wody 100g Kompot b/c 250ml	Zupa solferino 500ml Dorsz pieczony 120g Ziemniaki 400g Fasolka szparagowa z wody 100g Kompot 250ml	Zupa solferino 500ml Dorsz pieczony 120g Ziemniaki 400g Fasolka szparagowa z wody 100g Kompot 250ml	Zupa solferino 500ml Dorsz pieczony 120g Ziemniaki 400g Fasolka szparagowa z wody 100g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	sok pomidorowy 330ml	-	-	-
	Kolacja	kasza jaglana gotowana na mleku 30g/250ml jajko gotowane (1 szt.) 50g sałatka z brokuła i pomidora 130g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	kasza jaglana gotowana na mleku 30g/250ml jajko gotowane (1 szt.) 50g sałatka z brokuła i pomidora 130g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	kasza jaglana gotowana na mleku 30g/250ml jajko gotowane (1 szt.) 50g sałatka z brokuła i pomidora 130g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	kasza jaglana gotowana na mleku 30g/250ml białko jaja got. (1 szt.) 50g sałatka z brokuła i pomidora 130g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	kasza jaglana gotowana na mleku 30g/250ml jajko gotowane (1 szt.) 50g sałatka z brokuła i pomidora 130g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml jajko gotowane (1 szt.) 50g sałatka z brokuła i pomidora 130g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	P. noc.	sałatka owocowa (jabłko-pomarańcza-arbuz) 150g, wafle ryżowe (2 szt.)	sałatka owocowa (jabłko-pomarańcza-arbuz) 150g, wafle ryżowe (2 szt.)	sałatka owocowa (jabłko-pomarańcza-arbuz) 150g	sałatka owocowa (jabłko-pomarańcza-arbuz) 150g, wafle ryżowe (2 szt.)	sałatka owocowa (jabłko-pomarańcza-arbuz) 150g, wafle ryżowe (2 szt.)	sałatka owocowa (jabłko-pomarańcza-arbuz) 150g, wafle ryżowe (2 szt.)
<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; sałatka z sera Mozzarella, rukoli i pomidora – 7; sałatka z jajka, rukoli i pomidora – 3; ser biały – 7; jajko gotowane – 3; zupa z soczewicy – 9; zupa solferino – 1,7,9; dorsz pieczony – 4.</p>							

Jadłospis tygodniowy 15.-21.07.2024 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
20.07. 2024r. sobota	Śniadanie	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml pasta z makreli 50g sałatka z rukoli, słonecznika i pomid. 100g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml pasta z dorsza 120g sałatka z rukoli i pomidora 100g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml pasta z makreli 50g sałatka z rukoli, słonecznika i pomidora 100g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml pasta z dorsza 120g sałatka z rukoli i pomidora 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 dorsza 120g sałatka z rukoli i pomidora 100g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml dorsz gotowany w jarzynach 120/50g sałatka z rukoli i pomidora 100g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	kefir naturalny 200g	-	-	-
	Obiad	Zupa pomidorowa z ryżem 500ml Rolada drobiowa ze szpinakiem 150g Ziemniaki 400g Sałatka z cukinii i pomidora 150g Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem 500ml Rolada drobiowa ze szpinakiem 150g Ziemniaki 400g Sałatka z cukinii i pomidora 150g Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 500ml Rolada drobiowa ze szpinakiem 150g Ziemniaki 400g Sałatka z cukinii i pomidora 150g Kompot b/c 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem 500ml Rolada drobiowa ze szpinakiem 150g Ziemniaki 400g Sałatka z cukinii i pomidora 150g Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem 500ml Rolada drobiowa ze szpinakiem 150g Ziemniaki 400g Sałatka z cukinii i pomidora 150g Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem 500ml Kurczak gotowany ze szpinakiem 150/50g Ziemniaki 400g Sałatka z cukinii i pomidora 150g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	jabłko (1 szt.) 180g	-	-	-
	Kolacja	kielbasa tyrolska 50g ser biały 80g dżem 50g sałatka z fasolki szparagowej i pomidora 130g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	kielbasa tyrolska 50g ser biały 80g dżem 50g sałatka z fasolki szparagowej i pomidora 130g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	kielbasa krakowska 50g ser biały 80g sałatka z fasolki szparagowej i pomidora 130g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	kielbasa krakowska 50g ser biały 80g dżem 50g sałatka z fasolki szparagowej i pomidora 130g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	kurczak gotowany 50g ser biały 80g dżem 50g sałatka z fasolki szparagowej i pomidora 130g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	kielbasa krakowska 50g dżem 50g sałatka z fasolki szparagowej i pomidora 130g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
P. noc.	kiwi (1 szt.) 75g, brzoskwinia (1 szt.) 85g	kiwi (1 szt.) 75g, brzoskwinia (1 szt.) 85g	kiwi (1 szt.) 75g, brzoskwinia (1 szt.) 85g	kiwi (1 szt.) 75g, brzoskwinia (1 szt.) 85g	kiwi (1 szt.) 75g, brzoskwinia (1 szt.) 85g	kiwi (1 szt.) 75g, brzoskwinia (1 szt.) 85g	kiwi (1 szt.) 75g, brzoskwinia (1 szt.) 85g

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; ser biały – 7; pasta z makreli – 4; pasta z dorsza – 1,4,7,9; dorsz gotowany w jarzynach – 4,9; kielbasa tyrolska – 1,6,7; kielbasa krakowska – 1,6; kefir – 7; zupa pomidorowa z ryżem (brąz.) – 7,9; rolada drobiowa ze szpinakiem – 1,3,7.

Jadłospis tygodniowy 15.-21.07.2024 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
21.07.2024r. niedziela	Śniadanie	kasza manna gotowana na mleku 40g/250ml twarożek 80g miód 25g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	kasza manna gotowana na mleku 40g/250ml twarożek 80g miód 25g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml twarożek 80g rzodkiewki (4 szt.) 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	kasza manna gotowana na mleku 40g/250ml twarożek 80g miód 25g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	kasza manna gotowana na mleku 40g/250ml twarożek 80g miód 25g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml kurczak gotowany 100g miód 25g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	chleb razowy 30g, masło 10g, kielbasa szynkowa 20g, rzodkiewki (2 szt.) 40g	-	-	-
	Obiad	Krupnik jaglany 500ml Zraz wieprzowy gotowany w sosie pomidorowym 100/100g Kasza jęczmienna 80g Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot 250ml	Krupnik jaglany 500ml Zraz wieprzowy gotowany w sosie pomidorowym 100/100g Kasza jęczmienna 80g Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot 250ml	Krupnik jaglany 500ml Zraz wieprzowy gotowany 100g Kasza jęczmienna 80g Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot b/c 250ml	Krupnik jaglany 500ml Zraz wieprzowy gotowany 100g Kasza jęczmienna 80g Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot 250ml	Krupnik jaglany 500ml Zraz wieprzowy gotowany w sosie pomidorowym 100/100g Kasza jęczmienna 80g Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot 250ml	Krupnik jaglany 500ml Szynka wieprzowa gotowana 100g Kasza jęczmienna 80g Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	kefir naturalny 200g	-	-	-
	Kolacja	kakao na mleku 250ml ser żółty 50g jogurt Skyr 150g pomidor 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g	kakao na mleku 250ml kielbasa szynkowa 50g jogurt Skyr 150g pomidor 80g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kakao na mleku 250ml kielbasa szynkowa 50g jogurt Skyr 150g pomidor 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	kakao na mleku 250ml kielbasa szynkowa 50g jogurt Skyr 150g pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kakao na mleku 250ml jajko gotowane (1 szt.) 50g jogurt Skyr 150g pomidor 80g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	zupa ziemniaczana 250ml kielbasa szynkowa 50g jajko gotowane (1 szt.) 50g pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g
	P. noc.	smoothie jabłko-kiwi 250ml	smoothie jabłko-kiwi 250ml	smoothie jabłko-kiwi 250ml	smoothie jabłko-kiwi 250ml	smoothie jabłko-kiwi 250ml	smoothie jabłko-kiwi 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; kasza manna gotowana na mleku – 1,7; kakao na mleku – 7; twarożek – 7; ser żółty – 7; jogurt Skyr – 7; jajko gotowane – 3; kielbasa szynkowa – 1,6; kefir – 7; krupnik jaglany – 9; zraz wieprzowy – 1,3,7; sos pomidorowy – 1,7,9; kasza jęczmienna – 1.

