

Jadłospis tygodniowy 29.07.-04.08.2024 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
29.07. 2024r. poniedziałek	Śniadanie	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml połędwica sopocka 50g bukiet warzyw gotowany 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml połędwica sopocka 50g bukiet warzyw gotowany 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml połędwica sopocka 50g bukiet warzyw gotowany 80g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml połędwica sopocka 50g bukiet warzyw gotowany 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/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 kurczak gotowany 50g bukiet warzyw gotowany 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	chleb razowy 30g, mizeria z jogurtem 100g	-	-	-
	Obiad	Zupa grochowa 500ml Gulasz wieprzowy z warzywami 120g Kasza jęczmienna 80g Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot 250ml	Zupa włoska 500ml Gulasz wieprzowy z warzywami 120g Kasza jęczmienna 80g Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot 250ml	Zupa grochowa 500ml Gulasz wieprzowy z warzywami 120g Kasza jęczmienna 80g Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot b/c 250ml	Zupa włoska 500ml Gulasz wieprzowy z warzywami 120g Kasza jęczmienna 80g Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot 250ml	Zupa włoska 500ml Gulasz wieprzowy z warzywami 120g Kasza jęczmienna 80g Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot 250ml	Zupa włoska 500ml Gulasz wieprzowy z warzywami 120g Kasza jęczmienna 80g Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	sok pomidorowy 330ml	-	-	-
	Kolacja	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml kiełbasa tyrolska 50g brokuł gotowany 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml kiełbasa tyrolska 50g brokuł gotowany 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki owsiane górskie gotowane na mleku 30g/250ml kiełbasa krakowska 50g brokuł gotowany 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml kiełbasa krakowska 50g brokuł gotowany 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml jajko gotowane (1 szt.) 50g brokuł gotowany 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml kiełbasa krakowska 50g brokuł 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
	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 gotowane na mleku – 1,7; płatki owsiane górskie gotowane na mleku – 1,7; połędwica sopocka – 1,6,7; kiełbasa tyrolska – 1,6,7; kiełbasa krakowska – 1,6; jajko gotowane – 3; mizeria z jogurtem – 7; zupa grochowa – 9; zupa włoska – 1,9; gulasz wieprzowy z warzywami – 1,7,9; kasza jęczmienna – 1.						

Jadłospis tygodniowy 29.07.-04.08.2024 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
30.07.2024r. wtorek	Śniadanie	makaron gotowany na mleku 30g/250ml wędlina z kurczaka 50g sałata 15g pomidor 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	makaron gotowany na mleku 30g/250ml wędlina z kurczaka 50g sałata 15g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml wędlina z kurczaka 50g sałata 15g pomidor 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	makaron gotowany na mleku 30g/250ml wędlina z kurczaka 50g sałata 15g pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	makaron gotowany na mleku 30g/250ml serek naturalny 150g sałata 15g pomidor 80g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml wędlina z kurczaka 50g sałata 15g pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	sok warzywny 330ml	-	-	-
	Obiad	Zupa brokułowa 500ml Kotlet pożarski smażony 150g Ziemniaki 400g Mizeria ze śmietaną 100g Kompot 250ml	Zupa brokułowa 500ml Pulpet drobiowy gotowany w sosie koperkowym 150/100g Ziemniaki 400g Sałatka z cukinii i pomidora 150g Kompot 250ml	Zupa brokułowa 500ml Pulpet drobiowy gotowany 150g Ziemniaki 400g Mizeria z jogurtem 100g Kompot b/c 250ml	Zupa brokułowa 500ml Pulpet drobiowy gotowany 150g Ziemniaki 400g Sałatka z cukinii i pomidora 150g Kompot 250ml	Zupa brokułowa 500ml Pulpet drobiowy gotowany w sosie koperkowym 150/100g Ziemniaki 400g Sałatka z cukinii i pomidora 150g Kompot 250ml	Zupa brokułowa 500ml Kurczak gotowany 150g Ziemniaki 400g Sałatka z cukinii i pomidora 150g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	jabłko (1 szt.) 180g	-	-	-
	Kolacja	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ser biały 80g dżem 50g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ser biały 80g dżem 50g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml serek naturalny 150g wędlina z kurczaka 50g papryka 80g 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 ser biały 80g dżem 50g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa b/mleka 250ml wędlina z kurczaka 50g dżem 50g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g
	P. noc.	smoothie jabłko-truskawka 250ml	smoothie jabłko-truskawka 250ml	smoothie jabłko-truskawka 250ml	smoothie jabłko-truskawka 250ml	smoothie jabłko-truskawka 250ml	smoothie jabłko-truskawka 250ml
Alergeny w posiłkach: chleb pszenny zwykły – 1; bułka pszenna – 1; 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; serek naturalny – 7; ser biały – 7; zupa brokułowa – 1,7,9; kotlet pożarski / pulpet drobiowy – 1,3,7; mizeria ze śmietaną / z jogurtem – 7; sos koperkowy – 1,7,9.							

Jadłospis tygodniowy 29.07.-04.08.2024 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
31.07. 2024r. środa	Śniadanie	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml pasta z makreli 50g mix sałat z pomidorem 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 mix sałat z pomidorem 100g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml pasta z makreli 50g mix sałat z pomidorem 100g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml pasta z dorsza 120g mix sałat z pomidorem 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 mix sałat z pomidorem 100g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml dorsz gotowany w jarzynach 120/50g mix sałat z pomidorem 100g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	kefir naturalny 200g	-	-	-
	Obiad	Barszcz ukraiński 500ml Makaron z serem białym 80/80g Brokuł gotowany 100g Kompot 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 500ml Makaron z serem białym 80/80g Brokuł gotowany 100g Kompot 250ml	Barszcz ukraiński 500ml Makaron pełn. z serem białym 80/80g Brokuł gotowany 100g Kompot b/c 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 500ml Makaron z serem białym 80/80g Brokuł gotowany 100g Kompot 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 500ml Makaron z serem białym 80/80g Brokuł gotowany 100g Kompot 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 500ml Kurczak gotowany 150g Makaron 80g Brokuł gotowany 100g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	kisiel z truskawek 250ml	-	-	-
	Kolacja	płatki jęczmienne gotow. 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 gotow. na mleku 30g/250ml pieczeń rzymska 50g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki gryczane gotowane na mleku 30g/250ml kiełbasa szynkowa 50g pomidor 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotow. na mleku 30g/250ml kiełbasa szynkowa 50g pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotow. na mleku 30g/250ml kurczak gotowany 50g pomidor 80g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml kiełbasa szynkowa 50g pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	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; płatki ryżowe gotowane na mleku – 7; płatki jęczmienne gotowane na mleku – 1,7; płatki gryczane gotowane na mleku – 7; pasta z makreli – 4; pasta z dorsza – 1,4,7,9; dorsz gotowany w jarzynach – 4,9; pieczeń rzymska – 6; kiełbasa szynkowa – 1,6; ser topiony – 7; kefir – 7; barszcz ukraiński / czerwony z ziemniakami – 1,7,9; makaron (pełn.) z serem białym – 1,7; makaron – 1.</p>							

Jadłospis tygodniowy 29.07.-04.08.2024 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
01.08.2024r. czwartek	Śniadanie	kasza manna gotowana na mleku 40g/250ml szynka gotowana 50g sałata 15g szczypiorek 2g rzodkiewki (4 szt.) 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	kasza manna gotowana na mleku 40g/250ml szynka gotowana 50g sałata 15g kalafior gotowany 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml szynka gotowana 50g sałata 15g szczypiorek 2g rzodkiewki (4 szt.) 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	kasza manna gotowana na mleku 40g/250ml szynka gotowana 50g sałata 15g kalafior gotowany 80g 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 sałata 15g kalafior gotowany 80g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml szynka gotowana 50g sałata 15g kalafior gotowany 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	chleb razowy 30g, twarożek ze szczypiorkiem 80g	-	-	-
	Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem 500ml Dorsz pieczony 120g Ziemniaki 400g Surówka z czerwonej kapusty 150g Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 500ml Dorsz pieczony 120g Ziemniaki 400g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem pełn. 500ml Dorsz pieczony 120g Ziemniaki 400g Surówka z czerwonej kapusty 150g Kompot b/c 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 500ml Dorsz pieczony 120g Ziemniaki 400g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 500ml Dorsz pieczony 120g Ziemniaki 400g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 500ml Dorsz pieczony 120g Ziemniaki 400g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	jabłko pieczone(1 szt.) 180g	-	-	-
	Kolacja	kakao na mleku 250ml pasztet drobiowy 50g chrzan 30g sałatka z brokuła i pomidora 130g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g	kakao na mleku 250ml pasztet drobiowy 50g sałatka z brokuła i pomidora 130g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kakao na mleku 250ml wędlina z kurczaka 50g sałatka z brokuła i pomidora 130g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	kakao na mleku 250ml wędlina z kurczaka 50g sałatka z brokuła i pomidora 130g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kakao na mleku 250ml serek naturalny 150g sałatka z brokuła i pomidora 130g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	zupa ziemniaczana 250ml wędlina z kurczaka 50g sałatka z brokuła i pomidora 130g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g
	P. noc.	herbatniki (5 szt.) 20g	herbatniki (5 szt.) 20g	pomarańcza (1 szt.) 240g	herbatniki (5 szt.) 20g	herbatniki (5 szt.) 20g	herbatniki (5 szt.) 20g

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; pasztet drobiowy – 1,3,6,7,9; chrzan – 12; serek naturalny – 7; jajko gotowane – 3; szynka gotowana – 1,6; zupa pomidorowa z makaronem (pełn.) – 1,7,9; dorsz pieczony – 4; twarożek ze szczypiorkiem – 7; herbatniki – 1,6,12.

Jadłospis tygodniowy 29.07.-04.08.2024 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
02.08.2024r. piątek	Śniadanie	kasza jaglana gotowana na mleku 30g/250ml sałatka z sera typu Feta, słonecznika i warzyw 200g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	kasza jaglana gotowana na mleku 30g/250ml twarożek 80g mix sałat 20g miód 25g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml sałatka z sera typu Feta, słonecznika i warzyw 200g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	kasza jaglana gotowana na mleku 30g/250ml twarożek 80g mix sałat 20g miód 25g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	kasza jaglana gotowana na mleku 30g/250ml twarożek 80g mix sałat 20g miód 25g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml kurczak gotowany 100g mix sałat 20g miód 25g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	brzoskwinia (2 szt.) 170g	-	-	-
	Obiad	Zupa szpinakowa z makaronem 500ml Ryż ze śmietaną i jabłkiem 80/50/200g Kompot 250ml	Zupa szpinakowa z makaronem 500ml Ryż ze śmietaną i jabłkiem 80/50/200g Kompot 250ml	Zupa szpinakowa z makaronem pełn. 500ml Ryż brązowy z jogurtem i truskawkami 80/50/100g Kompot b/c 250ml	Zupa szpinakowa z makaronem 500ml Ryż z jogurtem i jabłkiem 80/50/200g Kompot 250ml	Zupa szpinakowa z makaronem 500ml Ryż ze śmietaną i jabłkiem 80/50/200g Kompot 250ml	Zupa szpinakowa z makaronem 500ml Ryż z jabłkiem 80/200g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	kisiel z jabłka 250ml, kefir naturalny 200g	-	-	-
	Kolacja	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml jajko gotowane (2 szt.) 100g papryka 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml jajko gotowane (2 szt.) 100g fasolka szparagowa gotowana 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki owsiane górskie gotowane na mleku 30g/250ml jajko gotowane (2 szt.) 100g papryka 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml białko jaja got. (2 szt.) 100g fasolka szparagowa gotowana 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml jajko gotowane (2 szt.) 100g fasolka szparagowa gotowana 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml jajko gotowane (2 szt.) 100g fasolka szparagowa gotowana 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	P. noc.	brzoskwinia (1 szt.) 85g, borówka 50g, wafle ryżowe (2 szt.)	brzoskwinia (1 szt.) 85g, borówka 50g, wafle ryżowe (2 szt.)	brzoskwinia (1 szt.) 85g, borówka 50g	brzoskwinia (1 szt.) 85g, borówka 50g, wafle ryżowe (2 szt.)	brzoskwinia (1 szt.) 85g, borówka 50g, wafle ryżowe (2 szt.)	brzoskwinia (1 szt.) 85g, borówka 50g, 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; kasza jaglana gotowana na mleku – 7; płatki owsiane (górskie) gotowane na mleku – 1,7; sałatka z sera typu Feta, słonecznika, i warzyw – 7; twarożek – 7; jajko gotowane – 3; kefir – 7; zupa szpinakowa z makaronem (pełn.) – 1,7,9; ryż (brąz.) ze śmietaną / jogurtem i jabłkiem / truskawkami – 7.</p>							

Jadłospis tygodniowy 29.07.-04.08.2024 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
03.08. 2024r. sobota	Śniadanie	płatki jęczmienne gotowane na mleku 30g/250ml pasta z ciecierzycy 60g sałatka z brokuła i marchewki 130g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotowane na mleku 30g/250ml serek naturalny 150g sałatka z brokuła i marchewki 130g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml pasta z ciecierzycy 60g sałatka z brokuła i marchewki 130g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotowane na mleku 30g/250ml ser biały 80g sałatka z brokuła i marchewki 130g 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 sałatka z brokuła i marchewki 130g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml pasta z ciecierzycy 60g sałatka z brokuła i marchewki 130g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	chleb razowy 30g, masło 10g, wędlina wieprzowa 20g, pomidor 50g	-	-	-
	Obiad	Zupa solferino 500ml Leczo z kurczakiem i cukinią 80/100g Kasza jaglana 80g Kompot 250ml	Zupa solferino 500ml Leczo z kurczakiem i cukinią 80/100g Kasza jaglana 80g Kompot 250ml	Zupa solferino 500ml Leczo z kurczakiem i cukinią 80/100g Kasza jaglana 80g Kompot b/c 250ml	Zupa solferino 500ml Leczo z kurczakiem i cukinią 80/100g Kasza jaglana 80g Kompot 250ml	Zupa solferino 500ml Leczo z kurczakiem i cukinią 80/100g Kasza jaglana 80g Kompot 250ml	Zupa solferino 500ml Leczo z kurczakiem i cukinią 80/100g Kasza jaglana 80g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	kefir naturalny 200g	-	-	-
	Kolacja	kakao na mleku 250ml sałatka z jajka, fasolki szparagowej i pomidora 180g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g	kakao na mleku 250ml sałatka z jajka, fasolki szparagowej i pomidora 180g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kakao na mleku 250ml sałatka z jajka, fasolki szparagowej i pomidora 180g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	kakao na mleku 250ml sałatka z białka jaja, fasolki szparagowej i pomidora 180g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kakao na mleku 250ml sałatka z jajka, fasolki szparagowej i pomidora 180g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	zupa ziemniaczana 250ml sałatka z jajka, fasolki szparagowej i pomidora 180g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g
	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 jęczmienne gotowane na mleku – 1,7; kakao na mleku – 7; serek naturalny – 7; sałatka z jajka, fasolki szparagowej i pomidora – 3; kefir – 7; ser biały – 7; zupa solferino – 1,7,9.

Jadłospis tygodniowy 29.07.-04.08.2024 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
04.08.2024r. niedziela	Śniadanie	makaron gotowany na mleku 30g/250ml wędlina wieprzowa 50g chrzan 30g ogórek zielony 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	makaron gotowany na mleku 30g/250ml wędlina wieprzowa 50g bukiet warzyw gotowany 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml wędlina wieprzowa 50g ogórek zielony 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	makaron gotowany na mleku 30g/250ml wędlina wieprzowa 50g bukiet warzyw gotowany 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 bukiet warzyw gotowany 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml wędlina wieprzowa 50g bukiet warzyw gotowany 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	jabłko (1 szt.) 180g	-	-	-
	Obiad	Krupnik jaglany 500ml Sztuka wieprzowa pieczona 120g Ziemniaki 400g Surówka z kapusty pekińskiej z majonezem 150g Kompot 250ml	Krupnik jaglany 500ml Sztuka wieprzowa gotowana w sosie musztardowym 120/100g Ziemniaki 400g Buraczki duszone 150g Kompot 250ml	Krupnik jaglany 500ml Sztuka wieprzowa pieczona 120g Ziemniaki 400g Surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem 150g Kompot b/c 250ml	Krupnik jaglany 500ml Sztuka wieprzowa gotowana 120g Ziemniaki 400g Buraczki duszone b/masła 150g Kompot 250ml	Krupnik jaglany 500ml Sztuka wieprzowa gotowana w sosie musztardowym 120/100g Ziemniaki 400g Buraczki duszone 150g Kompot 250ml	Krupnik jaglany 500ml Sztuka wieprzowa gotowana 120g Ziemniaki 400g Buraczki duszone b/masła 150g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	kefir naturalny 200g	-	-	-
	Kolacja	kawa zbożowa z mlekiem 250ml sałatka śledziowa 150g jajko gotowane (1 szt.) 50g pomidor 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml dorsz gotowany w jarzynach 120/50g jajko gotowane (1 szt.) 50g pomidor 80g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml sałatka śledziowa 150g jajko gotowane (1 szt.) 50g pomidor 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml dorsz gotowany w jarzynach 120/50g białko jaja gotowane (1 szt.) 50g pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml dorsz gotowany w jarzynach 120/50g jajko gotowane (1 szt.) 50g pomidor 80g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa b/mleka 250ml dorsz gotowany w jarzynach 120/50g jajko gotowane (1 szt.) 50g pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g
	P. noc.	biszkopty (6 szt.) 25g	biszkopty (6 szt.) 25g	sok pomidorowy 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; makaron gotowany na mleku – 1,7; kawa zbożowa z mlekiem – 1,7; kawa zbożowa b/mleka – 1; chrzan – 12; sałatka śledziowa – 4,7; dorsz gotowany w jarzynach – 4,9; jajko gotowane – 3; krupnik jaglany – 9; sos musztardowy – 1,7,10; buraczki duszone – 1,7; kefir – 7; biszkopty – 1,3; surówka z kapusty pekińskiej z majonezem – 3,10; surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem – 7.

