

Jadłospis tygodniowy 23.-29.09.2024 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
23.09.2024 r. poniedziałek	Śniadanie	płatki jęczmienne got. na mleku 40g/250ml szynka gotowana 50g bukiet warzyw 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotowane na mleku 40g/250ml szynka gotowana 50g bukiet warzyw 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml szynka gotowana 50g bukiet warzyw 80g masło 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotowane na mleku 40g/250ml szynka gotowana 50g bukiet warzyw 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotowane na mleku 40g/250ml szynka gotowana 100g bukiet warzyw 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	Zupa ziemniaczana 250ml szynka gotowana 50g bukiet warzyw 80g margaryna b/ml 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	Nektarynka 115g (1szt.)	-	-	-
	Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem 500ml Pulpet wieprzowy 120g Kasza gryczana 80g Sałatka z buraczka i jabłka 150g Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 500ml Pulpet wieprzowy 120g Kasza gryczana 80g Sałatka z buraczka i jabłka 150g Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem pełn. 500ml Pulpet wieprzowy 120g Kasza gryczana 80g Sałatka z buraczka i jabłka 150g Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 500ml Pulpet wieprzowy 120g Kasza jęczmienna 80g Sałatka z buraczka i jabłka 150g Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 500ml Pulpet wieprzowy 150g Kasza jęczmienna 80g Sałatka z buraczka i jabłka 150g Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 500ml Pulpet wieprzowy 120g Kasza jęczmienna 80g Sałatka z buraczka i jabłka 150g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	jabłko (1 szt.) 180g	-	-	-
	Kolacja	Kasza manna na mleku 30g/250ml ser żółty 50g mix sałat 15 g papryka 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	Kasza manna na mleku 30g/250ml ser biały 80g mix sałat 15 g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml ser biały 80g mix sałat 15 g papryka 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	Kasza manna na mleku 30g/250ml ser biały 80g mix sałat 15 g pomidor 80g margaryna b/ml 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	Kasza manna na mleku 30g/250ml ser biały 120g mix sałat 15 g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	Zupa ziemniaczana 250ml 30g/250ml ser biały 80g mix sałat 15 g pomidor 80g margaryna b/ml 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	P. noc.	Herbatniki (5szt.) - 25g.	Herbatniki (5szt.) - 25g.	Sok warzywny 330ml.	Herbatniki (5szt.) - 25g.	Herbatniki (5szt.) - 25g.	Herbatniki (5szt.) - 25g.
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 23.-29.09.2024 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
24.09.2024 r. wtorek	Śniadanie	Płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml pasztet drobiowy 50g. Pomidor 80g mix sałat 20g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	Płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml Szynka gotowana 50g. Pomidor 80g mix sałat 20g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml pasztet drobiowy 50g. Pomidor 80g mix sałat 20g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	Płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml Szynka gotowana 50g. Pomidor 80g mix sałat 20g margaryna 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	Płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml Szynka gotowana 100g. Pomidor 80g mix sałat 20g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	Zupa ziemniaczana 250ml Szynka gotowana 50g. Pomidor 80g mix sałat 20g margaryna b/ml chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	Chleb pełn. 30G, masło 10g, jajko got. 50 ogórek 80g	-	-	-
	Obiad	Krupnik ryżowy 20g/500ml Makaron z serem twarogowym i szpinakiem 80/80/80g Kompot 250ml	Krupnik ryżowy 20g/500ml Makaron z serem twarogowym i szpinakiem 80/80/80g Kompot 250ml	Krupnik ryżowy pełn. 20g/500ml Makaron pełn. z serem twarogowym i szpinakiem 80/80/80 g Kompot 250ml	Krupnik ryżowy 20g/500ml Makaron z serem twarogowym i szpinakiem 80/80/80 g Kompot 250ml	Krupnik ryżowy 20g/500ml Makaron z serem twarogowym i szpinakiem 80/100/80 g Kompot 250ml	Krupnik ryżowy 20g/500ml Makaron ze szpinakiem 80/80 g, Jajko gotowane 50g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	Kisiel z mandarynek 250ml	-	-	-
	Kolacja	Kawa zbożowa 250ml serek Bieluch 150g, dżem 50g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g	Kawa zbożowa 250ml serek Bieluch 150g, dżem 50g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	Kawa zbożowa 250ml serek Bieluch 150g, krakowska 50g pomidor 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	Kawa zbożowa 250ml serek Bieluch 150g, dżem 50g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	Kawa zbożowa 250ml serek Bieluch 150g, dżem 50g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	herbata b/c 250ml Krakowska 50g, pomidor 80g margaryna b/ml 15g chleb pszenny zwykły 100g
	P. noc.	Biszkopty (5szt.) 25g	Biszkopty (5szt.) 25g	Pomarańcz 160g	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 23.-29.09.2024 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
25.09.2024 r. środa	Śniadanie	Pł. ryżowe na mleku 30g/250ml pasta z ciecierzycy 60g brokuł 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	Pł. ryżowe na mleku 30g/250ml pasta z dorsza 60g brokuł 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml pasta z ciecierzycy 60g fasolka szparagowa 80g brokuł 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	Pł. ryżowe na mleku 30g/250ml pasta z dorsza 60g brokuł 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	Pł. ryżowe na mleku 30g/250ml pasta z dorsza 100g brokuł 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	Zupa ziemniaczana 250ml pasta z dorsza 60g brokuł 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	Sałata owocowa (jabłko, mandarynki, kiwi) 150g	-	-	-
	Obiad	Zupa ogórkowa 500ml Gulasz wieprzowy 100g Ryż 80g Surówka z marchewki, jabłka i jogurtu 120g Kompot 250ml	Zupa Solferino 500ml Gulasz wieprzowy 100g Ryż 80g Surówka z marchewki, jabłka i jogurtu 120g Kompot 250ml	Jarzynowa 500ml Gulasz wieprzowy 100g Ryż brązowy 80g Surówka z marchewki, jabłka i jogurtu 120g Kompot 250ml	Zupa Solferino 500ml Gulasz wieprzowy 100g Ryż 80g Surówka z marchewki, jabłka i jogurtu 120g Kompot 250ml	Zupa Solferino 500ml Gulasz wieprzowy 100g Ryż 80g Surówka z marchewki, jabłka i jogurtu 120g Kompot 250ml	Zupa Solferino 500ml Gulasz wieprzowy 100g Ryż 80g Surówka z marchewki, jabłka i jogurtu 120g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	Kefir naturalny 200g	-	-	-
	Kolacja	Kasza jaglana z mlekiem 250ml Sałatka z jaja, groszku konserwowego i kalafiora 50/20/150g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g	Kasza jaglana z mlekiem 250ml Sałatka z jaja, groszku konserwowego i kalafiora 50/20/150g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	upa ziemniaczana 500ml Sałatka z jaja, groszku konserwowego i kalafiora 50/20/150g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	Kasza jaglana z mlekiem 250ml Sałatka z jaja (same białko), groszku konserwowego i kalafiora 50/20/150g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	Kasza jaglana z mlekiem 250ml Sałatka z jaja, groszku konserwowego i kalafiora 50/20/150g Masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	zupa ziemniaczana 500ml Sałatka z jaja, groszku konserwowego i kalafiora 50/20/150g 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
	<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 23.-29.09.2024 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
26.09.2024 r. czwarte	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 Pomidor 80g mix sałat 20g 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 Pomidor 80g Masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml połędwica sopocka 50g mix sałat 20g Pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	Sok warzywny 330ml	-	-	-
	Obiad	Kalafiorowa 500ml Risotto z kurczakiem i warzywami, sos koperkowy, Mizeria ze śmietaną 100g Kompot 250ml	Kalafiorowa 500ml Risotto z kurczakiem i warzywami, sos koperkowy, Mizeria ze śmietaną 100g Kompot 250ml	Kalafiorowa 500ml Risotto z kurczakiem i warzywami, sos koperkowy, Mizeria ze śmietaną 100g Kompot 250ml	Kalafiorowa 500ml Risotto z kurczakiem i warzywami, sos koperkowy, Mizeria z jogurtem 100g Kompot 250ml	Kalafiorowa 500ml Risotto z kurczakiem i warzywami, sos koperkowy, Mizeria ze śmietaną 100g Kompot 250ml	Kalafiorowa 500ml Risotto z kurczakiem i warzywami, sos koperkowy, Mizeria ze śmietaną 100g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	Brzoskwinia 1 szt (170g)	-	-	-
	Kolacja	Kakao 250ml Sałatka z sera Mozzarella, mix sałat i pomidora 150g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g	Kakao 250ml Sałatka z sera Mozzarella, mix sałat i pomidora 150g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	Kakao 250ml Sałatka z sera Mozzarella, mix sałat i pomidora 150g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	Kakao 250ml Ser biały 80g mix sałat i pomidora 150g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	Kakao 250ml Sałatka z sera Mozzarella, mix sałat i pomidora 150g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	zupa ziemniaczana 250ml Sałatka z sera Mozzarella, mix sałat i pomidora 150g
	P. noc	Herbatniki (5szt.) 25g	Herbatniki (5szt.) 25g	Jabłko (1szt.) 180g	Herbatniki (5szt.) 25g	Herbatniki (5szt.) 25g	Herbatniki (5szt.) 25g
<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 owsiane gotowane na mleku – 1,7; płatki jęczmienne 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</p>							

Jadłospis tygodniowy 23.-29.09.2024 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
27.09.2024 r. piątek	Śniadanie	kasza manna gotowana na mleku 40g/250ml pasta z jajka 60g sałata 15g ogórek 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	kasza manna gotowana na mleku 40g/250ml pasta z jajka 60g ze szczypiorkiem i rzodkiewki 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml pasta z jajka 60g ze koperkiem, pomidor 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	kasza manna gotowana na mleku 40g/250ml sałatka z jajka (b/żółtka) fasolki szparagowej i pomidora 170g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	kasza manna gotowana na mleku 40g/250ml sałatka z jajka(2szt) , fasolki szparagowej i pomidora 170g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250m	zupa ziemniaczana 250ml sałatka z jajka, fasolki szparagowej i pomidora 170g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	Jabłko pieczone (1szt) 150g	-	-	-
	Obiad	Zupa włoska 500ml Ryż ze śmietaną i truskawkami 80/80/100 Kompot 250ml	Zupa włoska 500ml Ryż ze śmietaną i truskawkami 80/80/100 Kompot 250ml	Zupa włoska 500ml Ryż brązowy z jogurtem i truskawkami 80/80/100 b/cukru Kompot 250ml	Zupa włoska 500ml Ryż z jogurtem i truskawkami 80/80/100 Kompot 250ml	Zupa włoska 500ml Ryż ze śmietaną i truskawkami 80/80/100 Kompot 250ml	Zupa włoska 500ml Ryż z truskawkami 80/100 Kompot 250ml
	Podw.	-	-	Brzoskwinia (1szt.) 120g	-	-	-
	Kolacja	Kakao 250ml Jajo gotowane 100g brokuł 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g	Kakao 250ml Jajo gotowane 100g brokuł 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	Kakao 250ml Jajo gotowane 100g brokuł 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	Kakao 250ml Jajo gotowane (same białka)100g brokuł 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	Kakao 250ml Jajo gotowane 150g brokuł 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	Zupa ziemniaczana Jajo gotowane 50g brokuł 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g
	P. noc.	Biszkopty (5szt.) 25g	Biszkopty (5szt.) 25g	Pomarańcz (1szt.)160g	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; 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 23.-29.09.2024 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
28.09.2024 r. sobota	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 Tyrolska 50g 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., twarożek ze szczypiorkiem 40g, rzodkiewka (2szt) 40g	-	-	-
	Obiad	Zupa Fasolowa 500ml Spaghetti z mięsem mielonym i sosem pomidorowym, bukiet warzyw 100g Kompot 250ml	Zupa Wiejska 500ml Spaghetti z mięsem mielonym i sosem pomidorowym, bukiet warzyw 100g Kompot 250ml	Zupa Fasolowa 500ml Spaghetti z mięsem mielonym i sosem pomidorowym, bukiet warzyw 100g Kompot 250ml	Zupa Wiejska 500 ml Spaghetti z mięsem mielonym i sosem pomidorowym, bukiet warzyw 100g Kompot 250ml	Zupa Wiejska 500 ml Spaghetti z mięsem mielonym i sosem pomidorowym, bukiet warzyw 100g Kompot 250ml	Zupa Wiejska 500 ml Spaghetti z mięsem mielonym i sosem pomidorowym, bukiet warzyw 100g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	Pomarańcza (1szt.) 160 g	-	-	-
	Kolacja	Kawa zbożowa 250ml Pieczeń rzymska 50g sałatka z brokuła i pomidora 120g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g	Kawa zbożowa 250ml Pieczeń rzymska 50g sałatka z brokuła i pomidora 120g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	Kawa zbożowa 250ml wędlina z kurczaka 50g sałatka z brokuła i pomidora 120g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	Kawa zbożowa 250ml Pieczeń rzymska 50g sałatka z brokuła i pomidora 120g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	Kawa zbożowa 250ml Wędlina z kurczaka 100 g sałatka z brokuła i pomidora 120g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	Zupa ziemniaczana 250ml Pieczeń rzymska 50g sałatka z brokuła i pomidora 120g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g
	P. noc.	Smoothie (jabłko- kiwi) 250 ml	Smoothie (jabłko- kiwi) 250 ml	Smoothie (jabłko- kiwi) 250 ml	Smoothie (jabłko- kiwi) 250 ml	Smoothie (jabłko- kiwi) 250 ml	Smoothie (jabłko- kiwi) 250 ml

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 23.-29.09.2024 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
29.09.2024 r. niedziela	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 30g/250ml Wędlina z kurczaka 50g mix sałat z pomidorem 120g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	Płatki owsiane na mleku 30g/250ml Wędlina z kurczaka 50g mix sałat z pomidorem 120g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml Wędlina z kurczaka 50g mix sałat z pomidorem 120g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	Płatki owsiane na mleku 30g/250ml Wędlina z kurczaka 50g mix sałat z pomidorem 120g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	Płatki owsiane na mleku 30g/250ml Wędlina z kurczaka 100g mix sałat z pomidorem 120g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml Wędlina z kurczaka 50g mix sałat z pomidorem 120g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	Nektarynka (1 szt) 115g	-	-	-
	Obiad	Zupa szpinakowa z ryżem 500ml schab gotowany 120g Ziemniaki 400g mix sałat z pomidorem i słonecznikiem i jogurtem 150g Kompot 250ml	Zupa szpinakowa z ryżem 500ml schab gotowany 120g Ziemniaki 400g mix sałat z pomidorem i jogurtem 150g Kompot 250ml	Zupa szpinakowa z ryżem brązowym 500ml schab gotowany 120g Ziemniaki 400g mix sałat z pomidorem i słonecznikiem i jogurtem 150g Kompot 250ml	Zupa szpinakowa z ryżem 500ml schab gotowany 120g Ziemniaki 400g mix sałat z pomidorem i jogurtem 150g Kompot 250ml	Zupa szpinakowa z ryżem 500ml schab gotowany 120g Ziemniaki 400g mix sałat z pomidorem i jogurtem 150g Kompot 250ml	Zupa szpinakowa z ryżem 500ml schab gotowany 120g Ziemniaki 400g mix sałat z pomidorem i jogurtem 150g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	kefir naturalny 200g	-	-	-
	Kolacja	Płatki ryżowe na mleku 30g/250ml skyr 150g dżem 50g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g	Płatki ryżowe na mleku 30g/250ml skyr 150g dżem 50g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	Zupa ziemniaczana 250ml skyr 150g dżem 50g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	Pł. ryżowe na mleku 250ml skyr 150g dżem 50g Bukiet warzyw 100g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	Płatki ryżowe na mleku 250ml skyr 150g dżem 50g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	Zupa ziemniaczana 250ml skyr 150g dżem 50g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g
	P. noc.	biszkopty(5szt) 25g	biszkopty(5szt) 25g	Pomarańcza (1szt) 160g	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.							