

Jadłospis tygodniowy 09.-15.09.2024 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
09.09.2024r. poniedziałek	Śniadanie	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml szynka gotowana 50g mix sałat 20g 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 szynka gotowana 50g mix sałat 20g bukiet warzyw gotowany 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml szynka gotowana 50g mix sałat 20g bukiet warzyw gotowany 80g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml szynka gotowana 50g mix sałat 20g 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 mix sałat 20g bukiet warzyw gotowany 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml szynka gotowana 50g mix sałat 20g bukiet warzyw 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 brokułowa 500ml Kotlet z kurczaka smażony 120g Ryż 80g Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot 250ml	Zupa brokułowa 500ml Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 120/50g Ryż 80g Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot 250ml	Zupa brokułowa 500ml Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 120/50g Ryż brązowy 80g Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot b/c 250ml	Zupa brokułowa 500ml Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 120/50g Ryż 80g Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot 250ml	Zupa brokułowa 500ml Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 120/50g Ryż 80g Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot 250ml	Zupa brokułowa 500ml Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 120/50g Ryż 80g Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	jabłko (1 szt.) 180g	-	-	-
	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 kielbasa szynkowa 50g papryka 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml kielbasa szynkowa 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 serek naturalny 150g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml kielbasa szynkowa 50g pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	P. noc.	sok owocowy 330ml	sok owocowy 330ml	sok warzywny 330ml	sok owocowy 330ml	sok owocowy 330ml	sok owocowy 330ml
	<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 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; filet z kurczaka gotowany w jarzynach – 9.</p>						

Jadłospis tygodniowy 09.-15.09.2024 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
10.09.2024r. wtorek	Śniadanie	makaron gotowany na mleku 30g/250ml ser biały 80g dżem 50g brzoskwinia (1 szt.) 85g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	makaron gotowany na mleku 30g/250ml ser biały 80g miód 25g brzoskwinia (1 szt.) 85g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml ser biały 80g brzoskwinia (1 szt.) 85g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	makaron gotowany na mleku 30g/250ml ser biały 80g miód 25g brzoskwinia (1 szt.) 85g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	makaron gotowany na mleku 30g/250ml ser biały 80g miód 25g brzoskwinia (1 szt.) 85g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml kurczak gotowany 50g miód 25g brzoskwinia (1 szt.) 85g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	kefir naturalny 200g	-	-	-
	Obiad	Barszcz ukraiński 500ml Zraz wieprzowy gotowany w sosie pietruszkowym 100/100g Kasza jęczmienna 80g Mizeria ze śmietaną 100g Kompot 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 500ml Zraz wieprzowy gotowany w sosie pietruszkowym 100/100g Kasza jęczmienna 80g Sałatka z cukinii i pomidora 150g Kompot 250ml	Barszcz ukraiński 500ml Zraz wieprzowy gotowany 100g Kasza jęczmienna 80g Mizeria z jogurtem 100g Kompot b/c 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 500ml Zraz wieprzowy gotowany 100g Kasza jęczmienna 80g Sałatka z cukinii i pomidora 150g Kompot 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 500ml Zraz wieprzowy gotowany w sosie pietruszkowym 100/100g Kasza jęczmienna 80g Sałatka z cukinii i pomidora 150g Kompot 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 500ml Szynka wieprzowa gotowana 100g Kasza jęczmienna 80g Sałatka z cukinii i pomidora 150g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	sok pomidorowy 330ml	-	-	-
	Kolacja	kawa zbożowa z mlekiem 250ml pasta z makreli 50g jajko gotowane (1 szt.) 50g mix sałat z pomidorem 100g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml pasta z dorsza 120g jajko gotowane (1 szt.) 50g mix sałat z pomidorem 100g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml pasta z makreli 50g jajko gotowane (1 szt.) 50g mix sałat z pomidorem 100g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml pasta z dorsza 120g jajko gotowane (1 szt.) 50g mix sałat z pomidorem 100g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml pasta z dorsza 120g jajko gotowane (1 szt.) 50g mix sałat z pomidorem 100g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa b/mleka 250ml dorsz gotowany w jarzynach 120/50g jajko gotowane (1 szt.) 50g mix sałat z pomidorem 100g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g
P. noc.	smoothie jabłko-pomarańcza 250ml	smoothie jabłko-pomarańcza 250ml	smoothie jabłko-pomarańcza 250ml	smoothie jabłko-pomarańcza 250ml	smoothie jabłko-pomarańcza 250ml	smoothie jabłko-pomarańcza 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; 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 09.-15.09.2024 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
11.09.2024r. środa	Śniadanie	płatki jęczmienne gotow. na mleku 30g/250ml kielbasa tyrolska 50g sałata 15g ogórek zielony 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotow. na mleku 30g/250ml kielbasa tyrolska 50g sałata 15g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml kielbasa krakowska 50g sałata 15g ogórek zielony 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotow. na mleku 30g/250ml kielbasa krakowska 50g sałata 15g 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 sałata 15g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml kielbasa krakowska 50g sałata 15g pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	sok warzywny 330ml	-	-	-
	Obiad	Zupa pomidorowa z ryżem 500ml Kopytka brokułowe z masłem 400g Fasolka szparagowa gotowana 100g Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem 500ml Kopytka brokułowe z masłem 400g Fasolka szparagowa gotowana 100g Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 500ml Makaron pełnoziarnisty z serem białym 80/80g Fasolka szparagowa gotowana 100g Kompot b/c 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem 500ml Kopytka brokułowe z jogurtem 400g Fasolka szparagowa gotowana 100g Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem 500ml Kopytka brokułowe z masłem 400g Fasolka szparagowa gotowana 100g Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem 500ml Kopytka brokułowe 400g Fasolka szparagowa gotowana 100g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	kisiel z jabłka 250ml	-	-	-
	Kolacja	kasza jaglana gotowana na mleku 30g/250ml sałatka z jajka, brokuła i pomidora 180g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	kasza jaglana gotowana na mleku 30g/250ml sałatka z jajka, brokuła i pomidora 180g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kasza jaglana gotowana na mleku 30g/250ml sałatka z jajka, brokuła i pomidora 180g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	kasza jaglana gotowana na mleku 30g/250ml sałatka z białka jaja, brokuła i pomidora 180g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kasza jaglana gotowana na mleku 30g/250ml sałatka z jajka, brokuła i pomidora 180g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	zupa ziemniaczana 250ml sałatka z jajka, brokuła i pomidora 180g 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; płatki jęczmienne gotowane na mleku – 1,7; kasza jaglana gotowana na mleku – 7; kielbasa tyrolska – 1,6,7; kielbasa 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 09.-15.09.2024 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
12.09.2024r. czwartek	Śniadanie	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml pasta z ciecierzycy 60g mix sałat 20g pomidor 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml serek naturalny 150g dżem 50g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml pasta z ciecierzycy 60g mix sałat 20g pomidor 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml jogurt Skyr 150g dżem 50g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml serek naturalny 150g dżem 50g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml pasta z ciecierzycy 60g mix sałat 20g pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	kefir naturalny 200g	-	-	-
	Obiad	Zupa szpinakowa z makaronem 500ml Dorsz pieczony 120g Ziemniaki 400g Surówka z białej kapusty 150g Kompot 250ml	Zupa szpinakowa z makaronem 500ml Dorsz pieczony 120g Ziemniaki 400g Buraczki duszone 150g Kompot 250ml	Zupa szpinakowa z makaronem pełn. 500ml Dorsz pieczony 120g Ziemniaki 400g Surówka z białej kapusty 150g Kompot b/c 250ml	Zupa szpinakowa z makaronem 500ml Dorsz pieczony 120g Ziemniaki 400g Buraczki duszone b/masła 150g Kompot 250ml	Zupa szpinakowa z makaronem 500ml Dorsz pieczony 120g Ziemniaki 400g Buraczki duszone 150g Kompot 250ml	Zupa szpinakowa z makaronem 500ml Dorsz pieczony 120g Ziemniaki 400g Buraczki duszone b/masła 150g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	jabłko pieczone(1 szt.) 180g	-	-	-
	Kolacja	płatki jęczmienne gotow. 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 jęczmienne gotow. 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 gryczane gotowane na mleku 30g/250ml połędwica sopocka 50g bukiet warzyw gotowany 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotow. 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 jęczmienne gotow. 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 kurczak gotowany 100g bukiet warzyw gotowany 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	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
<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 09.-15.09.2024 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
13.09.2024r. piątek	Śniadanie	kasza manna gotowana na mleku 40g/250ml jajko gotowane (1 szt.) 50g mix sałat z pomidorem i jogurtem 100g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	kasza manna gotowana na mleku 40g/250ml jajko gotowane (1 szt.) 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 jajko gotowane (1 szt.) 50g mix sałat z pomidorem i jogurtem 100g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	kasza manna gotowana na mleku 40g/250ml białko jaja gotowane (1 szt.) 50g mix sałat z pomidorem i jogurtem 100g 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 mix sałat z pomidorem i jogurtem 100g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml jajko gotowane (1 szt.) 50g 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, wędlina z kurczaka 20g, pomidor 50g	-	-	-
	Obiad	Zupa z soczewicy 500ml Naleśniki z serem, śmietaną i truskawkami (2 szt.) Gruszka (1 szt.) 130g Kompot 250ml	Zupa solferino 500ml Ryż ze śmietaną i truskawkami 80/50/100g Kompot 250ml	Zupa z soczewicy 500ml Ryż brązowy z jogurtem i truskawkami 80/50/100g Kompot b/c 250ml	Zupa solferino 500ml Ryż z jogurtem i truskawkami 80/50/100g Kompot 250ml	Zupa solferino 500ml Ryż ze śmietaną i truskawkami 80/50/100g Kompot 250ml	Zupa solferino 500ml Ryż z truskawkami 80/100g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	brzoskwinia (2 szt.) 170g	-	-	-
	Kolacja	kakao na mleku 250ml twarożek 80g dżem 50g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g	kakao na mleku 250ml twarożek 80g dżem 50g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kakao na mleku 250ml twarożek 80g wędlina z kurczaka 50g papryka 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	kakao na mleku 250ml twarożek 80g dżem 50g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kakao na mleku 250ml twarożek 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.	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; 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.</p>							

Jadłospis tygodniowy 09.-15.09.2024 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
14.09. 2024r. sobota	Śniadanie	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml wędlina z kurczaka 50g kalafior gotowany 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml wędlina z kurczaka 50g kalafior gotowany 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml wędlina z kurczaka 50g kalafior gotowany 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml wędlina z kurczaka 50g kalafior 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 kalafior gotowany 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml wędlina z kurczaka 50g kalafior gotowany 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	kefir naturalny 200g	-	-	-
	Obiad	Zupa wiejska 500ml Potrawka z kurczaka z warzywami 150g Kasza jaglana 80g Pomidor ze śmietaną 100g Kompot 250ml	Zupa wiejska 500ml Potrawka z kurczaka z warzywami 150g Kasza jaglana 80g Pomidor ze śmietaną 100g Kompot 250ml	Zupa wiejska z makaronem pełn. 500ml Potrawka z kurczaka z warzywami 150g Kasza jaglana 80g Pomidor z jogurtem 100g Kompot b/c 250ml	Zupa wiejska 500ml Potrawka z kurczaka z warzywami 150g Kasza jaglana 80g Pomidor z jogurtem 100g Kompot 250ml	Zupa wiejska 500ml Potrawka z kurczaka z warzywami 150g Kasza jaglana 80g Pomidor ze śmietaną 100g Kompot 250ml	Zupa wiejska 500ml Potrawka z kurczaka z warzywami 150g Kasza jaglana 80g Pomidor z olejem 100g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	sok warzywny 330ml	-	-	-
	Kolacja	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ser żółty 50g kielbasa szynkowa 50g pomidor 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ser biały 80g kielbasa szynkowa 50g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ser biały 80g kielbasa szynkowa 50g pomidor 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ser biały 80g kielbasa szynkowa 50g pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ser biały 80g pomidor 80g dżem 50g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa b/mleka 250ml kielbasa szynkowa 50g pomidor 80g dżem 50g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g
	P. noc.	brzoskwinia (1 szt.) 85g, kiwi (1/2 szt.) 40g	brzoskwinia (1 szt.) 85g, kiwi (1/2 szt.) 40g	brzoskwinia (1 szt.) 85g, kiwi (1/2 szt.) 40g	brzoskwinia (1 szt.) 85g, kiwi (1/2 szt.) 40g	brzoskwinia (1 szt.) 85g, kiwi (1/2 szt.) 40g	brzoskwinia (1 szt.) 85g, kiwi (1/2 szt.) 40g
<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; kawa zbożowa z mlekiem – 1,7; kawa zbożowa b/mleka – 1; ser biały – 7; ser żółty – 7; kefir – 7; kielbasa 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.</p>							

Jadłospis tygodniowy 09.-15.09.2024 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
15.09.2024r. niedziela	Śniadanie	makaron gotowany na mleku 30g/250ml pasta z jajka z koperkiem 75g papryka 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	makaron gotowany na mleku 30g/250ml pasta z jajka z koperkiem 75g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml pasta z jajka z koperkiem 75g papryka 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	makaron gotowany na mleku 30g/250ml pasta z białka jaja z koperkiem 75g pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	makaron gotowany na mleku 30g/250ml pasta z jajka z koperkiem 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.	-	-	chleb razowy 30g, masło 10g, jajko gotowane (1 szt.) 50g, papryka 50g	-	-	-
	Obiad	Krupnik jaglany 500ml Sztuka wieprzowa pieczona 120g Ziemniaki 400g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml	Krupnik jaglany 500ml Sztuka wieprzowa gotowana w sosie musztardowym 120/100g Ziemniaki 400g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml	Krupnik jaglany 500ml Sztuka wieprzowa pieczona 120g Ziemniaki 400g Brokuł gotowany 100g Kompot b/c 250ml	Krupnik jaglany 500ml Sztuka wieprzowa gotowana 120g Ziemniaki 400g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml	Krupnik jaglany 500ml Sztuka wieprzowa gotowana w sosie musztardowym 120/100g Ziemniaki 400g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml	Krupnik jaglany 500ml Sztuka wieprzowa gotowana 120g Ziemniaki 400g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	kefir naturalny 200g	-	-	-
	Kolacja	kakao na mleku 250ml pieczeń rzymska 50g fasolka szparagowa gotowana 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g	kakao na mleku 250ml pieczeń rzymska 50g fasolka szparagowa gotowana 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kakao na mleku 250ml szynka gotowana 50g fasolka szparagowa gotowana 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	kakao na mleku 250ml szynka gotowana 50g fasolka szparagowa gotowana 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kakao na mleku 250ml serek naturalny 150g fasolka szparagowa gotowana 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa b/mleka 250ml szynka gotowana 50g fasolka szparagowa gotowana 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g
	P. noc.	herbatniki (5 szt.) 25g	herbatniki (5 szt.) 25g	jabko (1 szt.) 180g	herbatniki (5 szt.) 25g	herbatniki (5 szt.) 25g	herbatniki (5 szt.) 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; 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.</p>							

