

Jadłospis 9.-15.03.2026 r. SP ZOZ Włodawa

Dzień	Posilek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	Dieta łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	
09.03.2026r. poniedziałek	Śniadanie	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml twarożek z koperkiem 60g mix sałat z pomidorem i jogurtem 100g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml twarożek z koperkiem 60g mix sałat z pomidorem i jogurtem 100g masło extra 15g chleb psz. zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	zupa ziemniaczana 250ml twarożek z koperkiem 60g mix sałat z pomidorem i jogurtem 100g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml twarożek z koperkiem 60g mix sałat z pomidorem i jogurtem 100g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	
	II śniadanie	-	-	sok warzywny 300ml	-	
	Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem 500ml Pulpet drobiowy gotowany w sosie pietruszkowym 150/100g Ryż 80g Buraczki duszone 150g Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 500ml Pulpet drobiowy gotowany w sosie pietruszkowym 150/100g Ryż 80g Buraczki duszone 150g Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem pełn. 500ml Pulpet drobiowy gotowany 150g Ryż brązowy 80g Surówka z białej kapusty 150g Kompot b/c 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 500ml Pulpet drobiowy gotowany w sosie pietruszkowym 150/100g Ryż 80g Buraczki duszone 150g Kompot 250ml	
	Podwieczorek	-	-	chleb raz. 30g, masło 10g, wędlina z kurczaka 20g, papryka 80g	-	
	Kolacja	pasta z jajka 75g sałatka z fasolki szparag. i pomidora 150g budyń na mleku 120ml masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata 250ml	pasta z jajka 75g sałatka z fasolki szparag. i pomidora 150g budyń na mleku 120ml masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	pasta z jajka 75g sałatka z fasolki szparag. i pomidora 150g wędlina z kurczaka 50g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	pasta z białka jaja 75g sałatka z fasolki szparag. i pomidora 150g budyń na mleku 120ml margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	
	Posiłek nocny	biszkopty 25g	biszkopty 25g	jabłko (1 szt.) 180g	biszkopty 25g	

Alergeny w posiłkach: chleb pszenny zwykły – 1; bułka pszenna – 1,7; chleb żytni razowy – 1; masło extra – 7; zupa ziemniaczana – 9; płatki owsiane gotowane na mleku – 1,7; twarożek z koperkiem – 7; mix sałat z pomidorem i jogurtem – 7; zupa pomidorowa z makaronem (pełn.) – 1,7,9; pulpet drobiowy – 1,3,7; sos pietruszkowy – 1,7,9; biszkopty – 1,3; buraczki duszone – 1,7; pasta z jajka – 1,3,7; budyń na mleku – 7.

Jadlospis 9.-15.03.2026 r. SP ZOZ Włodawa

Dzień	Posilek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	Dieta łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	
10.03.2026r. wtorek	Śniadanie	kasza manna gotowana na mleku 40g/250ml szynka pieczona 50g mix sałat z ogórkiem i pomidorem 120g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata 250ml	kasza manna gotowana na mleku 40g/250ml szynka pieczona 50g mix sałat z pomidorem 100g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	zupa ziemniaczana 250ml szynka pieczona 50g mix sałat z ogórkiem i pomidorem 120g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	kasza manna gotowana na mleku 40g/250ml szynka pieczona 50g mix sałat z pomidorem 100g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	
	II śniadanie	-	-	kefir naturalny 200g	-	
	Obiad	Zupa dyniowa 500ml Gulasz z ciecierzycy z warzywami 80/50g Kasza pęczak 80g Surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem 150g Kompot 250ml	Zupa dyniowa 500ml Makaron z jogurtem naturalnym i truskawkami 80/50/150g Kompot 250ml	Zupa dyniowa 500ml Gulasz z ciecierzycy z warzywami 80/50g Kasza pęczak 80g Surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem 150g Kompot b/c 250ml	Zupa dyniowa 500ml Makaron z jogurtem naturalnym i truskawkami 80/50/150g Kompot 250ml	
	Podwieczorek	-	-	sok pomidorowy 300ml	-	
	Kolacja	ser biały 60g miód 25g jabłko (1 szt.) 180g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata 250ml	ser biały 60g miód 25g jabłko (1 szt.) 180g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	ser biały 60g kiełbasa szynkowa 50g jabłko (1 szt.) 180g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	ser biały 60g miód 25g jabłko (1 szt.) 180g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	
	Posiłek nocny	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 – **1,7**; chleb żytni razowy – **1**; masło extra – **7**; zupa ziemniaczana – **9**; kasza manna gotowana na mleku – **1,7**; ser biały – **7**; kefir – **7**; kiełbasa szynkowa – **1,6**; zupa dyniowa – **7,9**; gulasz z ciecierzycy z warzywami – **1,7,9**; makaron z jogurtem naturalnym i truskawkami – **1,7**; kasza pęczak – **1**; surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem – **7**.

Jadlospis 9.-15.03.2026 r. SP ZOZ Włodawa

Dzień	Posilek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	Dieta łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	
11.03.2026r. środa	Śniadanie	makaron gotowany na mleku 30g/250ml kiełbasa krakowska 50g sałatka z kalafiora i marchewki 150g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata 250ml	makaron gotowany na mleku 30g/250ml kiełbasa krakowska 50g sałatka z kalafiora i marchewki 150g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	zupa ziemniaczana 250ml kiełbasa krakowska 50g sałatka z kalafiora i marchewki 150g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	makaron gotowany na mleku 30g/250ml kiełbasa krakowska 50g sałatka z kalafiora i marchewki 150g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	
	II śniadanie	-	-	kefir naturalny 200g	-	
	Obiad	Zupa krem z soczewicy 500ml Leczo z kurczaka i cukinii 80/100g Kasza jagłana 80g Kompot 250ml	Zupa brokułowa 500ml Leczo z kurczaka i cukinii 80/100g Kasza jagłana 80g Kompot 250ml	Zupa krem z soczewicy 500ml Leczo z kurczaka i cukinii 80/100g Kasza jagłana 80g Kompot b/c 250ml	Zupa brokułowa 500ml Leczo z kurczaka i cukinii 80/100g Kasza jagłana 80g Kompot 250ml	
	Podwieczorek	-	-	kisiel z jabłka 150ml	-	
	Kolacja	ser żółty 50g ogórek kiszony 80g dżem 50g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata 250ml	twarożek 60g pomidor 80g dżem 50g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	ser żółty 50g ogórek kiszony 80g pomarańcza (1/2 szt.) 120g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	twarożek 60g pomidor 80g dżem 50g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	
	Posiłek nocny	herbatniki (2 szt.) 20g	herbatniki (2 szt.) 20g	jabłko (1 szt.) 180g	herbatniki (2 szt.) 20g	
	Alergeny w posiłkach: chleb pszenny zwykły – 1; bułka pszenna – 1,7; chleb żytni razowy – 1; masło extra – 7; zupa ziemniaczana – 9; makaron gotowany na mleku – 1,7; kielbasa krakowska – 1,6,7; ser żółty – 7; twarożek – 7; ser biały – 7; zielona zupa krem – 7,9; zupa krem z soczewicy – 9; kefir naturalny – 7; herbatniki – 1,6,7.					

Jadlospis 9.-15.03.2026 r. SP ZOZ Włodawa

Dzień	Posilek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	Dieta łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	
12.03.2026r. czwartek	Śniadanie	płatki jęczm. gotowane na mleku 30g/250ml pasta z ciecierzycy 80g bukiet warzyw z wody 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata 250ml	płatki jęczm. gotowane na mleku 30g/250ml pasta z jajka z koperkiem 75g bukiet warzyw z wody 80g masło extra 15g chleb psz. zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	zupa ziemniaczana 250ml pasta z ciecierzycy 80g bukiet warzyw z wody 80g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki jęczm. gotowane na mleku 30g/250ml pasta z białka jaja z koperkiem 75g bukiet warzyw z wody 80g margaryna b/ml. 10g chleb psz. zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	
	II śniadanie	-	-	jabłko (1 szt.) 180g	-	
	Obiad	Barszcz ukraiński 500ml Kotlet rybno-warzywny (z dorsza) smażony 120g Ziemniaki 400g Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 150g Kompot 250ml	Barszcz czerwony 500ml Pulpet rybno-warz. (z dorsza) gotowany w sosie pomidorowym 120/100g Ziemniaki 400g Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 150g Kompot 250ml	Barszcz ukraiński 500ml Pulpet rybno-warz. (z dorsza) gotowany 120g Ziemniaki 400g Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 150g Kompot b/c 250ml	Barszcz czerwony 500ml Pulpet rybno-warz. (z dorsza) gotowany w sosie pomidorowym 120/100g Ziemniaki 400g Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 150g Kompot 250ml	
	Podwieczorek	-	-	chleb razowy, 30g, masło 10g, jajko got. (1 szt.) 50g, pomidor 80g	-	
	Kolacja	kiełbasa tyrolska 50g sałatka z brokuła i pomidora 150g ser biały 60g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata 250ml	kiełbasa tyrolska 50g sałatka z brokuła i pomidora 150g ser biały 60g masło extra 15g chleb psz. zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	szynka wiejska 50g sałatka z brokuła i pomidora 150g ser biały 60g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	kiełbasa krakowska 50g sałatka z brokuła i pomidora 150g ser biały 60g margaryna b/ml. 10g chleb psz. zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	
	Posiłek nocny	sok owocowy 300ml	sok owocowy 300ml	sok warzywny 300ml	sok owocowy 300ml	

Alergeny w posiłkach: chleb pszenny zwykły – 1; bułka pszenna – 1,7; chleb żytni razowy – 1; masło extra – 7; zupa ziemniaczana – 9; płatki jęczmienne gotowane na mleku – 1,7; pasta z jajka z koperkiem – 1,3,7; kiełbasa tyrolska – 1,6,7; barszcz czerwony / ukraiński – 7,9; sos pomidorowy – 1,7,9; ser biały – 7; szynka wiejska – 1,6,7; jajko gotowane – 3; kotlet (pulpet) rybno-warzywny – 1,3,4,7,9; surówka z marchewki i jabłka z jogurtem – 7.

Jadlospis 9.-15.03.2026 r. SP ZOZ Włodawa

Dzień	Posilek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	Dieta łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	
13.03.2026r. piątek	Śniadanie	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml sałatka z jajka, fasolki szparagowej i pomidora 200g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml sałatka z jajka, fasolki szparagowej i pomidora 200g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	zupa ziemniaczana 250ml sałatka z jajka, fasolki szparagowej i pomidora 200g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml sałatka z białka jaja, fasolki szparagowej i pomidora 200g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	
	II śniadanie	-	-	koktajl brzoskwinowy 250ml	-	
	Obiad	Zupa krem cebulowa z serem typu Feta 500ml Makaron z serem białym i szpinakiem 80/80/50g Kompot 250ml	Zupa jarzynowa 500ml Makaron z serem białym i szpinakiem 80/80/50g Kompot 250ml	Zupa krem cebulowa z serem typu Feta 500ml Makaron pełn. z serem białym i szpinakiem 80/80/50g Kompot b/c 250ml	Zupa jarzynowa 500ml Makaron z serem białym i szpinakiem 80/80/50g Kompot 250ml	
	Podwieczorek	-	-	chleb raz. 30g, twarożek 80g, rzodk. (4 szt.) 80g	-	
	Kolacja	serek naturalny 150g dżem 50g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata 250ml	serek naturalny 150g dżem 50g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	serek naturalny 150g wędlina z kurczaka 50g kalafior z wody 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	twarożek 60g dżem 50g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	
	Posiłek nocny	banan (1 szt.) 120g	banan (1 szt.) 120g	jabłko (1 szt.) 180g	banan (1 szt.) 120g	
	Alergeny w posiłkach: chleb pszenny zwykły – 1; bułka pszenna – 1,7; chleb żytni razowy – 1; masło extra – 7; zupa ziemniaczana – 9; płatki ryżowe gotowane na mleku – 7; serek naturalny – 7; zupa jarzynowa – 7,9; zupa krem cebulowa z serem typu Feta – 7,9; makaron (pełn.) z serem białym i szpinakiem – 1,7; twarożek – 7; sałatka z jajka, fasolki szparagowej i pomidora – 3; koktajl brzoskwinowy – 7.					

Jadlospis 9.-15.03.2026 r. SP ZOZ Włodawa

Dzień	Posilek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	Dieta łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	
14.03.2026r. sobota	Śniadanie	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml pasztet drobiowy 50g chrzan 30g papryka 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml pasztet drobiowy 50g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	zupa ziemniaczana 250ml kiełbasa krakowska 50g chrzan 30g papryka 80g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml kiełbasa krakowska 50g pomidor 80g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	
	II śniadanie	-	-	kefir naturalny 200g	-	
	Obiad	Krupnik jęczmienny 500ml Zraz wieprzowy gotowany w sosie musztardowym 100/100g Ziemniaki 400g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml	Krupnik jęczmienny 500ml Zraz wieprzowy gotowany w sosie musztardowym 100/100g Ziemniaki 400g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml	Krupnik jęczmienny 500ml Zraz wieprzowy gotowany 100g Ziemniaki 400g Fasolka szparagowa z wody 150g Kompot b/c 250ml	Krupnik jęczmienny 500ml Zraz wieprzowy gotowany w sosie musztardowym 100/100g Ziemniaki 400g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml	
	Podwieczorek	-	-	jabłko (1 szt.) 180g	-	
	Kolacja	pasta rybna (z mintaja) z twarogiem 100g jajko gotowane (1 szt.) 50g 150g brokuł z wody 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata 250ml	pasta rybna (z mintaja) z twarogiem 100g jajko gotowane (1 szt.) 50g brokuł z wody 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	pasta rybna (z mintaja) z twarogiem 100g jajko gotowane (1 szt.) 50g brokuł z wody 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	pasta rybna (z mintaja) z twarogiem 100g białko jaja got. (1 szt.) 50g brokuł z wody 80g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	
	Posiłek nocny	smoothie jabłko-truskawka 250ml	smoothie jabłko- truskawka 250ml	smoothie jabłko- truskawka 250ml	smoothie jabłko- truskawka 250ml	
<p>Alergeny w posiłkach: chleb pszenny zwykły – 1; bułka pszenna – 1,7; chleb żytni razowy – 1; masło extra – 7; zupa ziemniaczana – 9; płatki owsiane gotowane na mleku – 1,7; pasztet drobiowy – 1,3,6,7,9; chrzan – 12; kefir – 7; kiełbasa krakowska – 1,6; krupnik jęczmienny – 1,9; zraz wieprzowy gotowany – 1,3,7; sos musztardowy – 1,7,10; pasta rybna z twarogiem– 1,4,7; jajko gotowane – 3.</p>						

Jadlospis 9.-15.03.2026 r. SP ZOZ Włodawa

Dzień	Posilek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	Dieta łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	
15.03.2026r. niedziela	Śniadanie	kasza manna gotowana na mleku 40g/250ml ser biały 60g dżem 50g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata 250ml	kasza manna gotowana na mleku 40g/250ml ser biały 60g dżem 50g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	zupa ziemniaczana 250ml ser biały 60g wędlina z kurczaka 50g rzodkiewki (4 szt.) 80g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	kasza manna gotowana na mleku 40g/250ml ser biały 60g dżem 50g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	
	II śniadanie	-	-	mandarynka z jogurtem naturalnym 150g	-	
	Obiad	Rosół z makaronem 500ml Udko z kurczaka pieczone 200g Ziemniaki 400g Marchewka z groszkiem duszona 150g Kompot 250ml	Rosół z makaronem 500ml Udko z kurczaka gotowane 200g Ziemniaki 400g Marchewka z groszkiem duszona 150g Kompot 250ml	Rosół z makaronem pełn. 500ml Udko z kurczaka pieczone 200g Ziemniaki 400g Surówka z kiszanej kapusty 150g Kompot b/c 250ml	Rosół z makaronem 500ml Udko z kurczaka gotowane 200g Ziemniaki 400g Marchewka z groszkiem duszona b/masła 150g Kompot 250ml	
	Podwieczorek	-	-	sok pomidorowy 300ml	-	
	Kolacja	ogonówka 50g jajko gotowane (1 szt.) 50g bukiet warzyw z wody 80g kefir naturalny 200g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata 250ml	ogonówka 50g jajko gotowane (1 szt.) 50g bukiet warzyw z wody 80g kefir naturalny 200g masło extra 15g chleb psz. zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	ogonówka 50g jajko gotowane (1 szt.) 50g bukiet warzyw z wody 80g kefir naturalny 200g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	kurczak gotowany 50g jajko gotowane (1 szt.) 50g bukiet warzyw z wody 80g kefir naturalny 200g margaryna b/ml. 10g chleb psz. zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	
	Posiłek nocny	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 – 1,7; chleb żytni razowy – 1; masło extra – 7; zupa ziemniaczana – 9; płatki ryżowe gotowane na mleku – 7; ser biały – 7; jajko gotowane – 3; mandarynka z jogurtem naturalnym – 7; kefir – 7; rosół z makaronem (pełn.) – 9; marchewka z groszkiem duszona – 1,7; ogonówka – 1,6,7.						