

**Jadłospis 01.01.2026-04.01.2026 r. SP ZOZ Włodawa**

<b>Dzień</b>	<b>Posilek</b>	<b>Dieta podstawowa</b>	<b>Dieta łatwostrawna</b>	<b>Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.</b>	<b>Dieta łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu</b>	
<b>01.01.2026r. czwartek</b>	Śniadanie	płatki jęczm. gotowane na mleku 30g/250ml polędwica sopocka 50g sałatka z kalafiora i marchewki 150g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata 250ml	płatki jęczm. gotowane na mleku 30g/250ml polędwica sopocka 50g sałatka z kalafiora i marchewki 150g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	zupa ziemniaczana 250ml polędwica sopocka 50g sałatka z kalafiora i marchewki 150g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki jęczm. gotowane na mleku 30g/250ml polędwica sopocka 50g sałatka z kalafiora i marchewki 150g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	
	II śniadanie	-	-	koktajl brzoskwiniowy 250ml	-	
	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	-	-	kisiel z pomarańczą 150ml	-	
	Kolacja	kiełbasa tyrolska 50g sałatka z brokuła i pomidora 150g ser biały 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata 250ml	kiełbasa tyrolska 50g sałatka z brokuła i pomidora 150g ser biały 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	kiełbasa krakowska 50g sałatka z brokuła i pomidora 150g ser biały 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	kiełbasa krakowska 50g sałatka z brokuła i pomidora 150g ser biały 80g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	
	Posiłek nocny	sok owocowy 300ml	sok owocowy 300ml	sok warzywny 300ml	sok owocowy 300ml	
	<b>Alergeny w posiłkach:</b> chleb pszenny zwykły – 1; bułka pszenna – 1,7; chleb żytni razowy – 1; bułka grahamka – 1,7; masło extra – 7; zupa ziemniaczana – 9; płatki jęczmienne gotowane na mleku – 1,7; koktajl truskawkowy – 7; kiełbasa tyrolska – 1,6,7; rosół z makaronem (pełn.) – 9; marchewka z groszkiem duszona – 1,7; ser biały – 7; kiełbasa krakowska – 1,6; polędwica sopocka – 1,6,7.					

**Jadłospis 01.01.2026-04.01.2026 r. SP ZOZ Włodawa**

<b>Dzień</b>	<b>Posilek</b>	<b>Dieta podstawowa</b>	<b>Dieta łatwostrawna</b>	<b>Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.</b>	<b>Dieta łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu</b>	
<b>02.01.2026r. piątek</b>	Śniadanie	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml pasta z ciecierzycy 80g bukiet warzyw z wody 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml pasta z jajka 75g bukiet warzyw z wody 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	zupa ziemniaczana 250ml pasta z ciecierzycy 80g bukiet warzyw z wody 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml pasta z białka jaja 75g bukiet warzyw z wody 80g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	
	II śniadanie	-	-	kefir naturalny 200g	-	
	Obiad	Zupa jarzynowa 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 jarzynowa 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, masło 10g, jajko gotowane (1 szt.) 50g, rzodkiewka (4 szt.) 80g	-	
	Kolacja	serek naturalny 150g dżem 50g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata 250ml	serek naturalny 150g dżem 50g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	serek naturalny 150g wędlna z kurczaka 50g kalafior z wody 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	jogurt Skyr 150g dżem 50g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	
	Posiłek nocny	pomarańcza (1 szt.) 240g	pomarańcza (1 szt.) 240g	pomarańcza (1 szt.) 240g	pomarańcza (1 szt.) 240g	
<p><b>Alergeny w posiłkach:</b> chleb pszenny zwykły – 1; bułka pszenna – 1,7; chleb żytni razowy – 1; bułka grahamka – 1,7; masło extra – 7; zupa ziemniaczana – 9; płatki ryżowe gotowane na mleku – 7; pasta z jajka – 1,3,7; kefir naturalny – 7; serek naturalny – 7; jogurt Skyr – 7; zupa jarzynowa – 7,9; makaron (pełn.) z serem białym i szpinakiem – 1,7; biszkopty – 1,3; jajko gotowane – 3.</p>						

**Jadłospis 01.01.2026-04.01.2026 r. SP ZOZ Włodawa**

<b>Dzień</b>	<b>Posilek</b>	<b>Dieta podstawowa</b>	<b>Dieta łatwostrawna</b>	<b>Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.</b>	<b>Dieta łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu</b>	
<b>03.01.2026r. sobota</b>	Śniadanie	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml pasztet drobiowy 50g chrzan 30g ogórek zielony 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g 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 ogórek zielony 80g masło extra 15g 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 Gulasz wieprzowy z warzywami 120/50g Ziemniaki 400g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml	Krupnik jęczmienny 500ml Gulasz wieprzowy z warzywami 120/50g Ziemniaki 400g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml	Krupnik jęczmienny 500ml Gulasz wieprzowy z warzywami 120/50g Ziemniaki 400g Brokuł z wody 150g Kompot b/c 250ml	Krupnik jęczmienny 500ml Gulasz wieprzowy z warzywami 120/50g Ziemniaki 400g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml	
	Podwieczorek	-	-	jabłko (1 szt.) 180g	-	
	Kolacja	wędlina z kurczaka 50g jajko gotowane (1 szt.) 50g bukiet warzw z wody 80g mandarynka (1 szt.) 65g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata 250ml	wędlina z kurczaka 50g jajko gotowane (1 szt.) 50g bukiet warzw z wody 80g mandarynka (1 szt.) 65g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	wędlina z kurczaka 50g jajko gotowane (1 szt.) 50g bukiet warzw z wody 80g mandarynka (1 szt.) 65g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	wędlina z kurczaka 50g białko jaja gotowane (1 szt.) 50g bukiet warzw z wody 80g mandarynka (1 szt.) 65g 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	
	<b>Alergeny w posiłkach:</b> chleb pszenny zwykły – 1; bułka pszenna – 1,7; chleb żytni razowy – 1; bułka grahamka – 1,7; masło extra – 7; zupa ziemniaczana – 9; płatki owsiane gotowane na mleku – 1,7; jajko gotowane – 3; pasztet drobiowy – 1,3,6,7,9; chrzan – 12; kefir – 7; kiełbasa krakowska – 1,6; krupnik jęczmienny – 1,9; <b>gulasz</b> wieprzowy z warzywami – 1,7,9.					

**Jadłospis 01.01.2026-04.01.2026 r. SP ZOZ Włodawa**

<b>Dzień</b>	<b>Posilek</b>	<b>Dieta podstawowa</b>	<b>Dieta łatwostrawna</b>	<b>Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.</b>	<b>Dieta łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu</b>	
<b>04.01.2026r. niedziela</b>	Śniadanie	kasza manna gotowana na mleku 40g/250ml ser biały 80g dżem 50g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata 250ml	kasza manna gotowana na mleku 40g/250ml ser biały 80g dżem 50g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	zupa ziemniaczana 250ml ser biały 80g wędlina z kurczaka 50g rzodkiewki (4 szt.) 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	kasza manna gotowana na mleku 40g/250ml ser biały 80g dżem 50g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	
	II śniadanie	-	-	sok pomidorowy 300ml	-	
	Obiad	Barszcz czerwony 500ml Pulpet rybno-warzywny gotowany w sosie pomidorowym 120/100g Ziemniaki 400g Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot 250ml	Barszcz czerwony 500ml Pulpet rybno-warzywny gotowany w sosie pomidorowym 120/100g Ziemniaki 400g Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot 250ml	Barszcz czerwony 500ml Pulpet rybno-warzywny gotowany 120g Ziemniaki 400g Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot b/c 250ml	Barszcz czerwony 500ml Pulpet rybno-warzywny gotowany w sosie pomidorowym 120/100g Ziemniaki 400g Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot 250ml	
	Podwieczorek	-	-	kefir naturalny 200g	-	
	Kolacja	pasta z jajka z koperkiem 75g szynka gotowana 50g papryka 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata 250ml	pasta z jajka z koperkiem 75g szynka gotowana 50g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	pasta z jajka z koperkiem 75g szynka gotowana 50g papryka 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	pasta z białka jaja z koperkiem 75g szynka gotowana 50g pomidor 80g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny 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	
	<b>Alergeny w posiłkach:</b> chleb pszenny zwykły – 1; bułka pszenna – 1,7; chleb żytni razowy – 1; bułka grahamka – 1,7; masło extra – 7; zupa ziemniaczana – 9; płatki ryżowe gotowane na mleku – 7; ser biały – 7; pasta z jajka – 1,3,7; kefir – 7; polędwica sopocka – 1,6,7; szynka gotowana – 1,6; barszcz czerwony – 7,9; pulpet rybno-warzywny gotowany – 1,3,4,7,9; sos pomidorowy – 1,7,9.					