

Jadłospis 5.-11.01.2026 r. SP ZOZ Włodawa

Dzień	Posilek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	Dieta łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu		
05.01.2026r. poniedziałek	Śniadanie	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml szynka pieczona 50g papryka 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml szynka pieczona 50g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	zupa ziemniaczana 250ml szynka pieczona 50g papryka 80g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml szynka pieczona 50g pomidor 80g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml		
	II śniadanie	-	-	mandarynki z jogurtem naturalnym 150g	-		
	Obiad	Zupa szpinakowa z makaronem 500ml Potrawka z kurczaka z warzywami 150/50g Ziemniaki 400g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml	Zupa szpinakowa z makaronem 500ml Potrawka z kurczaka z warzywami 150/50g Ziemniaki 400g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml	Zupa szpinakowa z makaronem pełn. 500ml Potrawka z kurczaka z warzywami 150/50g Ziemniaki 400g Brokuł z wody 150g Kompot b/c 250ml	Zupa szpinakowa z makaronem 500ml Potrawka z kurczaka z warzywami 150/50g Ziemniaki 400g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml		
	Podwieczorek	-	-	chleb razowy 30g, twarożek z koperkiem 60g, papryka 80g	-		
	Kolacja	kakao na mleku 250ml twarożek 60g wędlina z kurczaka 50g bukiet warzyw z wody 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	kakao na mleku 250ml twarożek 60g wędlina z kurczaka 50g bukiet warzyw z wody 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kakao na mleku b/c 250ml twarożek 60g wędlina z kurczaka 50g bukiet warzyw z wody 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	kakao na mleku 250ml twarożek 60g wędlina z kurczaka 50g bukiet warzyw z wody 80g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g		
	Posiłek nocny	sok warzywny 300ml	sok warzywny 300ml	sok warzywny 300ml	sok warzywny 300ml		
	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; kakao na mleku – 7; twarożek – 7; twarożek z koperkiem – 7; mandarynki z jogurtem naturalnym – 7; zupa szpinakowa z makaronem (pełn.) – 1,7,9; potrawka z kurczaka z warzywami – 1,7,9; jajko gotowane – 3.						

Jadłospis 5.-11.01.2026 r. SP ZOZ Włodawa

Dzień	Posilek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	Dieta łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu		
06.1.2026r. wtorek	Śniadanie	makaron gotowany na mleku 30g/250ml pasztet drobiowy 50g chrzan 30g sałatka z kalafiora i marchewki 150g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata 250ml	makaron gotowany na mleku 30g/250ml pasztet drobiowy 50g sałatka z kalafiora i marchewki 150g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	zupa ziemniaczana 250ml schab pieczony 50g chrzan 30g sałatka z kalafiora i marchewki 150g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	makaron gotowany na mleku 30g/250ml schab pieczony 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	Barszcz ukraiński 500ml Ryż z jogurtem i jabłkiem 80/50/200g Kompot 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 500ml Ryż z jogurtem i jabłkiem 80/50/200g Kompot 250ml	Barszcz ukraiński 500ml Ryż brązowy z jogurtem i truskawkami 80/50/200g Kompot b/c 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 500ml Ryż z jogurtem i jabłkiem 80/50/200g Kompot 250ml		
	Podwieczorek	-	-	jabłko (1 szt.) 180g	-		
	Kolacja	kawa zbożowa z mlekiem 250ml serek naturalny 150g kisiel owocowy 150g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml serek naturalny 150g kisiel owocowy 150g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa z mlekiem b/c 250ml serek naturalny 150g jajko gotowane (1 szt.) 50g rzodkiewki (4 szt.) 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml jogurt Skyr 150g kisiel owocowy 150g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g		
	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; makaron gotowany na mleku – 1,7; kawa zbożowa z mlekiem – 1,7; pasztet drobiowy – 1,3,6,7,9; serek naturalny – 7; chrzan – 12; barszcz ukraiński / czerwony z ziemniakami – 7,9; jajko gotowane – 3; ryż (brąz.) z jogurtem i jabłkiem (truskawkami) – 7; jogurt Skyr – 7; jajko gotowane – 3.</p>							

Jadlospis 5.-11.01.2026 r. SP ZOZ Włodawa

Dzień	Posilek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	Dieta łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu		
07.01.2026r. środa	Śniadanie	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml sałatka z sera białego i pomidora 150g mix sałat 20g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml sałatka z sera białego i pomidora 150g mix sałat 20g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	zupa ziemniaczana 250ml sałatka z sera białego i pomidora 150g mix sałat 20g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml sałatka z sera białego i pomidora 150g mix sałat 20g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml		
	II śniadanie	-	-	sok pomidorowy 300ml	-		
	Obiad	Zupa kalafiorowa 500ml Makaron z mięsem mielonym i sosem pomidorowym 80/100/60g Bukiet warzyw z wody 100g Kompot 250ml	Zupa kalafiorowa 500ml Makaron z mięsem mielonym i sosem pomidorowym 80/100/60g Bukiet warzyw z wody 100g Kompot 250ml	Zupa kalafiorowa 500ml Makaron pełn. z mięsem mielonym i sosem pomidorowym 80/100/60g Bukiet warzyw z wody 100g Kompot b/c 250ml	Zupa kalafiorowa 500ml Makaron z mięsem mielonym i sosem pomidorowym 80/100/60g Bukiet warzyw z wody 100g Kompot 250ml		
	Podwieczorek	-	-	chleb razowy 30g, masło 10g, szynka gotowana 20g, ogórek kiszony 80g	-		
	Kolacja	kakao na mleku 250ml kiełbasa tyrolska 50g jajko gotowane (1 szt.) 50g fasolka szpar. z wody 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	kakao na mleku 250ml kiełbasa tyrolska 50g jajko gotowane (1 szt.) 50g fasolka szpar. z wody 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kakao na mleku b/c 250ml ogonówka 50g jajko gotowane (1 szt.) 50g fasolka szpar. z wody 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	kakao na mleku 250ml szynka gotowana 50g białko jaja got. (1 szt.) 50g fasolka szpar. z wody 80g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g		
	Posiłek nocny	biszkopty (5 szt.) 25g	biszkopty (5 szt.) 25g	jabłko (1 szt.) 180g	biszkopty (5 szt.) 25g		
<p>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; kakao na mleku – 7; sałatka z sera typu Feta i warzyw – 7; sałatka z sera Mozzarella (białego) i pomidora – 7; jajko gotowane – 3; kiełbasa tyrolska – 1,6,7; ogonówka – 1,6,7; biszkopty – 1,3; zupa kalafiorowa – 7,9; makaron (pełn.) z mięsem mielonym i sosem pomidorowym – 1.</p>							

Jadlospis 5.-11.01.2026 r. SP ZOZ Włodawa

Dzień	Posilek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	Dieta łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu		
08.01.2026r. czwartek	Śniadanie	płatki jęczm. gotowane na mleku 30g/250ml ser żółty 25g brokuł z wody 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata 250ml	płatki jęczm. gotowane na mleku 30g/250ml ser biały 60g brokuł z wody 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	zupa ziemniaczana 250ml ser żółty 25g brokuł z wody 80g mix sałat 20g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki jęczm. gotowane na mleku 30g/250ml ser biały 60g brokuł z wody 80g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml		
	II śniadanie	-	-	koktajl truskawkowy 250ml	-		
	Obiad	Zupa fasolowa 500ml Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 140/50g Ryż 80g Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot 250ml	Zupa włoska 500ml Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 140/50g Ryż 80g Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot 250ml	Zupa fasolowa 500ml Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 140/50g Ryż brązowy 80g Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot b/c 250ml	Zupa włoska 500ml Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 140/50g Ryż 80g Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot 250ml		
	Podwieczorek	-	-	kefir naturalny 200g	-		
	Kolacja	kawa zbożowa z mlekiem 250ml sałatka śledziowa 200g kalafior z wody 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml dorsz w galarecie 120g kielbasa krakowska 50g kalafior z wody 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa z mlekiem b/c 250ml sałatka śledziowa 200g kalafior z wody 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml dorsz w galarecie 120g kielbasa krakowska 50g kalafior z wody 80g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g		
	Posilek 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 jęczmieniane gotowane na mleku – 1,7; kawa zbożowa z mlekiem – 1,7; ser żółty – 7; koktajl brzoskwiiniowy – 7; ser biały – 7; kielbasa krakowska – 1,6; sałatka śledziowa – 4,7; dorsz w galarecie – 4,9; zupa fasolowa – 9; zupa włoska - 1,9; filet z kurczaka gotowany w jarzynach – 9; kefir – 7; kawa zbożowa b/mleka – 1.

Jadłospis 5.-11.01.2026 r. SP ZOZ Włodawa

Dzień	Posilek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	Dieta łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu		
09.01.2026r. piątek	Śniadanie	kasza manna gotowana na mleku 40g/250ml pasta z ciecierzycy 80g mix sałat z pomidorem 100g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata 250ml	kasza manna gotowana na mleku 40g/250ml pasta z jajka z koperkiem 75g mix sałat z pomid. 100g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	zupa ziemniaczana 250ml pasta z ciecierzycy 80g mix sałat z pomidorem 100g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	kasza manna gotowana na mleku 40g/250ml pasta z białka jaja z koperkiem 75g mix sałat z pomid. 100g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml		
	II śniadanie	-	-	sok pomidorowy 300ml	-		
	Obiad	Zupa pomidorowa z ryżem 500ml Dorsz pieczony w folii 140g Ziemniaki 400g Marchewka z groszkiem duszona 150g Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem 500ml Dorsz pieczony w folii 140g Ziemniaki 400g Marchewka z groszkiem duszona 150g Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 500ml Dorsz pieczony w folii 140g Ziemniaki 400g Surówka z kiszanej kapusty 150g Kompot b/c 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem 500ml Dorsz pieczony w folii 140g Ziemniaki 400g Marchewka z groszkiem duszona b/masła 150g Kompot 250ml		
	Podwieczorek	-	-	chleb razowy 30g, masło 10g, jajko got. (1 szt.) 50g, pomidor 80g	-		
	Kolacja	kakao na mleku 250ml ser biały 60g dżem 50g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	kakao na mleku 250ml ser biały 60g dżem 50g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kakao na mleku b/c 250ml ser biały 60g wędlina z kurczaka 50g papryka 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	kakao na mleku 250ml ser biały 60g dżem 50g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g		
	Posiłek nocny	kiwi (1 szt.) 75g, mandarynka (1 szt.) 65g	kiwi (1 szt.) 75g, mandarynka (1 szt.) 65g	kiwi (1 szt.) 75g, mandarynka (1 szt.) 65g	kiwi (1 szt.) 75g, mandarynka (1 szt.) 65g		
	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; kakao na mleku – 7; ser biały – 7; pasta z jajka z koperkiem – 1,3,7; zupa pomidorowa z ryżem (brąz.) – 7,9; dorsz pieczony w folii – 4; marchewka z groszkiem duszona – 1,7; herbatniki – 1,6,7; zupa koperkowa z ryżem – 7,9.						

Jadłospis 5.-11.01.2026 r. SP ZOZ Włodawa

Dzień	Posilek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	Dieta łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu		
10.01.2026r. sobota	Śniadanie	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml jajko gotowane (2 szt.) 100g sałatka z brokuła i pomidora 150g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml jajko got.(2 szt.) 100g sałatka z brokuła i pomidora 150g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	zupa ziemniaczana 250ml jajko gotowane (2 szt.) 100g sałatka z brokuła i pomidora 150g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml białko jaja got.(2 szt.) 100g sałatka z brokuła i pomidora 150g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml		
	II śniadanie	-	-	kefir naturalny 200g	-		
	Obiad	Krupnik jaglany 500ml Zraz wieprzowy gotowany w sosie musztardowym 100/100g Kasza jęczmienna 80g Buraczki duszone 150g Kompot 250ml	Krupnik jaglany 500ml Zraz wieprzowy gotowany w sosie musztardowym 100/100g Kasza jęczmienna 80g Buraczki duszone 150g Kompot 250ml	Krupnik jaglany 500ml Zraz wieprzowy gotowany 100g Kasza jęczmienna 80g Ogórek kiszony 80g Kompot b/c 250ml	Krupnik jaglany 500ml Zraz wieprzowy gotowany w sosie musztardowym 100/100g Kasza jęczmienna 80g Buraczki duszone b/masła 150g Kompot 250ml		
	Podwieczorek	-	-	jabłko (1 szt.) 180g	-		
	Kolacja	kawa zbożowa z mlekiem 250ml szynka gotowana 50g ser biały 60g fasolka szparagowa z wody 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml szynka gotowana 50g ser biały 60g fasolka szparagowa z wody 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa z mlekiem b/c 250ml szynka gotowana 50g ser biały 60g fasolka szparagowa z wody 80g jajko gotowane (1 szt.) 50g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml szynka gotowana 50g ser biały 60g fasolka szparagowa z wody 80g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g		
	Posiłek nocny	herbatniki (2 szt.) 20g	herbatniki (2 szt.) 20g	sok warzywny 300ml	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; płatki owsiane gotowane na mleku – 1,7; kawa zbożowa z mlekiem – 1,7; szynka gotowana – 1,6; jajko gotowane – 3; ser biały – 7; herbatniki – 1,6,7; kefir – 7; krupnik jaglany – 9; zraz wieprzowy gotowany – 1,3,7; sos musztardowy – 1,7,10; kasza jęczmienna – 1; buraczki duszone – 1,7.							

Jadłospis 5.-11.01.2026 r. SP ZOZ Włodawa

Dzień	Posilek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	Dieta łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu		
11.01.2026r. niedziela	Śniadanie	płatki jęczm. gotowane na mleku 30g/250ml pasta rybna (z mintaja) 120g ogórek zielony 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata 250ml	płatki jęczm. gotowane na mleku 30g/250ml pasta rybna (z mintaja) 120g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	zupa ziemniaczana 250ml pasta rybna (z mintaja) 120g ogórek zielony 80g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki jęczm. gotowane na mleku 30g/250ml pasta rybna (z mintaja) 120g pomidor 80g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml		
	II śniadanie	-	-	kefir naturalny 200g	-		
	Obiad	Zupa koperkowa z ryżem 500ml Rolada drobiowa ze szpinakiem 150/50g Ziemniaki 400g Sałatka z cukinii i pomidora 150g Kompot 250ml	Zupa koperkowa z ryżem 500ml Rolada drobiowa ze szpinakiem 150/50g Ziemniaki 400g Sałatka z cukinii i pomidora 150g Kompot 250ml	Zupa koperkowa z ryżem brązowym 500ml Rolada drobiowa ze szpinakiem 150/50g Ziemniaki 400g Sałatka z cukinii i pomidora 150g Kompot b/c 250ml	Zupa koperkowa z ryżem 500ml Rolada drobiowa ze szpinakiem 150/50g Ziemniaki 400g Sałatka z cukinii i pomidora 150g Kompot 250ml		
	Podwieczorek	-	-	sok pomidorowy 300ml	-		
	Kolacja	kakao na mleku 250ml wędlina z kurczaka 50g papryka 80g dżem 50g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	kakao na mleku 250ml wędlina z kurczaka 50g pomidor 80g dżem 50g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kakao na mleku b/c 250ml wędlina z kurczaka 50g papryka 80g mandarynki (2 szt.) 130g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	kakao na mleku 250ml wędlina z kurczaka 50g pomidor 80g dżem 50g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g		
	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 jęczmienne gotowane na mleku – 1,7; kakao na mleku – 7; pasta rybna – 1,4,7,9; kefir – 7; zupa koperkowa z ryżem – 7,9; rolada drobiowa ze szpinakiem – 1,3,7; jajko gotowane – 3.						