

Jadłospis 12-18.01.2026 r. SP ZOZ Włodawa

Dzień	Posilek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	Dieta łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	Dieta łatwostrawna bezml. bez wieprz.	Dieta łatwostrawna bezml. bezgluten.
12.01.2026r. 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 psz. zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	zupa ziemniaczana 250ml jajko gotowane (1 szt.) 50g mix sałat z pomidorem 100g margaryna b/ml. 10g chleb psz. zwyk. 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	zupa ziemniaczana 250ml jajko gotowane (1 szt.) 50g mix sałat z pomidorem 100g margaryna b/ml. 10g chleb bezglutenowy 100g herbata 250ml
	II śniadanie	-	-	sok pomidorowy 300ml	-	-	-
	Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem 500ml Kaszotto z kurczakiem i warzywami 80/100/50g Sos pietruszkowy 100g Buraczki duszone 150g Kompot 250 ml	Zupa pomidorowa z makaronem 500ml Kaszotto z kurczakiem i warzywami 80/100/50g Sos pietruszkowy 100g Buraczki duszone 150g Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem pełn. 500ml Kaszotto z kurczakiem i warzywami 80/100/50g Surówka z białej kapusty 150g Kompot b/c 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 500ml Kaszotto z kurczakiem i warzywami 80/100/50g Sos pietruszkowy 100g Buraczki duszone b/masła 150g Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 500ml Kaszotto z kurcz. i warzywami 80/100/50g Buraczki duszone b/masła 150g Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z makar. b/glut. 500ml Kaszotto z kurcz. i warzywami 80/100/50g Buraczki duszone b/masła i mąki 150g Kompot 250ml
	Podwieczorek	-	-	chleb raz. 30g, masło 10g, wędlina z kurczaka 20g, papryka 80g	-	-	-
	Kolacja	sałatka śledziowa 150g jogurt owocowy 150g brokuł z wody 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata 250ml	dorsz w galarecie 120g jogurt owocowy 150g brokuł z wody 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	sałatka śledziowa 150g wędlina z kurczaka 50g brokuł z wody 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	dorsz w galarecie 120g jogurt owocowy 150g brokuł z wody 80g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	dorsz w galarecie 120g wędł. z kurczaka 50g brokuł z wody 80g margaryna b/ml. 10g chleb psz. zwyk. 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	dorsz w galarecie 120g wędł. z kurczaka 50g brokuł z wody 80g margaryna b/ml. 10g chleb bezglutenowy 100g herbata 250ml
	Posiłek nocny	biszkopty 25g	biszkopty 25g	jabłko (1 szt.) 180g	biszkopty 25g	biszkopty 25g	jabłko (1 szt.) 180g
	Alergeny w posiłkach: chleb pszenny zwykły – 1; bułka pszenna – 1,7; chleb żytni razowy – 1; jogurt owocowy – 7; 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 makar. b/glut. – 9; kaszotto z kurczakiem i warzywami – 9; sos pietruszkowy – 1,7,9; biszkopty – 1,3; zupa pomidorowa z makaronem (pełn.) – 1,7,9; buraczki duszone – 1,7; sałatka śledziowa – 4,7; dorsz w galarecie – 4,9; jajko gotowane – 3.						

Jadłospis 12-18.01.2026 r. SP ZOZ Włodawa

Dzień	Posiłek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	Dieta łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	Dieta łatwostrawna bezml. bez wieprz.	Dieta łatwostrawna bezml. bezgluten.
13.01.2026r. wtorek	Śniadanie	kasza manna gotowana na mleku 40g/250ml łopatka 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 łopatka pieczona 50g mix sałat z pomidorem 100g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	zupa ziemniaczana 250ml łopatka pieczona 50g mix sałat z ogórkiem i pomidorem 120g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	kasza manna gotowana na mleku 40g/250ml łopatka pieczona 50g mix sałat z pomidorem 100g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	zupa ziemniaczana 250ml kurczak gotow. 50g mix sałat z pomidorem 100g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	zupa ziemniaczana 250ml łopatka pieczona 50g mix sałat z pomidorem 100g margaryna b/ml. 10g chleb bezglutenowy 100g 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	Zupa dyniowa 500ml Makaron z truskawkami 80/150g Kompot 250ml	Zupa dyniowa 500ml Makaron b/glut. z truskawkami 80/150g Kompot 250ml
	Podwieczorek	-	-	sok warzywny 300ml	-	-	-
	Kolacja	ser biały 80g miód 25g jabłko (1 szt.) 180g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata 250ml	ser biały 80g miód 25g jabłko (1 szt.) 180g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	ser biały 80g ogonówka 50g jabłko (1 szt.) 180g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	ser biały 80g miód 25g jabłko (1 szt.) 180g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	jajko got.(2 szt.) 100g miód 25g jabłko (1 szt.) 180g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	jajko got.(2 szt.) 100g miód 25g jabłko (1 szt.) 180g margaryna b/ml. 10g chleb bezglutenowy 100g herbata 250ml
	Posiłek nocny	smoothie jabłko-kiwi 250ml	smoothie jabłko-kiwi 250ml	smoothie jabłko-kiwi 250ml	smoothie jabłko-kiwi 250ml	smoothie jabłko-kiwi 250ml	smoothie jabłko-kiwi 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; ogonówka – 1,6,7; zupa dyniowa – 7,9; gulasz z ciecierzycy z warzywami – 1,7,9; makaron z jogurtem naturalnym i truskawkami – 1,7; surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem – 7; kasza pęczak – 1; jajko gotowane – 3.						

Jadłospis 12-18.01.2026 r. SP ZOZ Włodawa

Dzień	Posiłek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	Dieta łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	Dieta łatwostrawna bezml. bez wieprz.	Dieta łatwostrawna bezml. bezgluten.
14.012026r. środa	Śniadanie	makaron gotowany na mleku 30g/250ml polędwica sopocka 50g sałatka z kalafiora i marchewki 150g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata 250ml	makaron gotowany 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	makaron gotowany 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	zupa ziemniaczana 250ml kurczak gotow. 50g sałatka z kalafiora i marchewki 150g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	zupa ziemniaczana 250ml kurczak gotow. 50g sałatka z kalafiora i marchewki 150g margaryna b/ml. 10g chleb bezglutenowy 100g herbata 250ml
	II śniadanie	-	-	kefir naturalny 200g	-	-	-
	Obiad	Zupa grochowa 500ml Leczo z kurczaka i cukinii 80/100g Ryż 80g Kompot 250ml	Zupa brokułowa 500ml Leczo z kurczaka i cukinii 80/100g Ryż 80g Kompot 250ml	Zupa grochowa 500ml Leczo z kurczaka i cukinii 80/100g Ryż brązowy 80g Kompot b/c 250ml	Zupa brokułowa 500ml Leczo z kurczaka i cukinii 80/100g Ryż 80g Kompot 250ml	Zupa brokuł. 500ml Leczo z kurczaka i cukinii (b/groszku) 80/100g Ryż 80g Kompot 250ml	Zupa brokułowa 500ml Leczo z kurczaka i cukinii 80/100g Ryż 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	dorsz gotowany w jarzynach 120/50g pomidor 80g dżem 50g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	dorsz gotowany w jarzynach 120/50g pomidor 80g dżem 50g margaryna b/ml. 10g chleb bezglutenowy 100g herbata 250ml
	Posiłek nocny	herbatniki (2 szt.) 20g	herbatniki (2 szt.) 20g	jabłko (1 szt.) 180g	herbatniki (2 szt.) 20g	jabłko (1 szt.) 180g	jabłko (1 szt.) 180g
	<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; polędwica sopocka – 1,6,7; ser żółty – 7; twarożek – 7; ser biały – 7; zupa brokułowa – 7,9; zupa grochowa – 9; kefir naturalny – 7; herbatniki – 1,6,7; dorsz gotowany w jarzynach – 4,9.</p>						

Jadłospis 12-18.01.2026 r. SP ZOZ Włodawa

Dzień	Posilek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	Dieta łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	Dieta łatwostrawna bezml. bez wieprz.	Dieta łatwostrawna bezml. bezgluten.
15.01.2026r. 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 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 75g bukiet warzyw z wody 80g margaryna b/ml. 10g chleb psz. zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	zupa ziemniaczana 250ml pasta z jajka 75g bukiet warzyw z wody 80g margaryna b/ml. 10g chleb psz. zwyk. 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	zupa ziemniaczana 250ml jajko got.(2 szt.) 100g bukiet warzyw z wody 80g margaryna b/ml. 10g chleb bezglutenowy 100g herbata 250ml
	II śniadanie	-	-	jabłko (1 szt.) 180g	-	-	-
	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	Barszcz czerwony 500ml Pulpet rybno-warz. gotowany 120g Ziemniaki 400g Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot 250ml	Barszcz czerwony 500ml Dorsz gotowany w jarzynach 120/50g Ziemniaki 400g Surówka z marchewki i jabłka 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 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata 250ml	kiełbasa tyrolska 50g sałatka z brokuła i pomidora 150g ser biały 80g masło extra 15g chleb psz. 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 psz. zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	kurczak gotow. 100g sałatka z brokuła i pomidora 150g wędl. z kurczaka 50g margaryna b/ml. 10g chleb psz. zwyk. 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	kurczak gotow. 100g sałatka z brokuła i pomidora 150g wędl. z kurczaka 50g margaryna b/ml. 10g chleb bezglutenowy 100g herbata 250ml
	Posiłek nocny	sok owocowy 300ml	sok owocowy 300ml	sok warzywny 300ml	sok owocowy 300ml	sok owocowy 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 – 1,3,7; kiełbasa tyrolska – 1,6,7; barszcz czerwony – 7,9; pulpet rybno-warzywny gotowany – 1,3,4,7,9; sos pomidorowy – 1,7,9; ser biały – 7; kiełbasa krakowska – 1,6; dorsz gotowany w jarzynach – 4,9; jajko gotowane – 3.						

Jadłospis 12-18.01.2026 r. SP ZOZ Włodawa

Dzień	Posilek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	Dieta łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	Dieta łatwostrawna bezml. bez wieprz.	Dieta łatwostrawna bezml. bezgluten.
16.01.2026r. 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	zupa ziemniaczana 250ml sałatka z jajka i pomidora 150g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	zupa ziemniaczana 250ml sałatka z jajka, fasolki szparagowej i pomidora 200g margaryna b/ml. 10g chleb bezglutenowy 100g herbata 250ml
	II śniadanie	-	-	koktajl z kiwi 250ml	-	-	-
	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	Zupa jarzynowa (b/groszku) 500ml Makaron z kurczakiem i szpinakiem 80/150/50g Kompot 250ml	Zupa jarzynowa 500ml Makaron b/glut. z kurczakiem i szpinakiem 80/150/50g 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	dorsz gotowany w jarzynach 120/50g dżem 50g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	dorsz gotowany w jarzynach 120/50g dżem 50g margaryna b/ml. 10g chleb bezglutenowy 100g herbata 250ml
	Posiłek nocny	pomarańcza (1 szt.) 240g	pomarańcza (1 szt.) 240g	pomarańcza (1 szt.) 240g	pomarańcza (1 szt.) 240g	pomarańcza (1 szt.) 240g	pomarańcza (1 szt.) 240g
	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; dorsz gotowany w jarzynach – 4,9; zupa jarzynowa – 7,9; makaron (pełn.) z serem białym i szpinakiem – 1,7; twarożek – 7; sałatka z jajka, fasolki szparagowej i pomidora – 3; koktajl z kiwi – 7.						

Jadłospis 12-18.01.2026 r. SP ZOZ Włodawa

Dzień	Posilek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	Dieta łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	Dieta łatwostrawna bezml. bez wieprz.	Dieta łatwostrawna bezml. bezgluten.
17.01.2026r. 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	zupa ziemniaczana 250ml kurczak gotow. 50g pomidor 80g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	zupa ziemniaczana 250ml kurczak gotow. 50g pomidor 80g margaryna b/ml. 10g chleb bezglutenowy 100g herbata 250ml
	II śniadanie	-	-	kefir naturalny 200g	-	-	-
	Obiad	Krupnik jęczmienny 500ml Pulpet wieprzowy gotowany w sosie musztardowym 80/100g Ziemniaki 400g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml	Krupnik jęczmienny 500ml Pulpet wieprzowy gotowany w sosie musztardowym 80/100g Ziemniaki 400g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml	Krupnik jęczmienny 500ml Pulpet wieprzowy gotowany 80g Ziemniaki 400g Brokuł z wody 150g Kompot b/c 250ml	Krupnik jęczmienny 500ml Pulpet wieprzowy gotowany w sosie musztardowym 80/100g Ziemniaki 400g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml	Krupnik jęczmienny 500ml Pulpet drobiowy gotowany 80g Ziemniaki 400g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml	Krupnik jaglany 500ml Szynka wieprzowa gotowana 100g Ziemniaki 400g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml
	Podwieczerek	-	-	jabłko (1 szt.) 180g	-	-	-
	Kolacja	pasta z jajka z koperkiem 75g sałatka z fasolki szparag. i pomidora 150g budyń na mleku 120ml masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata 250ml	pasta z jajka z koper. 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 z koperkiem 75g sałatka z fasolki szparag. i pomidora 150g szynka gotowana 50g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	pasta z białka jaja z koperkiem 75g sałatka z fasolki szparag. i pomidora 150g budyń na mleku 120ml margaryna b/ml. 10g chleb psz. zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	pasta z jajka z koperkiem 75g pomidor 80g kisiel owoc. 120ml margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	jajko got.(2 szt.) 100g sałatka z fasolki szparag. i pomidora 150g kisiel owoc. 120ml margaryna b/ml. 10g chleb bezglutenowy 100g herbata 250ml
	Posiłek nocny	smoothie jabłko-truskawka 250ml	smoothie jabłko-truskawka 250ml	smoothie jabłko-truskawka 250ml	smoothie jabłko-truskawka 250ml	smoothie jabłko-truskawka 250ml	smoothie jabłko-truskawka 250ml
	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; jajko gotowane – 3; pasztet drobiowy – 1,3,6,7,9; chrzan – 12; kefir – 7; kiełbasa krakowska – 1,6; krupnik jęczmienny – 1,9; pulpet wieprzowy gotowany – 1,3,7; sos musztardowy – 1,7,10; pasta z jajka – 1,3,7; szynka gotowana – 1,6; budyń na mleku – 7.						

Jadłospis 12-18.01.2026 r. SP ZOZ Włodawa

Dzień	Posiłek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	Dieta łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	Dieta łatwostrawna bezml. bez wieprz.	Dieta łatwostrawna bezml. bezgluten.
18.01.2026r. niedziela	Śniadanie	kasza manna gotowana na mleku 40g/250ml ser biały 80g dżem 50g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g 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 schab pieczony 50g rzodkiewki (4 szt.) 80g 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	zupa ziemniaczana 250ml kurczak gotow. 50g dżem 50g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	zupa ziemniaczana 250ml schab pieczony 50g dżem 50g margaryna b/ml. 10g chleb bezglutenowy 100g 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 kiszonej 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	Rosół z makaronem 500ml Udko z kurczaka gotowane 200g Ziemniaki 400g Marchewka duszona (b/masła) 150g Kompot 250ml	Rosół z makaronem b/glut. 500ml Udko z kurczaka gotowane 200g Ziemniaki 400g Marchewka z groszkiem duszona (b/masła i mąki) 150g Kompot 250ml
	Podwieczerek	-	-	sok pomidorowy 300ml	-	-	-
	Kolacja	wędlina z kurczaka 50g jajko gotowane (1 szt.) 50g bukiet warzw z wody 80g kefir naturalny 200g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata 250ml	wędlina z kurczaka 50g jajko gotowane (1 szt.) 50g bukiet warzw z wody 80g kefir naturalny 200g masło extra 15g chleb psz. zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	wędlina z kurczaka 50g jajko gotowane (1 szt.) 50g bukiet warzw z wody 80g kefir naturalny 200g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	wędlina z kurczaka 50g jajko gotowane (1 szt.) 50g bukiet warzw z wody 80g kefir naturalny 200g margaryna b/ml. 10g chleb psz. zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	wędl. z kurczaka 50g jajko got.(2 szt.) 100g bukiet warzw z wody 80g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	wędl. z kurczaka 50g jajko got.(2 szt.) 100g bukiet warzw z wody 80g margaryna b/ml. 10g chleb bezglutenowy 100g herbata 250ml
	Posiłek nocny	jabłko (1 szt.) 180g	jabłko (1 szt.) 180g	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.