

Jadłospis 19.-25.01.2026 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.
19.01.2026r. poniedziałek	Śniadanie	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml szynka wiejska 50g pomidor 80g masło extra 15g chleb żytni raz. 100g herbata 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml szynka wiejska 50g pomidor 80g masło extra 15g chleb psz. zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	zupa ziemniaczana 250ml szynka wiejska 50g papryka 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml kurczak gotow. 50g pomidor 80g margaryna b/ml. 10g chleb psz. zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	zupa ziemniaczana 250ml kurczak gotow. 50g pomidor 80g margaryna b/ml. 10g chleb psz. zwyk. 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	-	-	koktajl brzoskwiniowy 250ml	-	-	-
	Obiad	Zupa szpinakowa z makaronem 500ml Kopytka z masłem 400g Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot 250ml	Zupa szpinakowa z makaronem 500ml Kopytka z masłem 400g Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot 250ml	Zupa szpinakowa z makaronem pełn. 500ml Ryż brązowy z jogurtem i truskawkami 80/50/200g Kompot b/c 250ml	Zupa szpinakowa z makaronem 500ml Kopytka z jogurtem naturalnym 400g Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot 250ml	Zupa szpinakowa z makaronem 500ml Kopytka z olejem 400g Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot 250ml	Zupa szpinakowa z mak. b/glut. 500ml Kluski śląskie z olejem 400g Surówka z marchewki 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	herbata 250ml jajko got.(2 szt.) 100g wędł. z kurczaka 50g bukiet warzyw z wody 80g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	herbata 250ml jajko got.(2 szt.) 100g wędł. z kurczaka 50g bukiet warzyw z wody 80g margaryna b/ml. 10g chleb bezglutenowy 100g
	Posiłek nocny	sok warzywny 300ml	sok warzywny 300ml	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; koktajl brzoskwiniowy – 7; zupa szpinakowa z makaronem (pełn.) – 1,7,9; kopytka – 1,3; jajko gotowane – 3; zupa szpinakowa z makaronem b/glut. - 9; kluski śląskie – 3; szynka wiejska – 1,6,7; buraczki duszone – 1,7.						

Jadlospis 19.-25.01.2026 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.
20.01.2026r. 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 masło extra 15g 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	zupa ziemniaczana 250ml kurczak gotow. 50g sałatka z kalafiora i marchewki 150g margaryna b/ml. 10g chleb psz. zwyk. 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	zupa ziemniaczana 250ml schab pieczony 50g sałatka z kalafiora i marchewki 150g margaryna b/ml. 10g chleb bezglutenowy 100g herbata 250ml
	II śniadanie	-	-	jogurt Skyr 150g	-	-	-
	Obiad	Kapuśniak mazurski 500ml Potrawka z kurczaka z warzywami 150/50g Ziemniaki 400g Buraczki duszone 150g Kompot 250ml	Zupa solferino 500ml Potrawka z kurczaka z warzywami 150/50g Ziemniaki 400g Buraczki duszone 150g Kompot 250ml	Kapuśniak mazurski 500ml Potrawka z kurczaka z warzywami 150/50g Ziemniaki 400g Fasolka szparagowa z wody 150g Kompot b/c 250ml	Zupa solferino 500ml Potrawka z kurczaka z warzywami 150/50g Ziemniaki 400g Buraczki duszone 150g Kompot 250ml	Zupa solferino 500ml Potrawka z kurczaka z warzywami 150/50g Ziemniaki 400g Buraczki duszone b/masła 150g Kompot 250ml	Zupa solferino 500ml Potrawka z kurczaka z warzywami (b/mąki) 150/50g Ziemniaki 400g Fasolka szparagowa z wody 150g Kompot 250ml
	Podwieczorek	-	-	jabłko (1 szt.) 180g	-	-	-
	Kolacja	kawa zbożowa z mlekiem 250ml serek naturalny 150g galaretka owocowa 150g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml serek naturalny 150g galaretka owocowa 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 galaretka owocowa 150g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa b/mleka 250ml jajko got.(2 szt.) 100g galaretka owocowa 150g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	herbata 250ml jajko got.(2 szt.) 100g galaretka owocowa 150g margaryna b/ml. 10g chleb bezglutenowy 100g
	Posiłek nocny	smoothie jabłko-brzoskwinia 250ml	smoothie jabłko-brzoskwinia 250ml	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; makaron gotowany na mleku – 1,7; kawa zbożowa z mlekiem – 1,7; pasztet drobiowy – 1,3,6,7,9; serek naturalny – 7; chrzan – 12; kapuśniak mazurski – 9; zupa solferino – 7,9; potrawka z kurczaka z warzywami – 1,7,9; buraczki duszone – 1,7; ryż brązowy z jogurtem i truskawkami – 7; jogurt Skyr – 7; jajko gotowane – 3; kawa zbożowa b/mleka – 1.						

Jadlospis 19.-25.01.2026 r. SP ZOZ Włodawa

Dzień	Posiłek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	Dieta łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	Dieta łatwostrawna bezglutenowa	
21.01.2026r. 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 psz. zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	zupa ziemniaczana 250ml sałatka z sera białego i pomidora 150g mix sałat 20g masło extra 15g 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 psz. zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	płatki ryż. gotowane na mleku 40g/250ml sałatka z sera białego i pomidora 150g mix sałat 20g masło extra 15g chleb bezglutenowy 100g herbata 250ml	
	II śniadanie	-	-	sok pomidorowy 300ml	-	-	
	Obiad	Zupa krem z białych warzyw 500ml Makaron z mięsem mielonym i sosem pomidorowym 80/100/60g Bukiet warzyw z wody 100g Kompot 250ml	Zupa krem z białych warzyw 500ml Makaron z mięsem mielonym i sosem pomidorowym 80/100/60g Bukiet warzyw z wody 100g Kompot 250ml	Zupa krem z białych warzyw 500ml Makaron pełn. z mięsem mielonym i sosem pomidorowym 80/100/60g Bukiet warzyw z wody 100g Kompot b/c 250ml	Zupa krem z białych warzyw 500ml Makaron z mięsem mielonym i sosem pomidorowym 80/100/60g Bukiet warzyw z wody 100g Kompot 250ml	Zupa krem z białych warzyw 500ml Makaron b/glut. z mięsem z kurczaka 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 gotow. (1 szt.) 50g fasolka szpar. z wody 80g masło extra 15g chleb żytni raz. 100g	kakao na mleku 250ml kiełbasa tyrolska 50g jajko gotow. (1 szt.) 50g fasolka szpar. z wody 80g masło extra 15g chleb psz. zwykły 50g bułka pszenna 50g	kakao na mleku b/c 250ml szynka gotowana 50g jajko gotow. (1 szt.) 50g fasolka szpar. z wody 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	kakao na mleku 250ml kurczak gotowany 50g biał. jaja got. (1 szt.) 50g fasolka szpar. z wody 80g margaryna b/ml. 10g chleb psz. zwykły 50g bułka pszenna 50g	kakao na mleku 250ml jajko got.(2 szt.) 100g kurczak gotow. 50g fas. szpar. z wody 80g masło extra 15g chleb bezglutenowy 100g	
	Posiłek nocny	biszkopty (5 szt.) 25g	biszkopty (5 szt.) 25g	jabłko (1 szt.) 180g	biszkopty (5 szt.) 25g	biszkopty (5 szt.) 25g	
	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 białego i pomidora – 7; jajko gotowane – 3; kielbasa tyrolska – 1,6,7; szynka gotowana – 1,6; biszkopty – 1,3; zupa krem z białych warzyw – 7,9; makaron (pełn.) z mięsem mielonym i sosem pomidorowym – 1.						

Jadlospis 19.-25.01.2026 r. SP ZOZ Włodawa

Dzień	Posiłek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	Dieta łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	Dieta łatwostrawna bezglutenowa	
22.01.2026r. 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 psz. zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	zupa ziemniaczana 250ml ser żółty 25g brokuł z wody 80g masło extra 15g 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 psz. zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	płatki kukurydziane na mleku 30g/250ml ser biały 60g brokuł z wody 80g masło extra 15g chleb bezglutenowy 100g herbata 250ml	
	II śniadanie	-	-	mandarynki z jogurtem naturalnym 150g	-	-	
	Obiad	Zupa krem z soczewicy 500ml Filet z kurczaka got. 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 krem z soczewicy 500ml Filet z kurczaka got. 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	Zupa włoska z makar. b/glut. 500ml Filet z kurczaka got. w jarzynach 140/50g Ryż 80g Sur. z marchewki i jabłka 150g Kompot 250ml	
	Podwieczorek	-	-	kefir naturalny 200g	-	-	
	Kolacja	kawa zbożowa z mlekiem 250ml pasta z mintaja z jajkiem 150g kalafior z wody 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml pasta z mintaja z jajkiem 150g kalafior z wody 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa z mlekiem b/c 250ml pasta z mintaja z jajkiem 150g kalafior z wody 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml pasta z mintaja z jajkiem 150g kalafior z wody 80g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kakao na mleku 250ml dorsz gotowany w jarzynach 120/50g jajko gotow. (1 szt.) 50g kalafior z wody 80g masło extra 15g chleb bezglut. 100g	
	Posiłek nocny	sok owocowy 300ml	sok owocowy 300ml	sok warzywny 300ml	sok owocowy 300ml	sok owocowy 300ml	
	<p>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; płatki kukurydziane na mleku – 7; kakao na mleku – 7; kawa zbożowa z mlekiem – 1,7; ser żółty – 7; mandarynki z jogurtem naturalnym – 7; ser biały – 7; pasta z mintajz z jajkiem – 1,3,4; dorsz gotowany w jarzynach – 4,9; zupa krem z soczewicy – 9; zupa włoska - 1,9; filet z kurczaka gotowany w jarzynach – 9; kefir – 7; jajko gotowane – 3; kawa zbożowa b/mleka – 1; zupa włoska z makaronem b/glut. - 9.</p>						

Jadlospis 19.-25.01.2026 r. SP ZOZ Włodawa

Dzień	Posiłek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	Dieta łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	Dieta łatwostrawna bezglutenowa	
23.01.2026r. piątek	Śniadanie	kasza manna gotowana na mleku 40g/250ml pasta z ciecierzycy 80g mix sałat z pomidorem 100g masło extra 15g chleb żytni raz. 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 masło extra 15g 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	kasza jaglana got. na mleku 30g/250ml jajko got. (2 szt.) 100g mix sałat z pomid. 100g masło extra 15g chleb bezglutenowy 100g 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	Zupa pomidorowa z ryżem 500ml Dorsz pieczony w folii 140g Ziemniaki 400g Marchewka z groszkiem duszona b/mąki 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 psz. zwykły 50g bułka pszenna 50g	kakao na ml. b/c 250ml ser biały 60g wędlina z kurczaka 50g papryka 80g masło extra 15g chleb żytni raz. 100g	kakao na mleku 250ml ser biały 60g dżem 50g margaryna b/ml. 10g chleb psz. zwykły 50g bułka pszenna 50g	kakao na mleku 250ml ser biały 60g dżem 50g masło extra 15g chleb bezglut. 100g	
	Posiłek nocny	kiwi (1 szt.) 75g, mandar. (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	kiwi (1 szt.) 75g, mandar. (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; kasza jaglana gotowana 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; jajko gotowane – 3.							

Jadlospis 19.-25.01.2026 r. SP ZOZ Włodawa

Dzień	Posiłek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	Dieta łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	Dieta łatwostrawna bezglutenowa	
24.01.2026r. sobota	Śniadanie	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml jajko gotowane (2 szt.) 100g sałatka z brokoła i pomidora 150g masło extra 15g chleb żytni raz. 100g herbata 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml jajko got.(2 szt.) 100g sałatka z brokoła 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 brokoła i pomidora 150g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml białko jaja got.(2 szt.) 100g sałatka z brokoła i pomidora 150g margaryna b/ml. 10g chleb psz. zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	płatki kukurydziane na mleku 30g/250ml jajko got.(2 szt.) 100g sałatka z brokoła i pomidora 150g masło extra 15g chleb bezglutenowy 100g herbata 250ml	
	II śniadanie	-	-	kefir naturalny 200g	-	-	
	Obiad	Krupnik jaglany 500ml Gulasz wieprzowy z warzywami 120g Kasza jęczmienna 80g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml	Krupnik jaglany 500ml Gulasz wieprzowy z warzywami 120g Kasza jęczmienna 80g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml	Krupnik jaglany 500ml Gulasz wieprzowy z warzywami 120g Kasza jęczmienna 80g Ogórek kiszony 80g Kompot b/c 250ml	Krupnik jaglany 500ml Gulasz wieprzowy z warzywami 120g Kasza jęczmienna 80g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml	Krupnik jaglany 500ml Gulasz wieprzowy z warz. (b/mąki) 120g Kasza gryczana 80g Sałatka z buraczków i jabłka 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	kakao na mleku 250ml dorsz gotowany w jarzynach 120/50g wędl. z kurczaka 50g fasolka szparagowa z wody 80g masło extra 15g chleb bezglutenowy 100g	
	Posiłek nocny	herbatniki (2 szt.) 20g	herbatniki (2 szt.) 20g	sok warzywny 300ml	herbatniki (2 szt.) 20g	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; kawa zbożowa z mlekiem – 1,7; kakao na mleku – 7; płatki kukurydziane na mleku – 7; szynka gotowana – 1,6; jajko gotowane – 3; ser biały – 7; herbatniki – 1,6,7; kefir – 7; krupnik jaglany – 9; gulasz wieprzowy z warzywami – 1,7,9; kasza jęczmienna – 1.						

Jadlospis 19.-25.01.2026 r. SP ZOZ Włodawa

Dzień	Posilek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	Dieta łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	Dieta łatwostrawna bezglutenowa	
25.01.2026r. 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 masło extra 15g 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	płatki kukurydziane na mleku 30g/250ml dorsz gotowany w jarzynach 120/50g pomidor 80g masło extra 15g chleb bezglutenowy 100g herbata 250ml	
	II śniadanie	-	-	kefir naturalny 200g	-	-	
	Obiad	Zupa koperkowa z ryżem 500ml Rolada drobiowa ze szpinakiem 150/50g Ziemniaki 400g Sałatka z kalafiora i pomidora 150g Kompot 250ml	Zupa koperkowa z ryżem 500ml Rolada drobiowa ze szpinakiem 150/50g Ziemniaki 400g Sałatka z kalafiora i pomidora 150g Kompot 250ml	Zupa koperkowa z ryżem brązowym 500ml Rolada drobiowa ze szpinakiem 150/50g Ziemniaki 400g Sałatka z kalafiora i pomidora 150g Kompot b/c 250ml	Zupa koperkowa z ryżem 500ml Rolada drobiowa ze szpinakiem 150/50g Ziemniaki 400g Sałatka z kalafiora i pomidora 150g Kompot 250ml	Zupa koperkowa z ryżem 500ml Kurczak got. ze szpinakiem 150/50g Ziemniaki 400g Sałatka z kalafiora i pomidora 150g Kompot 250ml	
	Podwieczorek	-	-	sok pomidorowy 300ml	-	-	
	Kolacja	kakao na mleku 250ml kielbasa krakowska 50g papryka 80g dżem 50g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	kakao na mleku 250ml kielbasa krakowska 50g pomidor 80g dżem 50g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kakao na mleku b/c 250ml kielbasa krakowska 50g papryka 80g mandarynki (2 szt.) 130g masło extra 15g chleb żytni raz. 100g	kakao na mleku 250ml kielbasa krakowska 50g pomidor 80g dżem 50g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kakao na mleku 250ml schab pieczony 50g pomidor 80g dżem 50g masło extra 15g chleb bezglutenowy 100g	
	Posiłek nocny	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 jęczmienne gotowane na mleku – 1,7; kakao na mleku – 7; płatki kukurydziane na mleku – 7; pasta rybna – 1,4,9; kefir – 7; zupa koperkowa z ryżem (brąz.) – 7,9; rolada drobiowa ze szpinakiem – 1,3,7; dorsz gotowany w jarzynach – 4,9.						

