

Jadłospis tygodniowy 13.-19.05.2024 r. SP ZOZ Włodawa

Dzień	Posiłek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	Dieta łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	Dieta z ograniczeniem sodu	Dieta bezmleczna
13.05.2024r. poniedziałek	Śniadanie	makaron gotowany na mleku 30g/250ml kiełbasa podwawelska 50g chrzan 30g papryka 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	makaron gotowany na mleku 30g/250ml kiełbasa podwawelska 50g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml kiełbasa krakowska 50g papryka 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	makaron gotowany na mleku 30g/250ml kiełbasa krakowska 50g pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	makaron gotowany na mleku 30g/250ml serek naturalny 150g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml kiełbasa krakowska 50g pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	chleb razowy 30g, sałatka z rukoli i pomidora 100g	-	-	-
	Obiad	Zupa kalafiorowa 500ml Potrawka z kurczaka z warzywami 50g Kasza jaglana 80g Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot 250ml	Zupa kalafiorowa 500ml Potrawka z kurczaka z warzywami 50g Kasza jaglana 80g Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot 250ml	Zupa kalafiorowa 500ml Potrawka z kurczaka z warzywami 50g Kasza jaglana 80g Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot b/c 250ml	Zupa kalafiorowa 500ml Potrawka z kurczaka z warzywami 50g Kasza jaglana 80g Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot 250ml	Zupa kalafiorowa 500ml Potrawka z kurczaka z warzywami 50g Kasza jaglana 80g Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot 250ml	Zupa kalafiorowa 500ml Potrawka z kurczaka z warzywami 50g Kasza jaglana 80g Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	jabłko pieczone(1 szt.) 180g	-	-	-
	Kolacja	płatki jęczmienne gotowane na mleku (30g/250ml) wędlina z kurczaka 50g rukola 20g pomidor 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotowane na mleku (30g/250ml) wędlina z kurczaka 50g rukola 20g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki gryczane gotowane na mleku (30g/250ml) wędlina z kurczaka 50g rukola 20g pomidor 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotowane na mleku (30g/250ml) wędlina z kurczaka 50g rukola 20g pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotowane na mleku (30g/250ml) jajko gotowane (1 szt.) 50g rukola 20g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml wędlina z kurczaka 50g rukola 20g pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	P. noc.	sok owocowy 330ml	sok owocowy 330ml	sok pomidorowy 330ml	sok owocowy 330ml	sok owocowy 330ml	sok owocowy 330ml
	Alergeny w posiłkach: chleb pszenny zwykły – 1; bułka pszenna – 1,7; chleb żytni razowy – 1,6; bułka grahamka – 1,7; masło extra – 7; zupa ziemniaczana – 9; makaron gotowany na mleku – 1,7; płatki jęczmienne gotowane na mleku – 1,7; płatki gryczane gotowane na mleku – 1; kiełbasa podwawelska – 6,9; kiełbasa krakowska – 1,6; jajko gotowane – 3; serek naturalny – 7; chrzan – 12; zupa kalafiorowa – 1,7,9; potrawka z kurczaka z warzywami – 1,7,9.						

Jadłospis tygodniowy 13.-19.05.2024 r. SP ZOZ Włodawa

Dzień	Posiłek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	Dieta łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	Dieta z ograniczeniem sodu	Dieta bezmleczna
14.05.2024r. wtorek	Śniadanie	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml pasta z ciecierzycy 60g mix sałat z pomidorem i jogurtem 100g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml jajko gotowane (1 szt.) 50g mix sałat z pomidorem i jogurtem 100g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml pasta z ciecierzycy 60g mix sałat z pomidorem i jogurtem 100g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml białko jaja gotowane (1 szt.) 50g mix sałat z pomidorem i jogurtem 100g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml jajko gotowane (1 szt.) 50g mix sałat z pomidorem i jogurtem 100g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml jajko gotowane (2 szt.) 100g mix sałat z pomidorem i olejem 100g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	kefir naturalny 200g	-	-	-
	Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem 500ml Kurczak pieczony 200g Ziemniaki 400g Buraczki duszone 150g Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 500ml Kurczak gotowany 200g Ziemniaki 400g Buraczki duszone 150g Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem pełn. 500ml Kurczak pieczony 200g Ziemniaki 400g Surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem 150g Kompot b/c 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 500ml Kurczak gotowany 200g Ziemniaki 400g Buraczki duszone b/masła 150g Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 500ml Kurczak gotowany 200g Ziemniaki 400g Buraczki duszone 150g Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 500ml Kurczak gotowany 200g Ziemniaki 400g Buraczki duszone b/masła 150g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	sok warzywny 330ml	-	-	-
	Kolacja	kawa zbożowa z mlekiem 250ml twarożek 80g miód 25g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml twarożek 80g miód 25g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml twarożek 80g jajko gotowane (1 szt.) 50g rzodkiewki (4 szt.) 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml twarożek 80g miód 25g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml twarożek 80g miód 25g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa b/mleka 250ml kurczak gotowany 100g miód 25g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g
	P. noc.	smoothie jabłko-banan-kakao 250ml	smoothie jabłko-banan-kakao 250ml	jabłko (1 szt.) 180g	smoothie jabłko-banan-kakao 250ml	smoothie jabłko-banan-kakao 250ml	smoothie jabłko-banan-kakao 250ml

Alergeny w posiłkach: chleb pszenny zwykły – 1; bułka pszenna – 1; chleb żytni razowy – 1,6; bułka grahamka – 1,7; masło extra – 7; zupa ziemniaczana – 9; płatki ryżowe gotowane na mleku – 7; kawa zbożowa z mlekiem – 1,7; kawa zbożowa b/mleka – 1; jajko gotowane – 3; twarożek – 7; kefir naturalny – 7; mix sałat z pomidorem i jogurtem – 7; zupa pomidorowa z makaronem (pełn.) – 1,7,9; buraczki duszone – 1,7; surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem – 7.

Jadłospis tygodniowy 13.-19.05.2024 r. SP ZOZ Włodawa

Dzień	Posiłek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	Dieta łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	Dieta z ograniczeniem sodu	Dieta bezmleczna
15.05.2024r. środa	Śniadanie	kasza manna gotowana na mleku 40g/250ml dorsz w galarecie 120g cytryna 10g bukiet warzyw gotowany 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	kasza manna gotowana na mleku 40g/250ml dorsz w galarecie 120g cytryna 10g bukiet warzyw gotowany 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml dorsz w galarecie 120g cytryna 10g bukiet warzyw gotowany 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	kasza manna gotowana na mleku 40g/250ml dorsz w galarecie 120g cytryna 10g bukiet warzyw gotowany 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	kasza manna gotowana na mleku 40g/250ml dorsz w galarecie 120g cytryna 10g bukiet warzyw gotowany 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml dorsz w galarecie 120g cytryna 10g bukiet warzyw gotowany 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	pomarańcza (1 szt.) 240g	-	-	-
	Obiad	Zupa dyniowa 500ml Makaron z serem białym i szpinakiem 80/80/50g Kompot 250ml	Zupa dyniowa 500ml Makaron z serem białym i szpinakiem 80/80/50g Kompot 250ml	Zupa dyniowa 500ml Makaron pełn. z serem białym i szpinakiem 80/80/50g Kompot b/c 250ml	Zupa dyniowa 500ml Makaron z serem białym i szpinakiem 80/80/50g Kompot 250ml	Zupa dyniowa 500ml Makaron z serem białym i szpinakiem 80/80/50g Kompot 250ml	Zupa dyniowa 500ml Makaron z kurczakiem i szpinakiem 80/150/50g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	kisiel z jabłka 250ml	-	-	-
	Kolacja	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml pasztet drobiowy 50g sałatka z kalafiora i pomidora 130g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml pasztet drobiowy 50g sałatka z kalafiora i pomidora 130g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki owsiane górskie gotowane na mleku 30g/250ml połędwica sopocka 50g sałatka z kalafiora i pomidora 130g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml połędwica sopocka 50g sałatka z kalafiora i pomidora 130g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml serek naturalny 150g sałatka z kalafiora i pomidora 130g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml kurczak gotowany 100g sałatka z kalafiora i pomidora 130g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	P. noc.	jabłko (1 szt.) 180g	jabłko (1 szt.) 180g	jabłko (1 szt.) 180g	jabłko (1 szt.) 180g	jabłko (1 szt.) 180g	jabłko (1 szt.) 180g
<p>Alergeny w posiłkach: chleb pszenny zwykły – 1; bułka pszenna – 1; chleb żytni razowy – 1,6; bułka grahamka – 1,7; masło extra – 7; zupa ziemniaczana – 9; kasza manna gotowana na mleku – 1,7; płatki owsiane (górskie) gotowane na mleku – 1,7; pasztet drobiowy – 1,3,6,7,9; połędwica sopocka – 1,6,7; serek naturalny – 7; zupa dyniowa – 7,9; dorsz w galarecie – 4,9; makaron (pełn.) z serem białym i szpinakiem – 1.</p>							

Jadłospis tygodniowy 13.-19.05.2024 r. SP ZOZ Włodawa

Dzień	Posiłek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	Dieta łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	Dieta z ograniczeniem sodu	Dieta bezmleczna
16.05.2024r. czwartek	Śniadanie	makaron gotowany na mleku 30g/250ml wędlina z kurczaka 50g jajko gotowane (1 szt.) 50g sałatka z rukoli i pomidora 100g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	makaron gotowany na mleku 30g/250ml wędlina z kurczaka 50g jajko gotowane (1 szt.) 50g sałatka z rukoli i pomidora 100g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml wędlina z kurczaka 50g jajko gotowane (1 szt.) 50g sałatka z rukoli i pomidora 100g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	makaron gotowany na mleku 30g/250ml wędlina z kurczaka 50g białko jaja gotowane (1 szt.) 50g sałatka z rukoli i pomidora 100g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	makaron gotowany na mleku 30g/250ml jajko gotowane (2 szt.) 100g sałatka z rukoli i pomidora 100g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml wędlina z kurczaka 50g jajko gotowane (1 szt.) 50g sałatka z rukoli i pomidora 100g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	kefir naturalny 200g	-	-	-
	Obiad	Barszcz czerwony 500ml Risotto z kurczakiem i warzywami 80/100/50g Sos pomidorowy 100g Fasolka szparagowa gotowana 100g Kompot 250ml	Barszcz czerwony 500ml Risotto z kurczakiem i warzywami 80/100/50g Sos pomidorowy 100g Fasolka szparagowa gotowana 100g Kompot 250ml	Barszcz czerwony 500ml Kurczak gotowany 200g Ryż brązowy 80g Fasolka szparagowa gotowana 100g Kompot b/c 250ml	Barszcz czerwony 500ml Risotto z kurczakiem i warzywami 80/100/50g Fasolka szparagowa gotowana 100g Kompot 250ml	Barszcz czerwony 500ml Risotto z kurczakiem i warzywami 80/100/50g Sos pomidorowy 100g Fasolka szparagowa gotowana 100g Kompot 250ml	Barszcz czerwony 500ml Risotto z kurczakiem i warzywami 80/100/50g Fasolka szparagowa gotowana 100g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	jablko (1 szt.) 180g	-	-	-
	Kolacja	kakao na mleku 250ml kiełbasa tyrolska 50g ogórek kiszony 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g	kakao na mleku 250ml kiełbasa tyrolska 50g bukiet warzyw mrożony 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kakao na mleku 250ml kiełbasa krakowska 50g ogórek kiszony 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	kakao na mleku 250ml kiełbasa krakowska 50g bukiet warzyw mrożony 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kakao na mleku 250ml kurczak gotowany 100g bukiet warzyw mrożony 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa b/mleka 250ml kiełbasa krakowska 50g bukiet warzyw mrożony 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g
	P. noc.	arbuz 250g	arbuz 250g	sok warzywny 300ml	arbuz 250g	arbuz 250g	arbuz 250g
<p>Alergeny w posiłkach: chleb pszenny zwykły – 1; bułka pszenna – 1; chleb żytni razowy – 1,6; bułka grahamka – 1,7; masło extra – 7; zupa ziemniaczana – 9; makaron gotowany na mleku – 1,7; kakao na mleku – 7; kawa zbożowa b/mleka – 1; kiełbasa tyrolska – 1,6,7; kiełbasa krakowska – 1,6; kefir – 7; jajko gotowane – 3; barszcz czerwony – 1,7,9; risotto z kurczakiem i warzywami – 9; sos pomidorowy – 1,7,9.</p>							

Jadłospis tygodniowy 13.-19.05.2024 r. SP ZOZ Włodawa

Dzień	Posiłek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	Dieta łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	Dieta z ograniczeniem sodu	Dieta bezmleczna
17.05.2024r. piątek	Śniadanie	budyń na mleku 250ml pasta z jajka 75g ser Mozzarella 25g papryka 80g sałata 15g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	budyń na mleku 250ml pasta z jajka 75g ser Mozzarella 25g pomidor 80g sałata 15g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml pasta z jajka 75g ser Mozzarella 25g papryka 80g sałata 15g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	budyń na mleku 250ml pasta z białka jaja 75g ser biały 80g pomidor 80g sałata 15g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	budyń na mleku 250ml pasta z jajka 75g ser Mozzarella 25g pomidor 80g sałata 15g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml jajko gotowane (2 szt.) 100g pomidor 80g sałata 15g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	chleb razowy 30g, sałata z pomidorem i jogurtem 100g	-	-	-
	Obiad	Zupa z soczewicy 500ml Dorsz pieczony 120g Ziemniaki 400g Sałata ze śmietaną 50g Kompot 250ml	Zupa wiejska 500ml Dorsz pieczony 120g Ziemniaki 400g Sałata ze śmietaną 50g Kompot 250ml	Zupa z soczewicy 500ml Dorsz pieczony 120g Ziemniaki 400g Sałata z jogurtem 50g Kompot b/c 250ml	Zupa wiejska 500ml Dorsz pieczony 120g Ziemniaki 400g Sałata ze jogurtem 50g Kompot 250ml	Zupa wiejska 500ml Dorsz pieczony 120g Ziemniaki 400g Sałata ze śmietaną 50g Kompot 250ml	Zupa wiejska 500ml Dorsz pieczony 120g Ziemniaki 400g Sałata z olejem 50g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	sok pomidorowy 330ml	-	-	-
	Kolacja	kasza jaglana gotowana na mleku 30g/250ml ser biały 80g dżem 50g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	kasza jaglana gotowana na mleku 30g/250ml ser biały 80g dżem 50g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	kasza jaglana gotowana na mleku 30g/250ml serek naturalny 150g rzodkieki (4 szt.) 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	kasza jaglana gotowana na mleku 30g/250ml ser biały 80g dżem 50g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	kasza jaglana gotowana na mleku 30g/250ml ser biały 80g dżem 50g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml kurczak gotowany 100g dżem 50g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
P. noc.	sałatka owocowa (jabłko- mandarynki-arbuz) 150g, wafle ryżowe (2 szt.) 12g	sałatka owocowa (jabłko- mandarynki-arbuz) 150g, wafle ryżowe (2 szt.) 12g	sałatka owocowa (jabłko- mandarynki-arbuz) 150g	sałatka owocowa (jabłko- mandarynki-arbuz) 150g, wafle ryżowe (2 szt.) 12g	sałatka owocowa (jabłko- mandarynki-arbuz) 150g, wafle ryżowe (2 szt.) 12g	sałatka owocowa (jabłko- mandarynki-arbuz) 150g, wafle ryżowe (2 szt.) 12g	

Alergeny w posiłkach: chleb pszenny zwykły – 1; bułka pszenna – 1; chleb żytni razowy – 1,6; bułka grahamka – 1,7; masło extra – 7; zupa ziemniaczana – 9; budyń na mleku – 7; kasza jaglana gotowana na mleku – 7; ser Mozzarella – 7; ser biały – 7; serek naturalny – 7; pasta z jajka – 1,3,7; jajko gotowane – 3; zupa wiejska – 1,7,9; zupa z soczewicy – 9; sałata ze śmietaną / jogurtem – 7; dorsz pieczony – 4; sałata z pomidoroem i jogurtem – 7.

Jadłospis tygodniowy 13.-19.05.2024 r. SP ZOZ Włodawa

Dzień	Posiłek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	Dieta łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	Dieta z ograniczeniem sodu	Dieta bezmleczna
18.05.2024r. sobota	Śniadanie	płatki jęczmienne gotowane na mleku 30g/250ml szynka gotowana 50g ogórek zielony 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotowane na mleku 30g/250ml szynka gotowana 50g fasolka szparagowa gotowana 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml szynka gotowana 50g ogórek zielony 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotowane na mleku 30g/250ml szynka gotowana 50g fasolka szparagowa gotowana 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotowane na mleku 30g/250ml kurczak gotowany 50g fasolka szparagowa gotowana 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml szynka gotowana 50g fasolka szparagowa gotowana 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	kefir naturalny 200g	-	-	-
	Obiad	Zupa jarzynowa 500ml Ryż ze śmietaną i truskawkami 80/50/100g Kompot 250ml	Zupa jarzynowa 500ml Ryż ze śmietaną i truskawkami 80/50/100g Kompot 250ml	Zupa jarzynowa 500ml Ryż brązowy z jogurtem i truskawkami 80/50/100g Kompot b/c 250ml	Zupa jarzynowa 500ml Ryż z jogurtem i truskawkami 80/50/100g Kompot 250ml	Zupa jarzynowa 500ml Ryż ze śmietaną i truskawkami 80/50/100g Kompot 250ml	Zupa jarzynowa 500ml Ryż z truskawkami 80/100g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	jabłko (1 szt.) 180g	-	-	-
	Kolacja	kakao na mleku 250ml pieczeń rzymska 50g brokuł gotowany 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g	kakao na mleku 250ml pieczeń rzymska 50g brokuł gotowany 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kakao na mleku 250ml połędwica sopocka 50g brokuł gotowany 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	kakao na mleku 250ml połędwica sopocka 50g brokuł gotowany 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kakao na mleku 250ml jajko gotowane (2 szt.) 100g brokuł gotowany 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa b/mleka 250ml jajko gotowane (2 szt.) 100g brokuł gotowany 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g
	P. noc.	kiwi 75g (1 szt.), mandarynka 65g (1 szt.)	kiwi 75g (1 szt.), mandarynka 65g (1 szt.)	kiwi 75g (1 szt.), mandarynka 65g (1 szt.)	kiwi 75g (1 szt.), mandarynka 65g (1 szt.)	kiwi 75g (1 szt.), mandarynka 65g (1 szt.)	kiwi 75g (1 szt.), mandarynka 65g (1 szt.)

Alergeny w posiłkach: chleb pszenny zwykły – 1; bułka pszenna – 1; chleb żytni razowy – 1,6; bułka grahamka – 1,7; masło extra – 7; zupa ziemniaczana – 9; płatki jęczmienne gotowane na mleku – 1,7; kakao na mleku – 7; kawa zbożowa b/mleka – 1; szynka gotowana – 1,6; pieczeń rzymska – 6; kefir – 7; poledwica sopocka – 1,6,7; jajko gotowane – 3; zupa jarzynowa – 1,7,9; ryż ze śmietaną / jogurtem i truskawkami – 7.

Jadłospis tygodniowy 13.-19.05.2024 r. SP ZOZ Włodawa

Dzień	Posiłek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	Dieta łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	Dieta z ograniczeniem sodu	Dieta bezmleczna
19.05.2024r. niedziela	Śniadanie	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml ser żółty 50g pomidor 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml jajko gotowane (2 szt.) 100g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml jajko gotowane (2 szt.) 100g pomidor 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml białko jaja gotowane (2 szt.) 100g pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml jajko gotowane (2 szt.) 100g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml jajko gotowane (2 szt.) 100g pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	sok warzywny 330ml	-	-	-
	Obiad	Krupnik jęczmienny 500ml Schab pieczony 120g Ziemniaki 400g Marchewka duszona 150g Kompot 250ml	Krupnik jęczmienny 500ml Schab gotowany w sosie musztardowym 120/100g Ziemniaki 400g Marchewka duszona 150g Kompot 250ml	Krupnik jęczmienny 500ml Schab pieczony 120g Ziemniaki 400g Mizeria z jogurtem 100g Kompot b/c 250ml	Krupnik jęczmienny 500ml Schab gotowany 120g Ziemniaki 400g Marchewka duszona b/masła 150g Kompot 250ml	Krupnik jęczmienny 500ml Schab gotowany w sosie musztardowym 120/100g Ziemniaki 400g Marchewka duszona 150g Kompot 250ml	Krupnik jęczmienny 500ml Schab gotowany 120g Ziemniaki 400g Marchewka duszona b/masła 150g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	kefir naturalny 200g	-	-	-
	Kolacja	kawa zbożowa z mlekiem 250ml sałatka śledziowa 150g ser biały 80g fasolka szparagowa gotowana 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml serek naturalny 150g dżem 50g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml sałatka śledziowa 150g ser biały 80g fasolka szparagowa gotowana 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml jogurt Skyr 150g dżem 50g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml serek naturalny 150g dżem 50g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa b/mleka 250ml kurczak gotowany 100g fasolka szparagowa gotowana 80g dżem 50g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g
	P. noc.	biszkopty (6 szt.) 25g	biszkopty (6 szt.) 25g	smoothie jabłko-kiwi 250ml	biszkopty (6 szt.) 25g	biszkopty (6 szt.) 25g	biszkopty (6 szt.) 25g
	Alergeny w posiłkach: chleb pszenny zwykły – 1; bułka pszenna – 1; chleb żytni razowy – 1,6; bułka grahamka – 1,7; masło extra – 7; zupa ziemniaczana – 9; płatki ryżowe gotowane na mleku – 7; ser żółty – 7; jajko gotowane – 3; biszkopty – 1,3; ser biały – 7; serek naturalny – 7; jogurt Skyr – 7; sałatka śledziowa – 4,7; kefir – 7; krupnik jęczmienny – 1,9; sos musztardowy – 1,7,10; marchewka duszona – 1,7; mizeria z jogurtem – 7.						