

Jadłospis tygodniowy 15.-21.04.2024 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
15.04.2024r. poniedziałek	Śniadanie	makaron gotowany na mleku 30g/250ml kielbasa 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 kielbasa podwawelska 50g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml kielbasa szynkowa 50g papryka 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	makaron gotowany na mleku 30g/250ml kielbasa szynkowa 50g pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	makaron gotowany na mleku 30g/250ml kurczak gotowany 50g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml kielbasa szynkowa 50g pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	chleb razowy 30g, masło 10g, kielbasa szynkowa 20g, pomidor 50g	-	-	-
	Obiad	Zupa grochowa 500ml Leczo z kurczakiem i cukinią 80/100g Kasza jaglana 80g Kompot 250ml	Zupa brokułowa 500ml Leczo z kurczakiem i cukinią 80/100g Kasza jaglana 80g Kompot 250ml	Zupa brokułowa 500ml Leczo z kurczakiem i cukinią 80/100g Kasza jaglana 80g Kompot b/c 250ml	Zupa brokułowa 500ml Leczo z kurczakiem i cukinią 80/100g Kasza jaglana 80g Kompot 250ml	Zupa brokułowa 500ml Leczo z kurczakiem i cukinią 80/100g Kasza jaglana 80g Kompot 250ml	Zupa brokułowa 500ml Leczo z kurczakiem i cukinią 80/100g Kasza jaglana 80g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	jabłko pieczone (1 szt.)180g	-	-	-
	Kolacja	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml ser topiony 50g bukiet warzyw gotowany 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml ser biały 80g bukiet warzyw gotowany 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki owsiane górskie gotowane na mleku 30g/250ml ser biały 80g bukiet warzyw gotowany 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml ser biały 80g bukiet warzyw gotowany 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml ser biały 80g bukiet warzyw gotowany 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml kurczak gotowany 100g bukiet warzyw gotowany 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 owsiane gotowane na mleku – 1,7; płatki owsiane górskie gotowane na mleku – 1,7; kielbasa podwawelska – 6,9; kielbasa szynkowa – 1,6; ser topiony – 7; ser biały – 7; zupa grochowa – 1,9; zupa brokułowa – 1,7,9.						

Jadłospis tygodniowy 15.-21.04.2024 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
16.04.2024r. wtorek	Śniadanie	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml wędlina z kurczaka 50g sałatka z rukoli, słonecznika i pomidora 100g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml wędlina z kurczaka 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 sałatka z rukoli, słonecznika i pomidora 100g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml wędlina z kurczaka 50g sałatka z rukoli i pomidora 100g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml kurczak gotowany 50g sałatka z rukoli i pomidora 100g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml wędlina z kurczaka 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 Kakaowe naleśniki z serem, śmietaną i owocami 2 szt. Gruszka 1 szt. Kompot 250ml	Barszcz czerwony 500ml Makaron z serem białym i szpinakiem 80/80/50g Kompot 250ml	Barszcz czerwony 500ml Makaron pełn. z serem białym i szpinakiem 80/80/50g Kompot b/c 250ml	Barszcz czerwony 500ml Makaron z serem białym i szpinakiem 80/80/50g Kompot 250ml	Barszcz czerwony 500ml Makaron z serem białym i szpinakiem 80/80/50g Kompot 250ml	Barszcz czerwony 500ml Makaron z kurczakiem i szpinakiem 80/150/50g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	sok warzywny 330ml	-	-	-
	Kolacja	płatki jęczmienne gotowane na mleku 30g/250ml szynka gotowana 50g kalafior gotowany 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 kalafior gotowany 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki gryczane gotowane na mleku 30g/250ml szynka gotowana 50g kalafior gotowany 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotowane na mleku 30g/250ml szynka gotowana 50g kalafior gotowany 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 kalafior gotowany 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml szynka gotowana 50g kalafior gotowany 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	P. noc.	smoothie jabłko-kiwi 250ml	smoothie jabłko-kiwi 250ml	smoothie jabłko-kiwi 250ml	smoothie jabłko-kiwi 250ml	smoothie jabłko-kiwi 250ml	smoothie jabłko-kiwi 250ml
<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; płatki ryżowe gotowane na mleku – 7; płatki jęczmienne gotowane na mleku – 1,7; płatki gryczane gotowane na mleku – 7; szynka gotowana – 1,6; jajko gotowane – 3; kefir naturalny – 7; barszcz czerwony – 1,7,9; kakaowe naleśniki z serem, śmietaną i owocami – 1,3,7; makaron (pełn.) z serem białym i szpinakiem – 1,7; makaron z kurczakiem i szpinakiem – 1.</p>							

Jadłospis tygodniowy 15.-21.04.2024 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
17.04.2024r. środa	Śniadanie	kasza manna gotowana na mleku 40g/250ml pasta z makreli 50g sałatka z brokuła i marchewki 130g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	kasza manna gotowana na mleku 40g/250ml ryba w galarecie 120g cytryna 10g sałatka z brokuła i marchewki 130g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml pasta z makreli 50g sałatka z brokuła i marchewki 130g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	kasza manna gotowana na mleku 40g/250ml ryba w galarecie 120g cytryna 10g sałatka z brokuła i marchewki 130g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	kasza manna gotowana na mleku 40g/250ml ryba w galarecie 120g cytryna 10g sałatka z brokuła i marchewki 130g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml ryba w galarecie 120g cytryna 10g sałatka z brokuła i marchewki 130g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	chleb razowy 30g, masło 10g, wędlina z kurczaka 20g, papryka 50g	-	-	-
	Obiad	Zupa ogórkowa 500ml Sztuka wieprzowa pieczona 140g Ziemniaki 400g Surówka z czerwonej kapusty 150g Kompot 250ml	Zupa włoska 500ml Sztuka wieprzowa gotowana w sosie musztardowym 140/100g Ziemniaki 400g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml	Zupa włoska z makaronem pełn. 500ml Sztuka wieprzowa pieczona 140g Ziemniaki 400g Surówka z czerwonej kapusty 150g Kompot b/c 250ml	Zupa włoska 500ml Sztuka wieprzowa gotowana 140g Ziemniaki 400g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml	Zupa włoska 500ml Sztuka wieprzowa gotowana w sosie musztardowym 140/100g Ziemniaki 400g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml	Zupa włoska 500ml Sztuka wieprzowa gotowana 140g Ziemniaki 400g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	kisiel z jabłka 250ml	-	-	-
	Kolacja	kawa zbożowa z mlekiem 250ml serek naturalny 150g miód 25g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml serek naturalny 150g miód 25g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml serek naturalny 150g jajko gotowane (1 szt.) 50g papryka 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml sjogurt Skyr 150g miód 25g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml serek naturalny 150g miód 25g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa b/mleka 250ml jajko gotowane (2 szt.) 100g miód 25g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g
	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; kawa zbożowa z mlekiem – 1,7; kawa zbożowa b/mleka – 1; pasta z makreli – 4; ryba w galarecie – 4,9; jajko gotowane – 3; serek naturalny – 7; jogurt Skyr – 7; zupa ogórkowa – 1,7,9; zupa włoska (z makaronem pełn.) – 1,9; sos musztardowy – 1,7,10.</p>							

Jadłospis tygodniowy 15.-21.04.2024 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
18.04.2024r. czwartek	Śniadanie	makaron gotowany na mleku 30g/250ml baleron 50g papryka 80g rzodkiewki (2 szt.) 40g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	makaron gotowany na mleku 30g/250ml połędwica sopocka 50g sałata 15g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml połędwica sopocka 50g papryka 80g rzodkiewki (2 szt.) 40g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	makaron gotowany na mleku 30g/250ml połędwica sopocka 50g sałata 15g pomidor 80g 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 sałata 15g pomidor 80g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml jajko gotowane (2 szt.) 100g sałata 15g pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	jabłko (1 szt.) 180g	-	-	-
	Obiad	Zupa dyniowa 500ml Pierogi z soczewicą i masłem 4 szt. Surówka z marchewki i selera z jogurtem 150g Kompot 250ml	Zupa dyniowa 500ml Pierogi leniwe z masłem 400g Surówka z marchewki i selera z jogurtem 150g Kompot 250ml	Zupa dyniowa 500ml Pierogi pełn. z soczewicą i masłem 4 szt. Surówka z marchewki i selera z jogurtem 150g Kompot b/c 250ml	Zupa dyniowa 500ml Pierogi leniwe z jogurtem 400g Surówka z marchewki i selera z jogurtem 150g Kompot 250ml	Zupa dyniowa 500ml Pierogi leniwe z masłem 400g Surówka z marchewki i selera z jogurtem 150g Kompot 250ml	Zupa dyniowa 500ml Kopytka 400g Surówka z marchewki i selera z olejem 150g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	sok pomidorowy 330ml	-	-	-
	Kolacja	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml kielbasa tyrolska 50g sałata z pomidorem i jogurtem 100g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml kielbasa tyrolska 50g sałata z pomidorem i jogurtem 100g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki owsiane górskie gotowane na mleku 30g/250ml kielbasa krakowska 50g sałata z pomidorem i jogurtem 100g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml kielbasa krakowska 50g sałata z pomidorem i jogurtem 100g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml ser biały 80g sałata z pomidorem i jogurtem 100g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml kielbasa krakowska 50g sałata z pomidorem i olejem 100g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	P. noc.	arbuz 250g	arbuz 250g	pomarańcza (1 szt.) 240g	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; płatki owsiane gotowane na mleku – 1,7; płatki owsiane górskie gotowane na mleku – 1,7; baleron – 1,7,6; ser biały – 7; połędwica sopocka – 1,6,7; jajko gotowane – 3; kielbasa tyrolska – 1,6,7; kielbasa krakowska – 1,6; zupa dyniowa – 7,9; pierogi (pełn.) z soczewicą – 1; pierogi leniwe – 1,3,7; surówka z marchewki i selera z jogurtem – 7,9; kopytka – 1,3.</p>						

Jadłospis tygodniowy 15.-21.04.2024 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
19.04. 2024r. piątek	Śniadanie	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml sałatka z jajka, brokuła i pomidora 180g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml sałatka z jajka, brokuła i pomidora 180g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml sałatka z jajka, brokuła i pomidora 180g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml sałatka z białka jaja, brokuła i pomidora 180g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml sałatka z jajka, brokuła i pomidora 180g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml sałatka z jajka, brokuła i pomidora 180g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	kefir naturalny 200g	-	-	-
	Obiad	Kapuśniak mazurski 500ml Dorsz smażony 120g Ziemniaki 400g Sałata ze śmietaną 50g Kompot 250ml	Zupa jarzynowa 500ml Dorsz pieczony 120g Ziemniaki 400g Sałata ze śmietaną 50g Kompot 250ml	Zupa jarzynowa 500ml Dorsz pieczony 120g Ziemniaki 400g Sałata z jogurtem 50g Kompot b/c 250ml	Zupa jarzynowa 500ml Dorsz pieczony 120g Ziemniaki 400g Sałata z jogurtem 50g Kompot 250ml	Zupa jarzynowa 500ml Dorsz pieczony 120g Ziemniaki 400g Sałata ze śmietaną 50g Kompot 250ml	Zupa jarzynowa 500ml Dorsz pieczony 120g Ziemniaki 400g Sałata z olejem 50g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	jabłko (1 szt.) 180g	-	-	-
	Kolacja	kakao na mleku 250ml twarożek 80g dżem 50g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g	kakao na mleku 250ml twarożek 80g dżem 50g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kakao na mleku 250ml twarożek 80g jajko gotowane (1 szt.) 50g rzodkiewki (4 szt.) 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	kakao na mleku 250ml twarożek 80g dżem 50g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kakao na mleku 250ml twarożek 80g dżem 50g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa b/mleka 250ml jajko gotowane (1 szt.) 50g dżem 50g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g
	P. noc.	sałatka owocowa (jabłko-pomarańcza-arbuz) 150g, wafle ryżowe (2 szt.) 12g	sałatka owocowa (jabłko-pomarańcza-arbuz) 150g, wafle ryżowe (2 szt.) 12g	sałatka owocowa (jabłko-pomarańcza-arbuz) 150g	sałatka owocowa (jabłko-pomarańcza-arbuz) 150g, wafle ryżowe (2 szt.) 12g	sałatka owocowa (jabłko-pomarańcza-arbuz) 150g, wafle ryżowe (2 szt.) 12g	sałatka owocowa (jabłko-pomarańcza-arbuz) 150g, wafle ryżowe (2 szt.) 12g
<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; płatki ryżowe gotowane na mleku – 7; kakao na mleku – 7; kawa zbożowa b/mleka – 1; sałatka z jajka, brokuła i pomidora – 3; jajko gotowane – 3; twarożek – 7; kefir – 7; kapuśniak mazurski – 1,9; zupa jarzynowa – 1,7,9; dorsz smażony – 1,3,4,7; dorsz pieczony – 4; sałata ze śmietaną / jogurtem – 7.</p>							

Jadłospis tygodniowy 15.-21.04.2024 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
20.04.2024r. sobota	Śniadanie	płatki jęczmienne gotow. na mleku 30g/250ml pasta wieprzowa ze szczypiorkiem 80g ogórek zielony 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotow. na mleku 30g/250ml pasta z jajka 75g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml pasta wieprzowa ze szczypiorkiem 80g ogórek zielony 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotow. na mleku 30g/250ml pasta z białka jaja 75g pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotow. na mleku 30g/250ml pasta z jajka 75g 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.	-	-	kefir naturalny 200g	-	-	-
	Obiad	Krupnik jęczmienny 500ml Rolada drobiowa ze szpinakiem 150g Ryż 80g Marchewka z groszkiem duszona 150g Kompot 250ml	Krupnik jęczmienny 500ml Rolada drobiowa ze szpinakiem 150g Ryż 80g Marchewka duszona 150g Kompot 250ml	Krupnik jęczmienny 500ml Rolada drobiowa ze szpinakiem 150g Ryż brązowy 80g Brokuł gotowany 100g Kompot b/c 250ml	Krupnik jęczmienny 500ml Rolada drobiowa ze szpinakiem 150g Ryż 80g Marchewka duszona b/masła 150g Kompot 250ml	Krupnik jęczmienny 500ml Rolada drobiowa ze szpinakiem 150g Ryż 80g Marchewka duszona 150g Kompot 250ml	Krupnik jęczmienny 500ml Rolada drobiowa ze szpinakiem 150g Ryż 80g Marchewka duszona b/masła 150g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	chleb razowy 30g, mix sałat z pomidorem i jogurtem 100g	-	-	-
	Kolacja	ser żółty 50g wędlina wieprzowa 50g mix sałat z pomidorem i jogurtem 100g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	jogurt Skyr 150g wędlina wieprzowa 50g mix sałat z pomidorem i jogurtem 100g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	jogurt Skyr 150g wędlina wieprzowa 50g mix sałat z pomidorem i jogurtem 100g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	jogurt Skyr 150g wędlina wieprzowa 50g mix sałat z pomidorem i jogurtem 100g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	jogurt Skyr 150g 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	kurczak gotowany 100g wędlina wieprzowa 50g mix sałat z pomidorem i olejem 100g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	P. noc.	biszkopty (6 szt.) 25g	biszkopty (6 szt.) 25g	sok pomidorowy 330ml	biszkopty (6 szt.) 25g	biszkopty (6 szt.) 25g	biszkopty (6 szt.) 25g
	<p>Alergeny w posiłkach: chleb pszenny zwykły – 1; bułka pszenna – 1; chleb żytni razowy – 1,6; bułka grahamka – 1,7; bułka grahamka – 1,7; masło extra – 7; zupa ziemniaczana – 9; płatki jęczmienne gotowane na mleku – 1,7; ser żółty – 7; jogurt Skyr – 7; kefir – 7; biszkopty – 1,3; pasta wieprzowa – 1,7,9; jajko gotowane – 3; pasta z jajka – 1,3,7; krupnik jęczmienny – 1,9; rolada drobiowa ze szpinakiem – 1,3,7; marchewka (z groszkiem) duszona – 1,7.</p>						

Jadłospis tygodniowy 15.-21.04.2024 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
21.04. 2024r. niedziela	Śniadanie	kasza jaglana gotowana na mleku 30g/250ml wędlina z kurczaka 50g bukiet warzyw gotowany 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	kasza jaglana gotowana na mleku 30g/250ml wędlina z kurczaka 50g bukiet warzyw gotowany 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml wędlina z kurczaka 50g bukiet warzyw gotowany 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	kasza jaglana gotowana na mleku 30g/250ml wędlina z kurczaka 50g bukiet warzyw gotowany 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	kasza jaglana gotowana na mleku 30g/250ml kurczak gotowany 50g bukiet warzyw gotowany 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml wędlina z kurczaka 50g bukiet warzyw gotowany 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	pomarańcza (1 szt.) 240g	-	-	-
	Obiad	Zupa wiejska 500ml Pulpet wieprzowy gotowany w sosie koperkowym 150/100g Kasza jęczmienna 80g Buraczki duszone 150g Kompot 250ml	Zupa wiejska 500ml Pulpet wieprzowy gotowany w sosie koperkowym 150/100g Kasza jęczmienna 80g Buraczki duszone 150g Kompot 250ml	Zupa wiejska z makaronem pełn. 500ml Pulpet wieprzowy gotowany 150g Kasza jęczmienna 80g Sałatka z ogórka kiszzonego 100g Kompot b/c 250ml	Zupa wiejska 500ml Pulpet wieprzowy gotowany 150g Kasza jęczmienna 80g Buraczki duszone b/masła 150g Kompot 250ml	Zupa wiejska 500ml Pulpet wieprzowy gotowany w sosie koperkowym 150/100g Kasza jęczmienna 80g Buraczki duszone 150g Kompot 250ml	Zupa wiejska 500ml Szynka wieprzowa gotowana 150g Kasza jęczmienna 80g Buraczki duszone b/masła 150g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	kefir naturalny 200g	-	-	-
	Kolacja	kawa zbożowa z mlekiem 250ml sałatka śledziowa 150g jajko gotowane (1 szt.) 50g fasolka szparagowa gotowana 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml pasta z dorsza 120g jajko gotowane (1 szt.) 50g fasolka szparagowa gotowana 80g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml sałatka śledziowa 150g jajko gotowane (1 szt.) 50g fasolka szparagowa gotowana 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml pasta z dorsza 120g białko jaja gotowane (1 szt.) 50g fasolka szparagowa gotowana 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml pasta z dorsza 120g jajko gotowane (1 szt.) 50g fasolka szparagowa gotowana 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa b/mleka 250ml dorsz gotowany w jarzynach 120/50g jajko gotowane (1 szt.) 50g fasolka szparagowa gotowana 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g
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	jabłko (1 szt.) 180g

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 jaglana gotowana na mleku – 7; kawa zbożowa z mlekiem – 1,7; kawa zbożowa b/mleka – 1; pasta z dorsza – 1,4,7,9; sałatka śledziowa – 4,7; dorsz gotowany w jarzynach – 4,9; jajko gotowane – 3; kefir – 7; zupa wiejska (z makaronem pełn.) – 1,7,9; pulpet wieprzowy gotowany – 1,3,7; sos koperkowy – 1,7,9; buraczki duszone – 1,7.