

**Jadłospis tygodniowy 11.-17.03.2024 r. SP ZOZ Włodawa**

<b>Dzień</b>	<b>Posiłek</b>	<b>Dieta podstawowa</b>	<b>Dieta łatwostrawna</b>	<b>Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.</b>	<b>Dieta łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu</b>	<b>Dieta z ograniczeniem sodu</b>	<b>Dieta bezmleczna</b>	
<b>11.03.2024r. poniedziałek</b>	Śniadanie	kasza manna gotowana na mleku 30g/250ml sałatka z sera typu Feta, słonecznika i warzyw 200g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	kasza manna gotowana na mleku 30g/250ml wedlina wieprzowa 50g mix sałat 15g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml sałatka z sera typu Feta, słonecznika i warzyw 200g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	kasza manna gotowana na mleku 30g/250ml wedlina wieprzowa 50g mix sałat 15g pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	kasza manna gotowana na mleku 30g/250ml twarożek 80g mix sałat 15g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml wedlina wieprzowa 50g mix sałat 15g pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml	
	II śniad.	-	-	kefir naturalny 200g	-	-	-	
	Obiad	Zupa grochowa 500ml Potrawka z kurczaka z warzywami 150/50g Ryż 80g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml	Zupa solferino 500ml Potrawka z kurczaka z warzywami 150/50g Ryż 80g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml	Zupa solferino 500ml Potrawka z kurczaka z warzywami 150/50g Ryż brązowy 80g Surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem 150g Kompot b/c 250ml	Zupa solferino 500ml Potrawka z kurczaka z warzywami 150/50g Ryż 80g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml	Zupa solferino 500ml Potrawka z kurczaka z warzywami 150/50g Ryż 80g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml	Zupa solferino 500ml Potrawka z kurczaka z warzywami 150/50g Ryż 80g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml	
	Podw.	-	-	mandarynki (3 szt.) 200g	-	-	-	
	Kolacja	kawa zbożowa z mlekiem 250ml szynka gotowana 50g jajko gotowane (1 szt.) 50g sałatka z brokuła i marchewki 130g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml szynka gotowana 50g jajko gotowane (1 szt.) 50g sałatka z brokuła i marchewki 130g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml szynka gotowana 50g jajko gotowane (1 szt.) 50g sałatka z brokuła i marchewki 130g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml szynka gotowana 50g białko jaja gotowane (1 szt.) 50g sałatka z brokuła i marchewki 130g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml jajko gotowane (2 szt.) 100g sałatka z brokuła i marchewki 130g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa b/mleka 250ml szynka gotowana 50g jajko gotowane (1 szt.) 50g sałatka z brokuła i marchewki 130g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g	
	P. noc.	sok owocowy 330ml	sok owocowy 330ml	jabłko (1 szt.) 180g	sok owocowy 330ml	sok owocowy 330ml	sok owocowy 330ml	
	<b>Alergeny w posiłkach:</b> chleb pszenny zwykły – 1; bułka pszenna – 1,7; chleb żytni razowy – 1,6; bułka grahamka – 1,7; masło extra – 7; zupa ziemniaczana – 9; kasza manna gotowana na mleku – 1,7; kawa zbożowa na mleku – 1,7; kawa zbożowa b/mleka – 1; sałatka z sera typu Feta, słonecznika i warzyw – 7; szynka gotowana – 1,6; jajko gotowane – 3; kefir naturalny – 7; zupa grochowa – 1,9; zupa solferino – 1,7,9; potrawka z kurczaka z warzywami – 1,7,9; surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem – 7.							

**Jadłospis tygodniowy 11.-17.03.2024 r. SP ZOZ Włodawa**

<b>Dzień</b>	<b>Posiłek</b>	<b>Dieta podstawowa</b>	<b>Dieta łatwostrawna</b>	<b>Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.</b>	<b>Dieta łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu</b>	<b>Dieta z ograniczeniem sodu</b>	<b>Dieta bezmleczna</b>
<b>12.03.2024r. wtorek</b>	Śniadanie	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml baleron 50g sałata 15g ogórek zielony 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/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 sałata 15g ogórek zielony 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml połędwica sopocka 50g sałata 15g pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml kurczak gotowany 100g sałata 15g pomidor 80g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml kurczak gotowany 100g sałata 15g pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	chleb razowy 30g, mizeria z jogurtem 100g	-	-	-
	Obiad	Zupa grysikowa z ziemniakami 500ml Gulasz z ciecierzycy z warzywami 80/50g Kasza gryczana 80g Sałatka z ogórka kiszzonego 100g Kompot 250ml	Zupa grysikowa z ziemniakami 500ml Makaron z serem białym 80/80g Brokuł gotowany 100g Kompot 250ml	Zupa grysikowa z ziemniakami 500ml Gulasz z ciecierzycy z warzywami 80/50g Kasza gryczana 80g Sałatka z ogórka kiszzonego 100g Kompot b/c 250ml	Zupa grysikowa z ziemniakami 500ml Makaron z serem białym 80/80g Brokuł gotowany 100g Kompot 250ml	Zupa grysikowa z ziemniakami 500ml Makaron z serem białym 80/80g Brokuł gotowany 100g Kompot 250ml	Zupa grysikowa z ziemniakami 500ml Kurczak gotowany 150g Makaron 80g Brokuł gotowany 100g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	jabłko pieczone(1 szt.) 180g	-	-	-
	Kolacja	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml sałatka z jajka, brokuła i pomidora 180g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml sałatka z jajka, brokuła i pomidora 180g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki owsiane górskie gotowane na mleku 30g/250ml sałatka z jajka, brokuła i pomidora 180g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/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 owsiane gotowane na mleku 30g/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
	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><b>Alergeny w posiłkach:</b> 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 owsiane gotowane na mleku – 1,7; płatki owsiane górskie gotowane na mleku – 1,7; baleron – 1,6,7; połędwica sopocka – 1,6,7; mizeria z jogurtem – 7; sałatka z jajka, brokuła i pomidora – 3; zupa grysikowa z ziemniakami – 1,9; gulasz z ciecierzycy – 1,7,9; makaron z serem – 1,7; makaron – 1.</p>							

**Jadłospis tygodniowy 11.-17.03.02.2024 r. SP ZOZ Włodawa**

<b>Dzień</b>	<b>Posiłek</b>	<b>Dieta podstawowa</b>	<b>Dieta łatwostrawna</b>	<b>Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.</b>	<b>Dieta łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu</b>	<b>Dieta z ograniczeniem sodu</b>	<b>Dieta bezmleczna</b>
<b>13.03.2024r. środa</b>	Śniadanie	makaron gotowany na mleku 40g/250ml wędlina z kurczaka 50g mix sałat z pomidorem 100g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	makaron gotowany na mleku 40g/250ml wędlina z kurczaka 50g mix sałat z pomidorem 100g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml wędlina z kurczaka 50g mix sałat z pomidorem 100g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	makaron gotowany na mleku 40g/250ml wędlina z kurczaka 50g mix sałat z pomidorem 100g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	makaron gotowany na mleku 40g/250ml kurczak gotowany 100g mix sałat z pomidorem 100g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml wędlina z kurczaka 50g mix sałat z pomidorem 100g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	sok warzywny 330ml	-	-	-
	Obiad	Barszcz ukraiński 500ml Dorsz smażony 120g Ziemniaki 400g Sałatka z cukinii i pomidora 150g Kompot 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 500ml Pulpet rybno-warzywny (z dorsza) w sosie pietruszkowym 120/100g Ziemniaki 400g Sałatka z cukinii i pomidora 150g Kompot 250ml	Barszcz ukraiński 500ml Pulpet rybno-warzywny (z dorsza) 120g Ziemniaki 400g Sałatka z cukinii i pomidora 150g Kompot b/c 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 500ml Pulpet rybno-warzywny (z dorsza) 120g Ziemniaki 400g Sałatka z cukinii i pomidora 150g Kompot 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 500ml Pulpet rybno-warzywny (z dorsza) w sosie pietruszkowym 120/100g Ziemniaki 400g Sałatka z cukinii i pomidora 150g Kompot 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 500ml Dorsz gotowany w jarzynach 120/50g Ziemniaki 400g Sałatka z cukinii i pomidora 150g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	kisiel z jabłka 250ml	-	-	-
	Kolacja	kakao na mleku 250ml ser biały 80g dżem 50g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g	kakao na mleku 250ml ser biały 80g dżem 50g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kakao na mleku 250ml ser Mozzarella 25g rzodkiewki 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	kakao na mleku 250ml ser biały 80g dżem 50g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kakao na mleku 250ml ser biały 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.	winogrona 120g	jabłko (1 szt.) 180g	jabłko (1 szt.) 180g	jabłko (1 szt.) 180g	jabłko (1 szt.) 180g	jabłko (1 szt.) 180g
	<p><b>Alergeny w posiłkach:</b> 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; ser biały – 7; ser Mozzarella – 7; jajko gotowane – 3; pulpet rybno-warzywny (z dorsza) – 1,3,4,7,9; dorsz gotowany w jarzynach – 4,9; dorsz smażony – 1,3,4,7; barszcz ukraiński / czerwony z ziemniakami – 1,7,9; sos pietruszkowy – 1,7,9.</p>						

**Jadłospis tygodniowy 11.-17.03.2024 r. SP ZOZ Włodawa**

<b>Dzień</b>	<b>Posiłek</b>	<b>Dieta podstawowa</b>	<b>Dieta łatwostrawna</b>	<b>Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.</b>	<b>Dieta łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu</b>	<b>Dieta z ograniczeniem sodu</b>	<b>Dieta bezmleczna</b>
<b>14.03.2024r. czwartek</b>	Śniadanie	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml kiełbasa tyrolska 50g sałata 15g rzodkiewki 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml kiełbasa tyrolska 50g sałata 15g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml kiełbasa szynkowa 50g sałata 15g rzodkiewki 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml kiełbasa szynkowa 50g sałata 15g pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml jogurt Skyr 150g sałata 15g pomidor 80g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml kiełbasa szynkowa 50g sałata 15g pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	kefir naturalny 200g	-	-	-
	Obiad	Zupa szpinakowa z makaronem 500ml Bigos 300g Ziemniaki 400g Kompot 250ml	Zupa szpinakowa z makaronem 500ml Schab gotowany w sosie musztardowym 120/100g Kasza jęczmienna 80g Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot 250ml	Zupa szpinakowa z makaronem pełn. 500ml Schab gotowany 120g Kasza jęczmienna 80g Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot b/c 250ml	Zupa szpinakowa z makaronem 500ml Schab gotowany 120g Kasza jęczmienna 80g Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot 250ml	Zupa szpinakowa z makaronem 500ml Schab gotowany w sosie musztardowym 120/100g Kasza jęczmienna 80g Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot 250ml	Zupa szpinakowa z makaronem 500ml Schab gotowany 120g Kasza jęczmienna 80g Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	sok pomidorowy 330ml	-	-	-
	Kolacja	płatki jęczmienne gotowane na mleku 30g/250ml pasta z ciecierzycy 60g bukiet warzyw gotowany 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotowane na mleku 30g/250ml pasta z jajka 75g bukiet warzyw gotowany 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki gryczane gotowane na mleku 30g/250ml pasta z ciecierzycy 60g bukiet warzyw gotowany 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotowane na mleku 30g/250ml pasta z białka jaja 75g bukiet warzyw gotowany 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotowane na mleku 30g/250ml pasta z jajka 75g bukiet warzyw gotowany 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml jajko gotowane (2 szt.) 100g bukiet warzyw gotowany 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	P. noc.	pomarańcza (1 szt.) 240g	pomarańcza (1 szt.) 240g	pomarańcza (1 szt.) 240g	pomarańcza (1 szt.) 240g	pomarańcza (1 szt.) 240g	pomarańcza (1 szt.) 240g
<b>Alergeny w posiłkach:</b> 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; kiełbasa tyrolska – 1,6,7; jogurt Skyr – 7; jajko gotowane – 3; kiełbasa szynkowa – 1,6; kefir naturalny – 7; pasta z jajka – 1,3,7; zupa szpinakowa z makaronem (pełn.) – 1,7,9; sos musztardowy – 1,7,10; bigos – 1,6,7.							

**Jadłospis tygodniowy 11.-17.03.02.01.2024 r. SP ZOZ Włodawa**

<b>Dzień</b>	<b>Posiłek</b>	<b>Dieta podstawowa</b>	<b>Dieta łatwostrawna</b>	<b>Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.</b>	<b>Dieta łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu</b>	<b>Dieta z ograniczeniem sodu</b>	<b>Dieta bezmleczna</b>
<b>15.03.2024r. piątek</b>	Śniadanie	makaron gotowany na mleku 30g/250ml pasta z makreli 50g sałatka z rukoli, słonecznika i pomidora 100g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	makaron gotowany na mleku 30g/250ml pasta z dorsza 120g sałatka z rukoli i pomidora 100g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml pasta z makreli 50g sałatka z rukoli, słonecznika i pomidora 100g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	makaron gotowany na mleku 30g/250ml pasta z dorsza 120g 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 pasta z dorsza 120g sałatka z rukoli i pomidora 100g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml dorsz gotowany w jarzynach 120/50g sałatka z rukoli i pomidora 100g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	sok pomidorowy 330ml	-	-	-
	Obiad	Zupa pomidorowa z ryżem 500ml Kopytka brokułowe z masłem 400g Fasolka szparagowa gotowana 100g Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem 500ml Kopytka brokułowe z masłem 400g Fasolka szparagowa gotowana 100g Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 500ml Makaron pełnoziarnisty z serem białym 80/80g Fasolka szparagowa gotowana 100g Kompot b/c 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem 500ml Kopytka brokułowe 400g Fasolka szparagowa gotowana 100g Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem 500ml Kopytka brokułowe z masłem 400g Fasolka szparagowa gotowana 100g Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem 500ml Kopytka brokułowe 400g Fasolka szparagowa gotowana 100g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	jabłko (1 szt.) 180g	-	-	-
	Kolacja	kawa zbożowa z mlekiem 250ml serek naturalny 150g sałatka z fasolki i pomidora 130g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	kawa zbożowa z mlekiem 250ml serek naturalny 150g sałatka z fasolki i pomidora 130g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	kawa zbożowa z mlekiem 250ml serek naturalny 150g sałatka z fasolki i pomidora 130g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	kawa zbożowa z mlekiem 250ml jogurt Skyr 150g sałatka z fasolki i pomidora 130g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	kawa zbożowa z mlekiem 250ml serek naturalny 150g sałatka z fasolki i pomidora 130g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	kawa zbożowa b/mleka 250ml jajko gotowane (2 szt.) 100g sałatka z fasolki i pomidora 130g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
P. noc.	sałatka owocowa (jabłko-mandarynki-kiwi) 150g, wafle ryżowe (2 szt.) 12g	sałatka owocowa (jabłko-mandarynki-kiwi) 150g, wafle ryżowe (2 szt.) 12g	sałatka owocowa (jabłko-mandarynki-kiwi) 150g	sałatka owocowa (jabłko-mandarynki-kiwi) 150g, wafle ryżowe (2 szt.) 12g	sałatka owocowa (jabłko-mandarynki-kiwi) 150g, wafle ryżowe (2 szt.) 12g	sałatka owocowa (jabłko-mandarynki-kiwi) 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; kawa zbożowa z mlekiem – 7; kawa zbożowa b/mleka – 1; makaron gotowany na mleku – 1,7; jajko gotowane – 3; serek naturalny – 7; jogurt Skyr – 7; pasta z makreli – 4; pasta z dorsza – 1,4,7; dorsz gotowany w jarzynach – 4,9; zupa pomidorowa z ryżem (brąz.) – 7,9; kopytka brokułowe – 1,3; makaron pełn. z serem białym – 1,7.

**Jadłospis tygodniowy 11.-17.03.02.01.2024 r. SP ZOZ Włodawa**

<b>Dzień</b>	<b>Posiłek</b>	<b>Dieta podstawowa</b>	<b>Dieta łatwostrawna</b>	<b>Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.</b>	<b>Dieta łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu</b>	<b>Dieta z ograniczeniem sodu</b>	<b>Dieta bezmleczna</b>
<b>16.03. 2024r. sobota</b>	Śniadanie	płatki owsiane gotowane 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	płatki owsiane gotowane 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 wędlina z kurczaka 50g papryka 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml wędlina z kurczaka 50g pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml kurczak gotowany 100g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml wędlina z kurczaka 50g pomidor 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	jabłko (1 szt.) 180g	-	-	-
	Obiad	Krupnik jęczmienny 500ml Kotlet mielony smażony 100g Ziemniaki 400g Buraczki duszone 150g Kompot 250ml	Krupnik jęczmienny 500ml Pulpet wieprzowy gotowany w sosie pomidorowym 80/100g Ziemniaki 400g Buraczki duszone 150g Kompot 250ml	Krupnik jęczmienny 500ml Pulpet wieprzowy gotowany 80g Ziemniaki 400g Surówka z czerwonej kapusty 150g Kompot b/c 250ml	Krupnik jęczmienny 500ml Pulpet wieprzowy gotowany 80g Ziemniaki 400g Buraczki duszone b/masła 150g Kompot 250ml	Krupnik jęczmienny 500ml Pulpet wieprzowy gotowany w sosie pomidorowym 80/100g Ziemniaki 400g Buraczki duszone 150g Kompot 250ml	Krupnik jęczmienny 500ml Szynka wieprzowa gotowana 80g Ziemniaki 400g Buraczki duszone b/masła 150g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	chleb razowy 30g, twarożek 80g, papryka 50g	-	-	-
	Kolacja	kawa zbożowa z mlekiem 250g sałatka śledziowa 150g jajko gotowane (1 szt.) 50g brokuł gotowany 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250g dorsz w galarecie 120g jajko gotowane (1 szt.) 50g brokuł gotowany 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250g sałatka śledziowa 150g jajko gotowane (1 szt.) 50g brokuł gotowany 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	kawa zbożowa z mlekiem 250g dorsz w galarecie 120g białko jaja gotowane (1 szt.) 50g brokuł gotowany 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250g dorsz w galarecie 120g jajko gotowane (1 szt.) 50g brokuł gotowany 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa b/mleka 250g dorsz w galarecie 120g jajko gotowane (1 szt.) 50g brokuł gotowany 80g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g
	P. noc.	herbatniki (2 szt.) 20g	herbatniki (2 szt.) 20g	sok pomidorowy 330ml	herbatniki (2 szt.) 20g	herbatniki (2 szt.) 20g	herbatniki (2 szt.) 20g
<p><b>Alergeny w posiłkach:</b> 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 owsiane gotowane na mleku – 1,7; kawa zbożowa z mlekiem – 1,7; kawa zbożowa b/mleka – 1; sałatka śledziowa – 4,7; dorsz w galarecie – 4,9; kielbasa podwawelska – 6,9; chrzan – 12; twarożek – 7; krupnik jęczmienny – 1,9; herbatniki – 1,6,12; kotlet mielony / pulpet wieprzowy – 1,3,7; sos pomidorowy – 1,7,9; buraczki duszone – 1,7.</p>							

**Jadłospis tygodniowy 11.-17.03.03.02.2024 r. SP ZOZ Włodawa**

<b>Dzień</b>	<b>Posiłek</b>	<b>Dieta podstawowa</b>	<b>Dieta łatwostrawna</b>	<b>Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.</b>	<b>Dieta łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu</b>	<b>Dieta z ograniczeniem sodu</b>	<b>Dieta bezmleczna</b>
<b>17.03.2024r. niedziela</b>	Śniadanie	płatki jęczmienne gotowane na mleku 30g/250ml twarożek 80g miód 25g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotowane na mleku 30g/250ml twarożek 80g miód 25g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml twarożek 80g papryka 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotowane na mleku 30g/250ml twarożek 80g miód 25g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	płatki jęczmienne gotowane na mleku 30g/250ml twarożek 80g miód 25g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata b/c 250ml	zupa ziemniaczana 250ml jajko gotowane (1 szt.) 50g miód 25g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 100g herbata b/c 250ml
	II śniad.	-	-	kefir naturalny 200g	-	-	-
	Obiad	Rosół z makaronem 500ml Udko z kurczaka pieczone 200g Ryż 80g Marchewka z groszkiem duszona 150g Kompot 250ml	Rosół z makaronem 500ml Udko z kurczaka gotowane 200g Ryż 80g Marchewka duszona 150g Kompot 250ml	Rosół z makaronem pełn. 500ml Udko z kurczaka pieczone 200g Ryż brązowy 80g Mizeria z jogurtem 100g Kompot b/c 250ml	Rosół z makaronem 500ml Udko z kurczaka gotowane 200g Ryż 80g Marchewka duszona b/masła 150g Kompot 250ml	Rosół z makaronem 500ml Udko z kurczaka gotowane 200g Ryż 80g Marchewka duszona 150g Kompot 250ml	Rosół z makaronem 500ml Udko z kurczaka gotowane 200g Ryż 80g Marchewka duszona b/masła 150g Kompot 250ml
	Podw.	-	-	sok warzywny 330ml	-	-	-
	Kolacja	kakao na mleku 250ml pieczeń rzymska 50g sałatka z kalafiora i pomidora 130g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g	kakao na mleku 250ml pieczeń rzymska 50g sałatka z kalafiora i pomidora 130g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kakao na mleku 250ml wędlina z kurczaka 50g jogurt Skyr 150g sałatka z kalafiora i pomidora 130g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	kakao na mleku 250ml wędlina z kurczaka 50g jogurt Skyr 150g sałatka z kalafiora i pomidora 130g margaryna b/ml. 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kakao na mleku 250ml jajko gotowane (1 szt.) 50g jogurt Skyr 150g sałatka z kalafiora i pomidora 130g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa b/mleka 250ml wędlina z kurczaka 50g jajko gotowane (1 szt.) 50g sałatka z kalafiora i pomidora 130g 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
	<b>Alergeny w posiłkach:</b> 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; twarożek – 7; jajko gotowane – 3; kefir – 7; jogurt Skyr – 7; pieczeń rzymska – 6; rosół z makaronem (pełn.) – 1,9; marchewka (z groszkiem) duszona – 1,7; mizeria z jogurtem – 7.						