


Jadłospis 22.-28.12.2025 r. SP ZOZ Włodawa

Dzień	Posilek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	Dieta łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	
22.12.2025r. poniedziałek	Śniadanie	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml kielbasa krakowska 50g papryka 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml kielbasa krakowska 50g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	zupa ziemniaczana 250ml szynka pieczona 50g papryka 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml szynka pieczona 50g pomidor 80g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	
	II śniadanie	-	-	Skyr naturalny 150g	-	
	Obiad	Zupa szpinakowa z makaronem 500ml Potrawka z kurczaka z warzywami 150/50g Ziemniaki 400g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml	Zupa szpinakowa z makaronem 500ml Potrawka z kurczaka z warzywami 150/50g Ziemniaki 400g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml	Zupa szpinakowa z makaronem pełn. 500ml Potrawka z kurczaka z warzywami 150/50g Ziemniaki 400g Brokuł z wody 150g Kompot b/c 250ml	Zupa szpinakowa z makaronem 500ml Potrawka z kurczaka z warzywami 150/50g Ziemniaki 400g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml	
	Podwieczorek	-	-	chleb razowy 30g, twarożek z koperkiem 80g, papryka 80g	-	
	Kolacja	kakao na mleku 250ml twarożek 80g wędlina z kurczaka 50g bukiet warzyw z wody 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g	kakao na mleku 250ml twarożek 80g 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 80g wędlina z kurczaka 50g bukiet warzyw z wody 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	kakao na mleku 250ml twarożek 80g wędlina z kurczaka 50g bukiet warzyw z wody 80g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	
	Posiłek nocny	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; bułka grahamka – 1,7; masło extra – 7; zupa ziemniaczana – 9; płatki owsiane gotowane na mleku – 1,7; kakao na mleku – 7; twarożek – 7; twarożek z koperkiem – 7; Skyr naturalny – 7; zupa szpinakowa z makaronem (pełn.) – 1,7,9; potrawka z kurczaka z warzywami – 1,7,9; jajko gotowane – 3; kielbasa krakowska – 1,6.					


Jadlospis 22.-28.12.2025 r. SP ZOZ Włodawa

Dzień	Posilek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	Dieta łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	
23.12.2025r. wtorek	Śniadanie	makaron gotowany na mleku 30g/250ml pasztet drobiowy 50g chrzan 30g marchewka baby z wody 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata 250ml	makaron gotowany na mleku 30g/250ml pasztet drobiowy 50g marchewka baby z wody 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	zupa ziemniaczana 250ml wędlina z kurczaka 50g chrzan 30g marchewka baby z wody 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	makaron gotowany na mleku 30g/250ml wędlina z kurczaka 50g marchewka baby z wody 80g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	
	II śniadanie	-	-	kefir naturalny 200g	-	
	Obiad	Zupa grysikowa z ziemniakami 500ml Ryż z jogurtem i jabłkiem 80/50/200g Kompot 250ml	Zupa grysikowa z ziemniakami 500ml Ryż z jogurtem i jabłkiem 80/50/200g Kompot 250ml	Zupa grysikowa z ziemniakami 500ml Ryż brązowy z jogurtem i truskawkami 80/50/200g Kompot b/c 250ml	Zupa grysikowa z ziemniakami 500ml Ryż z jogurtem i jabłkiem 80/50/200g Kompot 250ml	
	Podwieczorek	-	-	jabłko (1 szt.) 180g	-	
	Kolacja	kawa zbożowa z mlekiem 250ml serek naturalny 150g kisiel owocowy 150g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml serek naturalny 150g kisiel owocowy 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 kisiel owocowy 150g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	
	Posiłek nocny	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 – 1,7; chleb żytni razowy – 1; bułka grahamka – 1,7; 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; zupa grysikowa z ziemniakami – 1,9; jajko gotowane – 3; ryż (brąz.) z jogurtem i jabłkiem (truskawkami) – 7; jogurt Skyr – 7; jajko gotowane – 3.</p>					

Jadlospis 22.-28.12.2025 r. SP ZOZ Włodawa


Dzień	Posilek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	Dieta łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	
24.12.2025r. środa 	Śniadanie	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml sałatka z sera typu Feta i warzyw 200g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml sałatka z sera Mozzarella i pomidora 150g mix sałat 20g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	zupa ziemniaczana 250ml sałatka z sera typu Feta i warzyw 200g 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 pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g 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	
	Podwieczorek	-	-	kefir naturalny 200g	-	
	Kolacja	Barszcz czerwony 250ml kisiel z jabłka 250ml śledź z jogurtem 100g makaron pełn. z kapustą kiszoną i pieczarkami 40/100/50g margaryna b/ml. 10g chleb żytni razowy 60g	Barszcz czerwony 250ml kisiel z jabłka 250ml dorsz w galarecie 120g sałatka jarzynowa z jogurtem 150g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 60g	Barszcz czerwony 250ml kisiel z jabłka 250ml śledź z jogurtem 100g makaron pełn. z kapustą kiszoną i pieczarkami 40/100/50g margaryna b/ml. 10g chleb żytni razowy 60g	Barszcz czerwony 250ml kisiel z jabłka 250ml dorsz w galarecie 120g sałatka jarzynowa z jogurtem 150g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 60g	
	Posiłek nocny	pomarańcza 240g	pomarańcza 240g	pomarańcza 240g	pomarańcza 240g	
Alergeny w posiłkach: chleb pszenny zwykły – 1 ; bułka pszenna – 1,7 ; chleb żytni razowy – 1 ; bułka grahamka – 1,7 ; masło extra – 7 ; zupa ziemniaczana – 9 ; płatki ryżowe gotowane na mleku – 7 ; śledź z jogurtem – 4,7 ; sałatka z sera typu Feta i warzyw – 7 ; sałatka z sera Mozzarella (białego) i pomidora – 7 ; sałatka jarzynowa z jogurtem – 3,7,9,10 ; barszcz czerwony – 9 ; dorsz w galarecie – 4,9 ; makaron pełn. z kapustą kiszoną i pieczarkami – 1 ; zupa krem z białych warzyw – 7,9 ; makaron (pełn.) z mięsem mielonym i sosem pomidorowym – 1 ; kefir – 7 .						

Jadlospis 22.-28.12.2025 r. SP ZOZ Włodawa

Dzień	Posilek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	Dieta łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu
25.12.2025r. czwartek 	Śniadanie	płatki jęczm. gotowane na mleku 30g/250ml schab pieczony 50g chrzan 30g mix sałat z pomid. 100g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata 250ml	płatki jęczm. gotowane na mleku 30g/250ml schab pieczony 50g mix sałat z pomidorem 100g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	zupa ziemniaczana 250ml schab pieczony 50g chrzan 30g mix sałat z pomidorem 100g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki jęczm. gotowane na mleku 30g/250ml schab pieczony 50g mix sałat z pomidorem 100g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml
	II śniadanie	-	-	koktajl z kiwi 250ml	-
	Obiad	Rosół z makaronem 500ml Kurczak pieczony 200g Ryż 80g Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot 250ml	Rosół z makaronem 500ml Kurczak gotowany 200g Ryż 80g Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot 250ml	Rosół z mak. pełn. 500ml Kurczak pieczony 200g Ryż brązowy 80g Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot b/c 250ml	Rosół z makaronem 500ml Kurczak gotowany 200g Ryż 80g Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot 250ml
	Podwieczorek	-	-	chleb razowy 30g, masło 10g, kielbasa krakowska 20g, papryka 80g	-
	Kolacja	kawa zbożowa z mlekiem 250ml kielbasa tyrolska 50g jajko gotowane (1 szt.) 50g fasolka szparagowa z wody 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml kielbasa tyrolska 50g jajko gotowane (1 szt.) 50g fasolka szparagowa z wody 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa z mlekiem b/c 250ml ogonówka 50g jajko gotowane (1 szt.) 50g fasolka szparagowa z wody 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml wędlina z kurczaka 50g białko jaja got. (1 szt.) 50g fasolka szparagowa z wody 80g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g
	Posiłek nocny	babka drożdżowa 50g	babka drożdżowa 50g	sok warzywny 300ml	babka drożdżowa 50g

Alergeny w posiłkach: chleb pszenny zwykły – 1; bułka pszenna – 1,7; chleb żytni razowy – 1; bułka grahamka – 1,7; masło extra – 7; zupa ziemniaczana – 9; płatki jęczmienne gotowane na mleku – 1,7; kawa zbożowa z mlekiem – 1,7; babka drożdżowa – 1,3,7; koktajl z kiwi – 7; kielbasa krakowska – 1,6; ogonówka – 1,6,7; tyrolska – 1,6,7; jajko gotowane – 3; rosół z makaronem (pełn.) - 1,9.

Jadlospis 22.-28.12.2025 r. SP ZOZ Włodawa

Dzień	Posilek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	Dieta łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu		
26.12.2025r. piątek 	Śniadanie	kasza manna gotowana na mleku 40g/250ml szynka krucha 50g sałatka z brokuła i marchewki 150g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata 250ml	kasza manna gotowana na mleku 40g/250ml szynka krucha 50g sałatka z brokuła i marchewki 150g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	zupa ziemniaczana 250ml szynka krucha 50g sałatka z brokuła i marchewki 150g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	kasza manna gotowana na mleku 40g/250ml szynka krucha 50g sałatka z brokuła i marchewki 150g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml		
	II śniadanie	-	-	sok pomidorowy 300ml	-		
	Obiad	Zupa pomidorowa z ryżem 500ml Schab gotowany w sosie musztardowym 120/100g Kasza jęczmienna 80g Buraczki duszone 150g Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem 500ml Schab gotowany w sosie musztardowym 120/100g Kasza jęczmienna 80g Buraczki duszone 150g Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 500ml Schab gotowany 120g Kasza jęczmienna 80g Surówka z kiszanej kapusty 150g Kompot b/c 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem 500ml Schab gotowany w sosie musztardowym 120/100g Kasza jęczmienna 80g Buraczki duszone 150g Kompot 250ml		
	Podwieczorek	-	-	chleb razowy 30g, masło 10g, jajko got. (1 szt.) 50g, brokuł z wody 80g	-		
	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 masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kakao na mleku b/c 250ml ser biały 80g wędlina z kurczaka 50g ogórek kiszony 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	kakao na mleku 250ml ser biały 80g dżem 50g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g		
	Posiłek nocny	rolada makowa 50g	rolada makowa 50g	kiwi (1 szt.) 75g, mandarynka (1 szt.) 65g	babka drożdżowa 50g		
	Alergeny w posiłkach: chleb pszenny zwykły – 1; bułka pszenna – 1,7; chleb żytni razowy – 1; bułka grahamka – 1,7; masło extra – 7; zupa ziemniaczana – 9; kasza manna gotowana na mleku – 1,7; kakao na mleku – 7; ser biały – 7; szynka krucha – 7; zupa pomidorowa z ryżem (brąz.) – 7,9; sos musztardowy – 1,7,10; buraczki duszone – 1,7; rolada makowa – 1,3,7; kasza jęczmienna – 1; jajko gotowane – 3; babka drożdżowa – 1,3,7.						

Jadlospis 22.-28.12.2025 r. SP ZOZ Włodawa

Dzień	Posilek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	Dieta łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	
27.12.2025r. sobota	Śniadanie	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml jajko gotowane (2 szt.) 100g brokuł z wody 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml jajko gotowane (2 szt.) 100g brokuł z wody 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	zupa ziemniaczana 250ml jajko gotowane (2 szt.) 100g brokuł z wody 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml białko jaja got.(2 szt.) 100g brokuł z wody 80g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	
	II śniadanie	-	-	kefir naturalny 200g	-	
	Obiad	Krupnik jaglany 500ml Dorsz pieczony w folii z pomarańczą 140g Ziemniaki 400g Marchewka z groszkiem duszona 150g Kompot 250ml	Krupnik jaglany 500ml Dorsz pieczony w folii z pomarańczą 140g Ziemniaki 400g Marchewka z groszkiem duszona 150g Kompot 250ml	Krupnik jaglany 500ml Dorsz pieczony w folii z pomarańczą 140g Ziemniaki 400g Ogórek kiszony 80g Kompot b/c 250ml	Krupnik jaglany 500ml Dorsz pieczony w folii z pomarańczą 140g Ziemniaki 400g Marchewka z groszkiem duszona b/masła 150g Kompot 250ml	
	Podwieczorek	-	-	jabłko (1 szt.) 180g	-	
	Kolacja	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ogonówka 50g ser biały 80g fasolka szparagowa z wody 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ogonówka 50g ser biały 80g fasolka szparagowa z wody 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kawa zbożowa z mlekiem b/c 250ml ogonówka 50g ser biały 80g fasolka szparagowa z wody 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	kawa zbożowa z mlekiem 250ml wędlina z kurczaka 50g ser biały 80g fasolka szparagowa z wody 80g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	
	Posiłek nocny	herbatniki (2 szt.) 20g	herbatniki (2 szt.) 20g	sok warzywny 300ml	herbatniki (2 szt.) 20g	
	Alergeny w posiłkach: chleb pszenny zwykły – 1; bułka pszenna – 1,7; chleb żytni razowy – 1; bułka grahamka – 1,7; masło extra – 7; zupa ziemniaczana – 9; płatki owsiane gotowane na mleku – 1,7; kawa zbożowa z mlekiem – 1,7; ogonówka – 1,6,7; jajko gotowane – 3; ser biały – 7; herbatniki – 1,6,7; kefir – 7; krupnik jaglany – 9; dorsz pieczony w folii z pomarańczą – 4; marchewka z groszkiem duszona – 1,7.					

Jadlospis 22.-28.12.2025 r. SP ZOZ Włodawa

Dzień	Posilek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	Dieta łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu	
28.12.2025r. niedziela	Śniadanie	płatki jęczm. gotowane na mleku 30g/250ml wędlina z kurczaka 50g ogórek zielony 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata 250ml	płatki jęczm. gotowane na mleku 30g/250ml wędlina z kurczaka 50g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	zupa ziemniaczana 250ml wędlina z kurczaka 50g ogórek zielony 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki jęczm. gotowane na mleku 30g/250ml wędlina z kurczaka 50g pomidor 80g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	
	II śniadanie	-	-	kefir naturalny 200g	-	
	Obiad	Zupa krem z soczewicy 500ml Rolada drobiowa ze szpinakiem 150/50g Ziemniaki 400g Sałatka z cukinii i pomidora 150g Kompot 250ml	Zupa koperkowa z ryżem 500ml Rolada drobiowa ze szpinakiem 150/50g Ziemniaki 400g Sałatka z cukinii i pomidora 150g Kompot 250ml	Zupa krem z soczewicy 500ml Rolada drobiowa ze szpinakiem 150/50g Ziemniaki 400g Sałatka z cukinii i pomidora 150g Kompot b/c 250ml	Zupa koperkowa z ryżem 500ml Rolada drobiowa ze szpinakiem 150/50g Ziemniaki 400g Sałatka z cukinii i pomidora 150g Kompot 250ml	
	Podwieczorek	-	-	sok pomidorowy 300ml	-	
	Kolacja	kakao na mleku 250ml ser żółty 50g papryka 80g dżem 50g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g	kakao na mleku 250ml twarożek 80g pomidor 80g dżem 50g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	kakao na mleku b/c 250ml ser żółty 50g papryka 80g mandarynki (2 szt.) 130g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g	kakao na mleku 250ml twarożek 80g pomidor 80g dżem 50g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g	
	Posiłek nocny	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; bułka grahamka – 1,7; masło extra – 7; zupa ziemniaczana – 9; płatki jęczmienne gotowane na mleku – 1,7; kakao na mleku – 7; ser żółty – 7; twarożek – 7; kefir – 7; zupa koperkowa z ryżem – 7,9; rolada drobiowa ze szpinakiem – 1,3,7; zupa krem z soczewicy – 9.					