

**Jadłospis 29.12.2025-04.01.2026 r. SP ZOZ Włodawa**

<b>Dzień</b>	<b>Posilek</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>29.12.2025r. poniedziałek</b>	Śniadanie	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml twarożek z koperkiem 80g mix sałat z pomidorem i jogurtem 100g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml twarożek z koperkiem 80g  brokuł z wody 100 g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	zupa ziemniaczana 250ml twarożek z koperkiem 80g  brokuł z wody 100 g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml twarożek z koperkiem 80g mix sałat z pomidorem i jogurtem 100g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	
	II śniadanie	-	-	sok pomidorowy 300ml	-	
	Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem 500ml Kaszotto z kurczakiem i warzywami 80/100/50g Sos pietruszkowy 100g Buraczki duszone 150g Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 500ml Kaszotto z kurczakiem i warzywami 80/100/50g Sos pietruszkowy 100g Buraczki duszone 150g Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem pełn. 500ml Kaszotto z kurczakiem i warzywami 80/100/50g Surówka z czerwonej kapusty 150g Kompot b/c 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 500ml Kaszotto z kurczakiem i warzywami 80/100/50g Sos pietruszkowy 100g Buraczki duszone b/masła 150g Kompot 250ml	
	Podwieczorek	-	-	chleb raz. 30g, masło 10g, wędlina z kurczaka 20g, papryka 80g	-	
	Kolacja	pasta z mintaja 120g wędlina z kurczaka 50g brokuł z wody 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata 250ml	pasta z mintaja 120g wędlina z kurczaka 50g brokuł z wody 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	pasta z mintaja 120g wędlina z kurczaka 50g brokuł z wody 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	pasta z mintaja 120g wędlina z kurczaka 50g brokuł z wody 80g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	
	Posiłek nocny	biszkopty 25g	biszkopty 25g	jabłko (1 szt.) 180g	biszkopty 25g	
	<b>Alergeny w posiłkach:</b> 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; twarożek z koperkiem – 7; mix sałat z pomidorem i jogurtem – 7; pasta z jajka z natką pietruszki – 1,3,7; kaszotto z kurczakiem i warzywami – 9; sos pietruszkowy – 1,7,9; biszkopty – 1,7; zupa pomidorowa z makaronem (pełn.) – 1,7,9; buraczki duszone – 1,7; pasta z mintaja – 1,4,7,9.					

**Jadłospis 29.12.2025-04.01.2026 r. SP ZOZ Włodawa**

<b>Dzień</b>	<b>Posilek</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>30.12.2025r. wtorek</b>	Śniadanie	kasza manna gotowana na mleku 40g/250ml szynka pieczona 50g mix sałat 20g ogórek zielony 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata 250ml	kasza manna gotowana na mleku 40g/250ml szynka pieczona 50g mix sałat 20g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	zupa ziemniaczana 250ml szynka pieczona 50g mix sałat 20g ogórek zielony 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	kasza manna gotowana na mleku 40g/250ml szynka pieczona 50g mix sałat 20g pomidor 80g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	
	II śniadanie	-	-	jogurt Skyr 150g	-	
	Obiad	Zupa dyniowa 500ml Gulasz z ciecierzycy z warzywami 80/50g Kasza gryczana 80g Surówka z białej kapusty 150g Kompot 250ml	Zupa dyniowa 500ml Makaron z jogurtem naturalnym i truskawkami 80/50/150g Kompot 250ml	Zupa dyniowa 500ml Gulasz z ciecierzycy z warzywami 80/50g Kasza gryczana 80g Surówka z białej kapusty 150g Kompot b/c 250ml	Zupa dyniowa 500ml Makaron z jogurtem naturalnym i truskawkami 80/50/150g Kompot 250ml	
	Podwieczorek	-	-	sok warzywny 300ml	-	
	Kolacja	ser biały 80g miód 25g jabłko (1 szt.) 180g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata 250ml	ser biały 80g miód 25g jabłko (1 szt.) 180g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	ser biały 80g ogonówka 50g jabłko (1 szt.) 180g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	ser biały 80g miód 25g jabłko (1 szt.) 180g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	
	Posiłek nocny	smoothie jabłko-brzoskwinia 250ml	smoothie jabłko-brzoskwinia 250ml	smoothie jabłko-brzoskwinia 250ml	smoothie jabłko-brzoskwinia 250ml	
	<b>Alergeny w posiłkach:</b> 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; ser biały – 7; skyr – 7; ogonówka – 1,6,7; zupa dyniowa – 7,9; gulasz z ciecierzycy z warzywami – 1,7,9; makaron z jogurtem naturalnym i truskawkami – 1,7.					

**Jadlospis 29.12.2025-04.01.2026 r. SP ZOZ Włodawa**

<b>Dzień</b>	<b>Posilek</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>31.12.2025r. środa</b>	Śniadanie	makaron gotowany na mleku 30g/250ml sałatka z jajka, fasolki szparagowej i pomidora 200g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata 250ml	makaron gotowany na mleku 30g/250ml sałatka z jajka, fasolki szparagowej i pomidora 200g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	zupa ziemniaczana 250ml sałatka z jajka, fasolki szparagowej i pomidora 200g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	makaron gotowany na mleku 30g/250ml sałatka z białka jaja, fasolki szparagowej i pomidora 200g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	
	II śniadanie	-	-	kefir naturalny 200g	-	
	Obiad	Kapuśniak 500ml Leczo z kurczaka i cukinii 80/100g Ryż 80g Kompot 250ml	Zielona zupa krem 500ml Leczo z kurczaka i cukinii 80/100g Ryż 80g Kompot 250ml	Kapuśniak 500ml Leczo z kurczaka i cukinii 80/100g Ryż brązowy 80g Kompot b/c 250ml	Zielona zupa krem 500ml Leczo z kurczaka i cukinii 80/100g Ryż 80g Kompot 250ml	
	Podwieczorek	-	-	chleb razowy, 30g, twarożek 80g, pomidor 80g	-	
	Kolacja	ser żółty 50g ogórek kiszony 80g dżem 50g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata 250ml	ser Mozzarella 60g pomidor 80g dżem 50g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	ser żółty 50g ogórek kiszony 80g pomarańcza (1/2 szt.) 120g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	ser biały 80g pomidor 80g dżem 50g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	
	Posiłek nocny	herbatniki (2 szt.) 20g	herbatniki (2 szt.) 20g	jabłko (1 szt.) 180g	herbatniki (2 szt.) 20g	
	<b>Alergeny w posiłkach:</b> 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; ser żółty – 7; ser Mozzarella – 7; ser biały – 7; twarożek – 7; zielona zupa krem – 7,9; kapuśniak – 9; kefir naturalny – 7; herbatniki – 1,6,7; sałatka z jajka, fasolki szparagowej i pomidora – 3.					

**Jadłospis 29.12.2025-04.01.2026 r. SP ZOZ Włodawa**

<b>Dzień</b>	<b>Posilek</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>01.01.2026r. czwartek</b>	Śniadanie	płatki jęczm. gotowane na mleku 30g/250ml polędwica sopocka 50g sałatka z kalafiora i marchewki 150g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata 250ml	płatki jęczm. gotowane na mleku 30g/250ml polędwica sopocka 50g sałatka z kalafiora i marchewki 150g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	zupa ziemniaczana 250ml polędwica sopocka 50g sałatka z kalafiora i marchewki 150g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki jęczm. gotowane na mleku 30g/250ml polędwica sopocka 50g sałatka z kalafiora i marchewki 150g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	
	II śniadanie	-	-	koktajl brzoskwiniowy 250ml	-	
	Obiad	Rosół z makaronem 500ml Udko z kurczaka pieczone 200g Ziemniaki 400g Marchewka z groszkiem duszona 150g Kompot 250ml	Rosół z makaronem 500ml Udko z kurczaka gotowane 200g Ziemniaki 400g Marchewka z groszkiem duszona 150g Kompot 250ml	Rosół z makaronem pełn. 500ml Udko z kurczaka pieczone 200g Ziemniaki 400g Surówka z kiszanej kapusty 150g Kompot b/c 250ml	Rosół z makaronem 500ml Udko z kurczaka gotowane 200g Ziemniaki 400g Marchewka z groszkiem duszona b/masła 150g Kompot 250ml	
	Podwieczorek	-	-	kisiel z pomarańczą 150ml	-	
	Kolacja	kiełbasa tyrolska 50g sałatka z brokuła i pomidora 150g ser biały 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata 250ml	kiełbasa tyrolska 50g sałatka z brokuła i pomidora 150g ser biały 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	kiełbasa krakowska 50g sałatka z brokuła i pomidora 150g ser biały 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	kiełbasa krakowska 50g sałatka z brokuła i pomidora 150g ser biały 80g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	
	Posiłek nocny	sok owocowy 300ml	sok owocowy 300ml	sok warzywny 300ml	sok owocowy 300ml	
	<b>Alergeny w posiłkach:</b> 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; koktajl truskawkowy – 7; kiełbasa tyrolska – 1,6,7; rosół z makaronem (pełn.) – 9; marchewka z groszkiem duszona – 1,7; ser biały – 7; kiełbasa krakowska – 1,6; polędwica sopocka – 1,6,7.					

**Jadłospis 29.12.2025-04.01.2026 r. SP ZOZ Włodawa**

<b>Dzień</b>	<b>Posilek</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>02.01.2026r. piątek</b>	Śniadanie	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml pasta z ciecierzycy 80g bukiet warzyw z wody 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml pasta z jajka 75g bukiet warzyw z wody 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	zupa ziemniaczana 250ml pasta z ciecierzycy 80g bukiet warzyw z wody 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml pasta z białka jaja 75g bukiet warzyw z wody 80g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	
	II śniadanie	-	-	kefir naturalny 200g	-	
	Obiad	Zupa jarzynowa 500ml Makaron z serem białym i szpinakiem 80/80/50g Kompot 250ml	Zupa jarzynowa 500ml Makaron z serem białym i szpinakiem 80/80/50g Kompot 250ml	Zupa jarzynowa 500ml Makaron pełn. z serem białym i szpinakiem 80/80/50g Kompot b/c 250ml	Zupa jarzynowa 500ml Makaron z serem białym i szpinakiem 80/80/50g Kompot 250ml	
	Podwieczorek	-	-	chleb raz. 30g, masło 10g, jajko gotowane (1 szt.) 50g, rzodkiewka (4 szt.) 80g	-	
	Kolacja	serek naturalny 150g dżem 50g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata 250ml	serek naturalny 150g dżem 50g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	serek naturalny 150g wędlna z kurczaka 50g kalafior z wody 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	jogurt Skyr 150g dżem 50g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	
	Posiłek nocny	pomarańcza (1 szt.) 240g	pomarańcza (1 szt.) 240g	pomarańcza (1 szt.) 240g	pomarańcza (1 szt.) 240g	
<p><b>Alergeny w posiłkach:</b> 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; pasta z jajka – 1,3,7; kefir naturalny – 7; serek naturalny – 7; jogurt Skyr – 7; zupa jarzynowa – 7,9; makaron (pełn.) z serem białym i szpinakiem – 1,7; biszkopty – 1,3; jajko gotowane – 3.</p>						

**Jadłospis 29.12.2025-04.01.2026 r. SP ZOZ Włodawa**

<b>Dzień</b>	<b>Posilek</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>03.01.2026r. sobota</b>	Śniadanie	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml pasztet drobiowy 50g chrzan 30g ogórek zielony 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml pasztet drobiowy 50g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	zupa ziemniaczana 250ml kiełbasa krakowska 50g chrzan 30g ogórek zielony 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml kiełbasa krakowska 50g pomidor 80g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	
	II śniadanie	-	-	kefir naturalny 200g	-	
	Obiad	Krupnik jęczmienny 500ml Gulasz wieprzowy z warzywami 120/50g Ziemniaki 400g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml	Krupnik jęczmienny 500ml Gulasz wieprzowy z warzywami 120/50g Ziemniaki 400g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml	Krupnik jęczmienny 500ml Gulasz wieprzowy z warzywami 120/50g Ziemniaki 400g Brokuł z wody 150g Kompot b/c 250ml	Krupnik jęczmienny 500ml Gulasz wieprzowy z warzywami 120/50g Ziemniaki 400g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml	
	Podwieczorek	-	-	jabłko (1 szt.) 180g	-	
	Kolacja	wędlina z kurczaka 50g jajko gotowane (1 szt.) 50g bukiet warzw z wody 80g mandarynka (1 szt.) 65g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata 250ml	wędlina z kurczaka 50g jajko gotowane (1 szt.) 50g bukiet warzw z wody 80g mandarynka (1 szt.) 65g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	wędlina z kurczaka 50g jajko gotowane (1 szt.) 50g bukiet warzw z wody 80g mandarynka (1 szt.) 65g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	wędlina z kurczaka 50g białko jaja gotowane (1 szt.) 50g bukiet warzw z wody 80g mandarynka (1 szt.) 65g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	
	Posiłek nocny	smoothie jabłko-truskawka 250ml	smoothie jabłko-truskawka 250ml	smoothie jabłko-truskawka 250ml	smoothie jabłko-truskawka 250ml	
	<b>Alergeny w posiłkach:</b> 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; jajko gotowane – 3; pasztet drobiowy – 1,3,6,7,9; chrzan – 12; kefir – 7; kiełbasa krakowska – 1,6; krupnik jęczmienny – 1,9; <b>gulasz</b> wieprzowy z warzywami – 1,7,9.					

**Jadłospis 29.12.2025-04.01.2026 r. SP ZOZ Włodawa**

<b>Dzień</b>	<b>Posilek</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>04.01.2026r. niedziela</b>	Śniadanie	kasza manna gotowana na mleku 40g/250ml ser biały 80g dżem 50g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata 250ml	kasza manna gotowana na mleku 40g/250ml ser biały 80g dżem 50g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	zupa ziemniaczana 250ml ser biały 80g wędlina z kurczaka 50g rzodkiewki (4 szt.) 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	kasza manna gotowana na mleku 40g/250ml ser biały 80g dżem 50g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	
	II śniadanie	-	-	sok pomidorowy 300ml	-	
	Obiad	Barszcz czerwony 500ml Pulpet rybno-warzywny gotowany w sosie pomidorowym 120/100g Ziemniaki 400g Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot 250ml	Barszcz czerwony 500ml Pulpet rybno-warzywny gotowany w sosie pomidorowym 120/100g Ziemniaki 400g Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot 250ml	Barszcz czerwony 500ml Pulpet rybno-warzywny gotowany 120g Ziemniaki 400g Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot b/c 250ml	Barszcz czerwony 500ml Pulpet rybno-warzywny gotowany w sosie pomidorowym 120/100g Ziemniaki 400g Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot 250ml	
	Podwieczorek	-	-	kefir naturalny 200g	-	
	Kolacja	pasta z jajka z koperkiem 75g szynka gotowana 50g papryka 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 60g bułka grahamka 50g herbata 250ml	pasta z jajka z koperkiem 75g szynka gotowana 50g pomidor 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	pasta z jajka z koperkiem 75g szynka gotowana 50g papryka 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	pasta z białka jaja z koperkiem 75g szynka gotowana 50g pomidor 80g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	
	Posiłek nocny	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 – 1,7; chleb żytni razowy – 1; bułka grahamka – 1,7; masło extra – 7; zupa ziemniaczana – 9; płatki ryżowe gotowane na mleku – 7; ser biały – 7; pasta z jajka – 1,3,7; kefir – 7; polędwica sopocka – 1,6,7; szynka gotowana – 1,6; barszcz czerwony – 7,9; pulpet rybno-warzywny gotowany – 1,3,4,7,9; sos pomidorowy – 1,7,9.					