



Jadłospis 01.01-10.01.2025

Samodzielny Publiczny
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie
Dział Żywienia

Środa 2025-01-01

	I śniadanie	obiad	kolacja	II kolacja
<p>Dieta podstawowa (1) 01.01-10.01.2025</p> <p>Razem E: 2136.7 kcal B 105.9 g T 73.0 g W 280.0 g SFA 22.9 g Cukry 54.6 g Sól 8.3 g Błonnik 33.6 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g (GLU, MLE) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb pszenny 70.00g; pomidory, czerwone 60.00g; szynka delikatesowa z kurczaka# 60.00g; chleb żytni razowy 30.00g; roszonek 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, MLE)</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Krupnik jaglany 450.0g (SEL) Podudzia z kurczaka w sosie 200.0g (GLU, MLE, GOR) Surówka z marchewki i jabłka z olejem# 150.0g ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g (GLU, MLE) szynka wiejska# 80.00g; ogórek 65.00g; chleb pszenny 60.00g; chleb żytni razowy 60.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU, SOJ, MLE, GOR)</p>	<p>sok pomidorowy 300.00g;</p>
<p>Dieta podstawowa (1) 01.01-10.01.2025</p> <p>Razem E: 2136.7 kcal B 105.9 g T 73.0 g W 280.0 g SFA 22.9 g Cukry 54.6 g Sól 8.3 g Błonnik 33.6 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g (GLU, MLE) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb pszenny 70.00g; pomidory, czerwone 60.00g; szynka delikatesowa z kurczaka# 60.00g; chleb żytni razowy 30.00g; roszonek 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, MLE)</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Krupnik jaglany 450.0g (SEL) Podudzia z kurczaka w sosie 200.0g (GLU, MLE, GOR) Surówka z marchewki i jabłka z olejem# 150.0g ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g (GLU, MLE) szynka wiejska# 80.00g; ogórek 65.00g; chleb pszenny 60.00g; chleb żytni razowy 60.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU, SOJ, MLE, GOR)</p>	<p>sok pomidorowy 300.00g;</p>

Posilek dodatkowy wydawany razem z kolacją powinien być spożyty o godz. 20.00.

Potrawy przygotowywane w Dziale Żywienia mogą zawierać: zboża zawierające gluten, tj. pszenicę (w tym orkisz i pszenicę khorasan), żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut lub ich odmiany hybrydowe, a także produkty pochodne; skorupiaki i produkty pochodne; jaja i produkty pochodne; ryby i produkty pochodne; orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne; soję i produkty pochodne; mleko i produkty pochodne; seler zwyczajny i produkty pochodne; gorczyce i produkty pochodne; nasiona sezamu i produkty pochodne; dwutlenek siarki i siarczyny; lubin i produkty pochodne; mięczaki i produkty pochodne. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady. Szczegółowy skład potraw dostępny jest w Dziale Żywienia. Z przyczyn niezależnych dopuszcza się wymianę zaplanowanych w jadłospisie produktów na produkty równoważne pod względem energetycznym i wartości odżywczych.



Jadłospis 01.01-10.01.2025

Samodzielny Publiczny
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie
Dział Żywnienia

Czwartek 2025-01-02

	I śniadanie	obiad	kolacja	II kolacja
Dieta podstawowa (1) 01.01-10.01.2025	Zupa mleczna z kaszą manną 300.0g (GLU, MLE) Pasta z zielonego groszku 50.0g herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; banan 80.00g; chleb pszenny 70.00g; pomidory, czerwone 60.00g; polędwica sopocka# 40.00g; chleb żytni razowy 30.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, SOJ, MLE)	Żurek z jajkiem# 450.0g (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR) Kotlet drobiowy smażony 180.0g (GLU, JAJ) Surówka z białej kapusty 150.0g ziemniaki gotowane 200.00g; herbata owocowa, napar 100.00g; koper ogrodowy 3.00g;	Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g (GLU, MLE) Pasta z tuńczyka i twarogu 53.6g (RYB, MLE) papryka czerwona, słodka 75.00g; chleb żytni razowy 60.00g; chleb pszenny 60.00g; szynka wiejska# 40.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU, SOJ, MLE, GOR)	Mus 100.00g;
Razem E: 2184.5 kcal B 110.2 g T 63.5 g W 311.2 g SFA 20.7 g Cukry 56.6 g Sól 8.1 g Błonnik 38.7 g				
Dieta podstawowa (1) 01.01-10.01.2025	Zupa mleczna z kaszą manną 300.0g (GLU, MLE) Pasta z zielonego groszku 50.0g herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; banan 80.00g; chleb pszenny 70.00g; pomidory, czerwone 60.00g; polędwica sopocka# 40.00g; chleb żytni razowy 30.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, SOJ, MLE)	Żurek z jajkiem# 450.0g (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR) Kotlet drobiowy smażony 180.0g (GLU, JAJ) Surówka z białej kapusty 150.0g ziemniaki gotowane 200.00g; herbata owocowa, napar 100.00g; koper ogrodowy 3.00g;	Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g (GLU, MLE) Pasta z tuńczyka i twarogu 53.6g (RYB, MLE) papryka czerwona, słodka 75.00g; chleb żytni razowy 60.00g; chleb pszenny 60.00g; szynka wiejska# 40.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU, SOJ, MLE, GOR)	Mus 100.00g;
Razem E: 2184.5 kcal B 110.2 g T 63.5 g W 311.2 g SFA 20.7 g Cukry 56.6 g Sól 8.1 g Błonnik 38.7 g				

Posilek dodatkowy wydawany razem z kolacją powinien być spożyty o godz. 20.00.

Potrawy przygotowywane w Dziale Żywnienia mogą zawierać: zboża zawierające gluten, tj. pszenicę (w tym orkisz i pszenicę khorasan), żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut lub ich odmiany hybrydowe, a także produkty pochodne; skorupiaki i produkty pochodne; jaja i produkty pochodne; ryby i produkty pochodne; orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne; soję i produkty pochodne; mleko i produkty pochodne; seler zwyczajny i produkty pochodne; gorczycę i produkty pochodne; nasiona sezamu i produkty pochodne; dwutlenek siarki i siarczyny; lubin i produkty pochodne; mięczaki i produkty pochodne. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady. Szczegółowy skład potraw dostępny jest w Dziale Żywnienia. Z przyczyn niezależnych dopuszcza się wymianę zaplanowanych w jadłospisie produktów na produkty równoważne pod względem energetycznym i wartości odżywczych.



Jadłospis 01.01-10.01.2025

Samodzielny Publiczny
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie
Dział Żywnienia

Piątek 2025-01-03

	I śniadanie	obiad	kolacja	II kolacja
<p>Dieta podstawowa (1) 01.01-10.01.2025</p> <p>Razem E: 2220.5 kcal B 103.6 g T 65.9 g W 321.6 g SFA 21.3 g Cukry 81.4 g Sól 6.9 g Błonnik 38.1 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g (GLU, MLE) Pasta twarożek z koperkiem 80.0g (MLE) pomarańcza 300.00g; herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb pszenny 70.00g; ogórek 65.00g; chleb żytni razowy 30.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, MLE)</p>	<p>Surówka z kiszonej kapusty# 150.0g Filet z dorsza panierowany# 175.5g (GLU, JAJ, RYB) Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Zupa wielowarzywna z ryżem 450.0g (MLE, SEL) ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>Kakao na mleku 260.0g (MLE) Pasta jajeczna ze szczypiorkiem# 112.0g (JAJ, MLE, GOR) chleb żytni razowy 60.00g; chleb pszenny 60.00g; pomidory, czerwone 60.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU)</p>	<p>jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; (MLE)</p>
<p>Dieta podstawowa (1) 01.01-10.01.2025</p> <p>Razem E: 2220.5 kcal B 103.6 g T 65.9 g W 321.6 g SFA 21.3 g Cukry 81.4 g Sól 6.9 g Błonnik 38.1 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g (GLU, MLE) Pasta twarożek z koperkiem 80.0g (MLE) pomarańcza 300.00g; herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb pszenny 70.00g; ogórek 65.00g; chleb żytni razowy 30.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, MLE)</p>	<p>Surówka z kiszonej kapusty# 150.0g Filet z dorsza panierowany# 175.5g (GLU, JAJ, RYB) Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Zupa wielowarzywna z ryżem 450.0g (MLE, SEL) ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>Kakao na mleku 260.0g (MLE) Pasta jajeczna ze szczypiorkiem# 112.0g (JAJ, MLE, GOR) chleb żytni razowy 60.00g; chleb pszenny 60.00g; pomidory, czerwone 60.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU)</p>	<p>jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; (MLE)</p>

Posilek dodatkowy wydawany razem z kolacją powinien być spożyty o godz. 20.00.

Potrawy przygotowywane w Dziale Żywnienia mogą zawierać: zboża zawierające gluten, tj. pszenicę (w tym orkisz i pszenicę khorasan), żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut lub ich odmiany hybrydowe, a także produkty pochodne; skorupiaki i produkty pochodne; jaja i produkty pochodne; ryby i produkty pochodne; orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne; soję i produkty pochodne; mleko i produkty pochodne; seler zwyczajny i produkty pochodne; gorczyce i produkty pochodne; nasiona sezamu i produkty pochodne; dwutlenek siarki i siarczyny; lubin i produkty pochodne; mięczaki i produkty pochodne. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady. Szczegółowy skład potraw dostępny jest w Dziale Żywnienia. Z przyczyn niezależnych dopuszcza się wymianę zaplanowanych w jadłospisie produktów na produkty równoważne pod względem energetycznym i wartości odżywczych.



Jadłospis 01.01-10.01.2025

Samodzielny Publiczny
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie
Dział Żywnienia

Sobota 2025-01-04

	I śniadanie	obiad	kolacja	II kolacja
<p>Dieta podstawowa (1) 01.01-10.01.2025</p> <p>Razem E: 2268.3 kcal B 99.4 g T 69.2 g W 333.0 g SFA 20.3 g Cukry 69.4 g Sól 8.9 g Błonnik 44.0 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami orkiszowymi 300.0g (GLU, MLE) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; banan 80.00g; chleb pszenny 70.00g; hummus, gotowy 40.00g; szynka wiejska 40.00g; chleb żytni razowy 30.00g; roszonek 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, MLE, SEZ)</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Pulpet w sosie koperkowym# 230.2g (GLU, JAJ, MLE) Zupa ryżowa# 450.1g (SEL) Surówka z buraków i jabłka# 180.0g kasza jęczmienna, perłowa, gotowana 150.00g; (GLU)</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g (GLU, MLE) szynka delikatesowa z kurczaka# 80.00g; chleb pszenny 60.00g; chleb żytni razowy 60.00g; pomidory, czerwone 60.00g; roszonek 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU)</p>	<p>sok wielowarzywny 300.00g; (SEL)</p>
<p>Dieta podstawowa (1) 01.01-10.01.2025</p> <p>Razem E: 2268.3 kcal B 99.4 g T 69.2 g W 333.0 g SFA 20.3 g Cukry 69.4 g Sól 8.9 g Błonnik 44.0 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami orkiszowymi 300.0g (GLU, MLE) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; banan 80.00g; chleb pszenny 70.00g; hummus, gotowy 40.00g; szynka wiejska 40.00g; chleb żytni razowy 30.00g; roszonek 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, MLE, SEZ)</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Pulpet w sosie koperkowym# 230.2g (GLU, JAJ, MLE) Zupa ryżowa# 450.1g (SEL) Surówka z buraków i jabłka# 180.0g kasza jęczmienna, perłowa, gotowana 150.00g; (GLU)</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g (GLU, MLE) szynka delikatesowa z kurczaka# 80.00g; chleb pszenny 60.00g; chleb żytni razowy 60.00g; pomidory, czerwone 60.00g; roszonek 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU)</p>	<p>sok wielowarzywny 300.00g; (SEL)</p>

Posiłek dodatkowy wydawany razem z kolacją powinien być spożyty o godz. 20.00.

Potrawy przygotowywane w Dziale Żywnienia mogą zawierać: zboża zawierające gluten, tj. pszenicę (w tym orkisz i pszenicę khorasan), żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut lub ich odmiany hybrydowe, a także produkty pochodne; skorupiaki i produkty pochodne; jaja i produkty pochodne; ryby i produkty pochodne; orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne; soję i produkty pochodne; mleko i produkty pochodne; seler zwyczajny i produkty pochodne; gorczyce i produkty pochodne; nasiona sezamu i produkty pochodne; dwutlenek siarki i siarczyny; lubin i produkty pochodne; mięczaki i produkty pochodne. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady. Szczegółowy skład potraw dostępny jest w Dziale Żywnienia. Z przyczyn niezależnych dopuszcza się wymianę zaplanowanych w jadłospisie produktów na produkty równoważne pod względem energetycznym i wartości odżywczych.



Jadłospis 01.01-10.01.2025

Samodzielny Publiczny
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie
Dział Żywienia

Niedziela 2025-01-05

	I śniadanie	obiad	kolacja	II kolacja
Dieta podstawowa (1) 01.01-10.01.2025	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300.0g (MLE) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb pszenny 70.00g; szynka wiejska 60.00g; pomidory, czerwone 60.00g; chleb żytni razowy 30.00g; roszonek 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, MLE)	Bitki ze schabu duszone w białym sosie# 256.5g (GLU, MLE) Zupa pomidorowa z makaronem# 452.0g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Bukiet jarzyn gotowany# 205.0g (SEL) ziemniaki gotowane 200.00g; herbata owocowa, napar 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;	Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g (GLU, MLE) kurczak faszerowany, pieczony# 80.00g; chleb żytni razowy 60.00g; chleb pszenny 60.00g; pomidory, czerwone 60.00g; roszonek 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU, SOJ, SEL, GOR, SO2)	jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; (MLE)
Razem E: 2105.6 kcal B 112.6 g T 65.2 g W 282.6 g SFA 22.2 g Cukry 50.6 g Sól 7.1 g Błonnik 31.8 g				
Dieta podstawowa (1) 01.01-10.01.2025	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300.0g (MLE) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb pszenny 70.00g; szynka wiejska 60.00g; pomidory, czerwone 60.00g; chleb żytni razowy 30.00g; roszonek 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, MLE)	Bitki ze schabu duszone w białym sosie# 256.5g (GLU, MLE) Zupa pomidorowa z makaronem# 452.0g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Bukiet jarzyn gotowany# 205.0g (SEL) ziemniaki gotowane 200.00g; herbata owocowa, napar 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;	Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g (GLU, MLE) kurczak faszerowany, pieczony# 80.00g; chleb żytni razowy 60.00g; chleb pszenny 60.00g; pomidory, czerwone 60.00g; roszonek 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU, SOJ, SEL, GOR, SO2)	jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; (MLE)
Razem E: 2105.6 kcal B 112.6 g T 65.2 g W 282.6 g SFA 22.2 g Cukry 50.6 g Sól 7.1 g Błonnik 31.8 g				

Posilek dodatkowy wydawany razem z kolacją powinien być spożyty o godz. 20.00.

Potrawy przygotowywane w Dziale Żywienia mogą zawierać: zboża zawierające gluten, tj. pszenicę (w tym orkisz i pszenicę khorasan), żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut lub ich odmiany hybrydowe, a także produkty pochodne; skorupiaki i produkty pochodne; jaja i produkty pochodne; ryby i produkty pochodne; orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne; soję i produkty pochodne; mleko i produkty pochodne; seler zwyczajny i produkty pochodne; gorczycę i produkty pochodne; nasiona sezamu i produkty pochodne; dwutlenek siarki i siarczyny; lubin i produkty pochodne; mięczaki i produkty pochodne. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady. Szczegółowy skład potraw dostępny jest w Dziale Żywienia. Z przyczyn niezależnych dopuszcza się wymianę zaplanowanych w jadłospisie produktów na produkty równoważne pod względem energetycznym i wartości odżywczych.



Jadłospis 01.01-10.01.2025

Samodzielny Publiczny
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie
Dział Żywnienia

Poniedziałek 2025-01-06

	I śniadanie	obiad	kolacja	II kolacja
<p>Dieta podstawowa (1) 01.01-10.01.2025</p> <p>Razem E: 2063.3 kcal B 111.5 g T 59.1 g W 289.5 g SFA 19.0 g Cukry 62.2 g Sól 10.7 g Błonnik 38.3 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g (GLU, MLE)</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; chleb pszenny 70.00g; polędwica sopocka# 60.00g; chleb żytni razowy 30.00g; roszonek 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, SOJ, MLE)</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych# 200.0g</p> <p>Zupa koperkowa z makaronem 450.8g (GLU, MLE, SEL)</p> <p>Pierś z kurczaka duszona w białym sosie 285.0g (GLU, MLE)</p> <p>Surówka z marchewki i jabłka z olejem# 150.0g</p> <p>ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g (GLU, MLE)</p> <p>szynka drobiowa 80.00g; chleb żytni razowy 60.00g; chleb pszenny 60.00g; ogórek kiszony 50.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU)</p>	<p>sok pomidorowy 300.00g;</p>
<p>Dieta podstawowa (1) 01.01-10.01.2025</p> <p>Razem E: 2063.3 kcal B 111.5 g T 59.1 g W 289.5 g SFA 19.0 g Cukry 62.2 g Sól 10.7 g Błonnik 38.3 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g (GLU, MLE)</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; chleb pszenny 70.00g; polędwica sopocka# 60.00g; chleb żytni razowy 30.00g; roszonek 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, SOJ, MLE)</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych# 200.0g</p> <p>Zupa koperkowa z makaronem 450.8g (GLU, MLE, SEL)</p> <p>Pierś z kurczaka duszona w białym sosie 285.0g (GLU, MLE)</p> <p>Surówka z marchewki i jabłka z olejem# 150.0g</p> <p>ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g (GLU, MLE)</p> <p>szynka drobiowa 80.00g; chleb żytni razowy 60.00g; chleb pszenny 60.00g; ogórek kiszony 50.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU)</p>	<p>sok pomidorowy 300.00g;</p>

Posiłek dodatkowy wydawany razem z kolacją powinien być spożyty o godz. 20.00.

Potrawy przygotowywane w Dziale Żywnienia mogą zawierać: zboża zawierające gluten, tj. pszenicę (w tym orkisz i pszenicę khorasan), żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut lub ich odmiany hybrydowe, a także produkty pochodne; skorupiaki i produkty pochodne; jaja i produkty pochodne; ryby i produkty pochodne; orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne; soję i produkty pochodne; mleko i produkty pochodne; seler zwyczajny i produkty pochodne; gorczycę i produkty pochodne; nasiona sezamu i produkty pochodne; dwutlenek siarki i siarczyny; lubin i produkty pochodne; mięczaki i produkty pochodne. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady. Szczegółowy skład potraw dostępny jest w Dziale Żywnienia. Z przyczyn niezależnych dopuszcza się wymianę zaplanowanych w jadłospisie produktów na produkty równoważne pod względem energetycznym i wartości odżywczych.



Jadłospis 01.01-10.01.2025

Samodzielny Publiczny
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie
Dział Żywienia

Wtorek 2025-01-07

	I śniadanie	obiad	kolacja	II kolacja
<p>Dieta podstawowa (1) 01.01-10.01.2025</p> <p>Razem E: 1999.5 kcal B 97.9 g T 54.8 g W 297.5 g SFA 23.0 g Cukry 84.9 g Sól 7.7 g Błonnik 37.8 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami orkiszowymi 300.0g (GLU, MLE) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; kiwi 81.00g; serek naturalny, lekki (Bieluch) 75.00g; chleb pszenny 70.00g; dżem truskawkowy, niskosłodzony 30.00g; chleb żytni razowy 30.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, MLE)</p>	<p>Zupa ogórkowa z ziemniakami zabieleną 450.0g (MLE, SEL) Buraczki na ciepło# 180.0g (GLU, MLE) Gulasz z indyka z warzywami# 301.1g (GLU, MLE, SEL) herbata owocowa, napar 200.00g; kasza gryczana prażona, gotowana 150.00g;</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g (GLU, MLE) jaja gotowane 100.00g; ogórek 65.00g; chleb pszenny 60.00g; chleb żytni razowy 60.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU, JAJ)</p>	<p>jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; (MLE)</p>
<p>Dieta podstawowa (1) 01.01-10.01.2025</p> <p>Razem E: 1999.5 kcal B 97.9 g T 54.8 g W 297.5 g SFA 23.0 g Cukry 84.9 g Sól 7.7 g Błonnik 37.8 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami orkiszowymi 300.0g (GLU, MLE) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; kiwi 81.00g; serek naturalny, lekki (Bieluch) 75.00g; chleb pszenny 70.00g; dżem truskawkowy, niskosłodzony 30.00g; chleb żytni razowy 30.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, MLE)</p>	<p>Zupa ogórkowa z ziemniakami zabieleną 450.0g (MLE, SEL) Buraczki na ciepło# 180.0g (GLU, MLE) Gulasz z indyka z warzywami# 301.1g (GLU, MLE, SEL) herbata owocowa, napar 200.00g; kasza gryczana prażona, gotowana 150.00g;</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g (GLU, MLE) jaja gotowane 100.00g; ogórek 65.00g; chleb pszenny 60.00g; chleb żytni razowy 60.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU, JAJ)</p>	<p>jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; (MLE)</p>

Posilek dodatkowy wydawany razem z kolacją powinien być spożyty o godz. 20.00.

Potrawy przygotowywane w Dziale Żywienia mogą zawierać: zboża zawierające gluten, tj. pszenicę (w tym orkisz i pszenicę khorasan), żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut lub ich odmiany hybrydowe, a także produkty pochodne; skorupiaki i produkty pochodne; jaja i produkty pochodne; ryby i produkty pochodne; orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne; soję i produkty pochodne; mleko i produkty pochodne; seler zwyczajny i produkty pochodne; gorczycę i produkty pochodne; nasiona sezamu i produkty pochodne; dwutlenek siarki i siarczyny; lubin i produkty pochodne; mięczaki i produkty pochodne. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady. Szczegółowy skład potraw dostępny jest w Dziale Żywienia. Z przyczyn niezależnych dopuszcza się wymianę zaplanowanych w jadłospisie produktów na produkty równoważne pod względem energetycznym i wartości odżywczych.



Jadłospis 01.01-10.01.2025

Samodzielny Publiczny
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie
Dział Żywnienia

Środa 2025-01-08

	I śniadanie	obiad	kolacja	II kolacja
<p>Dieta podstawowa (1) 01.01-10.01.2025</p> <p>Razem E: 2293.9 kcal B 102.1 g T 72.0 g W 329.0 g SFA 21.0 g Cukry 54.8 g Sól 8.4 g Błonnik 39.4 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g (GLU, MLE)</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; chleb pszenny 70.00g; pasta warzywna 40.00g; szynka wiejska# 40.00g; chleb żytni razowy 30.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, SOJ, MLE, GOR)</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych# 200.0g</p> <p>Rosół z makaronem# 450.0g (GLU, SEL)</p> <p>Surówka z marchewki i jabłka z olejem# 150.0g</p> <p>Pieczone udko z kurczaka w panierce 199.9g (GLU, MLE)</p> <p>ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g (GLU, MLE)</p> <p>szynka wiejska# 80.00g; ogórek 65.00g; chleb pszenny 60.00g; chleb żytni razowy 60.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU, SOJ, MLE, GOR)</p>	<p>Mus 100.00g;</p>
<p>Dieta podstawowa (1) 01.01-10.01.2025</p> <p>Razem E: 2293.9 kcal B 102.1 g T 72.0 g W 329.0 g SFA 21.0 g Cukry 54.8 g Sól 8.4 g Błonnik 39.4 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g (GLU, MLE)</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; chleb pszenny 70.00g; pasta warzywna 40.00g; szynka wiejska# 40.00g; chleb żytni razowy 30.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, SOJ, MLE, GOR)</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych# 200.0g</p> <p>Rosół z makaronem# 450.0g (GLU, SEL)</p> <p>Surówka z marchewki i jabłka z olejem# 150.0g</p> <p>Pieczone udko z kurczaka w panierce 199.9g (GLU, MLE)</p> <p>ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g (GLU, MLE)</p> <p>szynka wiejska# 80.00g; ogórek 65.00g; chleb pszenny 60.00g; chleb żytni razowy 60.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU, SOJ, MLE, GOR)</p>	<p>Mus 100.00g;</p>

Posiłek dodatkowy wydawany razem z kolacją powinien być spożyty o godz. 20.00.

Potrawy przygotowywane w Dziale Żywnienia mogą zawierać: zboża zawierające gluten, tj. pszenicę (w tym orkisz i pszenicę khorasan), żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut lub ich odmiany hybrydowe, a także produkty pochodne; skorupiaki i produkty pochodne; jaja i produkty pochodne; ryby i produkty pochodne; orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne; soję i produkty pochodne; mleko i produkty pochodne; seler zwyczajny i produkty pochodne; gorczycę i produkty pochodne; nasiona sezamu i produkty pochodne; dwutlenek siarki i siarczyny; lubin i produkty pochodne; mięczaki i produkty pochodne. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady. Szczegółowy skład potraw dostępny jest w Dziale Żywnienia. Z przyczyn niezależnych dopuszcza się wymianę zaplanowanych w jadłospisie produktów na produkty równoważne pod względem energetycznym i wartości odżywczych.



Jadłospis 01.01-10.01.2025

Samodzielny Publiczny
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie
Dział Żywnienia

Czwartek 2025-01-09

	I śniadanie	obiad	kolacja	II kolacja
<p>Dieta podstawowa (1) 01.01-10.01.2025</p> <p>Razem E: 2203.5 kcal B 108.0 g T 82.2 g W 276.7 g SFA 27.0 g Cukry 60.1 g Sól 9.7 g Błonnik 38.7 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300.0g (GLU, MLE)</p> <p>Pasta drobiowa z warzywami 133.0g (SEL)</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; pomidory, czerwone 60.00g; bułki grahamki 50.00g; chleb pszenny 30.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, MLE)</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych# 200.0g</p> <p>Zupa cukiniowa z ziemniakami i serem feta# 450.0g (MLE, SEL)</p> <p>Surówka z kapusty pekińskiej 150.0g (JAJ, MLE, GOR)</p> <p>Pieczone kotlety mielone z warzywami 186.0g (GLU, JAJ)</p> <p>ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g (GLU, MLE)</p> <p>połędwica sopocka# 80.00g; chleb żytni razowy 60.00g; chleb pszenny 60.00g; ogórek kwaszony 50.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU, SOJ)</p>	<p>sok pomidorowy 300.00g;</p>
<p>Dieta podstawowa (1) 01.01-10.01.2025</p> <p>Razem E: 2203.5 kcal B 108.0 g T 82.2 g W 276.7 g SFA 27.0 g Cukry 60.1 g Sól 9.7 g Błonnik 38.7 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300.0g (GLU, MLE)</p> <p>Pasta drobiowa z warzywami 133.0g (SEL)</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; pomidory, czerwone 60.00g; bułki grahamki 50.00g; chleb pszenny 30.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, MLE)</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych# 200.0g</p> <p>Zupa cukiniowa z ziemniakami i serem feta# 450.0g (MLE, SEL)</p> <p>Surówka z kapusty pekińskiej 150.0g (JAJ, MLE, GOR)</p> <p>Pieczone kotlety mielone z warzywami 186.0g (GLU, JAJ)</p> <p>ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g (GLU, MLE)</p> <p>połędwica sopocka# 80.00g; chleb żytni razowy 60.00g; chleb pszenny 60.00g; ogórek kwaszony 50.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU, SOJ)</p>	<p>sok pomidorowy 300.00g;</p>

Posilek dodatkowy wydawany razem z kolacją powinien być spożyty o godz. 20.00.

Potrawy przygotowywane w Dziale Żywnienia mogą zawierać: zboża zawierające gluten, tj. pszenicę (w tym orkisz i pszenicę khorasan), żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut lub ich odmiany hybrydowe, a także produkty pochodne; skorupiaki i produkty pochodne; jaja i produkty pochodne; ryby i produkty pochodne; orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne; soję i produkty pochodne; mleko i produkty pochodne; seler zwyczajny i produkty pochodne; gorczyce i produkty pochodne; nasiona sezamu i produkty pochodne; dwutlenek siarki i siarczyny; lubin i produkty pochodne; mięczaki i produkty pochodne. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady. Szczegółowy skład potraw dostępny jest w Dziale Żywnienia. Z przyczyn niezależnych dopuszcza się wymianę zaplanowanych w jadłospisie produktów na produkty równoważne pod względem energetycznym i wartości odżywczych.



Jadłospis 01.01-10.01.2025

Samodzielny Publiczny
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie
Dział Żywnienia

Piątek 2025-01-10

	I śniadanie	obiad	kolacja	II kolacja
<p>Dieta podstawowa (1) 01.01-10.01.2025</p> <p>Razem E: 2068.8 kcal B 103.9 g T 59.3 g W 297.2 g SFA 23.5 g Cukry 59.3 g Sól 9.1 g Błonnik 34.1 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g (GLU, MLE)</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; serek twarogowy, ziarnisty 200.00g; chleb pszenny 70.00g; pomidory, czerwone 60.00g; chleb żytni razowy 30.00g; rukola 12.00g; masło ekstra 10.00g; brokuły, kielki 5.00g; (GLU, MLE)</p>	<p>Barszcz czerwony z fasolą# 450.0g (GLU, MLE, SEL)</p> <p>Kompot z owoców mrożonych# 200.0g</p> <p>Łazanki z kiszoną kapustą 411.5g (GLU)</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g (GLU, MLE)</p> <p>Pasta z makreli i twarogu 56.5g (RYB, MLE)</p> <p>ogórek 65.00g; chleb pszenny 60.00g; chleb żytni razowy 60.00g; szynka wiejska# 40.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU, SOJ, MLE, GOR)</p>	<p>kefir, 2% tłuszczu 200.00g; (MLE)</p>
<p>Dieta podstawowa (1) 01.01-10.01.2025</p> <p>Razem E: 2068.8 kcal B 103.9 g T 59.3 g W 297.2 g SFA 23.5 g Cukry 59.3 g Sól 9.1 g Błonnik 34.1 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g (GLU, MLE)</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; serek twarogowy, ziarnisty 200.00g; chleb pszenny 70.00g; pomidory, czerwone 60.00g; chleb żytni razowy 30.00g; rukola 12.00g; masło ekstra 10.00g; brokuły, kielki 5.00g; (GLU, MLE)</p>	<p>Barszcz czerwony z fasolą# 450.0g (GLU, MLE, SEL)</p> <p>Kompot z owoców mrożonych# 200.0g</p> <p>Łazanki z kiszoną kapustą 411.5g (GLU)</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g (GLU, MLE)</p> <p>Pasta z makreli i twarogu 56.5g (RYB, MLE)</p> <p>ogórek 65.00g; chleb pszenny 60.00g; chleb żytni razowy 60.00g; szynka wiejska# 40.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU, SOJ, MLE, GOR)</p>	<p>kefir, 2% tłuszczu 200.00g; (MLE)</p>

Posilek dodatkowy wydawany razem z kolacją powinien być spożyty o godz. 20.00.

Potrawy przygotowywane w Dziale Żywnienia mogą zawierać: zboża zawierające gluten, tj. pszenicę (w tym orkisz i pszenicę khorasan), żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut lub ich odmiany hybrydowe, a także produkty pochodne; skorupiaki i produkty pochodne; jaja i produkty pochodne; ryby i produkty pochodne; orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne; soję i produkty pochodne; mleko i produkty pochodne; seler zwyczajny i produkty pochodne; gorczycę i produkty pochodne; nasiona sezamu i produkty pochodne; dwutlenek siarki i siarczyny; lubin i produkty pochodne; mięczaki i produkty pochodne. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady. Szczegółowy skład potraw dostępny jest w Dziale Żywnienia. Z przyczyn niezależnych dopuszcza się wymianę zaplanowanych w jadłospisie produktów na produkty równoważne pod względem energetycznym i wartości odżywczych.



Jadłospis 01.01-10.01.2025

Samodzielny Publiczny
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie
Dział Żywnienia

Środa 2025-01-01

Dieta z ograniczeniem
łatwo przyswajalnych
węglowodanów (6)
01.01-10.01.2025

	śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja + posiłek
	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g (GLU, MLE) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb żytni razowy 90.00g; pomidory, czerwone 60.00g; szynka delikatesowa z kurczaka# 60.00g; rosółka 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, MLE)	pomarańcza 300.00g;	Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g Krupnik jaglany 450.0g (SEL) Podudzia z kurczaka w sosie 200.0g (GLU, MLE, GOR) Surówka z marchewki i jabłka z olejem# 150.0g ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;	kefir, 2% tłuszczu 100.00g; (MLE)	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g (GLU, MLE) sok pomidorowy 300.00g; chleb żytni razowy 120.00g; szynka wiejska# 80.00g; ogórek 65.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU, SOJ, MLE, GOR)

Razem E: 2262.3 kcal | B 109.7 g | T 76.8 g
| W 304.9 g | SFA 24.7 g | Cukry 81.6 g |
Sól 8.4 g | Błonnik 45.9 g

Posiłek dodatkowy wydawany razem z kolacją powinien być spożyty o godz. 20.00.

Potrawy przygotowywane w Dziale Żywnienia mogą zawierać: zboża zawierające gluten, tj. pszenicę (w tym orkisz i pszenicę khorasan), żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut lub ich odmiany hybrydowe, a także produkty pochodne; skorupiaki i produkty pochodne; jaja i produkty pochodne; ryby i produkty pochodne; orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne; soję i produkty pochodne; mleko i produkty pochodne; seler zwyczajny i produkty pochodne; gorczycę i produkty pochodne; nasiona sezamu i produkty pochodne; dwutlenek siarki i siarczyny; lubin i produkty pochodne; mięczaki i produkty pochodne. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady. Szczegółowy skład potraw dostępny jest w Dziale Żywnienia. Z przyczyn niezależnych dopuszcza się wymianę zaplanowanych w jadłospisie produktów na produkty równoważne pod względem energetycznym i wartości odżywczych.



Jadłospis 01.01-10.01.2025

Samodzielny Publiczny
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie
Dział Żywnienia

Czwartek 2025-01-02

Dieta z ograniczeniem
łatwo przyswajalnych
węglowodanów (6)
01.01-10.01.2025

	śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja + posiłek
	Zupa mleczna z kaszą gryczaną 300.0g (MLE) Pasta z zielonego groszku 50.0g herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb żytni razowy 90.00g; pomidory, czerwone 60.00g; polędwica sopocka# 40.00g; roszonek 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, SOJ, MLE)	Koktajl truskawkowy# 255.0g (MLE)	Zupa grysikowa# 450.0g (GLU, SEL) Surówka z białej kapusty 150.0g Filet z indyka duszony w sosie# 205.0g (GLU, MLE, SEL) ziemniaki gotowane 200.00g; herbata owocowa, napar 100.00g; koper ogrodowy 3.00g;	Gruszka pieczona 130.0g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g (GLU, MLE) Pasta z tuńczyka i twarogu 53.6g (RYB, MLE) chleb żytni razowy 120.00g; Mus 100.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; szynka wiejska# 40.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU, SOJ, MLE, GOR)

Razem E: 2060.1 kcal | B 104.2 g | T 50.2 g
| W 322.0 g | SFA 19.0 g | Cukry 76.1 g |
Sól 6.2 g | Błonnik 51.7 g

Posiłek dodatkowy wydawany razem z kolacją powinien być spożyty o godz. 20.00.

Potrawy przygotowywane w Dziale Żywnienia mogą zawierać: zboża zawierające gluten, tj. pszenicę (w tym orkisz i pszenicę khorasan), żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut lub ich odmiany hybrydowe, a także produkty pochodne; skorupiaki i produkty pochodne; jaja i produkty pochodne; ryby i produkty pochodne; orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne; soję i produkty pochodne; mleko i produkty pochodne; seler zwyczajny i produkty pochodne; gorczycę i produkty pochodne; nasiona sezamu i produkty pochodne; dwutlenek siarki i siarczyny; lubin i produkty pochodne; mięczaki i produkty pochodne. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady. Szczegółowy skład potraw dostępny jest w Dziale Żywnienia. Z przyczyn niezależnych dopuszcza się wymianę zaplanowanych w jadłospisie produktów na produkty równoważne pod względem energetycznym i wartości odżywczych.



Jadłospis 01.01-10.01.2025

Samodzielny Publiczny
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie
Dział Żywnienia

Piątek 2025-01-03

Dieta z ograniczeniem
łatwo przyswajalnych
węglowodanów (6)
01.01-10.01.2025

	śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja + posiłek
	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g (GLU, MLE) Pasta twarożek z koperkiem 80.0g (MLE) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb żytni razowy 90.00g; ogórek 65.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, MLE)	pomarańcza 300.00g;	Surówka z kiszonej kapusty# 150.0g Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g Zupa wielowarzywna z ryżem 450.0g (MLE, SEL) Dorsz pieczony z sosem koperkowym# 246.1g (GLU, RYB, MLE) ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;	Jabłko pieczone 150.0g	Kakao na mleku b/cukru 260.0g (MLE) Pasta jajeczna ze szczypiorkiem# 112.0g (JAJ, MLE, GOR) jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; chleb żytni razowy 120.00g; pomidory, czerwone 60.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU, MLE)

Razem E: 2123.3 kcal | B 97.7 g | T 60.4 g |
W 319.8 g | SFA 21.4 g | Cukry 91.2 g | Sól
6.7 g | Błonnik 47.3 g

Posiłek dodatkowy wydawany razem z kolacją powinien być spożyty o godz. 20.00.

Potrawy przygotowywane w Dziale Żywnienia mogą zawierać: zboża zawierające gluten, tj. pszenicę (w tym orkisz i pszenicę khorasan), żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut lub ich odmiany hybrydowe, a także produkty pochodne; skorupiaki i produkty pochodne; jaja i produkty pochodne; ryby i produkty pochodne; orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne; soję i produkty pochodne; mleko i produkty pochodne; seler zwyczajny i produkty pochodne; gorczycę i produkty pochodne; nasiona sezamu i produkty pochodne; dwutlenek siarki i siarczyny; łubin i produkty pochodne; mięczaki i produkty pochodne. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady. Szczegółowy skład potraw dostępny jest w Dziale Żywnienia. Z przyczyn niezależnych dopuszcza się wymianę zaplanowanych w jadłospisie produktów na produkty równoważne pod względem energetycznym i wartości odżywczych.



Jadłospis 01.01-10.01.2025

Samodzielny Publiczny
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie
Dział Żywnienia

Sobota 2025-01-04

Dieta z ograniczeniem
łatwo przyswajalnych
węglowodanów (6)
01.01-10.01.2025

	śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja + posiłek
	Zupa mleczna z płatkami orkiszowymi 300.0g (GLU, MLE) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb żytni razowy 90.00g; szynka wiejska 40.00g; hummus, gotowy 40.00g; roszonek 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, MLE, SEZ)	kiwi 81.00g;	Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g Pulpet w sosie koperkowym# 230.2g (GLU, JAJ, MLE) Zupa ryżowa# 450.1g (SEL) Surówka z buraków i jabłka# 180.0g kasza jęczmienna, perłowa, gotowana 150.00g; (GLU)	kefir, 2% tłuszczu 100.00g; (MLE)	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g (GLU, MLE) sok wielowarzywny 300.00g; chleb żytni razowy 120.00g; szynka delikatesowa z kurczaka# 80.00g; pomidory, czerwone 60.00g; roszonek 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU, SEL)

Razem E: 2223.8 kcal | B 100.5 g | T 72.6 g
| W 316.4 g | SFA 22.0 g | Cukry 62.3 g |
Sól 9.0 g | Błonnik 50.9 g

Posiłek dodatkowy wydawany razem z kolacją powinien być spożyty o godz. 20.00.

Potrawy przygotowywane w Dziale Żywnienia mogą zawierać: zboża zawierające gluten, tj. pszenicę (w tym orkisz i pszenicę khorasan), żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut lub ich odmiany hybrydowe, a także produkty pochodne; skorupiaki i produkty pochodne; jaja i produkty pochodne; ryby i produkty pochodne; orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne; soję i produkty pochodne; mleko i produkty pochodne; seler zwyczajny i produkty pochodne; gorczycę i produkty pochodne; nasiona sezamu i produkty pochodne; dwutlenek siarki i siarczyny; lubin i produkty pochodne; mięczaki i produkty pochodne. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady. Szczegółowy skład potraw dostępny jest w Dziale Żywnienia. Z przyczyn niezależnych dopuszcza się wymianę zaplanowanych w jadłospisie produktów na produkty równoważne pod względem energetycznym i wartości odżywczych.



Jadłospis 01.01-10.01.2025

Samodzielny Publiczny
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie
Dział Żywnienia

Niedziela 2025-01-05

Dieta z ograniczeniem
łatwo przyswajalnych
węglowodanów (6)
01.01-10.01.2025

	śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja + posiłek
	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300.0g (MLE) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb żytni razowy 90.00g; szynka wiejska 60.00g; pomidory, czerwone 60.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, MLE)	kefir, 2% tłuszczu 100.00g; (MLE)	Bitki ze schabu duszone w białym sosie# 256.5g (GLU, MLE) Zupa pomidorowa z makaronem# 452.0g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Bukiet jarzyn gotowany# 205.0g (SEL) ziemniaki gotowane 200.00g; herbata owocowa, napar 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;	pomarańcza 300.00g;	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g (GLU, MLE) jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; chleb żytni razowy 120.00g; kurczak faszerowany, pieczony# 80.00g; pomidory, czerwone 60.00g; roszponka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2)

Razem E: 2247.1 kcal | B 116.5 g | T 69.0 g
| W 311.5 g | SFA 24.0 g | Cukry 81.5 g |
Sól 7.2 g | Błonnik 44.1 g

Posiłek dodatkowy wydawany razem z kolacją powinien być spożyty o godz. 20.00.

Potrawy przygotowywane w Dziale Żywnienia mogą zawierać: zboża zawierające gluten, tj. pszenicę (w tym orkisz i pszenicę khorasan), żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut lub ich odmiany hybrydowe, a także produkty pochodne; skorupiaki i produkty pochodne; jaja i produkty pochodne; ryby i produkty pochodne; orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne; soję i produkty pochodne; mleko i produkty pochodne; seler zwyczajny i produkty pochodne; gorczycę i produkty pochodne; nasiona sezamu i produkty pochodne; dwutlenek siarki i siarczyny; lubin i produkty pochodne; mięczaki i produkty pochodne. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady. Szczegółowy skład potraw dostępny jest w Dziale Żywnienia. Z przyczyn niezależnych dopuszcza się wymianę zaplanowanych w jadłospisie produktów na produkty równoważne pod względem energetycznym i wartości odżywczych.



Jadłospis 01.01-10.01.2025

Samodzielny Publiczny
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie
Dział Żywnienia

Poniedziałek 2025-01-06

Dieta z ograniczeniem
łatwo przyswajalnych
węglowodanów (6)
01.01-10.01.2025

Razem E: 2132.8 kcal | B 114.1 g | T 62.9 g
| W 300.1 g | SFA 20.9 g | Cukry 80.2 g |
Sól 10.8 g | Błonnik 47.9 g

śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja + posiłek
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g (GLU, MLE) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb żytni razowy 90.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; polędwica sopocka# 60.00g; roszpodka 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, SOJ, MLE)	jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (MLE)	Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g Zupa koperkowa z makaronem 450.8g (GLU, MLE, SEL) Pierś z kurczaka duszona w białym sosie 285.0g (GLU, MLE) Surówka z marchewki i jabłka z olejem# 150.0g ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;	Jabłko pieczone 150.0g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g (GLU, MLE) sok pomidorowy 300.00g; chleb żytni razowy 120.00g; szynka drobiowa 80.00g; ogórek kiszony 50.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU)

Posiłek dodatkowy wydawany razem z kolacją powinien być spożyty o godz. 20.00.

Potrawy przygotowywane w Dziale Żywnienia mogą zawierać: zboża zawierające gluten, tj. pszenicę (w tym orkisz i pszenicę khorasan), żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut lub ich odmiany hybrydowe, a także produkty pochodne; skorupiaki i produkty pochodne; jaja i produkty pochodne; ryby i produkty pochodne; orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne; soję i produkty pochodne; mleko i produkty pochodne; seler zwyczajny i produkty pochodne; gorczycę i produkty pochodne; nasiona sezamu i produkty pochodne; dwutlenek siarki i siarczyny; lubin i produkty pochodne; mięczaki i produkty pochodne. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady. Szczegółowy skład potraw dostępny jest w Dziale Żywnienia. Z przyczyn niezależnych dopuszcza się wymianę zaplanowanych w jadłospisie produktów na produkty równoważne pod względem energetycznym i wartości odżywczych.



Jadłospis 01.01-10.01.2025

Samodzielny Publiczny
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie
Dział Żywnienia

Wtorek 2025-01-07

Dieta z ograniczeniem
łatwo przyswajalnych
węglowodanów (6)
01.01-10.01.2025

	śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja + posiłek
	Zupa mleczna z płatkami orkiszowymi 300.0g (GLU, MLE) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb żytni razowy 90.00g; kiwi 81.00g; serek naturalny, lekki (Bieluch) 75.00g; szynka kanapkowa# 40.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, SOJ, MLE)	Czekoladowy koktajl bananowy# 186.0g (MLE)	Zupa ogórkowa z ziemniakami zabelana 450.0g (MLE, SEL) Gulasz z indyka z warzywami# 301.1g (GLU, MLE, SEL) Surówka z buraków i jabłka# 180.0g herbata owocowa, napar 200.00g; kasza gryczana prażona, gotowana 150.00g;	Gruszka pieczona 130.0g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g (GLU, MLE) jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; chleb żytni razowy 120.00g; jaja gotowane 100.00g; ogórek 65.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU, JAJ, MLE)

Razem E: 2247.0 kcal | B 109.6 g | T 70.3 g
| W 319.3 g | SFA 25.0 g | Cukry 94.0 g |
Sól 8.2 g | Błonnik 50.2 g

Posiłek dodatkowy wydawany razem z kolacją powinien być spożyty o godz. 20.00.

Potrawy przygotowywane w Dziale Żywnienia mogą zawierać: zboża zawierające gluten, tj. pszenicę (w tym orkisz i pszenicę khorasan), żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut lub ich odmiany hybrydowe, a także produkty pochodne; skorupiaki i produkty pochodne; jaja i produkty pochodne; ryby i produkty pochodne; orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne; soję i produkty pochodne; mleko i produkty pochodne; seler zwyczajny i produkty pochodne; gorczycę i produkty pochodne; nasiona sezamu i produkty pochodne; dwutlenek siarki i siarczyny; lubin i produkty pochodne; mięczaki i produkty pochodne. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady. Szczegółowy skład potraw dostępny jest w Dziale Żywnienia. Z przyczyn niezależnych dopuszcza się wymianę zaplanowanych w jadłospisie produktów na produkty równoważne pod względem energetycznym i wartości odżywczych.



Jadłospis 01.01-10.01.2025

Samodzielny Publiczny
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie
Dział Żywnienia

Środa 2025-01-08

Dieta z ograniczeniem
łatwo przyswajalnych
węglowodanów (6)
01.01-10.01.2025

	śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja + posiłek
	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g (GLU, MLE) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb żytni razowy 90.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; szynka wiejska# 40.00g; pasta warzywna 40.00g; roszonek 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, SOJ, MLE, GOR)	jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (MLE)	Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g Zupa ziemniaczana z makaronem 450.0g (GLU, SEL) Surówka z marchewki i jabłka z olejem# 150.0g Udko z kurczaka w sosie# 200.0g (GLU, MLE) ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;	Gruszka pieczona 130.0g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g (GLU, MLE) chleb żytni razowy 120.00g; Mus 100.00g; szynka wiejska# 80.00g; ogórek 65.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU, SOJ, MLE, GOR)

Razem E: 2323.1 kcal | B 103.4 g | T 75.8 g
| W 329.5 g | SFA 23.7 g | Cukry 67.9 g |
Sól 8.4 g | Błonnik 48.7 g

Posiłek dodatkowy wydawany razem z kolacją powinien być spożyty o godz. 20.00.

Potrawy przygotowywane w Dziale Żywnienia mogą zawierać: zboża zawierające gluten, tj. pszenicę (w tym orkisz i pszenicę khorasan), żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut lub ich odmiany hybrydowe, a także produkty pochodne; skorupiaki i produkty pochodne; jaja i produkty pochodne; ryby i produkty pochodne; orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne; soję i produkty pochodne; mleko i produkty pochodne; seler zwyczajny i produkty pochodne; gorczycę i produkty pochodne; nasiona sezamu i produkty pochodne; dwutlenek siarki i siarczyny; lubin i produkty pochodne; mięczaki i produkty pochodne. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady. Szczegółowy skład potraw dostępny jest w Dziale Żywnienia. Z przyczyn niezależnych dopuszcza się wymianę zaplanowanych w jadłospisie produktów na produkty równoważne pod względem energetycznym i wartości odżywczych.



Jadłospis 01.01-10.01.2025

Samodzielny Publiczny
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie
Dział Żywnienia

Czwartek 2025-01-09

Dieta z ograniczeniem
łatwo przyswajalnych
węglowodanów (6)
01.01-10.01.2025

	śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja + posiłek
	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300.0g (GLU, MLE) Pasta drobiowa z warzywami 133.0g (SEL) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; pomidory, czerwone 60.00g; bułki grahamki 50.00g; chleb żytni razowy 30.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, MLE)	jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (MLE)	Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g Zupa cukiniowa z ziemniakami i serem feta# 450.0g (MLE, SEL) Surówka z kapusty pekińskiej 150.0g (JAJ, MLE, GOR) Pieczone kotlety mielone z warzywami 186.0g (GLU, JAJ) ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;	Jabłko pieczone 150.0g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g (GLU, MLE) sok pomidorowy 300.00g; chleb żytni razowy 120.00g; połudwica sopocka# 80.00g; ogórek kwaszony 50.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU, SOJ)

Razem E: 2308.1 kcal | B 112.3 g | T 86.0 g
| W 293.8 g | SFA 28.8 g | Cukry 77.9 g |
Sól 9.9 g | Błonnik 46.9 g

Posiłek dodatkowy wydawany razem z kolacją powinien być spożyty o godz. 20.00.

Potrawy przygotowywane w Dziale Żywnienia mogą zawierać: zboża zawierające gluten, tj. pszenicę (w tym orkisz i pszenicę khorasan), żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut lub ich odmiany hybrydowe, a także produkty pochodne; skorupiaki i produkty pochodne; jaja i produkty pochodne; ryby i produkty pochodne; orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne; soję i produkty pochodne; mleko i produkty pochodne; seler zwyczajny i produkty pochodne; gorczycę i produkty pochodne; nasiona sezamu i produkty pochodne; dwutlenek siarki i siarczyny; lubin i produkty pochodne; mięczaki i produkty pochodne. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady. Szczegółowy skład potraw dostępny jest w Dziale Żywnienia. Z przyczyn niezależnych dopuszcza się wymianę zaplanowanych w jadłospisie produktów na produkty równoważne pod względem energetycznym i wartości odżywczych.



Jadłospis 01.01-10.01.2025

Samodzielny Publiczny
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie
Dział Żywnienia

Piątek 2025-01-10

Dieta z ograniczeniem
łatwo przyswajalnych
węglowodanów (6)
01.01-10.01.2025

śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja + posiłek
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g (GLU, MLE) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; serek twarogowy, ziarnisty 100.00g; chleb żytni razowy 90.00g; pomidory, czerwone 60.00g; rukola 12.00g; masło ekstra 10.00g; brokuły, kielki 5.00g; (GLU, MLE)	Czerwone smoothie# 255.0g (MLE)	Barszcz czerwony z fasolą# 450.0g (GLU, MLE, SEL) Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g Dorsz pieczony z sosem koperkowym# 246.0g (GLU, RYB, MLE) Sałatka z sosem koperkowym# 150.0g ziemniaki gotowane 200.00g;	Gruszka pieczona 130.0g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g (GLU, MLE) kefir, 2% tłuszczu 200.00g; chleb żytni razowy 120.00g; szynka wiejska# 80.00g; ogórek 65.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU, SOJ, MLE, GOR)

Razem E: 2184.5 kcal | B 114.1 g | T 56.8 g
| W 328.7 g | SFA 23.3 g | Cukry 91.5 g |
Sól 7.4 g | Błonnik 50.8 g

Posiłek dodatkowy wydawany razem z kolacją powinien być spożyty o godz. 20.00.

Potrawy przygotowywane w Dziale Żywnienia mogą zawierać: zboża zawierające gluten, tj. pszenicę (w tym orkisz i pszenicę khorasan), żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut lub ich odmiany hybrydowe, a także produkty pochodne; skorupiaki i produkty pochodne; jaja i produkty pochodne; ryby i produkty pochodne; orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne; soję i produkty pochodne; mleko i produkty pochodne; seler zwyczajny i produkty pochodne; gorczycę i produkty pochodne; nasiona sezamu i produkty pochodne; dwutlenek siarki i siarczyny; lubin i produkty pochodne; mięczaki i produkty pochodne. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady. Szczegółowy skład potraw dostępny jest w Dziale Żywnienia. Z przyczyn niezależnych dopuszcza się wymianę zaplanowanych w jadłospisie produktów na produkty równoważne pod względem energetycznym i wartości odżywczych.