



# Jadłospis 11.03-20.03.2024

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie  
Dział Żywnienia

Poniedziałek 2024-03-11

	I śniadanie	obiad	kolacja	Dodatkowy posiłek
<b>Dieta podstawowa (1)</b> 11.03-20.03.2024  Razem E: 2010.0 kcal   B 96.0 g   T 59.5 g   W 290.3 g   SFA 22.4 g   Cukry 52.1 g   Sól 7.9 g   Błonnik 33.7 g	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b> Pasta z zielonego groszku 50.0g herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; chleb pszenny 70.00g; chleb żytni razowy 30.00g; szynka z indyka 20.00g; rosłonka 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b>	Zupa ogórkowa zabieleną# 450.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne</b> Makaron z kurczakiem i szpinakiem 411.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), gorczyca i produkty pochodne</b> Kompot z owoców mrożonych# 200.0g	Pasta jajeczna# 103.0g <b>Alergeny: jaja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), gorczyca i produkty pochodne</b> Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b> ogórek 65.00g; chleb żytni razowy 60.00g; chleb pszenny 60.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten</b>	kefir, 2% tłuszczu 200.00g; <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b>
<b>Dieta łatwostrawna (2)</b> 11.03-20.03.2024  Razem E: 2036.4 kcal   B 99.7 g   T 49.0 g   W 312.3 g   SFA 18.3 g   Cukry 66.2 g   Sól 6.1 g   Błonnik 25.7 g	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b> herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; bułki pszenne zwykłe 100.00g; szynka z indyka 60.00g; pomidory, czerwone b/skóry 60.00g; rosłonka 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b>	Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Zupa grysikowa# 450.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, seler i produkty pochodne</b> Makaron z serem, brokułem i pomidorem 456.5g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b>	Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b> Jabłko pieczone 150.0g bułka pszenna wrocławska 120.00g; polędwica sopocka# 80.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne</b>	kefir, 2% tłuszczu 200.00g; <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b>

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.



Wtorek 2024-03-12

	I śniadanie	obiad	kolacja	Dodatkowy posiłek
<b>Dieta podstawowa (1)</b> 11.03-20.03.2024  Razem E: 2221.8 kcal   B 105.0 g   T 68.3 g   W 327.2 g   SFA 19.5 g   Cukry 85.2 g   Sól 9.8 g   Błonnik 50.0 g	Zupa mleczna z płatkami orkiszowymi 300.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b> herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; pomarańcza 150.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; bułki grahamki 50.00g; hummus, gotowy 40.00g; polędwica sopocka# 40.00g; chleb pszenny 35.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), nasiona sezamu i produkty pochodne</b>	Zupa jarzynowa z ziemniakami zabieleną 450.1g <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne</b> Gulasz po węgiersku 350.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten</b> Surówka z buraków i jabłka 180.0g Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g kasza jęczmienna, pęczak gotowana 150.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten</b>	Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b> Pasta z makreli i twarogu 100.1g <b>Alergeny: ryby i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b> chleb pszenny 60.00g; chleb żytni razowy 60.00g; pomidory, czerwone 60.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten</b>	sok wielowarzywny 330.00g; <b>Alergeny: seler i produkty pochodne</b>
<b>Dieta łatwostrawna (2)</b> 11.03-20.03.2024  Razem E: 2088.5 kcal   B 105.4 g   T 50.3 g   W 322.4 g   SFA 17.6 g   Cukry 78.2 g   Sól 8.3 g   Błonnik 38.9 g	Zupa mleczna z płatkami orkiszowymi 300.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b> herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; bułki pszenne zwykłe 100.00g; banan 80.00g; polędwica sopocka# 60.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b>	Zupa jarzynowa z ziemniakami zabieleną 450.1g <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne</b> Surówka z buraków i jabłka 180.0g Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g Gulasz z indyka z warzywami# 301.1g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne</b> ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;	Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b> Pasta z dorsza i twarogu 107.2g <b>Alergeny: ryby i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b> bułka pszenna wrocławska 120.00g; pomidory, czerwone 60.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten</b>	sok wielowarzywny 330.00g; <b>Alergeny: seler i produkty pochodne</b>

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, owses, 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.



Środa 2024-03-13

	I śniadanie	obiad	kolacja	Dodatkowy posiłek
<b>Dieta podstawowa (1)</b> 11.03-20.03.2024  Razem E: 2212.0 kcal   B 99.1 g   T 65.1 g   W 324.5 g   SFA 24.1 g   Cukry 73.1 g   Sól 6.9 g   Błonnik 35.7 g	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b> chleb pszenny 70.00g; serek naturalny, lekki (Bieluch) 65.00g; pomidory, czerwone 60.00g; dżem truskawkowy, niskosłodzony 30.00g; chleb żytni razowy 30.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b>	Zupa koperkowa z makaronem 450.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne</b> Gołąbki w sosie pomidorowym 361.0g <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b> Sałata masłowa z olejem# 150.0g ziemniaki gotowane 200.00g; herbata owocowa, napar 200.00g;	Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b> pasztet z indyka pieczony# 80.00g; chleb żytni razowy 60.00g; chleb pszenny 60.00g; ogórek kwaszony 50.00g; roszponka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b>	jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b>
<b>Dieta łatwostrawna (2)</b> 11.03-20.03.2024  Razem E: 2270.1 kcal   B 108.0 g   T 71.5 g   W 310.5 g   SFA 25.7 g   Cukry 79.2 g   Sól 5.6 g   Błonnik 25.6 g	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b> bułki pszenne zwykle 100.00g; serek naturalny, lekki (Bieluch) 65.00g; pomidory, czerwone b/skóry 60.00g; dżem truskawkowy, niskosłodzony 30.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b>	Zupa koperkowa z makaronem 450.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne</b> Sałata masłowa z olejem# 150.0g Bitki ze schabu w białym sosie# 256.5g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b> ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;	Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b> Gruszka pieczona 130.0g bułka pszenna wrocławska 120.00g; pasztet z indyka pieczony# 80.00g; roszponka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b>	jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b>

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.



Czwartek 2024-03-14

	I śniadanie	obiad	kolacja	Dodatkowy posiłek
<b>Dieta podstawowa (1)</b> 11.03-20.03.2024  Razem E: 2101.8 kcal   B 108.5 g   T 65.0 g   W 284.9 g   SFA 19.6 g   Cukry 51.8 g   Sól 7.4 g   Blonnik 29.2 g	Zupa mleczna z kaszą manną 300.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b> 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; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b>	Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Zupa pieczarkowa z makaronem 450.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne</b> Kotlet drobiowy 180.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne</b> Surówka z czerwonej kapusty 150.0g <b>Alergeny: jaja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), gorczyca i produkty pochodne</b> ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;	Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b> kurczak faszerowany, pieczony# 80.00g; ogórek 65.00g; chleb pszenny 60.00g; chleb żytni razowy 60.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne, seler i produkty pochodne, gorczyca i produkty pochodne, dwutlenek siarki i siarczyny</b>	kefir, 2% tłuszczu 200.00g; <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b>
<b>Dieta łatwostrawna (2)</b> 11.03-20.03.2024  Razem E: 2073.0 kcal   B 117.6 g   T 44.7 g   W 313.7 g   SFA 18.6 g   Cukry 69.5 g   Sól 6.2 g   Blonnik 29.4 g	Zupa mleczna z kaszą manną 300.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b> herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; bułki pszenne zwykłe 100.00g; polędwica sopocka# 60.00g; pomidory, czerwone 60.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b>	Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Zupa ryżowa # 450.0g <b>Alergeny: seler i produkty pochodne</b> Filet z kurczaka w sosie# 230.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b> Bukiet jarzyn gotowany# 205.0g <b>Alergeny: seler i produkty pochodne</b> ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;	Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b> Jabłko pieczone 150.0g bułka pszenna wrocławska 120.00g; szynka wiejska# 80.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), gorczyca i produkty pochodne</b>	kefir, 2% tłuszczu 200.00g; <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b>

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.



Piątek 2024-03-15

	I śniadanie	obiad	kolacja	Dodatkowy posiłek
<p>Dieta podstawowa (1) 11.03-20.03.2024</p> <p>Razem E: 2012.5 kcal   B 104.0 g   T 52.8 g   W 299.4 g   SFA 20.8 g   Cukry 74.0 g   Sól 11.0 g   Błonnik 38.3 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; serek twarogowy, ziarnisty 200.00g; kiwi 81.00g; chleb pszenny 60.00g; pomidory, czerwone 60.00g; chleb żytni razowy 30.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p>	<p>Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Łazanki z kiszoną kapustą 280.8g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten</b></p> <p>Barszcz czerwony z fasolą# 450.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne</b></p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>Pasta z tuńczyka i jajka 185.0g <b>Alergeny: jaja i produkty pochodne, ryby i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), gorczyca i produkty pochodne</b></p> <p>ogórek 65.00g; chleb pszenny 60.00g; chleb żytni razowy 60.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten</b></p>	<p>sok wielowarzywny 330.00g; <b>Alergeny: seler i produkty pochodne</b></p>
<p>Dieta łatwostrawna (2) 11.03-20.03.2024</p> <p>Razem E: 2124.2 kcal   B 113.6 g   T 60.5 g   W 294.5 g   SFA 20.4 g   Cukry 70.8 g   Sól 9.2 g   Błonnik 28.2 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>Gruszka pieczona 130.0g herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; serek twarogowy, ziarnisty 200.00g; bułki pszenne zwykłe 100.00g; pomidory, czerwone b/skóry 60.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p>	<p>Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Dorsz pieczony# 141.5g <b>Alergeny: ryby i produkty pochodne</b></p> <p>Sałatka z sosem koperkowym# 150.0g Barszcz czerwony# 450.0g <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne</b></p> <p>ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>bułka pszenna wrocławska 120.00g; polędwica sopocka# 80.00g; sałata masłowa 18.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne</b></p>	<p>sok wielowarzywny 330.00g; <b>Alergeny: seler i produkty pochodne</b></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 11.03-20.03.2024

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie  
Dział Żywnienia

Sobota 2024-03-16

	I śniadanie	obiad	kolacja	Dodatkowy posiłek
<p>Dieta podstawowa (1) 11.03-20.03.2024</p> <p>Razem E: 2015.0 kcal   B 102.3 g   T 51.1 g   W 305.2 g   SFA 19.1 g   Cukry 72.7 g   Sól 6.7 g   Błonnik 40.7 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; jabłko 150.00g; chleb pszenny 60.00g; szynka wiejska 60.00g; chleb żytni razowy 30.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p>	<p>Zupa wielowarzywna z ryżem# 450.0g <b>Alergeny: seler i produkty pochodne</b></p> <p>Filet z indyka w sosie# 205.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne</b></p> <p>Surówka z marchewki i jabłka z olejem 149.9g</p> <p>Kompot z owoców mrożonych# 200.0g</p> <p>kasza jęczmienna, perłowa, gotowana 150.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten</b></p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>szynka delikatesowa z kurczaka# 80.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; chleb żytni razowy 60.00g; chleb pszenny 60.00g; roszponka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten</b></p>	<p>kefir, 2% tłuszczu 200.00g; <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p>
<p>Dieta łatwostrawna (2) 11.03-20.03.2024</p> <p>Razem E: 2079.1 kcal   B 103.7 g   T 50.8 g   W 316.1 g   SFA 19.0 g   Cukry 69.9 g   Sól 6.4 g   Błonnik 32.5 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>Jabłko pieczone 150.0g</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; bułki pszenne zwykłe 100.00g; szynka wiejska 60.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p>	<p>Zupa wielowarzywna z ryżem# 450.0g <b>Alergeny: seler i produkty pochodne</b></p> <p>Filet z indyka w sosie# 205.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne</b></p> <p>Surówka z marchewki i jabłka z olejem 149.9g</p> <p>Kompot z owoców mrożonych# 200.0g</p> <p>kasza jęczmienna, perłowa, gotowana 150.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten</b></p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>bułka pszenna wrocławska 120.00g; szynka delikatesowa z kurczaka# 80.00g; roszponka 18.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten</b></p>	<p>kefir, 2% tłuszczu 200.00g; <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></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; 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 11.03-20.03.2024

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie  
Dział Żywnienia

Niedziela 2024-03-17

	I śniadanie	obiad	kolacja	Dodatkowy posiłek
<b>Dieta podstawowa (1)</b> 11.03-20.03.2024  Razem E: 2078.0 kcal   B 115.7 g   T 59.9 g   W 272.2 g   SFA 21.0 g   Cukry 44.4 g   Sól 8.9 g   Blonnik 32.0 g	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300.0g <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b> herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; polędwica sopocka 60.00g; chleb pszenny 60.00g; pomidory, czerwone 60.00g; chleb żytni razowy 30.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b>	Rosół z makaronem# 450.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, seler i produkty pochodne</b> Pieczone udko z kurczaka 170.0g <b>Alergeny: gorczyca i produkty pochodne</b> Bukiet jarzyn gotowany# 205.0g <b>Alergeny: seler i produkty pochodne</b> ziemniaki gotowane 200.00g; herbata owocowa, napar 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;	Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b> szynka wiejska 80.00g; ogórek kiszony 65.00g; chleb żytni razowy 60.00g; chleb pszenny 60.00g; roszponka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten</b>	Mus warzywny 100.00g;
<b>Dieta łatwostrawna (2)</b> 11.03-20.03.2024  Razem E: 2245.9 kcal   B 114.6 g   T 58.6 g   W 315.8 g   SFA 21.2 g   Cukry 59.0 g   Sól 6.9 g   Blonnik 27.7 g	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 360.0g <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b> herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; bułki pszenne zwykłe 100.00g; polędwica sopocka 60.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b>	Rosół z makaronem# 450.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, seler i produkty pochodne</b> Bukiet jarzyn gotowany# 205.0g <b>Alergeny: seler i produkty pochodne</b> Udko z kurczaka w sosie 180.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), gorczyca i produkty pochodne</b> ziemniaki gotowane 200.00g; herbata owocowa, napar 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;	Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b> Gruszka pieczona 130.0g bułka pszenna wrocławska 120.00g; szynka wiejska 80.00g; roszponka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten</b>	Mus warzywny 100.00g;

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 11.03-20.03.2024

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie  
Dział Żywnienia

Poniedziałek 2024-03-18

	I śniadanie	obiad	kolacja	Dodatkowy posiłek
<p>Dieta podstawowa (1) 11.03-20.03.2024</p> <p>Razem E: 2309.4 kcal   B 109.7 g   T 71.5 g   W 328.6 g   SFA 22.4 g   Cukry 65.9 g   Sól 6.6 g   Błonnik 42.2 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb pszenny 70.00g; pomidory, czerwone 60.00g; chleb żytni razowy 60.00g; szynka wiejska# 40.00g; pasta warzywna 40.00g; roszonek 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), gorczyca i produkty pochodne</b></p>	<p>Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Spaghetti z mięsem mielonym# 420.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten</b></p> <p>Salata masłowa z dressingiem jogurtowym l# 170.0g <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>Zupa z zielonej soczewicy# 400.1g <b>Alergeny: gorczyca i produkty pochodne</b></p>	<p>Pasta twarogowo- jajeczna ze szczypiorkiem 103.0g <b>Alergeny: jaja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>papryka czerwona, słodka 75.00g; chleb żytni razowy 60.00g; chleb pszenny 60.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten</b></p>	<p>jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p>
<p>Dieta łatwostrawna (2) 11.03-20.03.2024</p> <p>Razem E: 2160.4 kcal   B 105.7 g   T 58.2 g   W 316.5 g   SFA 23.9 g   Cukry 53.4 g   Sól 5.8 g   Błonnik 25.3 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; bułki pszenne zwykłe 100.00g; szynka wiejska# 60.00g; pomidory, czerwone b/skóry 60.00g; roszonek 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), gorczyca i produkty pochodne</b></p>	<p>Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Salata masłowa z dressingiem jogurtowym l# 170.0g <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>Makaron z sosem mięsno-warzywnym# 450.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne</b></p> <p>Zupa grysikowa# 450.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, seler i produkty pochodne</b></p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>Pasta twarogowo- jajeczna z koperkiem 129.0g <b>Alergeny: jaja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>bułka pszenna wrocławska 120.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten</b></p>	<p>jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></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; 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 11.03-20.03.2024

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie  
Dział Żywnienia

Wtorek 2024-03-19

	I śniadanie	obiad	kolacja	Dodatkowy posiłek
<p>Dieta podstawowa (1) 11.03-20.03.2024</p> <p>Razem E: 2054.0 kcal   B 107.4 g   T 58.1 g   W 292.2 g   SFA 22.9 g   Cukry 64.8 g   Sól 8.8 g   Błonnik 34.4 g</p>	<p>Zupa mleczna z ryżem 300.0g <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; pomarańcza 150.00g; chleb pszenny 70.00g; pomidory, czerwone 60.00g; szynka drobiowa 40.00g; chleb żytni razowy 30.00g; ser, gouda tusty 20.00g; roszonek 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p>	<p>Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Zupa kalafiorowa z ziemniakami zabieleną 450.1g <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne</b></p> <p>Kotlety mielone z warzywami pieczone w piekarniku 180.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne</b></p> <p>Surówka z buraków i jabłka 180.0g ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>Kakao na mleku 260.0g <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>Pasta z dorsza i twarogu 107.2g <b>Alergeny: ryby i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>chleb pszenny 60.00g; chleb żytni razowy 60.00g; ogórek kwaszony 50.00g; szynka wiejska# 40.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne (łącznie z laktozą), gorczyca i produkty pochodne</b></p>	<p>kefir, 2% tłuszczu 100.00g; <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p>
<p>Dieta łatwostrawna (2) 11.03-20.03.2024</p> <p>Razem E: 2105.7 kcal   B 105.0 g   T 54.2 g   W 312.3 g   SFA 20.8 g   Cukry 67.9 g   Sól 7.6 g   Błonnik 26.4 g</p>	<p>Zupa mleczna z ryżem 300.0g <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; bułki pszenne zwykłe 100.00g; banan 80.00g; pomidory, czerwone b/skóry 60.00g; szynka drobiowa 60.00g; roszonek 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p>	<p>Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Zupa kalafiorowa z ziemniakami zabieleną 450.1g <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne</b></p> <p>Surówka z buraków i jabłka 180.0g Pulpet w sosie koperkowym# 230.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>Kakao na mleku 260.0g <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>Pasta z dorsza i twarogu 107.2g <b>Alergeny: ryby i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>bułka pszenna wrocławska 120.00g; szynka wiejska# 40.00g; sałata masłowa 18.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne (łącznie z laktozą), gorczyca i produkty pochodne</b></p>	<p>kefir, 2% tłuszczu 100.00g; <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></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.



Środa 2024-03-20

	I śniadanie	obiad	kolacja	Dodatkowy posiłek
<b>Dieta podstawowa (1)</b> 11.03-20.03.2024  Razem E: 2237.5 kcal   B 107.0 g   T 70.2 g   W 314.4 g   SFA 23.9 g   Cukry 68.1 g   Sól 5.9 g   Blonnik 40.2 g	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b> Pasta drobiowa z warzywami 100.0g <b>Alergeny: seler i produkty pochodne</b> papryka czerwona, słodka 75.00g; chleb pszenny 70.00g; chleb żytni razowy 30.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b>	Zupa pomidorowa z ryżem# 450.0g <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne</b> Bitki schabowe w sosie własnym 300.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten</b> Fasolka szparagowa gotowana# 200.0g Smoothie z kiwi i pomarańczy# 200.0g kasza gryczana niepalona, gotowana 150.00g;	Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b> kurczak faszerowany, pieczony# 80.00g; chleb żytni razowy 60.00g; chleb pszenny 60.00g; pomidory, czerwone 60.00g; roszponka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne, seler i produkty pochodne, gorczyca i produkty pochodne, dwutlenek siarki i siarczyny</b>	jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b>
<b>Dieta łatwostrawna (2)</b> 11.03-20.03.2024  Razem E: 2251.5 kcal   B 110.7 g   T 66.0 g   W 319.5 g   SFA 21.9 g   Cukry 69.2 g   Sól 6.1 g   Blonnik 33.0 g	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b> Pasta drobiowa z warzywami 100.0g <b>Alergeny: seler i produkty pochodne</b> bułki pszenne zwykłe 100.00g; pomidory, czerwone b/skóry 60.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b>	Zupa pomidorowa z ryżem# 450.0g <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne</b> Fasolka szparagowa gotowana# 200.0g Smoothie z kiwi i pomarańczy# 200.0g Bitki ze schabu w białym sosie# 256.5g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b> ziemniaki gotowane 200.00g;	Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b> bułka pszenna wrocławska 120.00g; szynka wiejska# 80.00g; pomidory, czerwone b/skóry 60.00g; roszponka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), gorczyca i produkty pochodne</b>	jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b>

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 11.03-20.03.2024

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie  
Dział Żywnienia

Poniedziałek 2024-03-11

	śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja + posiłek dodatkowy
<p>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca- 6) 11.03-20.03.2024</p> <p>Razem E: 2109.7 kcal   B 100.8 g   T 64.4 g   W 304.0 g   SFA 24.8 g   Cukry 73.0 g   Sól 8.1 g   Błonnik 43.3 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>Pasta z zielonego groszku 50.0g</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb żytni razowy 90.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; szynka z indyka 20.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p>	<p>jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p>	<p>Zupa ogórkowa zabieleną# 450.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne</b></p> <p>Makaron z kurczakiem i szpinakiem 411.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), gorczyca i produkty pochodne</b></p> <p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p>	<p>Jabłko pieczone 150.0g</p>	<p>Pasta jajeczna# 103.1g <b>Alergeny: jaja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), gorczyca i produkty pochodne</b></p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>kefir, 2% tłuszczu 200.00g; chleb żytni razowy 120.00g; ogórek 65.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p>
<p>Dieta podstawowa kobiety w ciąży lub w laktacji (C1) 11.03-20.03.2024</p> <p>Razem E: 2244.9 kcal   B 119.3 g   T 69.3 g   W 310.6 g   SFA 25.9 g   Cukry 85.2 g   Sól 8.5 g   Błonnik 47.5 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>Pasta z zielonego groszku 105.0g</p> <p>herbata, napar bez cukru 240.00g; chleb żytni razowy 90.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; szynka z indyka 20.00g; masło ekstra 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p>	<p>Serek wiejski z prażonym jabłkiem 251.0g <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p>	<p>Zupa ogórkowa z ziemniakami zabieleną 450.0g <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne</b></p> <p>Makaron z kurczakiem i szpinakiem 431.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), gorczyca i produkty pochodne</b></p> <p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p>	<p>Koktajl jabłko, kiwi, natka# 350.0g słonecznik, nasiona 10.00g;</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>Pasta jajeczna# 103.0g <b>Alergeny: jaja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), gorczyca i produkty pochodne</b></p> <p>kefir, 2% tłuszczu 200.00g; chleb żytni razowy 90.00g; ogórek 50.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p>
<p>Dieta podstawowa oddział dziecięcy (P1) 11.03-20.03.2024</p> <p>Razem E: 2037.4 kcal   B 113.6 g   T 60.7 g   W 279.0 g   SFA 21.5 g   Cukry 91.1 g   Sól 8.0 g   Błonnik 37.7 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>Pasta z zielonego groszku 105.0g</p> <p>herbata, napar bez cukru 240.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; chleb żytni razowy 25.00g; szynka z indyka 20.00g; masło ekstra 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p>	<p>Serek wiejski z prażonym jabłkiem 251.0g <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p>	<p>Zupa ogórkowa z ziemniakami zabieleną 450.0g <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne</b></p> <p>Makaron z kurczakiem i szpinakiem 431.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), gorczyca i produkty pochodne</b></p> <p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p>	<p>Koktajl jabłko, kiwi, natka# 350.0g słonecznik, nasiona 15.00g;</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>połędwica z piersi kurczaka 60.00g; ogórek 50.00g; Chipsy jabłkowe 25.00g; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; roszponka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten</b></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 11.03-20.03.2024

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie  
Dział Żywnienia

Wtorek 2024-03-12

	śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja + posiłek dodatkowy
<p>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa- 6) 11.03-20.03.2024</p> <p>Razem E: 2280.9 kcal   B 104.8 g   T 70.1 g   W 341.9 g   SFA 20.1 g   Cukry 101.5 g   Sól 9.8 g   Błonnik 58.4 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami orkiszowymi 300.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; bułki grahamki 50.00g; hummus, gotowy 40.00g; polędwica sopocka# 40.00g; chleb żytni razowy 35.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne (łącznie z laktozą), nasiona sezamu i produkty pochodne</b></p>	<p>pomarańcza 150.00g;</p>	<p>Zupa jarzynowa z ziemniakami zabieleną 450.1g <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne</b></p> <p>Gulasz po węgiersku 350.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten</b></p> <p>Surówka z buraków i jabłka 180.0g</p> <p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>kasza jęczmienna, pęczak gotowana 150.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten</b></p>	<p>Jabłko pieczone 150.0g</p>	<p>Pasta z makreli i twarogu 100.1g <b>Alergeny: ryby i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>sok wielowarzywny 330.00g; chleb żytni razowy 120.00g; pomidory, czerwone 60.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, seler i produkty pochodne</b></p>
<p>Dieta podstawowa kobiety w ciąży lub w laktacji (C1) 11.03-20.03.2024</p> <p>Razem E: 2467.2 kcal   B 112.4 g   T 83.6 g   W 350.4 g   SFA 23.2 g   Cukry 122.9 g   Sól 10.4 g   Błonnik 56.9 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami orkiszowymi 300.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>herbata, napar bez cukru 240.00g; papryka czerwona, słodka 150.00g; bułki grahamki 50.00g; hummus, gotowy 50.00g; szynka wiejska 40.00g; chleb żytni razowy 30.00g; rukola 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), nasiona sezamu i produkty pochodne</b></p>	<p>jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; banan 115.00g; <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Zupa jarzynowa z ziemniakami zabieleną 450.0g <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne</b></p> <p>Gulasz po węgiersku 350.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten</b></p> <p>Surówka z buraków i jabłka# 180.0g</p> <p>kasza jęczmienna, pęczak gotowana 150.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten</b></p>	<p>Jabłko pieczone 150.0g</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>Pasta z makreli i twarogu 112.5g <b>Alergeny: ryby i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>sok wielowarzywny 330.00g; chleb żytni razowy 90.00g; pomidory, czerwone 60.00g; sałata masłowa 24.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, seler i produkty pochodne</b></p>
<p>Dieta podstawowa oddział dziecięcy (P1) 11.03-20.03.2024</p> <p>Razem E: 2099.2 kcal   B 95.1 g   T 68.3 g   W 304.7 g   SFA 18.8 g   Cukry 102.0 g   Sól 7.5 g   Błonnik 46.5 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami orkiszowymi 300.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>herbata, napar bez cukru 240.00g; papryka czerwona, słodka 63.72g; bułki grahamki 50.00g; hummus, gotowy 40.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; szynka wiejska 20.00g; rukola 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), nasiona sezamu i produkty pochodne</b></p>	<p>banan 80.00g;</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Zupa jarzynowa z ziemniakami zabieleną 450.0g <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne</b></p> <p>Gulasz po węgiersku 350.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten</b></p> <p>Surówka z buraków i jabłka# 180.0g</p> <p>kasza jęczmienna, pęczak gotowana 150.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten</b></p>	<p>Jabłko pieczone 150.0g</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>Pasta z dorsza i twarogu 97.0g <b>Alergeny: ryby i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>sok wielowarzywny 330.00g; pomidory, czerwone 60.00g; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, seler i produkty pochodne</b></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 11.03-20.03.2024

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie  
Dział Żywnienia

Środa 2024-03-13

	śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja + posiłek dodatkowy
<p>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca- 6) 11.03-20.03.2024</p> <p>Razem E: 2099,2 kcal   B 116,1 g   T 66,3 g   W 277,9 g   SFA 24,9 g   Cukry 64,9 g   Sól 7,1 g   Błonnik 38,9 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>chleb żytni razowy 90.00g; serek naturalny, lekki (Bieluch) 65.00g; pomidory, czerwone 60.00g; szynka wiejska# 20.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), gorczyca i produkty pochodne</b></p>	<p>jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p>	<p>Zupa koperkowa z makaronem 450.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne</b></p> <p>Salata masłowa z olejem# 150.0g</p> <p>Bitki ze schabu w białym sosie# 256.5g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>ziemniaki gotowane 200.00g; herbata owocowa, napar 200.00g;</p>	<p>Gruszka pieczona 130.0g</p>	<p>Kawa zbozowa z mlekiem b/c 250.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>chleb żytni razowy 120.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; polędwica sopocka# 80.00g; ogórek kwaszony 50.00g; roszonka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p>
<p>Dieta podstawowa kobiety w ciąży lub w laktacji (C1) 11.03-20.03.2024</p> <p>Razem E: 2277,9 kcal   B 119,5 g   T 67,4 g   W 321,3 g   SFA 26,5 g   Cukry 97,4 g   Sól 8,6 g   Błonnik 46,0 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>herbata, napar bez cukru 240.00g; chleb żytni razowy 90.00g; serek naturalny, lekki (Bieluch) 75.00g; pomidory, czerwone 60.00g; dzem truskawkowy, niskosłodzony 30.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p>	<p>Serek wiejski z warzywami# 286.5g <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p>	<p>Zupa koperkowa z makaronem 450.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne</b></p> <p>Gołąbki w sosie pomidorowym 361.0g <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>Salata masłowa z olejem# 150.0g</p> <p>Herbata owocowa napar 250.00g; ziemniaki 200.00g;</p>	<p>Jabłko pieczone 150.0g migdały, płatki 10.00g; <b>Alergeny: orzechy i produkty pochodne</b></p>	<p>Kawa zbozowa z mlekiem b/c 250.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; chleb żytni razowy 90.00g; ogórek kiszony 75.00g; szynka wiejska# 60.00g; roszonka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), gorczyca i produkty pochodne</b></p>
<p>Dieta podstawowa oddział dziecięcy (P1) 11.03-20.03.2024</p> <p>Razem E: 2044,2 kcal   B 107,8 g   T 57,6 g   W 290,8 g   SFA 24,1 g   Cukry 104,6 g   Sól 7,3 g   Błonnik 35,2 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>herbata, napar bez cukru 240.00g; serek naturalny, lekki (Bieluch) 75.00g; pomidory, czerwone 60.00g; dzem truskawkowy, niskosłodzony 30.00g; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p>	<p>Serek wiejski z warzywami# 286.5g <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p>	<p>Zupa koperkowa z makaronem 450.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne</b></p> <p>Gołąbki w sosie pomidorowym 361.0g <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>Salata masłowa z olejem# 150.0g</p> <p>Herbata owocowa napar 250.00g; ziemniaki 200.00g;</p>	<p>Jabłko pieczone 150.0g</p>	<p>Kawa zbozowa z mlekiem b/c 250.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>ogórek kiszony 75.00g; szynka wiejska# 60.00g; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; Chipsy jabłkowe 25.00g; roszonka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), gorczyca i produkty pochodne</b></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 11.03-20.03.2024

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie  
Dział Żywnienia

Czwartek 2024-03-14

	śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja + posiłek dodatkowy
<p>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzykowa- 6) 11.03-20.03.2024</p> <p>Razem E: 2138.6 kcal   B 114.4 g   T 60.5 g   W 307.8 g   SFA 20.9 g   Cukry 82.5 g   Sól 6.3 g   Błonnik 48.4 g</p>	<p>Zupa mleczna z kaszą gryczaną 300.0g <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb żytni razowy 90.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; poledwica sopocka# 60.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p>	<p>pomarańcza 150.00g;</p>	<p>Zupa pieczarkowa z makaronem 450.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne</b></p> <p>Surówka z czerwonej kapusty 150.0g <b>Alergeny: jaja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), gorczyca i produkty pochodne</b></p> <p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Filet z kurczaka w sosie# 230.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>Czerwone smoothie# 255.0g <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>chleb żytni razowy 120.00g; kefir, 2% tłuszczu 100.00g; kurczak faszerowany, pieczony# 80.00g; ogórek 65.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne, gorczyca i produkty pochodne, dwutlenek siarki i siarczyny</b></p>
<p>Dieta podstawowa kobiety w ciąży lub w laktacji (C1) 11.03-20.03.2024</p> <p>Razem E: 2255.8 kcal   B 113.5 g   T 72.0 g   W 310.0 g   SFA 21.8 g   Cukry 92.3 g   Sól 7.5 g   Błonnik 45.5 g</p>	<p>Zupa mleczna z kaszą manną 300.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>herbata, napar bez cukru 240.00g; papryka czerwona, słodka 150.00g; chleb żytni razowy 90.00g; szynka wiejska 60.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p>	<p>pomarańcza 150.00g;</p>	<p>Zupa pieczarkowa z makaronem 450.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne</b></p> <p>Kotlet drobiowy 180.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne</b></p> <p>Surówka z czerwonej kapusty z olejem 150.0g</p> <p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>ziemniaki 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>Czerwone smoothie# 285.0g <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>kefir, 2% tłuszczu 200.00g; chleb żytni razowy 90.00g; kurczak faszerowany, pieczony# 80.00g; ogórek 60.00g; sałata masłowa 24.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne, gorczyca i produkty pochodne, dwutlenek siarki i siarczyny</b></p>
<p>Dieta podstawowa oddział dziecięcy (P1) 11.03-20.03.2024</p> <p>Razem E: 2036.8 kcal   B 101.4 g   T 67.8 g   W 271.7 g   SFA 21.2 g   Cukry 90.8 g   Sól 6.3 g   Błonnik 35.5 g</p>	<p>Zupa mleczna z kaszą manną 300.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>herbata, napar bez cukru 240.00g; papryka czerwona, słodka 150.00g; szynka wiejska 60.00g; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p>	<p>pomarańcza 150.00g;</p>	<p>Zupa pieczarkowa z makaronem 450.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne</b></p> <p>Kotlet drobiowy 155.5g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne</b></p> <p>Surówka z czerwonej kapusty z olejem 150.0g</p> <p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>ziemniaki 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>Czerwone smoothie# 285.0g <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>kefir, 2% tłuszczu 200.00g; ogórek 60.00g; kurczak faszerowany, pieczony# 60.00g; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; sałata masłowa 24.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne, gorczyca i produkty pochodne, dwutlenek siarki i siarczyny</b></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; łubin i produkty pochodne; mięczaki i produkty pochodne. Alergeny oznaczone 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 11.03-20.03.2024

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie  
Dział Żywnienia

Piątek 2024-03-15

	śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja + posiłek dodatkowy
<p>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa- 6) 11.03-20.03.2024</p> <p>Razem E: 2109.9 kcal   B 106.1 g   T 59.4 g   W 311.8 g   SFA 19.3 g   Cukry 83.9 g   Sól 9.5 g   Błonnik 49.4 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; serek twarogowy, ziarnisty 100.00g; chleb żytni razowy 90.00g; pomidory, czerwone 60.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p>	<p>Koktajl jablko, kiwi, natka# 350.0g</p>	<p>Barszcz czerwony z fasolą# 450.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne</b></p> <p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Dorsz pieczony# 141.5g <b>Alergeny: ryby i produkty pochodne</b></p> <p>Salatka z sosem koperkowym# 150.0g</p> <p>ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>sok wielowarzywny 330.00g; chleb żytni razowy 120.00g; szynka drobiowa 80.00g; ogórek 65.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, seler i produkty pochodne</b></p>
<p>Dieta podstawowa kobiety w ciąży lub w laktacji (C1) 11.03-20.03.2024</p> <p>Razem E: 2190.2 kcal   B 112.6 g   T 68.5 g   W 303.7 g   SFA 22.7 g   Cukry 90.0 g   Sól 8.8 g   Błonnik 47.7 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 245.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>herbata, napar bez cukru 240.00g; serek twarogowy, ziarnisty 200.00g; chleb żytni razowy 90.00g; pomidory, czerwone 60.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p>	<p>Koktajl jablko, kiwi, natka# 350.0g</p>	<p>Barszcz czerwony z fasolą# 450.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne</b></p> <p>Dorsz pieczony# 141.5g <b>Alergeny: ryby i produkty pochodne</b></p> <p>Salatka z sosem koperkowym# 150.0g</p> <p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>ziemniaki 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>baton zbożowy, kukurydziany z owocami 30.00g;</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>sok wielowarzywny 330.00g; chleb żytni razowy 90.00g; jaja kurze całe 65.00g; ogórek 60.00g; sałata masłowa 24.00g; polędwica sopocka# 20.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne, soja i produkty pochodne, seler i produkty pochodne</b></p>
<p>Dieta podstawowa oddział dziecięcy (P1) 11.03-20.03.2024</p> <p>Razem E: 1949.6 kcal   B 103.6 g   T 66.6 g   W 251.6 g   SFA 22.3 g   Cukry 88.2 g   Sól 7.4 g   Błonnik 37.3 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 245.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>herbata, napar bez cukru 240.00g; serek twarogowy, ziarnisty 200.00g; pomidory, czerwone 60.00g; chleb żytni razowy 25.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p>	<p>Koktajl jablko, kiwi, natka# 350.0g</p>	<p>Barszcz czerwony z fasolą# 450.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne</b></p> <p>Dorsz pieczony# 121.5g <b>Alergeny: ryby i produkty pochodne</b></p> <p>Salatka z sosem koperkowym# 150.0g</p> <p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>ziemniaki 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>baton zbożowy, kukurydziany z owocami 30.00g;</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>sok wielowarzywny 330.00g; jaja kurze całe 65.00g; ogórek 60.00g; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; sałata masłowa 24.00g; polędwica sopocka# 20.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne, soja i produkty pochodne, seler i produkty pochodne</b></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 11.03-20.03.2024

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie  
Dział Żywnienia

Sobota 2024-03-16

	śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja + posiłek dodatkowy
<p>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzykowa- 6) 11.03-20.03.2024</p> <p>Razem E: 2091.3 kcal   B 107.7 g   T 56.5 g   W 310.3 g   SFA 22.1 g   Cukry 81.6 g   Sól 7.0 g   Błonnik 47.5 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb żytni razowy 90.00g; szynka wiejska 60.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p>	<p>kefir, 2% tłuszczu 200.00g; <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p>	<p>Zupa wielowarzywna z ryżem# 450.0g <b>Alergeny: seler i produkty pochodne</b></p> <p>Filet z indyka w sosie# 205.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne</b></p> <p>Surówka z marchewki i jabłka z olejem 149.9g</p> <p>Kompot z owoców mrożonych# 200.0g</p> <p>kasza jęczmienna, perłowa, gotowana 150.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten</b></p>	<p>Jabłko pieczone 150.0g</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>kefir, 2% tłuszczu 200.00g; chleb żytni razowy 120.00g; szynka delikatesowa z kurczaka# 80.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; roszponka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p>
<p>Dieta podstawowa kobiety w ciąży lub w laktacji (C1) 11.03-20.03.2024</p> <p>Razem E: 2151.5 kcal   B 114.8 g   T 65.6 g   W 299.8 g   SFA 22.5 g   Cukry 80.8 g   Sól 6.4 g   Błonnik 50.6 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>chleb żytni razowy 90.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; szynka z indyka 60.00g; roszponka 24.00g; masło ekstra 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p>	<p>Serek wiejski z pomidorami i bazylią 290.0g <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p>	<p>Zupa wielowarzywna z ryżem# 450.0g <b>Alergeny: seler i produkty pochodne</b></p> <p>Surówka z marchewki i jabłka z olejem 156.7g</p> <p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Filet z indyka w sosie# 205.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne</b></p> <p>kasza jęczmienna, perłowa, gotowana 150.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten</b></p>	<p>Jabłko pieczone 150.0g</p> <p>słonecznik, nasiona 10.00g;</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>kefir, 2% tłuszczu 200.00g; chleb żytni razowy 90.00g; szynka delikatesowa z kurczaka# 80.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; roszponka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p>
<p>Dieta podstawowa oddział dziecięcy (P1) 11.03-20.03.2024</p> <p>Razem E: 1960.0 kcal   B 105.6 g   T 63.0 g   W 262.1 g   SFA 21.9 g   Cukry 79.3 g   Sól 5.2 g   Błonnik 40.6 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>papryka czerwona, słodka 75.00g; szynka z indyka 60.00g; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; roszponka 24.00g; masło ekstra 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p>	<p>Serek wiejski z pomidorami i bazylią 290.0g <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p>	<p>Zupa wielowarzywna z ryżem# 450.0g <b>Alergeny: seler i produkty pochodne</b></p> <p>Surówka z marchewki i jabłka z olejem 156.7g</p> <p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Filet z indyka w sosie# 195.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne</b></p> <p>kasza jęczmienna, perłowa, gotowana 150.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten</b></p>	<p>Jabłko pieczone 150.0g</p> <p>słonecznik, nasiona 10.00g;</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>kefir, 2% tłuszczu 200.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; szynka delikatesowa z kurczaka# 60.00g; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; roszponka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></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 11.03-20.03.2024

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie  
Dział Żywnienia

Niedziela 2024-03-17

	śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja + posiłek dodatkowy
<p>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca- 6) 11.03-20.03.2024</p> <p>Razem E: 2247.9 kcal   B 115.1 g   T 63.2 g   W 314.4 g   SFA 22.6 g   Cukry 55.9 g   Sól 10.1 g   Błonnik 46.7 g</p>	<p>Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300.0g <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb żytni razowy 90.00g; polędwica sopocka 60.00g; pomidory, czerwone 60.00g; roszonek 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p>	<p>jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p>	<p>Bukiet jarzyn gotowany# 205.0g <b>Alergeny: seler i produkty pochodne</b></p> <p>Zupa ziemniaczana z makaronem 450.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, seler i produkty pochodne</b></p> <p>Udko z kurczaka w sosie 200.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), gorczyca i produkty pochodne</b></p> <p>ziemniaki gotowane 200.00g; herbata owocowa, napar 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>papryka czerwona, słodka 75.00g; hummus, gotowy 30.00g; chleb żytni razowy 30.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, nasiona sezamu i produkty pochodne</b></p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>chleb żytni razowy 120.00g; Mus warzywny 100.00g; szynka wiejska 80.00g; ogórek kiszony 65.00g; roszonek 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten</b></p>
<p>Dieta podstawowa kobiety w ciąży lub w laktacji (C1) 11.03-20.03.2024</p> <p>Razem E: 2296.3 kcal   B 122.2 g   T 71.0 g   W 312.3 g   SFA 25.7 g   Cukry 60.9 g   Sól 8.3 g   Błonnik 42.9 g</p>	<p>Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300.0g <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>herbata, napar bez cukru 240.00g; pomidory, czerwone 108.00g; chleb żytni razowy 90.00g; szynka z indyka 60.00g; roszonek 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p>	<p>jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p>	<p>Rosół z makaronem# 450.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, seler i produkty pochodne</b></p> <p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Pieczone udko z kurczaka# 153.1g <b>Alergeny: gorczyca i produkty pochodne</b></p> <p>Bukiet jarzyn gotowany# 205.0g <b>Alergeny: seler i produkty pochodne</b></p> <p>ziemniaki 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>papryka czerwona, słodka 75.00g; hummus, gotowy 30.00g; wafle ryżowe musli 30.00g; <b>Alergeny: soja i produkty pochodne, nasiona sezamu i produkty pochodne, dwutlenek siarki i siarczyny</b></p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>kefir, 2% tłuszczu 200.00g; Mus 100.00g; chleb żytni razowy 90.00g; ogórek kiszony 65.00g; szynka wiejska# 60.00g; roszonek 10.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), gorczyca i produkty pochodne</b></p>
<p>Dieta podstawowa oddział dziecięcy (P1) 11.03-20.03.2024</p> <p>Razem E: 1995.3 kcal   B 105.1 g   T 57.7 g   W 277.4 g   SFA 22.5 g   Cukry 74.1 g   Sól 6.7 g   Błonnik 30.4 g</p>	<p>Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300.0g <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>herbata, napar bez cukru 240.00g; pomidory, czerwone 108.00g; szynka z indyka 60.00g; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; roszonek 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p>	<p>jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu 125.00g; <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p>	<p>Rosół z makaronem# 450.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, seler i produkty pochodne</b></p> <p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Pieczone udko z kurczaka# 103.1g <b>Alergeny: gorczyca i produkty pochodne</b></p> <p>Bukiet jarzyn gotowany# 205.0g <b>Alergeny: seler i produkty pochodne</b></p> <p>ziemniaki 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>wafle ryżowe musli 30.00g; dżem truskawkowy, niskosłodzony 30.00g; <b>Alergeny: soja i produkty pochodne, dwutlenek siarki i siarczyny</b></p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>kefir, 2% tłuszczu 200.00g; Mus 100.00g; ogórek kiszony 65.00g; szynka wiejska# 60.00g; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; roszonek 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), gorczyca i produkty pochodne</b></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 11.03-20.03.2024

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie  
Dział Żywnienia

Poniedziałek 2024-03-18

	śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja + posiłek dodatkowy
<p>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa- 6) 11.03-20.03.2024</p> <p>Razem E: 2299.5 kcal   B 107.0 g   T 73.2 g   W 328.9 g   SFA 23.1 g   Cukry 85.3 g   Sól 6.2 g   Błonnik 50.9 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb żytni razowy 90.00g; pomidory, czerwone 60.00g; szynka wiejska# 40.00g; pasta warzywna 40.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), gorczyca i produkty pochodne</b></p>	<p>kiwi 81.00g;</p>	<p>Spaghetti z mięsem mielonym# 420.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten</b></p> <p>Salata masłowa z dressingiem jogurtowym I# 170.0g <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>Zupa z zielonej soczewicy# 400.1g <b>Alergeny: gorczyca i produkty pochodne</b></p> <p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p>	<p>Jabłko pieczone 150.0g</p>	<p>Pasta twarogowo- jajeczna ze szczypiorkiem 103.0g <b>Alergeny: jaja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>chleb żytni razowy 120.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; salata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p>
<p>Dieta podstawowa kobiety w ciąży lub w laktacji (C1) 11.03-20.03.2024</p> <p>Razem E: 2398.0 kcal   B 111.8 g   T 79.5 g   W 334.0 g   SFA 24.0 g   Cukry 97.5 g   Sól 6.9 g   Błonnik 48.8 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>chleb żytni razowy 90.00g; pomidory, czerwone 60.00g; pasta warzywna 40.00g; szynka wiejska 40.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p>	<p>kiwi 81.00g;</p>	<p>Zupa z zielonej soczewicy# 450.7g <b>Alergeny: gorczyca i produkty pochodne</b></p> <p>Spaghetti z mięsem mielonym# 420.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten</b></p> <p>Salata masłowa z dressingiem jogurtowym# 175.5g <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>Kompot z owoców mrożonych# 250.0g</p>	<p>banan 115.00g; migdały, płatki 10.00g; <b>Alergeny: orzechy i produkty pochodne</b></p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>Pasta twarogowo- jajeczna ze szczypiorkiem 103.0g <b>Alergeny: jaja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; chleb żytni razowy 90.00g; ogórek kiszony 50.00g; roszponka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p>
<p>Dieta podstawowa oddział dziecięcy (P1) 11.03-20.03.2024</p> <p>Razem E: 2057.4 kcal   B 96.3 g   T 68.4 g   W 279.2 g   SFA 22.2 g   Cukry 87.5 g   Sól 5.1 g   Błonnik 29.8 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>tomat, czerwone 60.00g; pasta warzywna 40.00g; szynka wiejska 40.00g; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p>	<p>kiwi 81.00g;</p>	<p>Zupa grysikowa# 455.2g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten</b></p> <p>Spaghetti z mięsem mielonym# 420.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten</b></p> <p>Salata masłowa z dressingiem jogurtowym# 175.5g <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>Kompot z owoców mrożonych# 250.0g</p>	<p>banan 115.00g; migdały, płatki 10.00g; <b>Alergeny: orzechy i produkty pochodne</b></p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>Pasta twarogowo- jajeczna ze szczypiorkiem 103.0g <b>Alergeny: jaja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; ogórek kiszony 50.00g; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; roszponka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></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 11.03-20.03.2024

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie  
Dział Żywnienia

Wtorek 2024-03-19

	śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja + posiłek dodatkowy
<p>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzykowa- 6) 11.03-20.03.2024</p> <p>Razem E: 2028.0 kcal   B 105.2 g   T 57.0 g   W 296.1 g   SFA 21.5 g   Cukry 77.2 g   Sól 8.9 g   Błonnik 46.5 g</p>	<p>Zupa mleczna z ryżem brązowym 300.0g <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb żytni razowy 90.00g; szynka drobiowa 60.00g; pomidory, czerwone 60.00g; roszonek 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p>	<p>pomarańcza 150.00g;</p>	<p>Zupa kalafiorowa z ziemniakami zabieleną 450.1g <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne</b></p> <p>Kotlety mielone z warzywami pieczone w piekarniku 180.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne</b></p> <p>Surówka z buraków i jabłka 180.0g</p> <p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>Jabłko pieczone 150.0g</p>	<p>Pasta z dorsza i twarogu 107.2g <b>Alergeny: ryby i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>Kakao na mleku b/cukru 255.0g <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>kefir, 2% tłuszczu 200.00g; chleb żytni razowy 120.00g; ogórek kwaszony 50.00g; szynka wiejska# 40.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), gorczyca i produkty pochodne</b></p>
<p>Dieta podstawowa kobiety w ciąży lub w laktacji (C1) 11.03-20.03.2024</p> <p>Razem E: 2159.1 kcal   B 111.5 g   T 67.2 g   W 300.2 g   SFA 20.0 g   Cukry 88.0 g   Sól 7.6 g   Błonnik 46.0 g</p>	<p>Zupa mleczna z ryżem 300.0g <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>herbata, napar bez cukru 240.00g; chleb żytni razowy 90.00g; pomidory, czerwone 60.00g; polędwica sopočka# 40.00g; ser, edamski tłusty 20.00g; roszonek 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p>	<p>banan 115.00g;</p>	<p>Zupa kalafiorowa z ziemniakami 459.1g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne, seler i produkty pochodne</b></p> <p>Kotlety mielone z warzywami pieczone w piekarniku 180.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne</b></p> <p>Surówka z buraków i jabłka# 180.0g</p> <p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>ziemniaki 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>Jabłko pieczone 150.0g</p> <p>słonecznik, nasiona 15.00g;</p>	<p>Pasta z dorsza i twarogu 107.2g <b>Alergeny: ryby i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>Kakao na mleku 250.0g <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>kefir, 2% tłuszczu 200.00g; chleb żytni razowy 90.00g; ogórek kwaszony 50.00g; szynka wiejska# 40.00g; roszonek 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), gorczyca i produkty pochodne</b></p>
<p>Dieta podstawowa oddział dziecięcy (P1) 11.03-20.03.2024</p> <p>Razem E: 2000.5 kcal   B 107.9 g   T 65.8 g   W 262.5 g   SFA 19.7 g   Cukry 86.6 g   Sól 6.6 g   Błonnik 36.0 g</p>	<p>Zupa mleczna z ryżem 300.0g <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>herbata, napar bez cukru 240.00g; pomidory, czerwone 60.00g; polędwica sopočka# 40.00g; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; ser, edamski tłusty 20.00g; roszonek 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p>	<p>banan 115.00g;</p>	<p>Zupa kalafiorowa z ziemniakami 459.1g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne, seler i produkty pochodne</b></p> <p>Kotlety mielone z warzywami pieczone w piekarniku 180.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne</b></p> <p>Surówka z buraków i jabłka# 180.0g</p> <p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>ziemniaki 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>Jabłko pieczone 150.0g</p> <p>słonecznik, nasiona 15.00g;</p>	<p>Pasta z dorsza i twarogu 107.2g <b>Alergeny: ryby i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>Kakao na mleku 250.0g <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>kefir, 2% tłuszczu 200.00g; ogórek kwaszony 50.00g; szynka wiejska# 40.00g; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; roszonek 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), gorczyca i produkty pochodne</b></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; łubin i produkty pochodne; mięczaki i produkty pochodne. Alergeny oznaczone 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 11.03-20.03.2024

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie  
Dział Żywnienia

Środa 2024-03-20

	śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja + posiłek dodatkowy
<p>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca- 6) 11.03-20.03.2024</p> <p>Razem E: 2313.1 kcal   B 108.7 g   T 74.0 g   W 327.6 g   SFA 25.7 g   Cukry 88.7 g   Sól 5.9 g   Błonnik 49.8 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>Pasta drobiowa z warzywami 100.0g <b>Alergeny: seler i produkty pochodne</b></p> <p>chleb żytni razowy 90.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p>	<p>kefir, 2% tłuszczu 100.00g; <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p>	<p>Zupa pomidorowa z ryżem# 450.1g <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne</b></p> <p>Bitki schabowe w sosie własnym 300.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten</b></p> <p>Fasolka szparagowa gotowana# 200.0g</p> <p>Smoothie z kiwi i pomarańczy# 200.0g</p> <p>kasza gryczana niepalona, gotowana 150.00g;</p>	<p>Jabłko pieczone 150.0g</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; chleb żytni razowy 120.00g; kurczak faszerowany, pieczony# 80.00g; pomidory, czerwone 60.00g; roszonek 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne, gorczyca i produkty pochodne, dwutlenek siarki i siarczyny</b></p>
<p>Dieta podstawowa kobiety w ciąży lub w laktacji (C1) 11.03-20.03.2024</p> <p>Razem E: 2247.8 kcal   B 106.4 g   T 69.5 g   W 325.2 g   SFA 26.0 g   Cukry 95.7 g   Sól 5.6 g   Błonnik 51.1 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>Pasta drobiowa z warzywami 133.0g <b>Alergeny: seler i produkty pochodne</b></p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb żytni razowy 90.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; roszonek 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p>	<p>jabłko 100.00g;</p>	<p>Zupa pomidorowa z ryżem 450.0g <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne</b></p> <p>Bitki schabowe w sosie własnym 300.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten</b></p> <p>Fasolka szparagowa gotowana 205.0g</p> <p>Smoothie z kiwi i pomarańczy# 200.0g</p> <p>kasza gryczana niepalona, gotowana 100.00g;</p>	<p>Salatka z rukoli, mozzarelli i suszonych pomidorów 130.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>chleb żytni razowy 90.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; szynka z indyka 60.00g; Chipsy jabłkowe 25.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten</b></p>
<p>Dieta podstawowa oddział dziecięcy (P1) 11.03-20.03.2024</p> <p>Razem E: 2089.2 kcal   B 102.8 g   T 68.0 g   W 287.4 g   SFA 25.7 g   Cukry 94.2 g   Sól 4.6 g   Błonnik 41.1 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>Pasta drobiowa z warzywami 133.0g <b>Alergeny: seler i produkty pochodne</b></p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; roszonek 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p>	<p>jabłko 100.00g;</p>	<p>Zupa pomidorowa z ryżem 450.0g <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne</b></p> <p>Bitki schabowe w sosie własnym 300.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten</b></p> <p>Fasolka szparagowa gotowana 205.0g</p> <p>Smoothie z kiwi i pomarańczy# 200.0g</p> <p>kasza gryczana niepalona, gotowana 100.00g;</p>	<p>Salatka z rukoli, mozzarelli i suszonych pomidorów 130.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b></p> <p>papryka czerwona, słodka 75.00g; szynka z indyka 60.00g; chleb żytni razowy 25.00g; Chipsy jabłkowe 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten</b></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; 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.