



Jadłospis 11.06-20.06.2024

Samodzielny Publiczny
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie
Dział Żywnienia

Wtorek 2024-06-11

	I śniadanie	obiad	kolacja	Dodatkowy posiłek
Dieta podstawowa (1) 11.06-20.06.2024	Zupa mleczna z płatkami orkiszowymi 300.0g (GLU, MLE) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; pomidory, czerwone 100.00g; chleb pszenny 70.00g; jaja gotowane 50.00g; polędwica sopocka# 40.00g; chleb żytni razowy 30.00g; rukola 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, JAJ, SOJ, MLE)	Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Kotlet drobiowy 180.0g (GLU, JAJ) Kapuśniak z młodej kapusty 200.0g (SEL) Surówka z marchewki i jabłka z olejem 149.9g ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;	Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g (GLU, MLE) papryka czerwona, słodka 75.00g; chleb żytni razowy 60.00g; chleb pszenny 60.00g; szynka wiejska 40.00g; hummus, gotowy 40.00g; roszponka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU, SEZ)	jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (MLE)
Razem E: 2103.5 kcal B 104.2 g T 70.3 g W 281.5 g SFA 19.4 g Cukry 55.2 g Sól 7.4 g Błonnik 36.5 g				
Dieta łatwostrawna (2) 11.06-20.06.2024	Zupa mleczna z płatkami orkiszowymi 300.0g (GLU, MLE) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; bułki wrocławskie 100.00g; polędwica sopocka# 60.00g; pomidory, czerwone b/skóry 60.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, SOJ, MLE)	Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Zupa grysikowa# 450.0g (GLU, SEL) Pierś z kurczaka duszona w białym sosie 265.0g (GLU, MLE) Surówka z marchewki i jabłka z olejem 149.9g ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;	Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g (GLU, MLE) bułka pszenna wrocławska 120.00g; banan 115.00g; szynka wiejska 80.00g; roszponka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU)	jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (MLE)
Razem E: 2223.8 kcal B 109.0 g T 59.6 g W 327.2 g SFA 19.1 g Cukry 80.8 g Sól 7.2 g Błonnik 30.6 g				

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

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



Jadłospis 11.06-20.06.2024

Samodzielny Publiczny
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie
Dział Żywnienia

Czwartek 2024-06-13

	I śniadanie	obiad	kolacja	Dodatkowy posiłek
Dieta podstawowa (1) 11.06-20.06.2024	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300.0g (GLU, MLE) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; banan 115.00g; papryka żółta, słodka 75.00g; chleb pszenny 70.00g; polędwica sopocka# 40.00g; chleb żytni razowy 30.00g; ser, gouda tłusty 20.00g; roszonek 12.00g; masło ekstra 10.00g; brokuły, kielki 5.00g; (GLU, SOJ, MLE)	Krupnik z kaszą jęczmienną# 450.0g (GLU, SEL) Sałatka z sosem koperkowym# 150.0g Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Schab w sosie własnym 300.0g (GLU) ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;	Kakao na mleku 260.0g (MLE) chleb pszenny 60.00g; chleb żytni razowy 60.00g; pomidory, czerwone 60.00g; pasta warzywna 40.00g; kurczak faszerowany, pieczony# 40.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2)	jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; (MLE)
Razem E: 2181.9 kcal B 104.6 g T 62.2 g W 318.8 g SFA 21.5 g Cukry 72.6 g Sól 6.6 g Błonnik 35.4 g				
Dieta łatwostrawna (2) 11.06-20.06.2024	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300.0g (GLU, MLE) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; banan 115.00g; bułki wrocławskie 100.00g; polędwica sopocka# 60.00g; pomidory, czerwone b/skóry 60.00g; roszonek 12.00g; masło ekstra 10.00g; brokuły, kielki 5.00g; (GLU, SOJ, MLE)	Krupnik z kaszą jęczmienną# 450.0g (GLU, SEL) Sałatka z sosem koperkowym# 150.0g Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Bitki ze schabu duszone w białym sosie# 256.5g (GLU, MLE) ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;	Kakao na mleku 260.0g (MLE) bułka pszenna wrocławska 120.00g; szynka drobiowa 80.00g; pomidory, czerwone b/skóry 60.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU)	jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; (MLE)
Razem E: 2205.0 kcal B 111.0 g T 61.5 g W 314.9 g SFA 21.1 g Cukry 75.5 g Sól 6.8 g Błonnik 26.3 g				

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

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



Jadłospis 11.06-20.06.2024

Samodzielny Publiczny
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie
Dział Żywienia

Piątek 2024-06-14

	I śniadanie	obiad	kolacja	Dodatkowy posiłek
Dieta podstawowa (1) 11.06-20.06.2024	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g (GLU, MLE) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; serek twarogowy, ziarnisty 200.00g; kiwi 81.00g; rzodkiewka 50.00g; bułki grahamki 50.00g; chleb pszenny 30.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, MLE)	Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Barszcz czerwony z fasolą# 450.0g (GLU, MLE, SEL) Filet z dorsza panierowany 175.5g (GLU, JAJ, RYB) Mizeria z jogurtem 290.0g (MLE) ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;	Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g (GLU, MLE) Pasta jajeczno-brokułowa# 100.0g (JAJ, MLE, GOR) chleb żytni razowy 60.00g; chleb pszenny 60.00g; pomidory, czerwone 60.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU)	Mus 100.00g;
Razem E: 2139.7 kcal B 112.7 g T 57.2 g W 313.0 g SFA 22.1 g Cukry 69.7 g Sól 7.9 g Błonnik 40.3 g				
Dieta łatwostrawna (2) 11.06-20.06.2024	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g (GLU, MLE) Gruszka pieczona 130.0g herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; serek twarogowy, ziarnisty 200.00g; bułki wrocławskie 100.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, MLE)	Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Barszcz czerwony# 450.0g (MLE, SEL) Dorsz pieczony# 141.5g (RYB) Sałata masłowa z dressingiem jogurtowym l# 170.0g (MLE) ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;	Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g (GLU, MLE) Pasta jajeczno-brokułowa# 100.1g (JAJ, MLE, GOR) bułka pszenna wrocławska 120.00g; pomidory, czerwone b/skóry 60.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU)	Mus 100.00g;
Razem E: 2022.9 kcal B 102.9 g T 55.9 g W 289.5 g SFA 21.4 g Cukry 60.3 g Sól 6.3 g Błonnik 26.5 g				

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

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



Jadłospis 11.06-20.06.2024

Samodzielny Publiczny
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie
Dział Żywienia

Sobota 2024-06-15

	I śniadanie	obiad	kolacja	Dodatkowy posiłek
<p>Dieta podstawowa (1) 11.06-20.06.2024</p> <p>Razem E: 2172.1 kcal B 110.3 g T 74.6 g W 280.3 g SFA 24.6 g Cukry 48.0 g Sól 6.8 g Błonnik 34.4 g</p>	<p>Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300.0g (MLE) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; szynka wiejska 60.00g; chleb pszenny 60.00g; pomidory, czerwone 60.00g; chleb żytni razowy 30.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, MLE)</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Zupa koperkowa z makaronem 450.0g (GLU, MLE, SEL) Pulpety w sosie koperkowym 199.9g (GLU, JAJ) Bukiet jarzyn gotowany# 210.0g (SEL) kasza jęczmienna, perłowa, gotowana 150.00g; (GLU)</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g (GLU, MLE) #pasztet z mięsa mieszanego, pieczony 80.00g; ogórek 65.00g; chleb pszenny 60.00g; chleb żytni razowy 60.00g; roszponka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU, MLE)</p>	<p>jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (MLE)</p>
<p>Dieta łatwostrawna (2) 11.06-20.06.2024</p> <p>Razem E: 2280.9 kcal B 112.6 g T 77.6 g W 295.2 g SFA 25.5 g Cukry 50.0 g Sól 6.5 g Błonnik 27.9 g</p>	<p>Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300.0g (MLE) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; bułka wrocławskie 100.00g; pomidory, czerwone b/skóry 60.00g; szynka wiejska 60.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, MLE)</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Zupa koperkowa z makaronem 450.0g (GLU, MLE, SEL) Pulpety w sosie koperkowym 199.9g (GLU, JAJ) Bukiet jarzyn gotowany# 210.0g (SEL) kasza jęczmienna, perłowa, gotowana 150.00g; (GLU)</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g (GLU, MLE) bułka pszenna wrocławska 120.00g; #pasztet z mięsa mieszanego, pieczony 80.00g; pomidory, czerwone b/skóry 60.00g; roszponka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU, MLE)</p>	<p>jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (MLE)</p>

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

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



Jadłospis 11.06-20.06.2024

Samodzielny Publiczny
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie
Dział Żywnienia

Niedziela 2024-06-16

	I śniadanie	obiad	kolacja	Dodatkowy posiłek
<p>Dieta podstawowa (1) 11.06-20.06.2024</p> <p>Razem E: 2173.4 kcal B 107.9 g T 58.9 g W 320.1 g SFA 19.0 g Cukry 66.2 g Sól 8.6 g Błonnik 35.6 g</p>	<p>Zupa mleczna z ryżem 300.0g (MLE) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb pszenny 70.00g; polędwica sopocka 60.00g; pomidory, czerwone 60.00g; chleb żytni razowy 30.00g; rosół 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, SOJ, MLE)</p>	<p>Surówka z marchewki i jabłka z olejem 152.1g Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Zupa pomidorowa z makaronem 450.0g (GLU, MLE, SEL) Bitki ze schabu duszone w białym sosie# 256.5g (GLU, MLE) ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g (GLU, MLE) szynka z indyka 80.00g; ogórek 65.00g; chleb pszenny 60.00g; chleb żytni razowy 60.00g; rosół 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU)</p>	<p>sok wielowarzywny 300.00g; (SEL)</p>
<p>Dieta łatwostrawna (2) 11.06-20.06.2024</p> <p>Razem E: 2243.6 kcal B 108.8 g T 61.5 g W 327.2 g SFA 19.8 g Cukry 66.3 g Sól 8.2 g Błonnik 28.1 g</p>	<p>Zupa mleczna z ryżem 300.0g (MLE) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; bułki wrocławskie 100.00g; pomidory, czerwone b/skóry 60.00g; polędwica sopocka 60.00g; rosół 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, SOJ, MLE)</p>	<p>Surówka z marchewki i jabłka z olejem 149.9g Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Zupa pomidorowa z makaronem 450.0g (GLU, MLE, SEL) Bitki ze schabu duszone w białym sosie# 256.5g (GLU, MLE) ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g (GLU, MLE) bułka pszenna wrocławska 120.00g; szynka z indyka 80.00g; rosół 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU)</p>	<p>sok wielowarzywny 300.00g; (SEL)</p>

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

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



Jadłospis 11.06-20.06.2024

Samodzielny Publiczny
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie
Dział Żywnienia

Poniedziałek 2024-06-17

	I śniadanie	obiad	kolacja	Dodatkowy posiłek
<p>Dieta podstawowa (1) 11.06-20.06.2024</p> <p>Razem E: 2141.2 kcal B 110.9 g T 62.0 g W 305.6 g SFA 19.1 g Cukry 48.8 g Sól 7.7 g Błonnik 37.2 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g (GLU, MLE)</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; hummus, gotowy 40.00g; rukola 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, SOJ, MLE, GOR, SEZ)</p>	<p>Makaron z pesto i kurczakiem 432.0g (GLU, GOR)</p> <p>Kompot z owoców mrożonych# 200.0g</p> <p>Zupa wielowarzywna z ryżem# 450.0g (SEL)</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g (GLU, MLE)</p> <p>Pasta z dorsza i twarogu 107.2g (RYB, MLE)</p> <p>chleb pszenny 60.00g; chleb żytni razowy 60.00g; ogórek kiszony 50.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU)</p>	<p>jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; (MLE)</p>
<p>Dieta łatwostrawna (2) 11.06-20.06.2024</p> <p>Razem E: 2057.6 kcal B 99.3 g T 47.0 g W 321.8 g SFA 19.8 g Cukry 76.7 g Sól 5.1 g Błonnik 24.3 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g (GLU, MLE)</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; bułki wrocławskie 100.00g; szynka wiejska# 60.00g; pomidory, czerwone b/skóry 60.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, SOJ, MLE, GOR)</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych# 200.0g</p> <p>Zupa wielowarzywna z ryżem# 450.0g (SEL)</p> <p>Makaron z brokołem, serem i pomidorem 486.1g (GLU, MLE)</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g (GLU, MLE)</p> <p>Pasta z dorsza i twarogu 107.2g (RYB, MLE)</p> <p>bułka pszenna wrocławska 120.00g; banan 115.00g; roszponka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU)</p>	<p>jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; (MLE)</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 11.06-20.06.2024

Samodzielny Publiczny
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie
Dział Żywnienia

Wtorek 2024-06-18

	I śniadanie	obiad	kolacja	Dodatkowy posiłek
Dieta podstawowa (1) 11.06-20.06.2024 Razem E: 2136.8 kcal B 108.9 g T 64.6 g W 298.8 g SFA 25.3 g Cukry 70.2 g Sól 9.0 g Błonnik 36.2 g	Zupa mleczna z płatkami orkiszowymi 300.0g (GLU, MLE) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; banan 115.00g; chleb pszenny 70.00g; szynka drobiowa 60.00g; rzodkiewka 50.00g; chleb żytni razowy 30.00g; rosół 12.00g; masło ekstra 10.00g; rzodkiewka, kiełki 5.00g; (GLU, MLE)	Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Zupa pieczarkowa z makaronem 450.0g (GLU, MLE, SEL) Pieczona pierś z indyka z migdałami i suszonymi pomidorami 190.0g (ORZ) Sałata masłowa z dressingiem jogurtowym 310.0g (MLE) ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;	Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g (GLU, MLE) chleb pszenny 60.00g; chleb żytni razowy 60.00g; ogórek kwaszony 50.00g; szynka wiejska# 40.00g; ser, gouda tusty 20.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU, SOJ, MLE, GOR)	kefir, 2% tłuszczu 100.00g; (MLE)
Dieta łatwostrawna (2) 11.06-20.06.2024 Razem E: 2139.5 kcal B 107.8 g T 53.2 g W 321.5 g SFA 22.3 g Cukry 73.5 g Sól 7.7 g Błonnik 28.8 g	Zupa mleczna z płatkami orkiszowymi 300.0g (GLU, MLE) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; banan 115.00g; bułki wrocławskie 100.00g; szynka drobiowa 60.00g; rosół 12.00g; masło ekstra 10.00g; rzodkiewka, kiełki 5.00g; (GLU, MLE)	Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Sałata masłowa z dressingiem jogurtowym 310.0g (MLE) Zupa grysikowa# 450.0g (GLU, SEL) Pierś z indyka duszona w białym sosie 285.0g (GLU, MLE) ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;	Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g (GLU, MLE) bułka pszenna wrocławska 120.00g; szynka wiejska# 80.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU, SOJ, MLE, GOR)	kefir, 2% tłuszczu 100.00g; (MLE)

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

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



Jadłospis 11.06-20.06.2024

Samodzielny Publiczny
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie
Dział Żywnienia

Czwartek 2024-06-20

	I śniadanie	obiad	kolacja	Dodatkowy posiłek
<p>Dieta podstawowa (1) 11.06-20.06.2024</p> <p>Razem E: 2231.9 kcal B 114.6 g T 70.2 g W 302.8 g SFA 21.5 g Cukry 43.4 g Sól 6.9 g Błonnik 36.0 g</p>	<p>Zupa mleczna z ryżem 300.0g (MLE)</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb pszenny 70.00g; polędwica sopocka# 40.00g; pasta warzywna 40.00g; chleb żytni razowy 30.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, SOJ, MLE)</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych# 200.0g</p> <p>Rosół z makaronem# 450.0g (GLU, SEL)</p> <p>Pieczone udko z kurczaka# 180.0g (GOR)</p> <p>Bukiet jarzyn gotowany# 210.0g (SEL)</p> <p>ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g (GLU, MLE)</p> <p>polędwica sopocka# 80.00g; chleb żytni razowy 60.00g; pomidory, czerwone 60.00g; chleb pszenny 60.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU, SOJ)</p>	<p>Mus 100.00g;</p>
<p>Dieta łatwostrawna (2) 11.06-20.06.2024</p> <p>Razem E: 2267.5 kcal B 114.1 g T 65.1 g W 319.3 g SFA 21.9 g Cukry 46.0 g Sól 5.8 g Błonnik 27.2 g</p>	<p>Zupa mleczna z ryżem 300.0g (MLE)</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; bułki wrocławskie 100.00g; polędwica sopocka# 60.00g; pomidory, czerwone b/skóry 60.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, SOJ, MLE)</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych# 200.0g</p> <p>Rosół z makaronem# 450.0g (GLU, SEL)</p> <p>Bukiet jarzyn gotowany# 210.0g (SEL)</p> <p>Udło z kurczaka w sosie 180.0g (GLU, MLE, GOR)</p> <p>ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g (GLU, MLE)</p> <p>bułka pszenna wrocławska 120.00g; polędwica sopocka# 80.00g; pomidory, czerwone b/skóry 60.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU, SOJ)</p>	<p>Mus 100.00g;</p>

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

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



Jadłospis 11.06-20.06.2024

Samodzielny Publiczny
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie
Dział Żywnienia

Wtorek 2024-06-11

	śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja + posiłek dodatkowy
<p>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6) 11.06-20.06.2024</p> <p>Razem E: 2205.2 kcal B 110.8 g T 75.1 g W 297.1 g SFA 21.8 g Cukry 74.7 g Sól 8.5 g Błonnik 51.7 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami orkiszowymi 300.0g (GLU, MLE)</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; pomidory, czerwone 100.00g; chleb żytni razowy 90.00g; jaja gotowane 50.00g; polędwica sopocka# 40.00g; rukola 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, JAJ, SOJ, MLE)</p>	<p>jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 100.00g; (MLE)</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Kapuśniak z młodej kapusty 450.2g (SEL)</p> <p>Surówka z marchewki i jabłka z olejem 149.9g</p> <p>Pierś z kurczaka duszona w białym sosie 285.0g (GLU, MLE)</p> <p>ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>sok pomidorowy 300.00g;</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g (GLU, MLE)</p> <p>chleb żytni razowy 120.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; hummus, gotowy 40.00g; szynka wiejska 40.00g; rozspanka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU, MLE, SEZ)</p>
<p>Dieta podstawowa kobiety ciężarne i w okresie laktacji (C1) 11.06-20.06.2024</p> <p>Razem E: 2313.2 kcal B 119.6 g T 81.6 g W 301.6 g SFA 23.7 g Cukry 73.8 g Sól 8.0 g Błonnik 54.4 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami orkiszowymi 300.0g (GLU, MLE)</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb żytni razowy 90.00g; pomidory, czerwone 60.00g; jaja gotowane 50.00g; polędwica sopocka# 40.00g; rukola 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, JAJ, SOJ, MLE)</p>	<p>Truskawki z jogurtem 350.0g (MLE)</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Kapuśniak z młodej kapusty 450.0g (SEL)</p> <p>Kotlet drobiowy 180.0g (GLU, JAJ)</p> <p>Surówka z marchewki i jabłka z olejem 150.0g</p> <p>ziemniaki 200.00g;</p>	<p>Salatka brokułowa z serem feta i grzanką# 184.0g (GLU, MLE)</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g (GLU, MLE)</p> <p>chleb żytni razowy 90.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; szynka wiejska 40.00g; hummus, gotowy 40.00g; rozspanka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU, SEZ)</p>
<p>Dieta podstawowa oddział dziecięcy (P1) 11.06-20.06.2024</p> <p>Razem E: 2098.4 kcal B 106.7 g T 71.3 g W 276.5 g SFA 20.4 g Cukry 100.7 g Sól 6.0 g Błonnik 40.2 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami orkiszowymi 300.0g (GLU, MLE)</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; pomidory, czerwone 60.00g; jaja gotowane 50.00g; polędwica sopocka# 40.00g; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; rukola 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, JAJ, SOJ, MLE)</p>	<p>Truskawki z jogurtem 350.0g (MLE)</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Kapuśniak z młodej kapusty 450.0g (SEL)</p> <p>Kotlet drobiowy 180.0g (GLU, JAJ)</p> <p>Surówka z marchewki i jabłka z olejem 150.0g</p> <p>ziemniaki 200.00g;</p>	<p>banan 80.00g;</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g (GLU, MLE)</p> <p>papryka czerwona, słodka 75.00g; szynka wiejska 40.00g; hummus, gotowy 40.00g; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; Chipsy jabłkowe 25.00g; rozspanka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU, SEZ)</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 11.06-20.06.2024

Samodzielny Publiczny
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie
Dział Żywnienia

Środa 2024-06-12

	śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja + posiłek dodatkowy
<p>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6) 11.06-20.06.2024</p> <p>Razem E: 2176.9 kcal B 104.2 g T 64.5 g W 324.1 g SFA 20.1 g Cukry 100.9 g Sól 9.3 g Błonnik 58.0 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g (GLU, MLE)</p> <p>chleb żytni razowy 90.00g; szynka wiejska 60.00g; rzodkiewka 50.00g; roszpinka 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, MLE)</p>	<p>Gruszka pieczona 130.0g</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Gulasz po węgiersku 350.0g (GLU)</p> <p>Fasolka szparagowa gotowana# 200.0g</p> <p>Zupa jarzynowa z ziemniakami zabelana 450.0g (MLE, SEL)</p> <p>kasza gryczana prażona, gotowana 150.00g;</p>	<p>Jabłko pieczone 150.0g</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g (GLU, MLE)</p> <p>Pasta twarożek z koperkiem 108.0g (MLE)</p> <p>sok wielowarzywny 300.00g; chleb żytni razowy 120.00g; ogórek 65.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU, SEL)</p>
<p>Dieta podstawowa kobiety ciężarne i w okresie laktacji (C1) 11.06-20.06.2024</p> <p>Razem E: 2139.8 kcal B 114.5 g T 65.8 g W 300.4 g SFA 22.6 g Cukry 95.0 g Sól 9.5 g Błonnik 53.9 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g (GLU, MLE)</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 500.00g; chleb żytni razowy 90.00g; szynka wiejska# 60.00g; rzodkiewka 50.00g; roszpinka 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, SOJ, MLE, GOR)</p>	<p>Serek wiejski z papryką 179.6g (MLE)</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Zupa jarzynowa z ziemniakami zabelana 450.0g (MLE, SEL)</p> <p>Gulasz po węgiersku 350.0g (GLU)</p> <p>Fasolka szparagowa gotowana 205.0g</p> <p>kasza gryczana prażona, gotowana 150.00g;</p>	<p>banan 80.00g;</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g (GLU, MLE)</p> <p>Pasta twarożek z koperkiem 108.0g (MLE)</p> <p>sok wielowarzywny 300.00g; chleb żytni razowy 90.00g; ogórek 65.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU, SEL)</p>
<p>Dieta podstawowa oddział dziecięcy (P1) 11.06-20.06.2024</p> <p>Razem E: 1981.2 kcal B 110.9 g T 64.3 g W 262.7 g SFA 22.4 g Cukry 93.5 g Sól 8.4 g Błonnik 43.8 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g (GLU, MLE)</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 500.00g; szynka wiejska# 60.00g; rzodkiewka 50.00g; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; roszpinka 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, SOJ, MLE, GOR)</p>	<p>Serek wiejski z papryką 179.6g (MLE)</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Zupa jarzynowa z ziemniakami zabelana 450.0g (MLE, SEL)</p> <p>Gulasz po węgiersku 350.0g (GLU)</p> <p>Fasolka szparagowa gotowana 205.0g</p> <p>kasza gryczana prażona, gotowana 150.00g;</p>	<p>banan 80.00g;</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g (GLU, MLE)</p> <p>Pasta twarożek z koperkiem 108.0g (MLE)</p> <p>sok wielowarzywny 300.00g; ogórek 65.00g; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU, SEL)</p>

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

Potrawy przygotowywane w Dziale Żywnienia mogą zawierać: zboża zawierające gluten, tj. pszenicę (w tym orkisz i pszenicę khorasan), żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut lub ich odmiany hybrydowe, a także produkty pochodne; skorupiaki i produkty pochodne; jaja i produkty pochodne; ryby i produkty pochodne; orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne; soję i produkty pochodne; mleko i produkty pochodne; seler zwyczajny i produkty pochodne; 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 11.06-20.06.2024

Samodzielny Publiczny
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie
Dział Żywnienia

Czwartek 2024-06-13

	śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja + posiłek dodatkowy
<p>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6) 11.06-20.06.2024</p> <p>Razem E: 2192.4 kcal B 105.5 g T 63.6 g W 323.7 g SFA 20.5 g Cukry 80.6 g Sól 6.4 g Błonnik 49.0 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300.0g (GLU, MLE)</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb żytni razowy 90.00g; papryka żółta, słodka 75.00g; polędwica sopocka# 60.00g; roszonek 12.00g; masło ekstra 10.00g; brokuły, kiełki 5.00g; (GLU, SOJ, MLE)</p>	<p>Czerwone smoothie# 255.0g (MLE)</p>	<p>Krupnik z kaszą jęczmienną# 450.0g (GLU, SEL)</p> <p>Salatka z sosem koperkowym# 150.0g</p> <p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Schab w sosie własnym 300.0g (GLU)</p> <p>ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>Jabłko pieczone 150.0g</p>	<p>Kakao na mleku b/cukru 260.0g (MLE)</p> <p>jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; chleb żytni razowy 120.00g; pomidory, czerwone 60.00g; kurczak faszerowany, pieczony# 40.00g; pasta warzywna 40.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2)</p>
<p>Dieta podstawowa kobiety ciężarne i w okresie laktacji (C1) 11.06-20.06.2024</p> <p>Razem E: 2199.3 kcal B 109.8 g T 72.4 g W 301.3 g SFA 24.1 g Cukry 80.3 g Sól 6.7 g Błonnik 47.7 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300.0g (GLU, MLE)</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb żytni razowy 90.00g; papryka żółta, słodka 75.00g; szynka wiejska 40.00g; ser, gouda tłusty 20.00g; masło ekstra 12.00g; roszonek 12.00g; (GLU, MLE)</p>	<p>Czerwone smoothie# 249.9g (MLE)</p>	<p>Salatka z sosem koperkowym# 150.0g</p> <p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Krupnik z kaszą jęczmienną# 450.0g (GLU, SEL)</p> <p>Schab duszony w sosie własnym 308.5g (GLU)</p> <p>ziemniaki 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>Jabłko pieczone 150.0g</p> <p>słonecznik, nasiona 15.00g;</p>	<p>Kakao na mleku 250.0g (MLE)</p> <p>jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; chleb żytni razowy 90.00g; pomidory, czerwone 60.00g; pasta warzywna 40.00g; szynka delikatesowa z kurczaka# 40.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU, MLE)</p>
<p>Dieta podstawowa oddział dziecięcy (P1) 11.06-20.06.2024</p> <p>Razem E: 2014.9 kcal B 101.6 g T 70.1 g W 263.6 g SFA 23.6 g Cukry 78.9 g Sól 5.6 g Błonnik 37.7 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300.0g (GLU, MLE)</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; papryka żółta, słodka 75.00g; szynka wiejska 40.00g; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; ser, gouda tłusty 20.00g; roszonek 12.00g; masło ekstra 12.00g; (GLU, MLE)</p>	<p>Czerwone smoothie# 249.9g (MLE)</p>	<p>Salatka z sosem koperkowym# 150.0g</p> <p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Krupnik z kaszą jęczmienną# 450.0g (GLU, SEL)</p> <p>Schab duszony w sosie własnym 288.5g (GLU)</p> <p>ziemniaki 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>Jabłko pieczone 150.0g</p> <p>słonecznik, nasiona 15.00g;</p>	<p>Kakao na mleku 250.0g (MLE)</p> <p>jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; pomidory, czerwone 60.00g; pasta warzywna 40.00g; szynka delikatesowa z kurczaka# 40.00g; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU, MLE)</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 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 11.06-20.06.2024

Samodzielny Publiczny
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie
Dział Żywnienia

Piątek 2024-06-14

	śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja + posiłek dodatkowy
<p>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6) 11.06-20.06.2024</p> <p>Razem E: 2118.1 kcal B 112.1 g T 58.0 g W 308.8 g SFA 23.0 g Cukry 79.9 g Sól 7.4 g Błonnik 45.5 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g (GLU, MLE)</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; serek twarogowy, ziarnisty 200.00g; rzodkiewka 50.00g; bułki grahamki 50.00g; chleb żytni razowy 30.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, MLE)</p>	<p>jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (MLE)</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Barszcz czerwony z fasolą# 450.0g (GLU, MLE, SEL)</p> <p>Mizeria z jogurtem 290.0g (MLE)</p> <p>Dorsz pieczony# 141.5g (RYB)</p> <p>ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>Jabłko pieczone 150.0g</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g (GLU, MLE)</p> <p>Pasta jajeczno-brokułowa# 100.1g (JAJ, MLE, GOR)</p> <p>chleb żytni razowy 120.00g; Mus 100.00g; pomidory, czerwone 60.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU)</p>
<p>Dieta podstawowa kobiety ciężarne i w okresie laktacji (C1) 11.06-20.06.2024</p> <p>Razem E: 2254.5 kcal B 117.6 g T 67.9 g W 317.3 g SFA 26.1 g Cukry 84.6 g Sól 8.3 g Błonnik 47.9 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g (GLU, MLE)</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; serek twarogowy, ziarnisty 200.00g; rzodkiewka 50.00g; bułki grahamki 50.00g; chleb żytni razowy 30.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, MLE)</p>	<p>Salatka owocowa# 157.0g (MLE, ORZ)</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 400.0g</p> <p>Barszcz czerwony z fasolą# 450.0g (GLU, MLE, SEL)</p> <p>Mizeria z jogurtem 290.0g (MLE)</p> <p>Filet z dorsz panierowany# 175.5g (GLU, JAJ, RYB)</p> <p>ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>Salatka grecka 148.5g (MLE)</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g (GLU, MLE)</p> <p>Pasta jajeczno-brokułowa# 80.0g (JAJ, MLE, GOR)</p> <p>Mus 100.00g; chleb żytni razowy 90.00g; pomidory, czerwone 60.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU)</p>
<p>Dieta podstawowa oddział dziecięcy (P1) 11.06-20.06.2024</p> <p>Razem E: 2036.2 kcal B 98.9 g T 56.4 g W 303.0 g SFA 20.3 g Cukry 88.7 g Sól 5.9 g Błonnik 40.5 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g (GLU, MLE)</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; serek twarogowy, ziarnisty 100.00g; rzodkiewka 50.00g; bułki grahamki 50.00g; bułka pszenna wrocławska 30.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, MLE)</p>	<p>Salatka owocowa# 157.0g (MLE, ORZ)</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 400.0g</p> <p>Barszcz czerwony z fasolą# 450.0g (GLU, MLE, SEL)</p> <p>Mizeria z jogurtem 290.0g (MLE)</p> <p>Filet z dorsz panierowany# 175.5g (GLU, JAJ, RYB)</p> <p>ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>Jabłko pieczone 100.0g</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g (GLU, MLE)</p> <p>Pasta jajeczno-brokułowa# 80.0g (JAJ, MLE, GOR)</p> <p>Mus 100.00g; pomidory, czerwone 60.00g; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU)</p>

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

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



Jadłospis 11.06-20.06.2024

Samodzielny Publiczny
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie
Dział Żywnienia

Sobota 2024-06-15

	śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja + posiłek dodatkowy
<p>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6) 11.06-20.06.2024</p> <p>Razem E: 2221.9 kcal B 118.8 g T 66.3 g W 310.6 g SFA 22.7 g Cukry 64.4 g Sól 8.0 g Błonnik 49.6 g</p>	<p>Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300.0g (MLE)</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb żytni razowy 90.00g; szynka wiejska 60.00g; pomidory, czerwone 60.00g; roszonek 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, MLE)</p>	<p>Jabłko pieczone 150.0g</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Zupa koperkowa z makaronem 450.0g (GLU, MLE, SEL)</p> <p>Pulpety w sosie koperkowym 199.9g (GLU, JAJ)</p> <p>Bukiet jarzyn gotowany# 210.0g (SEL)</p> <p>kasza jęczmienna, perłowa, gotowana 150.00g; (GLU)</p>	<p>papryka czerwona, słodka 75.00g; chleb żytni razowy 30.00g; hummus, gotowy 30.00g; (GLU, SEZ)</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g (GLU, MLE)</p> <p>chleb żytni razowy 120.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; polędwica sopočka# 80.00g; ogórek 65.00g; roszonek 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU, SOJ, MLE)</p>
<p>Dieta podstawowa kobiety ciężarne i w okresie laktacji (C1) 11.06-20.06.2024</p> <p>Razem E: 2180.9 kcal B 119.1 g T 60.1 g W 309.3 g SFA 24.1 g Cukry 84.4 g Sól 6.1 g Błonnik 40.1 g</p>	<p>Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300.0g (MLE)</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb żytni razowy 90.00g; pomidory, czerwone 75.00g; polędwica sopočka# 60.00g; roszonek 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, SOJ, MLE)</p>	<p>banan 80.00g;</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Bukiet jarzyn gotowany# 205.0g (SEL)</p> <p>Zupa koperkowa z makaronem 450.0g (GLU, MLE, SEL)</p> <p>Pulpety w sosie koperkowym 230.0g (GLU, JAJ)</p> <p>kasza jęczmienna, perłowa, gotowana 150.00g; (GLU)</p>	<p>Budyń śmietankowy# 276.3g (MLE)</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g (GLU, MLE)</p> <p>jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; chleb żytni razowy 90.00g; szynka delikatesowa z kurczaka# 60.00g; ogórek 50.00g; roszonek 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU, MLE)</p>
<p>Dieta podstawowa oddział dziecięcy (P1) 11.06-20.06.2024</p> <p>Razem E: 2000.9 kcal B 111.7 g T 56.6 g W 275.4 g SFA 22.6 g Cukry 77.3 g Sól 4.9 g Błonnik 31.8 g</p>	<p>Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300.0g (MLE)</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; pomidory, czerwone 75.00g; polędwica sopočka# 60.00g; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; roszonek 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, SOJ, MLE)</p>	<p>banan 80.00g;</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Bukiet jarzyn gotowany# 205.0g (SEL)</p> <p>Zupa koperkowa z makaronem 450.0g (GLU, MLE, SEL)</p> <p>Pulpety w sosie koperkowym 230.0g (GLU, JAJ)</p> <p>kasza jęczmienna, perłowa, gotowana 150.00g; (GLU)</p>	<p>Budyń śmietankowy# 276.3g (MLE)</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g (GLU, MLE)</p> <p>Mus 100.00g; szynka delikatesowa z kurczaka# 60.00g; ogórek 50.00g; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; roszonek 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU)</p>

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

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



Jadłospis 11.06-20.06.2024

Samodzielny Publiczny
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie
Dział Żywnienia

Niedziela 2024-06-16

	śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja + posiłek dodatkowy
<p>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6) 11.06-20.06.2024</p> <p>Razem E: 2229.0 kcal B 106.9 g T 61.0 g W 335.6 g SFA 19.7 g Cukry 85.9 g Sól 8.5 g Błonnik 46.8 g</p>	<p>Zupa mleczna z ryżem 300.0g (MLE) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb żytni razowy 90.00g; poledwica sopocka 60.00g; pomidory, czerwone 60.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, SOJ, MLE)</p>	<p>kiwi 81.00g;</p>	<p>Surówka z marchewki i jabłka z olejem 149.9g Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g Zupa pomidorowa z makaronem 450.0g (GLU, MLE, SEL) Bitki ze schabu duszone w białym sosie# 256.5g (GLU, MLE) ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>Jabłko pieczone 150.0g</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g (GLU, MLE) sok wielowarzywny 300.00g; chleb żytni razowy 120.00g; szynka z indyka 80.00g; ogórek 65.00g; roszponka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU, SEL)</p>
<p>Dieta podstawowa kobiety ciężarne i w okresie laktacji (C1) 11.06-20.06.2024</p> <p>Razem E: 2164.7 kcal B 105.1 g T 66.1 g W 309.1 g SFA 23.5 g Cukry 93.8 g Sól 9.2 g Błonnik 45.2 g</p>	<p>Zupa mleczna z ryżem 300.0g (MLE) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb żytni razowy 90.00g; pomidory, czerwone 60.00g; szynka wiejska# 60.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, SOJ, MLE, GOR)</p>	<p>jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; kiwi 81.00g; (MLE)</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g Surówka z marchewki i jabłka z olejem 150.0g Zupa pomidorowa z makaronem# 452.0g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Bitki ze schabu w białym sosie# 256.5g (GLU, MLE) ziemniaki 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>Jabłko pieczone 150.0g</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g (GLU, MLE) sok wielowarzywny 300.00g; chleb żytni razowy 90.00g; ogórek 65.00g; szynka z indyka 60.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 20.00g; roszponka 12.00g; (GLU, SEL)</p>
<p>Dieta podstawowa oddział dziecięcy (P1) 11.06-20.06.2024</p> <p>Razem E: 2006.1 kcal B 101.4 g T 64.6 g W 271.4 g SFA 23.2 g Cukry 92.3 g Sól 8.2 g Błonnik 35.1 g</p>	<p>Zupa mleczna z ryżem 300.0g (MLE) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; pomidory, czerwone 60.00g; szynka wiejska# 60.00g; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, SOJ, MLE, GOR)</p>	<p>jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; kiwi 81.00g; (MLE)</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g Surówka z marchewki i jabłka z olejem 150.0g Zupa pomidorowa z makaronem# 452.0g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Bitki ze schabu w białym sosie# 256.5g (GLU, MLE) ziemniaki 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>Jabłko pieczone 150.0g</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g (GLU, MLE) sok wielowarzywny 300.00g; ogórek 65.00g; szynka z indyka 60.00g; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 20.00g; roszponka 12.00g; (GLU, SEL)</p>

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

Potrawy przygotowywane w Dziale Żywnienia mogą zawierać: zboża zawierające gluten, tj. pszenicę (w tym orkisz i pszenicę khorasan), żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut lub ich odmiany hybrydowe, a także produkty pochodne; skorupiaki i produkty pochodne; jaja i produkty pochodne; ryby i produkty pochodne; orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne; soję i produkty pochodne; mleko i produkty pochodne; seler zwyczajny i produkty pochodne; 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 11.06-20.06.2024

Samodzielny Publiczny
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie
Dział Żywnienia

Poniedziałek 2024-06-17

	śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja + posiłek dodatkowy
<p>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6) 11.06-20.06.2024</p> <p>Razem E: 2105.7 kcal B 109.6 g T 63.7 g W 298.5 g SFA 19.7 g Cukry 63.3 g Sól 8.8 g Błonnik 46.6 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g (GLU, MLE)</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb żytni razowy 90.00g; pomidory, czerwone 60.00g; szynka wiejska# 40.00g; hummus, gotowy 40.00g; rukola 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, SOJ, MLE, GOR, SEZ)</p>	<p>jabłko 100.00g;</p>	<p>Makaron z pesto i kurczakiem 432.0g (GLU, GOR)</p> <p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Zupa wielowarzywna z ryżem# 450.0g (SEL)</p>	<p>sok pomidorowy 300.00g;</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g (GLU, MLE)</p> <p>Pasta z dorsza i twarogu 107.2g (RYB, MLE)</p> <p>jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; chleb żytni razowy 120.00g; ogórek kiszony 50.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU, MLE)</p>
<p>Dieta podstawowa kobiety ciężarne i w okresie laktacji (C1) 11.06-20.06.2024</p> <p>Razem E: 2185.1 kcal B 107.3 g T 62.1 g W 317.6 g SFA 19.4 g Cukry 68.9 g Sól 6.6 g Błonnik 36.4 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g (GLU, MLE)</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb żytni razowy 90.00g; pomidory, czerwone 60.00g; hummus, gotowy 40.00g; szynka wiejska 40.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, MLE, SEZ)</p>	<p>jabłko 100.00g;</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Makaron z pesto i kurczakiem 520.0g (GLU)</p> <p>Zupa wielowarzywna z ryżem# 432.1g (SEL)</p>	<p>baton zbożowy, kukurydziany z owocami 40.00g;</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g (GLU, MLE)</p> <p>Pasta z dorsza i twarogu 107.2g (RYB, MLE)</p> <p>jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 150.00g; chleb żytni razowy 90.00g; ogórek kiszony 50.00g; roszponka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU, MLE)</p>
<p>Dieta podstawowa oddział dziecięcy (P1) 11.06-20.06.2024</p> <p>Razem E: 2026.5 kcal B 103.7 g T 60.6 g W 279.9 g SFA 19.2 g Cukry 67.4 g Sól 5.6 g Błonnik 26.3 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g (GLU, MLE)</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; pomidory, czerwone 60.00g; hummus, gotowy 40.00g; szynka wiejska 40.00g; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, MLE, SEZ)</p>	<p>jabłko 100.00g;</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Makaron z pesto i kurczakiem 520.0g (GLU)</p> <p>Zupa wielowarzywna z ryżem# 432.1g (SEL)</p>	<p>baton zbożowy, kukurydziany z owocami 40.00g;</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g (GLU, MLE)</p> <p>Pasta z dorsza i twarogu 107.2g (RYB, MLE)</p> <p>jogurt naturalny, 1,5% 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; (GLU, MLE)</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 11.06-20.06.2024

Samodzielny Publiczny
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie
Dział Żywnienia

Wtorek 2024-06-18

	śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja + posiłek dodatkowy
<p>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6) 11.06-20.06.2024</p> <p>Razem E: 2092.0 kcal B 115.9 g T 66.7 g W 278.4 g SFA 24.8 g Cukry 63.9 g Sól 9.5 g Błonnik 42.6 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami orkiszowymi 300.0g (GLU, MLE)</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb żytni razowy 90.00g; szynka drobiowa 60.00g; rzodkiewka 50.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; rzodkiewka, kiełki 5.00g; (GLU, MLE)</p>	<p>kefir, 2% tłuszczu 100.00g; (MLE)</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Zupa pieczarkowa z makaronem 450.0g (GLU, MLE, SEL)</p> <p>Pieczona pierś z indyka z migdałami i suszonymi pomidorami 190.0g (ORZ)</p> <p>Sałata masłowa z dressingiem jogurtowym 174.9g (MLE)</p> <p>ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>Koktajl truskawkowy# 255.0g (MLE)</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g (GLU, MLE)</p> <p>chleb żytni razowy 120.00g; kefir, 2% tłuszczu 100.00g; szynka wiejska# 80.00g; ogórek kwaszony 50.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU, SOJ, MLE, GOR)</p>
<p>Dieta podstawowa kobiety ciężarne i w okresie laktacji (C1) 11.06-20.06.2024</p> <p>Razem E: 2272.3 kcal B 118.2 g T 67.0 g W 323.0 g SFA 22.2 g Cukry 80.6 g Sól 7.1 g Błonnik 49.3 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami orkiszowymi 300.0g (GLU, MLE)</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb żytni razowy 90.00g; szynka z piersi kurczaka 60.00g; rzodkiewka 50.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, MLE)</p>	<p>banan 120.00g; migdały, płatki 10.00g; (ORZ)</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Zupa pieczarkowa z makaronem 450.0g (GLU, MLE, SEL)</p> <p>Pieczona pierś z indyka z migdałami i suszonymi pomidorami 190.0g (ORZ)</p> <p>Sałata masłowa z dressingiem jogurtowym# 175.5g (MLE)</p> <p>ziemniaki 400.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>Koktajl truskawkowy# 255.0g (MLE)</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g (GLU, MLE)</p> <p>Mus 100.00g; chleb żytni razowy 90.00g; ogórek 50.00g; polędwica sopocka# 40.00g; ser, gouda tłusty 20.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU, SOJ, MLE)</p>
<p>Dieta podstawowa oddział dziecięcy (P1) 11.06-20.06.2024</p> <p>Razem E: 2051.5 kcal B 104.3 g T 60.2 g W 293.3 g SFA 21.5 g Cukry 71.8 g Sól 6.5 g Błonnik 42.9 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami orkiszowymi 300.0g (GLU, MLE)</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; szynka z piersi kurczaka 60.00g; rzodkiewka 50.00g; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, MLE)</p>	<p>banan 80.00g;</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Zupa pieczarkowa z makaronem 450.0g (GLU, MLE, SEL)</p> <p>Pieczona pierś z indyka z migdałami i suszonymi pomidorami 140.0g (ORZ)</p> <p>Sałata masłowa z dressingiem jogurtowym# 175.5g (MLE)</p> <p>ziemniaki 400.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>Koktajl truskawkowy# 255.0g (MLE)</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g (GLU, MLE)</p> <p>Mus 100.00g; chleb żytni razowy 90.00g; ogórek 50.00g; polędwica sopocka# 40.00g; ser, gouda tłusty 20.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU, SOJ, MLE)</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 11.06-20.06.2024

Samodzielny Publiczny
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie
Dział Żywnienia

Środa 2024-06-19

	śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja + posiłek dodatkowy
<p>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6) 11.06-20.06.2024</p> <p>Razem E: 2220.1 kcal B 114.3 g T 70.8 g W 301.9 g SFA 24.9 g Cukry 83.0 g Sól 6.2 g Błonnik 44.6 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g (GLU, MLE)</p> <p>Pasta z zielonego groszku 50.0g chleb żytni razowy 90.00g; papryka żółta, słodka 75.00g; szynka wiejska# 20.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, SOJ, MLE, GOR)</p>	<p>jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (MLE)</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g Surówka z młodej kapusty 150.0g Zupa kalafiorowa z ziemniakami zabiellana 450.1g (MLE, SEL) Bitki ze schabu duszone w białym sosie# 256.5g (GLU, MLE) ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>Czekoladowy koktajl bananowy# 186.0g (MLE)</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g (GLU, MLE) Pasta z tuńczyka i twarogu 107.2g (RYB, MLE) jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; chleb żytni razowy 120.00g; rzodkiewka 50.00g; roszponka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU, MLE)</p>
<p>Dieta podstawowa kobiety ciężarne i w okresie laktacji (C1) 11.06-20.06.2024</p> <p>Razem E: 2206.2 kcal B 122.7 g T 66.9 g W 300.9 g SFA 24.6 g Cukry 85.1 g Sól 6.5 g Błonnik 50.6 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g (GLU, MLE)</p> <p>Pasta z zielonego groszku 104.9g chleb żytni razowy 90.00g; papryka żółta, słodka 75.00g; szynka drobiowa 20.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, MLE)</p>	<p>Serek wiejski z rzodkiewką i szczypiorkiem 155.0g (MLE)</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g Surówka z młodej kapusty 150.0g Zupa kalafiorowa z ziemniakami 459.1g (GLU, SOJ, SEL) Bitki ze schabu duszone w białym sosie# 256.5g (GLU, MLE) ziemniaki 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>Czekoladowy koktajl bananowy# 186.0g (MLE)</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g (GLU, MLE) Pasta z tuńczyka i twarogu 107.2g (RYB, MLE) jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; chleb żytni razowy 90.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU, MLE)</p>
<p>Dieta podstawowa oddział dziecięcy (P1) 11.06-20.06.2024</p> <p>Razem E: 2037.9 kcal B 110.7 g T 62.8 g W 274.9 g SFA 22.8 g Cukry 95.6 g Sól 5.3 g Błonnik 40.6 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g (GLU, MLE)</p> <p>Pasta z zielonego groszku 104.9g papryka żółta, słodka 75.00g; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; szynka drobiowa 20.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, MLE)</p>	<p>Serek wiejski z rzodkiewką i szczypiorkiem 155.0g (MLE)</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g Surówka z młodej kapusty 150.0g Zupa kalafiorowa z ziemniakami 459.1g (GLU, SOJ, SEL) Bitki ze schabu duszone w białym sosie# 236.5g (GLU, MLE) ziemniaki 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>Czekoladowy koktajl bananowy# 186.0g (MLE)</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g (GLU, MLE) Pasta z tuńczyka i twarogu 107.2g (RYB, MLE) papryka czerwona, słodka 75.00g; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; Chipsy jabłkowe 25.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU)</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 11.06-20.06.2024

Samodzielny Publiczny
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie
Dział Żywnienia

Czwartek 2024-06-20

	śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja + posiłek dodatkowy
<p>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6) 11.06-20.06.2024</p> <p>Razem E: 2308.1 kcal B 108.9 g T 71.1 g W 333.2 g SFA 22.3 g Cukry 50.9 g Sól 7.7 g Błonnik 52.8 g</p>	<p>Zupa mleczna z ryżem brązowym 300.0g (MLE)</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb żytni razowy 90.00g; polędwica sopocka# 40.00g; pasta warzywna 40.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, SOJ, MLE)</p>	<p>jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (MLE)</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Zupa ziemniaczana z makaronem 450.0g (GLU, SEL)</p> <p>Bukiet jarzyn gotowany# 210.0g (SEL)</p> <p>Udko z kurczaka w sosie 180.0g (GLU, MLE, GOR)</p> <p>ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>papryka czerwona, słodka 75.00g; chleb żytni razowy 30.00g; hummus, gotowy 30.00g; (GLU, SEZ)</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g (GLU, MLE)</p> <p>chleb żytni razowy 120.00g; Mus 100.00g; polędwica sopocka# 80.00g; pomidory, czerwone 60.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU, SOJ)</p>
<p>Dieta podstawowa kobiety ciężarne i w okresie laktacji (C1) 11.06-20.06.2024</p> <p>Razem E: 2391.5 kcal B 113.1 g T 70.8 g W 348.6 g SFA 22.3 g Cukry 53.5 g Sól 7.5 g Błonnik 51.3 g</p>	<p>Zupa mleczna z ryżem 300.0g (MLE)</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb żytni razowy 90.00g; szynka wiejska 40.00g; pasta warzywna 40.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, MLE)</p>	<p>kiwi 81.00g;</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Rosół z makaronem# 450.0g (GLU, SEL)</p> <p>Pieczone udko z kurczaka# 158.0g (GOR)</p> <p>Bukiet jarzyn gotowany# 205.0g (SEL)</p> <p>ziemniaki 400.00g; koper ogrodowy 6.00g;</p>	<p>papryka czerwona, słodka 75.00g; hummus, gotowy 30.00g; wafle ryżowe musli 30.00g; (SOJ, SEZ, SO2)</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g (GLU, MLE)</p> <p>Mus 100.00g; chleb żytni razowy 90.00g; polędwica sopocka# 60.00g; pomidory, czerwone 60.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU, SOJ)</p>
<p>Dieta podstawowa oddział dziecięcy (P1) 11.06-20.06.2024</p> <p>Razem E: 2104.2 kcal B 97.9 g T 58.6 g W 312.7 g SFA 19.8 g Cukry 65.8 g Sól 6.0 g Błonnik 38.3 g</p>	<p>Zupa mleczna z ryżem 300.0g (MLE)</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; szynka wiejska 40.00g; pasta warzywna 40.00g; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, MLE)</p>	<p>kiwi 81.00g;</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Rosół z makaronem# 450.0g (GLU, SEL)</p> <p>Pieczone udko z kurczaka# 108.0g (GOR)</p> <p>Bukiet jarzyn gotowany# 205.0g (SEL)</p> <p>ziemniaki 400.00g; koper ogrodowy 6.00g;</p>	<p>wafle ryżowe musli 30.00g; dżem truskawkowy, niskosłodzony 30.00g; (SOJ, SO2)</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g (GLU, MLE)</p> <p>Mus 100.00g; polędwica sopocka# 60.00g; pomidory, czerwone 60.00g; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU, SOJ)</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.