





# Jadłospis 11.07-20.07.2024

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie  
Dział Żywnienia

Piątek 2024-07-12

|   | I śniadanie   | obiad   | kolacja  | Dodatkowy posiłek                              |
|---|---|---|--|--|
| <p>Dieta podstawowa (1)<br/>11.07-20.07.2024</p> <p>Razem E: 2026.5 kcal   B 94.9 g   T 53.4 g   W 311.0 g   SFA 19.7 g   Cukry 80.9 g   Sól 8.5 g   Błonnik 40.0 g</p>   | <p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>herbata, napar bez cukru 240.00g; chleb pszenny 70.00g; pomidory, czerwone 60.00g; serek naturalny (Bieluch) 50.00g; dżem truskawkowy, niskosłodzony 30.00g; chleb żytni razowy 30.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p> | <p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Barszcz czerwony z fasolą# 450.0g <b>(GLU, MLE, SEL)</b></p> <p>Filet z dorsz panierowany# 175.5g <b>(GLU, JAJ, RYB)</b></p> <p>Mizeria z jogurtem 290.0g <b>(MLE)</b></p> <p>ziemniaki 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p> | <p>Kawa zbożowa z mlekiem 200.8g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>Pasta jajeczno-brokułowa# 80.0g <b>(JAJ, MLE, GOR)</b></p> <p>chleb żytni razowy 60.00g; chleb pszenny 60.00g; ogórek 50.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU)</b></p> | <p>sok wielowarzywny 300.00g; <b>(SEL)</b></p> |
| <p>Dieta łatwostrawna (2)<br/>11.07-20.07.2024</p> <p>Razem E: 1929.3 kcal   B 92.9 g   T 50.3 g   W 289.8 g   SFA 17.2 g   Cukry 79.1 g   Sól 7.2 g   Błonnik 28.6 g</p> | <p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>herbata, napar bez cukru 240.00g; bułka pszenna wrocławska 100.00g; pomidory, czerwone b/skóry 60.00g; serek naturalny (Bieluch) 50.00g; dżem truskawkowy, niskosłodzony 30.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p>        | <p>Barszcz czerwony# 450.0g <b>(MLE, SEL)</b></p> <p>Dorsz pieczony# 141.5g <b>(RYB)</b></p> <p>Sałata masłowa z dressingiem jogurtowym l# 170.0g <b>(MLE)</b></p> <p>Kompot z mrożonych owoców 200.0g</p> <p>ziemniaki 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>                | <p>Kawa zbożowa z mlekiem 200.8g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>Brokuły gotowane 105.0g</p> <p>bułka pszenna wrocławska 120.00g; szynka z indyka 80.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU)</b></p>                                      | <p>sok wielowarzywny 300.00g; <b>(SEL)</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; 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 11.07-20.07.2024

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie  
Dział Żywienia

Sobota 2024-07-13

|  | I śniadanie  | obiad  | kolacja   | Dodatkowy posiłek   |
|--|--|--|---|---|
| <p>Dieta podstawowa (1)<br/>11.07-20.07.2024</p> <p>Razem E: 1902.8 kcal   B 111.4 g   T 49.7 g   W 268.3 g   SFA 20.4 g   Cukry 51.3 g   Sól 7.6 g  <br/>Błonnik 33.1 g</p>   | <p>Zupa mleczna z kaszą manną 245.0g<br/><b>(GLU, MLE)</b><br/>herbata, napar bez cukru 240.00g;<br/>nektarynka 100.00g; chleb pszenny 70.00g; pomidory, czerwone 60.00g;<br/>chleb żytni razowy 30.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p>  | <p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g<br/>Krupnik z kaszą jęczmienną 450.0g<br/><b>(GLU, SEL)</b><br/>Filet z indyka duszony w sosie# 215.0g <b>(GLU, MLE, SEL)</b><br/>Bukiet jarzyn gotowany# 210.0g <b>(SEL)</b><br/>ziemniaki 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p> | <p>Kakao na mleku 252.0g <b>(MLE)</b><br/>szynka wiejska# 80.00g; chleb pszenny 60.00g; chleb żytni razowy 60.00g; ogórek 50.00g; roszponka 12.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU, SOJ, MLE, GOR)</b></p> | <p>serek twarogowy, ziarnisty 200.00g;<br/><b>(MLE)</b></p> |
| <p>Dieta łatwostrawna (2)<br/>11.07-20.07.2024</p> <p>Razem E: 1978.3 kcal   B 111.1 g   T 46.4 g   W 292.0 g   SFA 18.0 g   Cukry 51.8 g   Sól 7.8 g  <br/>Błonnik 27.4 g</p> | <p>Zupa mleczna z kaszą manną 245.0g<br/><b>(GLU, MLE)</b><br/>herbata, napar bez cukru 240.00g;<br/>bułka pszenna wrocławska 120.00g;<br/>pomidory, czerwone b/skóry 60.00g;<br/>szynka drobiowa 60.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p> | <p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g<br/>Krupnik z kaszą jęczmienną 450.0g<br/><b>(GLU, SEL)</b><br/>Filet z indyka duszony w sosie# 215.0g <b>(GLU, MLE, SEL)</b><br/>Bukiet jarzyn gotowany# 210.0g <b>(SEL)</b><br/>ziemniaki 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p> | <p>Kakao na mleku 252.0g <b>(MLE)</b><br/>Gruszka pieczona 130.0g<br/>bułka pszenna wrocławska 120.00g;<br/>szynka wiejska# 80.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g;<br/><b>(GLU, SOJ, MLE, GOR)</b></p>             | <p>serek twarogowy, ziarnisty 100.00g;<br/><b>(MLE)</b></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; 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 11.07-20.07.2024

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie  
Dział Żywnienia

Niedziela 2024-07-14

|  | I śniadanie   | obiad   | kolacja  | Dodatkowy posiłek |
|--|---|---|--|-------------------|
| <b>Dieta podstawowa (1)</b><br>11.07-20.07.2024  | Zupa mleczna z ryżem 300.0g<br><b>(MLE)</b><br>chleb pszenny 70.00g; szynka z indyka 60.00g; chleb żytni razowy 30.00g; sałata masłowa 24.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b> | Zupa pomidorowa z makaronem# 452.0g <b>(GLU, JAJ, MLE, SEL)</b><br>Surówka z marchewki i jabłka z olejem 150.0g<br>Kompot z mrożonych owoców 200.0g<br>Pulpety w sosie koperkowym 230.0g <b>(GLU, JAJ)</b><br>kasza jęczmienna, perłowa, gotowana 150.00g; <b>(GLU)</b> | Kawa zbożowa z mlekiem 207.0g <b>(GLU, MLE)</b><br>południca sopocka# 80.00g; chleb pszenny 60.00g; chleb żytni razowy 60.00g; pomidory, czerwone 50.00g; rozspanka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU, SOJ)</b> | Mus 100.00g;      |
| Razem E: 2029.0 kcal   B 104.9 g   T 49.2 g   W 307.5 g   SFA 18.3 g   Cukry 54.3 g   Sól 7.0 g   Błonnik 34.6 g |   |   |  |                   |
| <b>Dieta łatwostrawna (2)</b><br>11.07-20.07.2024  | Zupa mleczna z ryżem 300.0g<br><b>(MLE)</b><br>bułka pszenna wrocławska 100.00g; szynka z indyka 60.00g; banan 50.00g; sałata masłowa 24.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b>  | Zupa pomidorowa z makaronem# 452.0g <b>(GLU, JAJ, MLE, SEL)</b><br>Surówka z marchewki i jabłka z olejem 150.0g<br>Kompot z mrożonych owoców 200.0g<br>Pulpety w sosie koperkowym 230.0g <b>(GLU, JAJ)</b><br>kasza jęczmienna, perłowa, gotowana 150.00g; <b>(GLU)</b> | Kawa zbożowa z mlekiem 207.0g <b>(GLU, MLE)</b><br>bułka pszenna wrocławska 120.00g; południca sopocka# 80.00g; pomidory, czerwone b/skóry 50.00g; rozspanka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU, SOJ)</b>        | Mus 100.00g;      |
| Razem E: 2138.4 kcal   B 106.8 g   T 49.3 g   W 329.5 g   SFA 18.3 g   Cukry 64.4 g   Sól 6.6 g   Błonnik 28.4 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 11.07-20.07.2024

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie  
Dział Żywnienia

Poniedziałek 2024-07-15

|   | I śniadanie   | obiad  | kolacja  | Dodatkowy posiłek  |
|---|---|--|--|--|
| <p>Dieta podstawowa (1)<br/>11.07-20.07.2024</p> <p>Razem E: 2087.1 kcal   B 109.1 g   T 63.7 g   W 284.6 g   SFA 19.5 g   Cukry 49.2 g   Sól 6.8 g   Błonnik 29.0 g</p>  | <p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g <b>(GLU, MLE)</b><br/>herbata, napar bez cukru 240.00g;<br/>pomidory, czerwone 108.00g; chleb pszenny 70.00g; szynka z indyka 60.00g; chleb żytni razowy 30.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p> | <p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g<br/>Zupa jarzynowa z ziemniakami zabieleną 450.0g <b>(MLE, SEL)</b><br/>Makaron z pesto i kurczakiem 520.0g <b>(GLU)</b></p> | <p>Kawa zbożowa z mlekiem 207.0g <b>(GLU, MLE)</b><br/>Pasta z makreli i twarogu 112.5g <b>(RYB, MLE)</b><br/>chleb żytni razowy 60.00g; chleb pszenny 60.00g; ogórek 50.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU)</b></p> | <p>jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 150.00g; <b>(MLE)</b></p> |
| <p>Dieta łatwostrawna (2)<br/>11.07-20.07.2024</p> <p>Razem E: 2009.5 kcal   B 85.5 g   T 44.1 g   W 325.6 g   SFA 19.5 g   Cukry 70.1 g   Sól 4.6 g   Błonnik 21.0 g</p> | <p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g <b>(GLU, MLE)</b><br/>herbata, napar bez cukru 240.00g;<br/>pomidory, czerwone b/skóry 108.00g; bułka pszenna wrocławska 100.00g; szynka z indyka 60.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p>        | <p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g<br/>Zupa jarzynowa z ziemniakami zabieleną 450.0g <b>(MLE, SEL)</b><br/>Ryż zapiekany z jabłkiem 346.5g <b>(MLE)</b></p>     | <p>Kawa zbożowa z mlekiem 207.0g <b>(GLU, MLE)</b><br/>Pasta z dorsza i twarogu 107.2g <b>(RYB, MLE)</b><br/>bułka pszenna wrocławska 120.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU)</b></p>                                | <p>jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 150.00g; <b>(MLE)</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 11.07-20.07.2024

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie  
Dział Żywnienia

Wtorek 2024-07-16

|   | I śniadanie  | obiad  | kolacja  | Dodatkowy posiłek                       |
|---|--|--|--|---|
| <b>Dieta podstawowa (1)</b><br>11.07-20.07.2024   | Zupa mleczna z płatkami orkiszowymi 300.0g <b>(GLU, MLE)</b><br>ogórek 75.00g; chleb pszenny 70.00g; szynka wiejska 40.00g; chleb żytni razowy 30.00g; ser, gouda tłusty 20.00g; rukola 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b> | Kompot z owoców mrożonych# 250.0g<br>Zupa ogórkowa z ziemniakami zabieleną 450.0g <b>(MLE, SEL)</b><br>Pieczone udko z kurczaka# 208.0g <b>(GOR)</b><br>Surówka z marchewki i jabłka z olejem 150.0g<br>ryż brązowy, gotowany 150.00g; | Kawa zbożowa z mlekiem 207.0g <b>(GLU, MLE)</b><br>szynka z indyka 76.78g; chleb pszenny 60.00g; chleb żytni razowy 60.00g; papryka żółta, słodka 60.00g; sałata masłowa 10.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU)</b> | sok wielowarzywny 300.00g; <b>(SEL)</b> |
| <b>Dieta łatwostrawna (2)</b><br>11.07-20.07.2024 | Zupa mleczna z płatkami orkiszowymi 300.0g <b>(GLU, MLE)</b><br>bułka pszenna wrocławska 100.00g; szynka wiejska 60.00g; pomidory, czerwone b/skóry 50.00g; roszonek 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b>                    | Kompot z owoców mrożonych# 250.0g<br>Surówka z marchewki i jabłka z olejem 150.0g<br>Zupa grysikowa# 450.0g <b>(GLU)</b><br>Udło z kurczaka w sosie# 207.1g <b>(GLU, MLE)</b><br>ryż biały, gotowany 150.00g;                          | Kawa zbożowa z mlekiem 207.0g <b>(GLU, MLE)</b><br>bułka pszenna wrocławska 120.00g; szynka z indyka 80.00g; pomidory, czerwone b/skóry 60.00g; sałata masłowa 10.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU)</b>           | sok wielowarzywny 300.00g; <b>(SEL)</b> |

Razem E: 2073.0 kcal | B 110.0 g | T 64.7 g | W 282.2 g | SFA 23.0 g | Cukry 57.3 g | Sól 11.9 g | Błonnik 38.4 g

Razem E: 2135.9 kcal | B 104.0 g | T 57.0 g | W 316.3 g | SFA 20.3 g | Cukry 59.6 g | Sól 8.2 g | Błonnik 26.8 g

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

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



# Jadłospis 11.07-20.07.2024

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie  
Dział Żywnienia

Środa 2024-07-17

|  | I śniadanie   | obiad   | kolacja  | Dodatkowy posiłek                                     |
|--|---|---|--|---|
| <b>Dieta podstawowa (1)</b><br>11.07-20.07.2024  | Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g <b>(GLU, MLE)</b><br>Pasta drobiowa z warzywami 133.0g <b>(SEL)</b><br>herbata, napar bez cukru 240.00g;<br>chleb pszenny 70.00g; pomidory, czerwone 60.00g; chleb żytni razowy 30.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU)</b> | Zupa pomidorowa z ryżem# 450.0g <b>(MLE, SEL)</b><br>Schab w sosie własnym 300.0g <b>(GLU)</b><br>Pomidory z cebulką i jogurtem# 170.0g <b>(MLE)</b><br>Kompot z mrożonych owoców 200.0g<br>kasza gryczana prażona, gotowana 150.00g; | Kawa zbożowa z mlekiem 207.0g <b>(GLU, MLE)</b><br>szynka wiejska# 80.00g; chleb pszenny 60.00g; chleb żytni razowy 60.00g; ogórek kwaszony 50.00g; roszponka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU, SOJ, MLE, GOR)</b> | jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 150.00g; <b>(MLE)</b> |
| Razem E: 1986.5 kcal   B 112.0 g   T 46.4 g   W 299.1 g   SFA 15.7 g   Cukry 68.8 g   Sól 7.6 g   Błonnik 34.6 g |   |   |  |   |
| <b>Dieta łatwostrawna (2)</b><br>11.07-20.07.2024  | Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g <b>(GLU, MLE)</b><br>Pasta drobiowa z warzywami 133.0g <b>(SEL)</b><br>herbata, napar bez cukru 240.00g;<br>bułka pszenna wrocławska 100.00g; pomidory, czerwone b/skóry 60.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU)</b>        | Zupa pomidorowa z ryżem# 450.0g <b>(MLE, SEL)</b><br>Kompot z mrożonych owoców 200.0g<br>Bitki ze schabu duszone w białym sosie# 256.5g <b>(GLU, MLE)</b><br>Brokuły gotowane 210.0g<br>ziemniaki 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;      | Kawa zbożowa z mlekiem 207.0g <b>(GLU, MLE)</b><br>bułka pszenna wrocławska 120.00g; szynka wiejska# 80.00g; roszponka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU, SOJ, MLE, GOR)</b>  | jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 150.00g; <b>(MLE)</b> |
| Razem E: 2245.7 kcal   B 115.2 g   T 65.5 g   W 315.4 g   SFA 17.5 g   Cukry 67.1 g   Sól 6.0 g   Błonnik 33.1 g |   |   |  |   |

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

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



# Jadłospis 11.07-20.07.2024

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie  
Dział Żywnienia

Czwartek 2024-07-18

|  | I śniadanie  | obiad   | kolacja  | Dodatkowy posiłek   |
|--|--|---|--|---------------------|
| <p>Dieta podstawowa (1)<br/>11.07-20.07.2024</p> <p>Razem E: 2056.8 kcal   B 102.6 g   T 68.8 g   W 276.5 g   SFA 19.7 g   Cukry 54.6 g   Sól 6.4 g   Błonnik 38.2 g</p>   | <p>Zupa mleczna z płatkami orkiszowymi 300.0g <b>(GLU, MLE)</b><br/>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; rzodkiewka 50.00g; bułki grahamki 50.00g; hummus, gotowy 40.00g; chleb pszenny 30.00g; szynka z indyka 20.00g; rukola 12.00g; masło ekstra 10.00g; brokuły, kielki 5.00g;<br/><b>(GLU, MLE, SEZ)</b></p> | <p>Sałátka z sosem koperkowym# 150.0g<br/>Kompot z mrożonych owoców 200.0g<br/>Zupa pieczarkowa z makaronem 450.0g <b>(GLU, MLE, SEL)</b><br/>Pieczona pierś z indyka z migdałami i suszonymi pomidorami 190.0g <b>(ORZ)</b><br/>ziemniaki 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p> | <p>Kawa zbożowa z mlekiem 207.0g <b>(GLU, MLE)</b><br/>Pasta twarożek z koperkiem 108.0g <b>(MLE)</b><br/>chleb żytni razowy 60.00g; chleb pszenny 60.00g; ogórek 50.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g;<br/><b>(GLU)</b></p> | <p>Mus 100.00g;</p> |
| <p>Dieta łatwostrawna (2)<br/>11.07-20.07.2024</p> <p>Razem E: 2016.7 kcal   B 102.2 g   T 43.5 g   W 318.0 g   SFA 16.8 g   Cukry 53.8 g   Sól 5.9 g   Błonnik 30.9 g</p> | <p>Zupa mleczna z płatkami orkiszowymi 300.0g <b>(GLU, MLE)</b><br/>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; bułka pszenna wrocławska 100.00g; szynka z indyka 60.00g; roszonek 12.00g; masło ekstra 10.00g; brokuły, kielki 5.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p>   | <p>Sałátka z sosem koperkowym# 150.0g<br/>Kompot z mrożonych owoców 200.0g<br/>Zupa ziemniaczana z makaronem 450.0g <b>(GLU, SEL)</b><br/>Filet z indyka duszony w sosie# 205.0g <b>(GLU, MLE, SEL)</b><br/>ziemniaki 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>                      | <p>Kawa zbożowa z mlekiem 207.0g <b>(GLU, MLE)</b><br/>Pasta twarożek z koperkiem 108.0g <b>(MLE)</b><br/>bułka pszenna wrocławska 120.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g;<br/><b>(GLU)</b></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 11.07-20.07.2024

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie  
Dział Żywnienia

Sobota 2024-07-20

|  | I śniadanie  | obiad   | kolacja   | Dodatkowy posiłek |
|--|--|---|---|-------------------|
| <b>Dieta podstawowa (1)</b><br>11.07-20.07.2024  | Zupa mleczna z ryżem 300.0g<br><b>(MLE)</b><br>chleb pszenny 70.00g; pasta warzywna 40.00g; szynka wiejska# 40.00g; chleb żytni razowy 30.00g; roszonek 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, SOJ, MLE, GOR)</b> | Kompot z mrożonych owoców 200.0g<br>Zupa koperkowa z makaronem 450.0g <b>(GLU, MLE, SEL)</b><br>Filet z kurczaka w sosie# 250.0g <b>(GLU, MLE, SEL)</b><br>ziemniaki 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;                                       | Kawa zbożowa z mlekiem 207.0g <b>(GLU, MLE)</b><br>połędwica sopocka# 80.00g; chleb pszenny 60.00g; chleb żytni razowy 60.00g; pomidory, czerwone 60.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU, SOJ)</b> | Mus 100.00g;      |
| Razem E: 2019.9 kcal   B 110.0 g   T 57.7 g   W 280.1 g   SFA 19.6 g   Cukry 50.4 g   Sól 6.6 g   Błonnik 32.8 g |  |   |   |                   |
| <b>Dieta łatwostrawna (2)</b><br>11.07-20.07.2024  | Zupa mleczna z ryżem 300.0g<br><b>(MLE)</b><br>bułka pszenna wrocławska 100.00g; szynka wiejska# 60.00g; roszonek 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, SOJ, MLE, GOR)</b>                                       | Kompot z mrożonych owoców 200.0g<br>Zupa koperkowa z makaronem 450.0g <b>(GLU, MLE, SEL)</b><br>Filet z kurczaka w sosie# 250.0g <b>(GLU, MLE, SEL)</b><br>Fasolka szparagowa gotowana 205.0g<br>ziemniaki 200.00g; koper ogrodowy 3.00g; | Kawa zbożowa z mlekiem 207.0g <b>(GLU, MLE)</b><br>bułka pszenna wrocławska 120.00g; połędwica sopocka# 80.00g; pomidory, czerwone b/skóry 60.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU, SOJ)</b>        | Mus 100.00g;      |
| Razem E: 2140.2 kcal   B 117.3 g   T 57.8 g   W 301.0 g   SFA 19.9 g   Cukry 57.0 g   Sól 6.3 g   Błonnik 29.9 g |  |   |   |                   |

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

Potrawy przygotowywane w Dziale Żywnienia mogą zawierać: zboża zawierające gluten, tj. pszenicę (w tym orkisz i pszenicę khorasan), żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut lub ich odmiany hybrydowe, a także produkty pochodne; skorupiaki i produkty pochodne; jaja i produkty pochodne; ryby i produkty pochodne; orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne; soję i produkty pochodne; mleko i produkty pochodne; seler zwyczajny i produkty pochodne; 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 11.07-20.07.2024

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie  
Dział Żywnienia

Czwartek 2024-07-11

|  | śniadanie  | II śniadanie  | Obiad   | Podwieczorek  | kolacja + posiłek dodatkowy  |
|--|--|---|---|---|--|
| <p>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)<br/>11.07-20.07.2024</p> <p>Razem E: 2197.9 kcal   B 109.5 g   T 70.1 g<br/>  W 306.0 g   SFA 21.5 g   Cukry 96.5 g  <br/>Sól 6.1 g   Błonnik 50.1 g</p>  | <p>Zupa mleczna z płatkami orkiszowymi 300.0g<br/><b>(GLU, MLE)</b></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;<br/><b>(GLU, JAJ, SOJ, MLE)</b></p>                                  | <p>Koktajl truskawkowy# 255.0g<br/><b>(MLE)</b></p> | <p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Kapuśniak z młodej kapusty 450.0g <b>(SEL)</b></p> <p>Salatka z sosem koperkowym# 150.0g</p> <p>Bitki ze schabu duszone w białym sosie# 256.5g<br/><b>(GLU, MLE)</b></p> <p>ziemniaki 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p> | <p>Jabłko pieczone 150.0g</p>   | <p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>chleb żytni razowy 120.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; szynka drobiowa 60.00g; Chipsy jabłkowe 25.00g; rozszonka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g;<br/><b>(GLU)</b></p>                                 |
| <p>Dieta podstawowa kobiety w ciąży lub w okresie laktacji (C1)<br/>11.07-20.07.2024</p> <p>Razem E: 2453.4 kcal   B 132.5 g   T 80.8 g<br/>  W 324.5 g   SFA 24.7 g   Cukry 80.7 g  <br/>Sól 7.4 g   Błonnik 52.0 g</p> | <p>Zupa mleczna z płatkami orkiszowymi 300.0g<br/><b>(GLU, MLE)</b></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;<br/><b>(GLU, JAJ, SOJ, MLE)</b></p>                                  | <p>Koktajl truskawkowy# 255.0g<br/><b>(MLE)</b></p> | <p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Kapuśniak z młodej kapusty 450.0g <b>(SEL)</b></p> <p>Kotlety schabowe smażone 240.0g <b>(GLU, JAJ)</b></p> <p>Salatka z sosem koperkowym# 150.0g</p> <p>ziemniaki 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>                    | <p>Salatka brokułowa z serem feta i grzanką# 184.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> | <p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>chleb żytni razowy 90.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; szynka drobiowa 60.00g; Chipsy jabłkowe 25.00g; rozszonka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g;<br/><b>(GLU)</b></p>                                  |
| <p>Dieta podstawowa oddział dziecięcy (P1)<br/>11.07-20.07.2024</p> <p>Razem E: 2091.2 kcal   B 103.2 g   T 61.6 g<br/>  W 297.0 g   SFA 19.7 g   Cukry 80.0 g  <br/>Sól 5.4 g   Błonnik 33.7 g</p>                      | <p>Zupa mleczna z płatkami orkiszowymi 300.0g<br/><b>(GLU, MLE)</b></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;<br/><b>(GLU, JAJ, SOJ, MLE)</b></p> | <p>Koktajl truskawkowy# 255.0g<br/><b>(MLE)</b></p> | <p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Kotlety schabowe smażone 155.9g <b>(GLU, JAJ)</b></p> <p>Salatka z sosem koperkowym# 150.0g</p> <p>Zupa ryżowa# 450.0g <b>(SEL)</b></p> <p>ziemniaki 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>                                  | <p>herbatniki 30.00g;<br/><b>(GLU, SOJ, MLE)</b></p>                      | <p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>papryka czerwona, słodka 75.00g; szynka drobiowa 60.00g; chleb żytni razowy 25.00g; Chipsy jabłkowe 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; rozszonka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g;<br/><b>(GLU)</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 11.07-20.07.2024

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie  
Dział Żywnienia

Piątek 2024-07-12

|  | śniadanie  | II śniadanie   | Obiad  | Podwieczorek   | kolacja + posiłek dodatkowy   |
|--|--|--|--|--|---|
| <p>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)<br/>11.07-20.07.2024</p> <p>Razem E: 2126.8 kcal   B 120.6 g   T 58.5 g<br/>  W 302.0 g   SFA 23.0 g   Cukry 82.1 g  <br/>Sól 10.6 g   Błonnik 46.4 g</p> | <p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g<br/><b>(GLU, MLE)</b></p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 500.00g; chleb żytni razowy 90.00g; pomidory, czerwone 60.00g; serek naturalny, lekki (Bieluch) 50.00g; szynka drobiowa 40.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p>   | <p>serek twarogowy, ziarnisty 200.00g; <b>(MLE)</b></p>        | <p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Barszcz czerwony z fasolą# 450.0g <b>(GLU, MLE, SEL)</b></p> <p>Dorsz pieczony# 141.5g <b>(RYB)</b></p> <p>Mizeria z jogurtem 290.0g <b>(MLE)</b></p> <p>ziemniaki 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p> | <p>nektarynka 100.00g;</p>                             | <p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>Pasta jajeczno-brokułowa# 80.0g <b>(JAJ, MLE, GOR)</b></p> <p>sok wielowarzywny 300.00g; chleb żytni razowy 120.00g; ogórek 65.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU, SEL)</b></p>                                 |
| <p>Dieta podstawowa kobiety w ciąży lub w okresie laktacji (C1)<br/>11.07-20.07.2024</p> <p>Razem E: 2067.0 kcal   B 106.9 g   T 62.1 g<br/>  W 293.8 g   SFA 21.4 g   Cukry 84.9 g  <br/>Sól 8.4 g   Błonnik 47.1 g</p> | <p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g<br/><b>(GLU, MLE)</b></p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 500.00g; chleb żytni razowy 90.00g; serek naturalny, lekki (Bieluch) 75.00g; pomidory, czerwone 60.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; dżem truskawkowy, niskosłodzony 3.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p>                                  | <p>Serek wiejski z papryką 179.6g <b>(MLE)</b></p>             | <p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Barszcz czerwony z fasolą# 450.0g <b>(GLU, MLE, SEL)</b></p> <p>Dorsz pieczony# 141.5g <b>(RYB)</b></p> <p>Mizeria z jogurtem 290.0g <b>(MLE)</b></p> <p>ziemniaki 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p> | <p>nektarynka 100.00g; słonecznik, nasiona 15.00g;</p> | <p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>Pasta jajeczno-brokułowa# 80.0g <b>(JAJ, MLE, GOR)</b></p> <p>sok wielowarzywny 300.00g; chleb żytni razowy 90.00g; ogórek 65.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU, SEL)</b></p>                                  |
| <p>Dieta podstawowa oddział dziecięcy (P1)<br/>11.07-20.07.2024</p> <p>Razem E: 1856.6 kcal   B 94.2 g   T 57.8 g  <br/>W 257.7 g   SFA 19.6 g   Cukry 86.3 g   Sól 6.5 g   Błonnik 35.6 g</p>                           | <p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g<br/><b>(GLU, MLE)</b></p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 500.00g; serek naturalny, lekki (Bieluch) 75.00g; pomidory, czerwone 60.00g; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; dżem truskawkowy, niskosłodzony 3.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p> | <p>jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu 125.00g; <b>(MLE)</b></p> | <p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Barszcz czerwony z fasolą# 450.0g <b>(GLU, MLE, SEL)</b></p> <p>Dorsz pieczony# 141.5g <b>(RYB)</b></p> <p>Mizeria z jogurtem 290.0g <b>(MLE)</b></p> <p>ziemniaki 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p> | <p>nektarynka 100.00g; słonecznik, nasiona 15.00g;</p> | <p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>Pasta jajeczno-brokułowa# 80.0g <b>(JAJ, MLE, GOR)</b></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; <b>(GLU, SEL)</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 11.07-20.07.2024

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie  
Dział Żywnienia

Sobota 2024-07-13

|  | śniadanie  | II śniadanie   | Obiad   | Podwieczorek  | kolacja + posiłek dodatkowy  |
|--|--|--|---|---|--|
| <p>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)<br/>11.07-20.07.2024</p> <p>Razem E: 2083.2 kcal   B 127.0 g   T 58.2 g<br/>  W 283.3 g   SFA 24.1 g   Cukry 64.9 g  <br/>Sól 7.6 g   Błonnik 41.8 g</p>  | <p>Zupa mleczna z kaszą manną 300.0g <b>(GLU, MLE)</b><br/>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 12.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p>                                  | <p>jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 150.00g; <b>(MLE)</b></p>                     | <p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g<br/>Krupnik z kaszą jęczmienną# 450.0g <b>(GLU, SEL)</b><br/>Filet z indyka duszony w sosie# 205.0g <b>(GLU, MLE, SEL)</b><br/>Bukiet jarzyn gotowany# 210.0g <b>(SEL)</b><br/>ziemniaki 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p> | <p>gruszka 130.00g;</p>                             | <p>Kakao na mleku 250.0g <b>(MLE)</b><br/>serek twarogowy, ziarnisty 200.00g; chleb żytni razowy 120.00g; szynka delikatesowa z kurczaka# 80.00g; pomidory, czerwone 60.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p>     |
| <p>Dieta podstawowa kobiety w ciąży lub w okresie laktacji (C1)<br/>11.07-20.07.2024</p> <p>Razem E: 2157.3 kcal   B 126.6 g   T 67.0 g<br/>  W 283.7 g   SFA 24.6 g   Cukry 74.0 g  <br/>Sól 7.2 g   Błonnik 42.2 g</p> | <p>Zupa mleczna z kaszą manną 300.0g <b>(GLU, MLE)</b><br/>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 12.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p>                                  | <p>jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 150.00g; nektarynka 100.00g; <b>(MLE)</b></p> | <p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g<br/>Krupnik z kaszą jęczmienną# 450.0g <b>(GLU, SEL)</b><br/>Filet z indyka duszony w sosie# 205.0g <b>(GLU, MLE, SEL)</b><br/>Bukiet jarzyn gotowany# 210.0g <b>(SEL)</b><br/>ziemniaki 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p> | <p>gruszka 130.00g; słonecznik, nasiona 20.00g;</p> | <p>Kakao na mleku 250.0g <b>(MLE)</b><br/>serek twarogowy, ziarnisty 200.00g; chleb żytni razowy 90.00g; pomidory, czerwone 60.00g; szynka delikatesowa z kurczaka# 60.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p>      |
| <p>Dieta podstawowa oddział dziecięcy (P1)<br/>11.07-20.07.2024</p> <p>Razem E: 1804.3 kcal   B 96.4 g   T 56.2 g  <br/>W 245.8 g   SFA 18.7 g   Cukry 63.1 g   Sól 4.1 g   Błonnik 33.9 g</p>                           | <p>Zupa mleczna z kaszą manną 300.0g <b>(GLU, MLE)</b><br/>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; szynka wiejska 60.00g; pomidory, czerwone 60.00g; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; masło ekstra 12.00g; roszonek 12.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p> | <p>nektarynka 100.00g; jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 100.00g; <b>(MLE)</b></p> | <p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g<br/>Krupnik z kaszą jęczmienną# 450.0g <b>(GLU, SEL)</b><br/>Filet z indyka duszony w sosie# 205.0g <b>(GLU, MLE, SEL)</b><br/>Bukiet jarzyn gotowany# 210.0g <b>(SEL)</b><br/>ziemniaki 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p> | <p>gruszka 130.00g; słonecznik, nasiona 20.00g;</p> | <p>Kakao na mleku 250.0g <b>(MLE)</b><br/>Mus 100.00g; pomidory, czerwone 60.00g; szynka delikatesowa z kurczaka# 60.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; chleb żytni razowy 25.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU)</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 11.07-20.07.2024

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie  
Dział Żywnienia

Niedziela 2024-07-14

|  | śniadanie  | II śniadanie  | Obiad   | Podwieczorek  | kolacja + posiłek dodatkowy  |
|--|--|---|---|---|--|
| <p>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)<br/>11.07-20.07.2024</p> <p>Razem E: 2098.1 kcal   B 106.9 g   T 53.0 g<br/>  W 319.8 g   SFA 20.5 g   Cukry 67.5 g  <br/>Sól 7.2 g   Błonnik 45.8 g</p>  | <p>Zupa mleczna z ryżem 300.0g<br/><b>(MLE)</b></p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb żytni razowy 90.00g; szynka z indyka 60.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g;<br/><b>(GLU, MLE)</b></p>                              | <p>kefir, 2% tłuszczu 200.00g;<br/><b>(MLE)</b></p> | <p>Kompot z owoców mrożonych b/c 400.0g</p> <p>Zupa pomidorowa z makaronem# 452.0g<br/><b>(GLU, JAJ, MLE, SEL)</b></p> <p>Surówka z marchewki i jabłka z olejem 150.0g</p> <p>Pulpety w sosie koperkowym 230.0g <b>(GLU, JAJ)</b></p> <p>kasza jęczmienna, perłowa, gotowana 150.00g; <b>(GLU)</b></p>      | <p>Gruszka pieczona 130.0g</p>                          | <p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>chleb żytni razowy 120.00g; Mus 100.00g; szynka z indyka 80.00g; pomidory, czerwone 60.00g; rozszponka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g;<br/><b>(GLU)</b></p>                             |
| <p>Dieta podstawowa kobiety w ciąży lub w okresie laktacji (C1)<br/>11.07-20.07.2024</p> <p>Razem E: 2160.2 kcal   B 111.0 g   T 61.0 g<br/>  W 311.9 g   SFA 24.5 g   Cukry 74.1 g  <br/>Sól 8.3 g   Błonnik 43.4 g</p> | <p>Zupa mleczna z ryżem 300.0g<br/><b>(MLE)</b></p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb żytni razowy 90.00g; szynka z indyka 60.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g;<br/><b>(GLU, MLE)</b></p>                              | <p>banan 100.00g;</p>                               | <p>Kompot z owoców mrożonych b/c 400.0g</p> <p>Zupa pomidorowa z makaronem# 452.0g<br/><b>(GLU, JAJ, MLE, SEL)</b></p> <p>Surówka z marchewki i jabłka z olejem 150.0g</p> <p>Pulpet w sosie koperkowym# 230.0g <b>(GLU, JAJ, MLE)</b></p> <p>kasza jęczmienna, perłowa, gotowana 150.00g; <b>(GLU)</b></p> | <p>serek twarogowy, ziarnisty 200.00g; <b>(MLE)</b></p> | <p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>Mus 100.00g; chleb żytni razowy 90.00g; pomidory, czerwone 60.00g; szynka z indyka 60.00g; rozszponka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g;<br/><b>(GLU)</b></p>                              |
| <p>Dieta podstawowa oddział dziecięcy (P1)<br/>11.07-20.07.2024</p> <p>Razem E: 1875.0 kcal   B 83.6 g   T 51.2 g  <br/>W 286.4 g   SFA 19.2 g   Cukry 78.9 g   Sól 5.3 g   Błonnik 36.1 g</p>                           | <p>Zupa mleczna z ryżem 300.0g<br/><b>(MLE)</b></p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; szynka z indyka 60.00g; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p> | <p>banan 100.00g;</p>                               | <p>Kompot z owoców mrożonych b/c 400.0g</p> <p>Zupa pomidorowa z makaronem# 452.0g<br/><b>(GLU, JAJ, MLE, SEL)</b></p> <p>Surówka z marchewki i jabłka z olejem 150.0g</p> <p>Pulpet w sosie koperkowym# 230.0g <b>(GLU, JAJ, MLE)</b></p> <p>kasza jęczmienna, perłowa, gotowana 150.00g; <b>(GLU)</b></p> | <p>Gruszka pieczona 130.0g</p>                          | <p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>Mus 100.00g; pomidory, czerwone 60.00g; szynka z indyka 60.00g; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; rozszponka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU)</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 11.07-20.07.2024

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie  
Dział Żywnienia

Poniedziałek 2024-07-15

|  | śniadanie  | II śniadanie                               | Obiad  | Podwieczorek                                      | kolacja + posiłek dodatkowy   |
|--|--|--|--|---|---|
| <p>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)<br/>11.07-20.07.2024</p> <p>Razem E: 2283.7 kcal   B 115.9 g   T 74.1 g<br/>  W 309.6 g   SFA 22.8 g   Cukry 76.1 g  <br/>Sól 8.3 g   Błonnik 43.2 g</p>  | <p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g<br/><b>(GLU, MLE)</b></p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb żytni razowy 90.00g; pomidory, czerwone 75.00g; polędwica sopocka# 60.00g; roszonek 12.00g; masło ekstra 10.00g;<br/><b>(GLU, SOJ, MLE)</b></p> | <p>Zielony Koktajl 270.0g <b>(MLE)</b></p> | <p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Zupa jarzynowa z ziemniakami zabieleną 450.0g <b>(MLE, SEL)</b></p> <p>Makaron z pesto i kurczakiem 520.0g <b>(GLU)</b></p> | <p>sok pomidorowy 300.00g;</p>                    | <p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>Pasta z makreli i twarogu 112.5g <b>(RYB, MLE)</b></p> <p>chleb żytni razowy 120.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; ogórek 50.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g;<br/><b>(GLU, MLE)</b></p>                                 |
| <p>Dieta podstawowa kobiety w ciąży lub w okresie laktacji (C1)<br/>11.07-20.07.2024</p> <p>Razem E: 2395.1 kcal   B 120.3 g   T 78.0 g<br/>  W 321.5 g   SFA 25.6 g   Cukry 93.2 g  <br/>Sól 6.8 g   Błonnik 37.5 g</p> | <p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g<br/><b>(GLU, MLE)</b></p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb żytni razowy 90.00g; pomidory, czerwone 75.00g; polędwica sopocka# 60.00g; roszonek 12.00g; masło ekstra 10.00g;<br/><b>(GLU, SOJ, MLE)</b></p> | <p>Zielony Koktajl 270.0g <b>(MLE)</b></p> | <p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Zupa jarzynowa z ziemniakami zabieleną 450.0g <b>(MLE, SEL)</b></p> <p>Makaron z pesto i kurczakiem 520.0g <b>(GLU)</b></p> | <p>Budyń śmietankowy# 276.3g<br/><b>(MLE)</b></p> | <p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>Pasta z makreli i twarogu 112.5g <b>(RYB, MLE)</b></p> <p>jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; chleb żytni razowy 90.00g; ogórek 50.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g;<br/><b>(GLU, MLE)</b></p>                                  |
| <p>Dieta podstawowa oddział dziecięcy (P1)<br/>11.07-20.07.2024</p> <p>Razem E: 2067.5 kcal   B 88.9 g   T 63.2 g  <br/>W 295.9 g   SFA 26.1 g   Cukry 110.1 g  <br/>Sól 5.0 g   Błonnik 26.5 g</p>                      | <p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g<br/><b>(GLU, MLE)</b></p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; pomidory, czerwone 75.00g; polędwica sopocka# 60.00g; chleb żytni razowy 25.00g; roszonek 12.00g; masło ekstra 10.00g;<br/><b>(GLU, SOJ, MLE)</b></p> | <p>Zielony Koktajl 270.0g <b>(MLE)</b></p> | <p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Zupa jarzynowa z ziemniakami zabieleną 450.0g <b>(MLE, SEL)</b></p> <p>Ryż zapiekany z jabłkiem 381.8g<br/><b>(MLE)</b></p> | <p>Budyń śmietankowy# 167.5g<br/><b>(MLE)</b></p> | <p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>Pasta z makreli i twarogu 112.5g <b>(RYB, MLE)</b></p> <p>jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; ogórek 50.00g; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g;<br/><b>(GLU, MLE)</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 11.07-20.07.2024

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie  
Dział Żywnienia

Wtorek 2024-07-16

|   | śniadanie  | II śniadanie   | Obiad   | Podwieczorek                  | kolacja + posiłek dodatkowy  |
|---|--|--|---|-------------------------------|--|
| <p>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)<br/>11.07-20.07.2024</p> <p>Razem E: 2261.1 kcal   B 109.4 g   T 68.5 g<br/>  W 326.6 g   SFA 24.8 g   Cukry 72.5 g  <br/>Sól 12.4 g   Błonnik 50.7 g</p>  | <p>Zupa mleczna z płatkami orkiszowymi 300.0g<br/><b>(GLU, MLE)</b></p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb żytni razowy 90.00g; ogórek 60.00g; szynka wiejska# 60.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g;<br/><b>(GLU, SOJ, MLE, GOR)</b></p>  | <p>kefir, 2% tłuszczu 200.00g;<br/><b>(MLE)</b></p>  | <p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Surówka z marchewki i jabłka z olejem 150.0g</p> <p>Zupa ogórkowa zabielenana# 450.0g <b>(GLU, MLE, SEL)</b></p> <p>Pieczone udko z kurczaka# 157.8g <b>(GOR)</b></p> <p>ziemniaki 200.00g; ryż brązowy, gotowany 150.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p> | <p>Jabłko pieczone 100.0g</p> | <p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>sok wielowarzywny 300.00g; chleb żytni razowy 120.00g; szynka z indyka 80.00g; papryka żółta, słodka 65.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 20.00g; roszponka 12.00g; <b>(GLU, SEL)</b></p>              |
| <p>Dieta podstawowa kobiety w ciąży lub w okresie laktacji (C1)<br/>11.07-20.07.2024</p> <p>Razem E: 2272.5 kcal   B 101.9 g   T 70.3 g<br/>  W 333.8 g   SFA 25.0 g   Cukry 88.0 g  <br/>Sól 11.7 g   Błonnik 52.1 g</p> | <p>Zupa mleczna z płatkami orkiszowymi 300.0g<br/><b>(GLU, MLE)</b></p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb żytni razowy 90.00g; ogórek 60.00g; szynka wiejska# 40.00g; ser, gouda tłusty 20.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g;<br/><b>(GLU, SOJ, MLE, GOR)</b></p>                                  | <p>Salátka owocowa# 170.0g<br/><b>(MLE, ORZ)</b></p> | <p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Surówka z marchewki i jabłka z olejem 150.0g</p> <p>Zupa ogórkowa zabielenana# 450.0g <b>(GLU, MLE, SEL)</b></p> <p>Pieczone udko z kurczaka# 157.8g <b>(GOR)</b></p> <p>ziemniaki 200.00g; ryż brązowy, gotowany 150.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p> | <p>Jabłko pieczone 150.0g</p> | <p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>sok wielowarzywny 300.00g; chleb żytni razowy 90.00g; papryka żółta, słodka 65.00g; szynka z indyka 60.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 20.00g; roszponka 12.00g;<br/><b>(GLU, SEL)</b></p>           |
| <p>Dieta podstawowa oddział dziecięcy (P1)<br/>11.07-20.07.2024</p> <p>Razem E: 2010.5 kcal   B 94.4 g   T 67.1 g  <br/>W 276.2 g   SFA 24.4 g   Cukry 73.5 g   Sól 8.2 g   Błonnik 36.5 g</p>                            | <p>Zupa mleczna z płatkami orkiszowymi 300.0g<br/><b>(GLU, MLE)</b></p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; ogórek 60.00g; szynka wiejska# 40.00g; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; ser, gouda tłusty 20.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g;<br/><b>(GLU, SOJ, MLE, GOR)</b></p> | <p>Salátka owocowa# 170.0g<br/><b>(MLE, ORZ)</b></p> | <p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Surówka z marchewki i jabłka z olejem 150.0g</p> <p>Zupa ogórkowa zabielenana# 450.0g <b>(GLU, MLE, SEL)</b></p> <p>Pieczone udko z kurczaka# 157.8g <b>(GOR)</b></p> <p>ziemniaki 200.00g; ryż biały, gotowany 100.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>   | <p>Jabłko pieczone 150.0g</p> | <p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>Mus 100.00g; papryka żółta, słodka 65.00g; szynka z indyka 60.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; chleb żytni razowy 25.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 20.00g; roszponka 12.00g; <b>(GLU)</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 11.07-20.07.2024

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie  
Dział Żywnienia

Środa 2024-07-17

|  | śniadanie   | II śniadanie   | Obiad  | Podwieczorek   | kolacja + posiłek dodatkowy  |
|--|---|--|--|--|--|
| <p>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)<br/>11.07-20.07.2024</p> <p>Razem E: 2098.9 kcal   B 117.5 g   T 55.9 g<br/>  W 304.5 g   SFA 23.0 g   Cukry 73.4 g  <br/>Sól 7.7 g   Błonnik 43.7 g</p>  | <p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g<br/><b>(GLU, MLE)</b></p> <p>Pasta drobiowa z warzywami 133.0g <b>(SEL)</b></p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb żytni razowy 90.00g; pomidory, czerwone 60.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g;<br/><b>(GLU, MLE)</b></p>                                  | <p>kefir, 2% tłuszczu 200.00g;<br/><b>(MLE)</b></p>    | <p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Schab w sosie własnym 300.0g<br/><b>(GLU)</b></p> <p>Pomidory z cebulką i jogurtem# 170.0g <b>(MLE)</b></p> <p>Zupa pomidorowa z ryżem 450.0g <b>(MLE, SEL)</b></p> <p>kasza gryczana prażona, gotowana 150.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>                        | <p>kiwi 81.00g;</p>                                  | <p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 150.00g; chleb żytni razowy 120.00g; szynka wiejska# 80.00g; ogórek kiszony 50.00g; rosółka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g;<br/><b>(GLU, SOJ, MLE, GOR)</b></p>                                 |
| <p>Dieta podstawowa kobiety w ciąży lub w okresie laktacji (C1)<br/>11.07-20.07.2024</p> <p>Razem E: 2173.7 kcal   B 111.8 g   T 56.7 g<br/>  W 328.8 g   SFA 22.2 g   Cukry 93.1 g  <br/>Sól 7.2 g   Błonnik 48.0 g</p> | <p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g<br/><b>(GLU, MLE)</b></p> <p>Pasta drobiowa z warzywami 133.0g <b>(SEL)</b></p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb żytni razowy 90.00g; pomidory, czerwone 60.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g;<br/><b>(GLU, MLE)</b></p>                                  | <p>Koktajl borówka, malina 330.0g<br/><b>(MLE)</b></p> | <p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Schab w sosie własnym 300.0g<br/><b>(GLU)</b></p> <p>Pomidory z cebulką i jogurtem# 170.0g <b>(MLE)</b></p> <p>Zupa pomidorowa z ryżem 450.0g <b>(MLE, SEL)</b></p> <p>kasza gryczana prażona, gotowana 150.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>                        | <p>baton zbożowy, kukurydziany z owocami 40.00g;</p> | <p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 150.00g; chleb żytni razowy 90.00g; szynka wiejska# 60.00g; ogórek kiszony 50.00g; rosółka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g;<br/><b>(GLU, SOJ, MLE, GOR)</b></p>                                  |
| <p>Dieta podstawowa oddział dziecięcy (P1)<br/>11.07-20.07.2024</p> <p>Razem E: 2096.0 kcal   B 109.8 g   T 65.6 g<br/>  W 286.6 g   SFA 23.9 g   Cukry 92.9 g  <br/>Sól 5.7 g   Błonnik 38.5 g</p>                      | <p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g<br/><b>(GLU, MLE)</b></p> <p>Pasta drobiowa z warzywami 133.0g <b>(SEL)</b></p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; pomidory, czerwone 60.00g; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g;<br/><b>(GLU, MLE)</b></p> | <p>Koktajl borówka, malina 330.0g<br/><b>(MLE)</b></p> | <p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Pomidory z cebulką i jogurtem# 170.0g <b>(MLE)</b></p> <p>Zupa pomidorowa z ryżem 450.0g <b>(MLE, SEL)</b></p> <p>Bitki ze schabu duszone w białym sosie# 256.5g<br/><b>(GLU, MLE)</b></p> <p>kasza gryczana prażona, gotowana 150.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p> | <p>baton zbożowy, kukurydziany z owocami 40.00g;</p> | <p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 150.00g; szynka wiejska# 60.00g; ogórek kiszony 50.00g; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; rosółka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g;<br/><b>(GLU, SOJ, MLE, GOR)</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; 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 11.07-20.07.2024

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie  
Dział Żywnienia

Czwartek 2024-07-18

|  | śniadanie  | II śniadanie   | Obiad   | Podwieczorek  | kolacja + posiłek dodatkowy  |
|--|--|--|---|---|--|
| <p>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)<br/>11.07-20.07.2024</p> <p>Razem E: 2316.2 kcal   B 121.1 g   T 77.4 g<br/>  W 307.0 g   SFA 23.5 g   Cukry 66.6 g  <br/>Sól 7.3 g   Błonnik 47.9 g</p>  | <p>Zupa mleczna z płatkami orkiszowymi 300.0g<br/><b>(GLU, MLE)</b></p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; rzodkiewka 50.00g; bułki grahamki 50.00g; szynka z piersi kurczaka 40.00g; hummus, gotowy 40.00g; chleb żytni razowy 30.00g; rukola 12.00g; masło ekstra 10.00g;<br/><b>(GLU, MLE, SEZ)</b></p>   | <p>jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; <b>(MLE)</b></p> | <p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Zupa pieczarkowa z makaronem 450.0g <b>(GLU, MLE, SEL)</b></p> <p>Pieczona pierś z indyka z migdałami i suszonymi pomidorami 190.0g <b>(ORZ)</b></p> <p>Salatka z sosem koperkowym# 150.0g</p> <p>ziemniaki 400.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p> | <p>Koktajl truskawkowy# 255.0g<br/><b>(MLE)</b></p> | <p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>Pasta twarożek z koperkiem 108.0g <b>(MLE)</b></p> <p>Mus 100.00g; chleb żytni razowy 90.00g; ogórek 50.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g;<br/><b>(GLU)</b></p>                              |
| <p>Dieta podstawowa kobiety w ciąży lub w okresie laktacji (C1)<br/>11.07-20.07.2024</p> <p>Razem E: 2380.5 kcal   B 122.4 g   T 84.7 g<br/>  W 307.0 g   SFA 25.7 g   Cukry 63.2 g  <br/>Sól 8.0 g   Błonnik 50.4 g</p> | <p>Zupa mleczna z płatkami orkiszowymi 300.0g<br/><b>(GLU, MLE)</b></p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; rzodkiewka 50.00g; bułki grahamki 50.00g; szynka z piersi kurczaka 40.00g; hummus, gotowy 40.00g; chleb żytni razowy 30.00g; rukola 12.00g; masło ekstra 10.00g;<br/><b>(GLU, MLE, SEZ)</b></p>   | <p>Salatka grecka 151.0g <b>(MLE)</b></p>                  | <p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Zupa pieczarkowa z makaronem 450.0g <b>(GLU, MLE, SEL)</b></p> <p>Pieczona pierś z indyka z migdałami i suszonymi pomidorami 190.0g <b>(ORZ)</b></p> <p>Salatka z sosem koperkowym# 150.0g</p> <p>ziemniaki 400.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p> | <p>Koktajl truskawkowy# 255.0g<br/><b>(MLE)</b></p> | <p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>Pasta twarożek z koperkiem 108.0g <b>(MLE)</b></p> <p>Mus 100.00g; chleb żytni razowy 90.00g; ogórek 50.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g;<br/><b>(GLU)</b></p>                              |
| <p>Dieta podstawowa oddział dziecięcy (P1)<br/>11.07-20.07.2024</p> <p>Razem E: 2116.5 kcal   B 107.1 g   T 64.3 g<br/>  W 295.6 g   SFA 22.1 g   Cukry 65.8 g  <br/>Sól 6.1 g   Błonnik 40.3 g</p>                      | <p>Zupa mleczna z płatkami orkiszowymi 300.0g<br/><b>(GLU, MLE)</b></p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; rzodkiewka 50.00g; bułki grahamki 50.00g; szynka z piersi kurczaka 40.00g; hummus, gotowy 40.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; rukola 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, MLE, SEZ)</b></p> | <p>herbatniki 25.00g;<br/><b>(GLU, SOJ, MLE)</b></p>       | <p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Zupa pieczarkowa z makaronem 450.0g <b>(GLU, MLE, SEL)</b></p> <p>Salatka z sosem koperkowym# 150.0g</p> <p>Filet z indyka duszony w sosie# 205.0g <b>(GLU, MLE, SEL)</b></p> <p>ziemniaki 400.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>                  | <p>Koktajl truskawkowy# 255.0g<br/><b>(MLE)</b></p> | <p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>Pasta twarożek z koperkiem 108.0g <b>(MLE)</b></p> <p>Mus 100.00g; ogórek 50.00g; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU)</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; 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 11.07-20.07.2024

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie  
Dział Żywnienia

Piątek 2024-07-19

|  | śniadanie  | II śniadanie  | Obiad   | Podwieczorek   | kolacja + posiłek dodatkowy   |
|--|--|---|---|--|---|
| <p>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)<br/>11.07-20.07.2024</p> <p>Razem E: 2138.5 kcal   B 117.0 g   T 54.7 g<br/>  W 313.8 g   SFA 24.3 g   Cukry 75.7 g  <br/>Sól 6.4 g   Błonnik 43.0 g</p>  | <p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g<br/><b>(GLU, MLE)</b></p> <p>Pasta z zielonego groszku 104.9g<br/>chleb żytni razowy 90.00g;<br/>papryka żółta, słodka 75.00g;<br/>serek naturalny, lekki (Bieluch) 50.00g; rukola 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p>                              | <p>serek twarogowy, ziarnisty 100.00g; <b>(MLE)</b></p>               | <p>Zupa wielowarzywna z ryżem# 450.0g <b>(SEL)</b></p> <p>Salata masłowa z dressingiem jogurtowym# 175.5g <b>(MLE)</b></p> <p>Pulpety rybne duszone w sosie koperkowym# 230.0g <b>(GLU, JAJ, RYB, MLE)</b></p> <p>Herbata owocowa napar 250.00g; ziemniaki 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p> | <p>Czekoladowy koktajl bananowy# 186.0g <b>(MLE)</b></p> | <p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>Pasta z tuńczyka i twarogu 107.2g <b>(RYB, MLE)</b></p> <p>kefir, 2% tłuszczu 200.00g; chleb żytni razowy 120.00g; ogórek 75.00g; salata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p> |
| <p>Dieta podstawowa kobiety w ciąży lub w okresie laktacji (C1)<br/>11.07-20.07.2024</p> <p>Razem E: 2083.5 kcal   B 116.0 g   T 54.4 g<br/>  W 301.4 g   SFA 24.3 g   Cukry 76.4 g  <br/>Sól 6.1 g   Błonnik 42.2 g</p> | <p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g<br/><b>(GLU, MLE)</b></p> <p>Pasta z zielonego groszku 104.9g<br/>chleb żytni razowy 90.00g;<br/>papryka żółta, słodka 75.00g;<br/>serek naturalny, lekki (Bieluch) 50.00g; rukola 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p>                              | <p>Serek wiejski z rzodkiewką i szczypiorkiem 155.0g <b>(MLE)</b></p> | <p>Zupa wielowarzywna z ryżem# 450.0g <b>(SEL)</b></p> <p>Salata masłowa z dressingiem jogurtowym# 175.5g <b>(MLE)</b></p> <p>Pulpety rybne duszone w sosie koperkowym# 230.0g <b>(GLU, JAJ, RYB, MLE)</b></p> <p>ziemniaki 200.00g; Herbata owocowa napar 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p> | <p>Czekoladowy koktajl bananowy# 186.0g <b>(MLE)</b></p> | <p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>Pasta z tuńczyka i twarogu 107.2g <b>(RYB, MLE)</b></p> <p>kefir, 2% tłuszczu 200.00g; chleb żytni razowy 90.00g; ogórek 75.00g; salata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p>  |
| <p>Dieta podstawowa oddział dziecięcy (P1)<br/>11.07-20.07.2024</p> <p>Razem E: 1849.0 kcal   B 103.9 g   T 50.1 g<br/>  W 260.1 g   SFA 22.5 g   Cukry 72.4 g  <br/>Sól 5.8 g   Błonnik 31.9 g</p>                      | <p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g<br/><b>(GLU, MLE)</b></p> <p>Pasta z zielonego groszku 104.9g<br/>papryka żółta, słodka 75.00g;<br/>serek naturalny, lekki (Bieluch) 50.00g; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; rukola 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p> | <p>Serek wiejski z rzodkiewką i szczypiorkiem 155.0g <b>(MLE)</b></p> | <p>Zupa wielowarzywna z ryżem# 450.0g <b>(SEL)</b></p> <p>Salata masłowa z dressingiem jogurtowym# 175.5g <b>(MLE)</b></p> <p>Pulpety rybne duszone w sosie koperkowym# 230.0g <b>(GLU, JAJ, RYB, MLE)</b></p> <p>ziemniaki 200.00g; Herbata owocowa napar 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p> | <p>Czekoladowy koktajl bananowy# 186.0g <b>(MLE)</b></p> | <p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>kefir, 2% tłuszczu 200.00g; ogórek 75.00g; szynka drobiowa 60.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; chleb żytni razowy 25.00g; salata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU, MLE)</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 11.07-20.07.2024

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie  
Dział Żywnienia

Sobota 2024-07-20

|  | śniadanie  | II śniadanie  | Obiad  | Podwieczorek   | kolacja + posiłek dodatkowy  |
|--|--|---|--|--|--|
| <p>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)<br/>11.07-20.07.2024</p> <p>Razem E: 2194.2 kcal   B 105.8 g   T 60.6 g<br/>  W 330.0 g   SFA 21.6 g   Cukry 66.6 g  <br/>Sól 9.0 g   Błonnik 52.1 g</p>  | <p>Zupa mleczna z ryżem 300.0g<br/><b>(MLE)</b></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; <b>(GLU, MLE)</b></p>               | <p>kefir, 2% tłuszczu 200.00g;<br/><b>(MLE)</b></p>                     | <p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Filet z kurczaka w sosie# 100.0g<br/><b>(GLU, MLE, SEL)</b></p> <p>Fasolka szparagowa gotowana 205.0g</p> <p>Zupa koperkowa z makaronem 450.0g <b>(GLU, MLE, SEL)</b></p> <p>ziemniaki 400.00g; koper ogrodowy 6.00g;</p> | <p>sok wielowarzywny 300.00g;<br/><b>(SEL)</b></p>   | <p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>(GLU, MLE)</b></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; <b>(GLU, SOJ)</b></p>                                     |
| <p>Dieta podstawowa kobiety w ciąży lub w okresie laktacji (C1)<br/>11.07-20.07.2024</p> <p>Razem E: 2280.1 kcal   B 103.2 g   T 65.7 g<br/>  W 341.6 g   SFA 22.5 g   Cukry 66.9 g  <br/>Sól 6.4 g   Błonnik 51.3 g</p> | <p>Zupa mleczna z ryżem 300.0g<br/><b>(MLE)</b></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; <b>(GLU, MLE)</b></p>               | <p>kefir, 2% tłuszczu 200.00g;<br/>nektarynka 100.00g; <b>(MLE)</b></p> | <p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Filet z kurczaka w sosie# 100.0g<br/><b>(GLU, MLE, SEL)</b></p> <p>Fasolka szparagowa gotowana 205.0g</p> <p>Zupa koperkowa z makaronem 450.0g <b>(GLU, MLE, SEL)</b></p> <p>ziemniaki 400.00g; koper ogrodowy 6.00g;</p> | <p>papryka czerwona, słodka 75.00g; hummus, gotowy 30.00g;<br/>wafle ryżowe musli 30.00g;<br/><b>(SOJ, SEZ, SO2)</b></p> | <p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>(GLU, MLE)</b></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; <b>(GLU, SOJ)</b></p>                                      |
| <p>Dieta podstawowa oddział dziecięcy (P1)<br/>11.07-20.07.2024</p> <p>Razem E: 2018.7 kcal   B 98.9 g   T 53.2 g  <br/>W 300.7 g   SFA 21.2 g   Cukry 78.0 g   Sól 5.2 g   Błonnik 35.9 g</p>                           | <p>Zupa mleczna z ryżem 300.0g<br/><b>(MLE)</b></p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; szynka wiejska 60.00g; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g;<br/><b>(GLU, MLE)</b></p> | <p>kefir, 2% tłuszczu 200.00g;<br/>nektarynka 100.00g; <b>(MLE)</b></p> | <p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Filet z kurczaka w sosie# 100.0g<br/><b>(GLU, MLE, SEL)</b></p> <p>Fasolka szparagowa gotowana 205.0g</p> <p>Zupa koperkowa z makaronem 450.0g <b>(GLU, MLE, SEL)</b></p> <p>ziemniaki 400.00g; koper ogrodowy 6.00g;</p> | <p>wafle ryżowe musli 30.00g; dżem truskawkowy, niskosłodzony 30.00g; <b>(SOJ, SO2)</b></p>                              | <p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>(GLU, MLE)</b></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;<br/><b>(GLU, SOJ)</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.