



Jadłospis 11.11-20.11.2024

Samodzielny Publiczny
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie
Dział Żywnienia

Poniedziałek 2024-11-11

	I śniadanie	obiad	kolacja	Dodatkowy posiłek
Dieta podstawowa (1) 11.11-20.11.2024	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g (GLU, MLE) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb pszenny 70.00g; szynka wiejska# 60.00g; pomidory, czerwone 60.00g; chleb żytni razowy 30.00g; roszonek 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, SOJ, MLE, GOR)	Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Krupnik z kaszą jaglaną 450.1g (SEL) Filet z indyka duszony w sosie# 205.1g (GLU, MLE, SEL) Surówka z buraków i jabłka# 180.0g ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;	Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g (GLU, MLE) jabłko 188.00g; szynka wiejska# 80.00g; chleb pszenny 60.00g; chleb żytni razowy 60.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU, SOJ, MLE, GOR)	jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; (MLE)
Razem E: 2056.6 kcal B 102.0 g T 57.6 g W 299.7 g SFA 20.7 g Cukry 73.0 g Sól 7.7 g Błonnik 36.2 g				
Dieta łatwostrawna (2) 11.11-20.11.2024	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g (GLU, MLE) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; bułki wrocławskie 100.00g; pomidory, czerwone b/skóry 60.00g; szynka wiejska# 60.00g; roszonek 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, SOJ, MLE, GOR)	Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Krupnik z kaszą jaglaną 450.1g (SEL) Filet z indyka duszony w sosie# 205.1g (GLU, MLE, SEL) Surówka z buraków i jabłka# 180.0g ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;	Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g (GLU, MLE) Jabłko pieczone 150.0g bułki wrocławskie 120.00g; szynka wiejska# 80.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU, SOJ, MLE, GOR)	jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; (MLE)
Razem E: 2144.7 kcal B 103.1 g T 63.8 g W 303.0 g SFA 22.5 g Cukry 71.1 g Sól 7.4 g Błonnik 28.3 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 11.11-20.11.2024

Samodzielny Publiczny
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie
Dział Żywnienia

Wtorek 2024-11-12

	I śniadanie	obiad	kolacja	Dodatkowy posiłek
Dieta podstawowa (1) 11.11-20.11.2024	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300.0g (MLE) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb pszenny 70.00g; pomidory, czerwone 60.00g; szynka wiejska# 60.00g; chleb żytni razowy 30.00g; rukola 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, SOJ, MLE, GOR)	Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Kotlet drobiowy 180.1g (GLU, JAJ) Zupa jarzynowa z ziemniakami zabieleną 450.1g (MLE, SEL) Sałatka z sosem koperkowym# 150.0g ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;	Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g (GLU, MLE) Pasta z dorsza i twarogu 53.6g (RYB, MLE) papryka czerwona, słodka 75.00g; chleb żytni razowy 60.00g; chleb pszenny 60.00g; szynka drobiowa 40.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU)	sok wielowarzywny 300.00g; (SEL)
Razem E: 2049.7 kcal B 106.1 g T 61.6 g W 284.3 g SFA 17.4 g Cukry 57.5 g Sól 10.0 g Błonnik 34.6 g				
Dieta łatwostrawna (2) 11.11-20.11.2024	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300.0g (MLE) 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)	Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Zupa jarzynowa z ziemniakami zabieleną 450.1g (MLE, SEL) Sałatka z sosem koperkowym# 150.0g Pierś z kurczaka duszona w białym sosie 285.0g (GLU, MLE) ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;	Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g (GLU, MLE) Pasta z dorsza i twarogu 53.6g (RYB, MLE) bułki wrocławskie 120.00g; szynka drobiowa 40.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU)	sok wielowarzywny 300.00g; (SEL)
Razem E: 2101.0 kcal B 105.2 g T 65.7 g W 284.9 g SFA 19.6 g Cukry 61.2 g Sól 9.0 g Błonnik 26.9 g				

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

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



Jadłospis 11.11-20.11.2024

Samodzielny Publiczny
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie
Dział Żywnienia

Środa 2024-11-13

Dieta podstawowa (1)
11.11-20.11.2024

I śniadanie
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g **(GLU, MLE)**
Pasta z zielonego groszku 52.5g
chleb pszenny 70.00g; pomidory, czerwone 60.00g; polędwica sopocka# 40.00g; chleb żytni razowy 30.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; **(GLU, SOJ, MLE)**

obiad
Kompot z owoców mrożonych# 200.0g
Zupa cukiniowa z ziemniakami i serem feta# 450.0g **(MLE, SEL)**
Gulasz z indyka z warzywami# 301.1g **(GLU, MLE, SEL)**
kasza gryczana prażona, gotowana 150.00g; ogórek kiszony 150.00g;

kolacja
Kakao na mleku 250.0g **(MLE)**
#pasztet z mięsa mieszanego, pieczony 80.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; chleb pszenny 60.00g; chleb żytni razowy 60.00g; roszponka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; **(GLU, MLE)**

Dodatkowy posiłek
jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; **(MLE)**

Razem E: 2306.8 kcal | B 111.2 g | T 89.2 g | W 283.6 g | SFA 31.2 g | Cukry 59.0 g | Sól 8.6 g | Błonnik 37.6 g

Dieta łatwostrawna (2)
11.11-20.11.2024

I śniadanie
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g **(GLU, MLE)**
bułki wrocławskie 100.00g;
polędwica sopocka# 60.00g;
pomidory, czerwone b/skóry 60.00g;
roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; **(GLU, SOJ, MLE)**

obiad
Kompot z owoców mrożonych# 200.0g
Zupa grysikowa# 450.0g **(GLU, SEL)**
Gulasz z indyka z warzywami# 301.1g **(GLU, MLE, SEL)**
Brokuły gotowane 199.0g
ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;

kolacja
Kakao na mleku 250.0g **(MLE)**
Jabłko pieczone 150.0g
bułki wrocławskie 120.00g; #pasztet z mięsa mieszanego, pieczony 80.00g; roszponka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; **(GLU, MLE)**

Dodatkowy posiłek
jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; **(MLE)**

Razem E: 2330.4 kcal | B 108.5 g | T 71.7 g | W 329.5 g | SFA 24.6 g | Cukry 75.2 g | Sól 5.2 g | Błonnik 35.3 g

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

Potrawy przygotowywane w Dziale Żywnienia mogą zawierać: zboża zawierające gluten, tj. pszenicę (w tym orkisz i pszenicę khorasan), żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut lub ich odmiany hybrydowe, a także produkty pochodne; skorupiaki i produkty pochodne; jaja i produkty pochodne; ryby i produkty pochodne; orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne; soję i produkty pochodne; mleko i produkty pochodne; seler zwyczajny i produkty pochodne; gorczycę i produkty pochodne; nasiona sezamu i produkty pochodne; dwutlenek siarki i siarczyny; 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 11.11-20.11.2024

Samodzielny Publiczny
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie
Dział Żywnienia

Czwartek 2024-11-14

	I śniadanie	obiad	kolacja	Dodatkowy posiłek
Dieta podstawowa (1) 11.11-20.11.2024	Zupa mleczna z płatkami orkiszowymi 300.0g (GLU, MLE) Pasta drobiowa z warzywami 133.0g (SEL) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; ogórek 65.00g; bułki grahamki 50.00g; mandarynki 49.00g; chleb pszenny 30.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, MLE)	Zupa pomidorowa z ryżem# 450.0g (MLE, SEL) Pieczone kotlety mielone z warzywami 186.0g (GLU, JAJ) Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Buraczki na ciepło# 180.0g (GLU, MLE) 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; pasta warzywna 40.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU, SOJ, MLE, GOR)	jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; (MLE)
Razem E: 2146.7 kcal B 99.8 g T 65.2 g W 310.4 g SFA 22.4 g Cukry 76.5 g Sól 7.1 g Błonnik 41.4 g				
Dieta łatwostrawna (2) 11.11-20.11.2024	Zupa mleczna z płatkami orkiszowymi 300.0g (GLU, MLE) Pasta drobiowa z warzywami 133.0g (SEL) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; bułki wrocławskie 100.00g; pomidory, czerwone b/skóry 100.00g; banan 80.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, MLE)	Zupa pomidorowa z ryżem# 450.1g (MLE, SEL) Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Buraczki na ciepło# 180.0g (GLU, MLE) Pulpet duszony w sosie koperkowym# 230.0g (GLU, JAJ, MLE) ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;	Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g (GLU, MLE) bułki wrocławskie 120.00g; szynka wiejska# 80.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU, SOJ, MLE, GOR)	jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; (MLE)
Razem E: 2294.5 kcal B 105.0 g T 63.6 g W 341.5 g SFA 24.8 g Cukry 85.6 g Sól 7.6 g Błonnik 32.6 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 11.11-20.11.2024

Samodzielny Publiczny
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie
Dział Żywnienia

Piątek 2024-11-15

	I śniadanie	obiad	kolacja	Dodatkowy posiłek
<p>Dieta podstawowa (1) 11.11-20.11.2024</p> <p>Razem E: 2054.3 kcal B 104.0 g T 55.2 g W 304.1 g SFA 20.8 g Cukry 55.7 g Sól 9.7 g Błonnik 37.1 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g (GLU, MLE)</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; serek twarogowy, ziarnisty 200.00g; papryka żółta, słodka 75.00g; chleb pszenny 60.00g; mandarynki 49.00g; chleb żytni razowy 30.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, MLE)</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych# 200.0g</p> <p>Barszcz czerwony z fasolą# 450.0g (GLU, MLE, SEL)</p> <p>Łazanki z kiszoną kapustą 411.5g (GLU)</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g (GLU, MLE)</p> <p>Pasta z tuńczyka i jajka 185.0g (JAJ, RYB, MLE, GOR)</p> <p>chleb żytni razowy 60.00g; chleb pszenny 60.00g; ogórek kwaszony 50.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU)</p>	<p>Mus 100.00g;</p>
<p>Dieta łatwostrawna (2) 11.11-20.11.2024</p> <p>Razem E: 2034.2 kcal B 109.7 g T 53.5 g W 290.4 g SFA 22.9 g Cukry 60.7 g Sól 8.1 g Błonnik 25.5 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g (GLU, MLE)</p> <p>Gruszka pieczona 130.0g</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; serek twarogowy, ziarnisty 200.00g; bułki wrocławskie 100.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, MLE)</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych# 200.0g</p> <p>Barszcz czerwony# 450.0g (MLE, SEL)</p> <p>Dorsz pieczony z sosem koperkowym# 246.0g (GLU, RYB, MLE)</p> <p>Sałata masłowa z dressingiem jogurtowym l# 170.0g (MLE)</p> <p>ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g (GLU, MLE)</p> <p>bułki wrocławskie 120.00g; szynka wiejska# 80.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU, SOJ, MLE, GOR)</p>	<p>Mus 100.00g;</p>

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

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



Jadłospis 11.11-20.11.2024

Samodzielny Publiczny
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie
Dział Żywnienia

Sobota 2024-11-16

	I śniadanie	obiad	kolacja	Dodatkowy posiłek
<p>Dieta podstawowa (1) 11.11-20.11.2024</p> <p>Razem E: 2145.0 kcal B 109.0 g T 62.7 g W 305.5 g SFA 20.7 g Cukry 74.1 g Sól 8.2 g Błonnik 42.5 g</p>	<p>Zupa mleczna z kaszą manną 300.0g (GLU, MLE)</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; jabłko 188.00g; chleb pszenny 60.00g; szynka drobiowa 60.00g; chleb żytni razowy 30.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, MLE)</p>	<p>Zupa koperkowa z makaronem 450.0g (GLU, MLE, SEL)</p> <p>Kompot z owoców mrożonych# 200.0g</p> <p>Fasolka szparagowa gotowana# 200.0g</p> <p>Bitki ze schabu duszone w białym sosie# 256.5g (GLU, MLE)</p> <p>kasza jęczmienna, perłowa, gotowana 150.00g; (GLU)</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g (GLU, MLE)</p> <p>szynka delikatesowa z kurczaka# 80.00g; ogórek 65.00g; chleb żytni razowy 60.00g; chleb pszenny 60.00g; roszponka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU)</p>	<p>sok pomidorowy 300.00g;</p>
<p>Dieta łatwostrawna (2) 11.11-20.11.2024</p> <p>Razem E: 2249.8 kcal B 110.5 g T 69.0 g W 312.3 g SFA 22.4 g Cukry 71.3 g Sól 8.0 g Błonnik 34.5 g</p>	<p>Zupa mleczna z kaszą manną 300.0g (GLU, MLE)</p> <p>Jabłko pieczone 150.0g</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; bułki wrocławskie 100.00g; szynka drobiowa 60.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, MLE)</p>	<p>Zupa koperkowa z makaronem 450.0g (GLU, MLE, SEL)</p> <p>Kompot z owoców mrożonych# 200.0g</p> <p>Fasolka szparagowa gotowana# 200.0g</p> <p>Bitki ze schabu duszone w białym sosie# 256.5g (GLU, MLE)</p> <p>kasza jęczmienna, perłowa, gotowana 150.00g; (GLU)</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g (GLU, MLE)</p> <p>bułki wrocławskie 120.00g; szynka delikatesowa z kurczaka# 80.00g; roszponka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU)</p>	<p>sok pomidorowy 300.00g;</p>

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

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



Jadłospis 11.11-20.11.2024

Samodzielny Publiczny
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie
Dział Żywnienia

Poniedziałek 2024-11-18

	I śniadanie	obiad	kolacja	Dodatkowy posiłek
Dieta podstawowa (1) 11.11-20.11.2024	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g (GLU, MLE) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; serek naturalny, lekki (Bieluch) 75.00g; chleb pszenny 70.00g; pomidory, czerwone 60.00g; chleb żytni razowy 30.00g; dżem wiśniowy, niskosłodzony 30.00g; roszonek 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, MLE)	Zupa kalafiorowa z ziemniakami zabieleną 450.7g (MLE, SEL) Makaron z duszonym kurczakiem i szpinakiem 435.0g (GLU, MLE, GOR) Kompot z owoców mrożonych# 200.0g	Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g (GLU, MLE) Pasta z makreli i twarogu 56.5g (RYB, MLE) papryka czerwona, słodka 75.00g; chleb żytni razowy 60.00g; chleb pszenny 60.00g; szynka wiejska# 40.00g; roszonek 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU, SOJ, MLE, GOR)	jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (MLE)
Razem E: 2056.7 kcal B 105.1 g T 61.7 g W 288.0 g SFA 21.5 g Cukry 71.4 g Sól 7.0 g Błonnik 33.2 g				
Dieta łatwostrawna (2) 11.11-20.11.2024	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g (GLU, MLE) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; bułki wrocławskie 100.00g; serek naturalny, lekki (Bieluch) 75.00g; pomidory, czerwone b/skóry 60.00g; dżem wiśniowy, niskosłodzony 30.00g; roszonek 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, MLE)	Zupa kalafiorowa z ziemniakami zabieleną 450.7g (MLE, SEL) Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Ryż zapiekany z jabłkiem 400.0g (MLE)	Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g (GLU, MLE) Pasta z dorsza i twarogu 53.6g (RYB, MLE) bułki wrocławskie 120.00g; szynka wiejska# 40.00g; roszonek 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU, SOJ, MLE, GOR)	serek twarogowy, ziarnisty 200.00g; (MLE)
Razem E: 2205.6 kcal B 97.5 g T 63.3 g W 319.6 g SFA 29.7 g Cukry 109.9 g Sól 6.6 g Błonnik 19.4 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 11.11-20.11.2024

Samodzielny Publiczny
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie
Dział Żywnienia

Wtorek 2024-11-19

	I śniadanie	obiad	kolacja	Dodatkowy posiłek
Dieta podstawowa (1) 11.11-20.11.2024	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300.0g (GLU, MLE) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb pszenny 70.00g; ogórek 65.00g; szynka drobiowa 40.00g; chleb żytni razowy 30.00g; ser, gouda tłusty 20.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; brokuły, kielki 5.00g; (GLU, MLE)	Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Zupa ryżowa # 450.1g (SEL) Kotlet schabowy smażony 180.0g (GLU, JAJ) Surówka z czerwonej kapusty z olejem 150.0g 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; hummus, gotowy 40.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU, SOJ, MLE, GOR, SEZ)	jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; (MLE)
Razem E: 2150.9 kcal B 107.6 g T 65.3 g W 300.9 g SFA 21.9 g Cukry 52.8 g Sól 9.9 g Błonnik 36.4 g				
Dieta łatwostrawna (2) 11.11-20.11.2024	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300.0g (GLU, MLE) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; bułki wrocławskie 100.00g; banan 80.00g; szynka drobiowa 60.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; brokuły, kielki 5.00g; (GLU, MLE)	Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Zupa ryżowa # 450.1g (SEL) Bitki ze schabu duszone w białym sosie# 256.5g (GLU, MLE) Bukiet jarzyn gotowany# 205.0g (SEL) ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;	Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g (GLU, MLE) bułki wrocławskie 120.00g; szynka wiejska# 80.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU, SOJ, MLE, GOR)	jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; (MLE)
Razem E: 2163.2 kcal B 109.4 g T 59.5 g W 311.8 g SFA 21.2 g Cukry 70.9 g Sól 7.9 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 11.11-20.11.2024

Samodzielny Publiczny
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie
Dział Żywnienia

Środa 2024-11-20

	I śniadanie	obiad	kolacja	Dodatkowy posiłek
Dieta podstawowa (1) 11.11-20.11.2024	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g (GLU, MLE) papryka czerwona, słodka 75.00g; chleb pszenny 70.00g; szynka wiejska# 60.00g; chleb żytni razowy 30.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, SOJ, MLE, GOR)	Zupa ogórkowa zabielenana# 450.0g (GLU, MLE, SEL) Gulasz po węgiersku 350.0g (GLU) Surówka z buraków i jabłka# 180.0g kasza jęczmienna, pęczak gotowana 150.00g; (GLU)	Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g (GLU, MLE) Pasta z dorsza i twarogu 53.6g (RYB, MLE) chleb pszenny 60.00g; chleb żytni razowy 60.00g; pomidory, czerwone 60.00g; szynka drobiowa 40.00g; roszponka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU)	sok wielowarzywny 300.00g; (SEL)
Razem E: 2117.2 kcal B 101.1 g T 65.4 g W 306.1 g SFA 19.4 g Cukry 64.2 g Sól 11.5 g Błonnik 40.0 g				
Dieta łatwostrawna (2) 11.11-20.11.2024	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g (GLU, MLE) bułki wrocławskie 100.00g; szynka wiejska# 60.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, SOJ, MLE, GOR)	Zupa grysikowa# 450.0g (GLU, SEL) Surówka z buraków i jabłka# 180.0g Gulasz z indyka z warzywami# 301.1g (GLU, MLE, SEL) ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;	Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g (GLU, MLE) Pasta z dorsza i twarogu 53.6g (RYB, MLE) bułki wrocławskie 120.00g; pomidory, czerwone b/skóry 60.00g; szynka drobiowa 40.00g; roszponka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU)	sok wielowarzywny 300.00g; (SEL)
Razem E: 2137.3 kcal B 100.4 g T 63.4 g W 307.9 g SFA 19.2 g Cukry 59.3 g Sól 9.5 g Błonnik 34.5 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 11.11-20.11.2024

Samodzielny Publiczny
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie
Dział Żywnienia

Poniedziałek 2024-11-11

	śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja + posiłek dodatkowy
<p>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6) 11.11-20.11.2024</p> <p>Razem E: 2062.2 kcal B 106.0 g T 61.7 g W 290.7 g SFA 23.1 g Cukry 74.1 g Sól 7.9 g Błonnik 42.0 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; szynka wiejska# 60.00g; pomidory, czerwone 60.00g; rosłonka 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, SOJ, MLE, GOR)</p>	<p>jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; (MLE)</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Krupnik z kaszą jaglaną 450.1g (SEL)</p> <p>Filet z indyka duszony w sosie# 205.1g (GLU, MLE, SEL)</p> <p>Surówka z buraków i jabłka# 180.0g</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>jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; chleb żytni razowy 120.00g; szynka wiejska# 80.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU, SOJ, MLE, GOR)</p>
<p>Dieta podstawowa kobiety ciężarne lub w okresie laktacji (C1) 11.11-20.11.2024</p> <p>Razem E: 2144.6 kcal B 111.5 g T 65.5 g W 298.9 g SFA 20.2 g Cukry 78.7 g Sól 6.3 g Błonnik 42.9 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 delikatesowa z kurczaka# 60.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, MLE)</p>	<p>baton zbożowy, kukurydziany z owocami 40.00g;</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Krupnik z kaszą jaglaną# 450.0g (SEL)</p> <p>Surówka z buraków i jabłka# 180.0g</p> <p>Filet z indyka duszony w sosie# 250.0g (GLU, MLE, SEL)</p> <p>ziemniaki 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>Jabłko pieczone 150.0g</p> <p>słonecznik, nasiona 20.00g;</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g (GLU, MLE)</p> <p>jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 150.00g; chleb żytni razowy 90.00g; szynka wiejska# 60.00g; rosłonka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU, SOJ, MLE, GOR)</p>
<p>Dieta podstawowa oddział dziecięcy (P1) 11.11-20.11.2024</p> <p>Razem E: 1986.0 kcal B 107.8 g T 64.0 g W 261.2 g SFA 19.9 g Cukry 77.2 g Sól 5.3 g Błonnik 32.8 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; szynka delikatesowa z kurczaka# 60.00g; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, MLE)</p>	<p>baton zbożowy, kukurydziany z owocami 40.00g;</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Krupnik z kaszą jaglaną# 450.0g (SEL)</p> <p>Surówka z buraków i jabłka# 180.0g</p> <p>Filet z indyka duszony w sosie# 250.0g (GLU, MLE, SEL)</p> <p>ziemniaki 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>Jabłko pieczone 150.0g</p> <p>słonecznik, nasiona 20.00g;</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g (GLU, MLE)</p> <p>jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 150.00g; szynka wiejska# 60.00g; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; rosłonka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU, SOJ, MLE, GOR)</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 11.11-20.11.2024

Samodzielny Publiczny
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie
Dział Żywnienia

Wtorek 2024-11-12

	śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja + posiłek dodatkowy
<p>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6) 11.11-20.11.2024</p> <p>Razem E: 2184.9 kcal B 111.0 g T 67.1 g W 307.0 g SFA 20.5 g Cukry 92.0 g Sól 9.5 g Błonnik 48.2 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 60.00g; szynka wiejska# 60.00g; rukola 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, SOJ, MLE, GOR)</p>	<p>Koktajl truskawkowy# 255.0g (MLE)</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Zupa jarzynowa z ziemniakami zabieleną 450.1g (MLE, SEL)</p> <p>Salatka z sosem koperkowym# 150.0g</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>Jabłko pieczone 150.0g</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g (GLU, MLE)</p> <p>Pasta z dorsza i twarogu 53.6g (RYB, MLE)</p> <p>sok wielowarzywny 300.00g; chleb żytni razowy 120.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; szynka drobiowa 40.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU, SEL)</p>
<p>Dieta podstawowa kobiety ciężarne lub w okresie laktacji (C1) 11.11-20.11.2024</p> <p>Razem E: 2182.8 kcal B 118.7 g T 68.2 g W 293.6 g SFA 21.4 g Cukry 93.1 g Sól 8.7 g Błonnik 42.5 g</p>	<p>Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300.0g (MLE)</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 500.00g; chleb żytni razowy 90.00g; pomidory, czerwone 60.00g; szynka z indyka 60.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, MLE)</p>	<p>Koktajl truskawkowy# 255.0g (MLE)</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Zupa jarzynowa z ziemniakami zabieleną 450.0g (MLE, SEL)</p> <p>Kotlet smażony z piersi kurczaka 180.0g (GLU, JAJ)</p> <p>Salatka z sosem koperkowym# 150.0g</p> <p>ziemniaki 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>Budyń śmietankowy# 222.5g (MLE)</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g (GLU, MLE)</p> <p>Pasta z dorsza i twarogu 53.5g (RYB, MLE)</p> <p>sok wielowarzywny 330.00g; chleb żytni razowy 90.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; szynka drobiowa 40.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU, SEL)</p>
<p>Dieta podstawowa oddział dziecięcy (P1) 11.11-20.11.2024</p> <p>Razem E: 1990.0 kcal B 107.6 g T 66.3 g W 255.9 g SFA 21.0 g Cukry 91.6 g Sól 7.6 g Błonnik 32.5 g</p>	<p>Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300.0g (MLE)</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 500.00g; pomidory, czerwone 60.00g; szynka z indyka 60.00g; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, MLE)</p>	<p>Koktajl truskawkowy# 255.0g (MLE)</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Zupa jarzynowa z ziemniakami zabieleną 450.0g (MLE, SEL)</p> <p>Kotlet smażony z piersi kurczaka 145.1g (GLU, JAJ)</p> <p>Salatka z sosem koperkowym# 150.0g</p> <p>ziemniaki 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>Budyń śmietankowy# 222.5g (MLE)</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g (GLU, MLE)</p> <p>Pasta z dorsza i twarogu 53.5g (RYB, MLE)</p> <p>sok wielowarzywny 330.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; szynka drobiowa 40.00g; 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 11.11-20.11.2024

Samodzielny Publiczny
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie
Dział Żywnienia

Środa 2024-11-13

	śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja + posiłek dodatkowy
<p>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6) 11.11-20.11.2024</p> <p>Razem E: 2159.9 kcal B 117.4 g T 75.6 g W 276.0 g SFA 29.0 g Cukry 63.2 g Sól 10.6 g Błonnik 47.2 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g (GLU, MLE)</p> <p>Pasta z zielonego groszku 52.5g chleb żytni razowy 90.00g; pomidory, czerwone 60.00g; połędwica sopocka# 40.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, SOJ, MLE)</p>	<p>kefir, 2% tłuszczu 100.00g; (MLE)</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Zupa cukiniowa z ziemniakami i serem feta# 450.0g (MLE, SEL)</p> <p>Gulasz z indyka z warzywami# 301.1g (GLU, MLE, SEL)</p> <p>kasza gryczana prażona, gotowana 150.00g; ogórek kiszony 150.00g;</p>	<p>sok pomidorowy 300.00g;</p>	<p>Kakao na mleku b/cukru 250.0g (MLE)</p> <p>jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; chleb żytni razowy 120.00g; połędwica sopocka# 80.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; roszyponka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU, SOJ, MLE)</p>
<p>Dieta podstawowa kobiety ciężarnej lub w okresie laktacji (C1) 11.11-20.11.2024</p> <p>Razem E: 2188.6 kcal B 114.7 g T 71.9 g W 293.7 g SFA 27.4 g Cukry 90.8 g Sól 7.6 g Błonnik 47.5 g</p>	<p>Pasta z zielonego groszku 105.0g</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; roszyponka 12.00g; masło ekstra 12.00g; (GLU, MLE)</p>	<p>banan 115.00g;</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Gulasz z indyka z warzywami# 351.1g (GLU, MLE, SEL)</p> <p>Zupa cukiniowa z ziemniakami i serem feta# 450.0g (MLE, SEL)</p> <p>kasza gryczana prażona, gotowana 150.00g; ogórek kiszony 100.00g;</p>	<p>Jabłko pieczone 150.0g</p>	<p>Kakao na mleku 250.0g (MLE)</p> <p>jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; chleb żytni razowy 90.00g; papryka czerwona, słodka 60.00g; szynka delikatesowa z kurczaka# 60.00g; roszyponka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU, MLE)</p>
<p>Dieta podstawowa oddział dziecięcy (P1) 11.11-20.11.2024</p> <p>Razem E: 1988.5 kcal B 101.5 g T 70.1 g W 256.0 g SFA 27.0 g Cukry 89.3 g Sól 6.5 g Błonnik 37.5 g</p>	<p>Pasta z zielonego groszku 105.0g</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; szynka wiejska 40.00g; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; masło ekstra 12.00g; roszyponka 12.00g; (GLU, MLE)</p>	<p>banan 115.00g;</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Gulasz z indyka z warzywami# 301.1g (GLU, MLE, SEL)</p> <p>Zupa cukiniowa z ziemniakami i serem feta# 450.0g (MLE, SEL)</p> <p>kasza gryczana prażona, gotowana 150.00g; ogórek kiszony 100.00g;</p>	<p>Jabłko pieczone 150.0g</p>	<p>Kakao na mleku 250.0g (MLE)</p> <p>jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; papryka czerwona, słodka 60.00g; szynka delikatesowa z kurczaka# 60.00g; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; roszyponka 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 11.11-20.11.2024

Samodzielny Publiczny
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie
Dział Żywnienia

Czwartek 2024-11-14

	śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja + posiłek dodatkowy
<p>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6) 11.11-20.11.2024</p> <p>Razem E: 2286.9 kcal B 106.4 g T 71.6 g W 330.9 g SFA 22.9 g Cukry 87.1 g Sól 6.9 g Błonnik 54.3 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami orkiszowymi 300.0g (GLU, MLE)</p> <p>Pasta drobiowa z warzywami 133.0g (SEL)</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; ogórek 65.00g; bułki grahamki 50.00g; chleb żytni razowy 30.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, MLE)</p>	<p>Czerwone smoothie# 255.0g (MLE)</p>	<p>Zupa pomidorowa z ryżem# 450.1g (MLE, SEL)</p> <p>Pieczone kotlety mielone z warzywami 186.0g (GLU, JAJ)</p> <p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Surówka z buraków i jabłka# 180.0g</p> <p>ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>mandarynki 49.00g;</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g (GLU, MLE)</p> <p>jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; chleb żytni razowy 120.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; pasta warzywna 40.00g; szynka wiejska# 40.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU, SOJ, MLE, GOR)</p>
<p>Dieta podstawowa kobiety ciężarne lub w okresie laktacji (C1) 11.11-20.11.2024</p> <p>Razem E: 2264.1 kcal B 109.3 g T 66.9 g W 331.5 g SFA 24.2 g Cukry 109.4 g Sól 7.9 g Błonnik 52.5 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami orkiszowymi 300.0g (GLU, MLE)</p> <p>Pasta drobiowa z warzywami 133.0g (SEL)</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; pomidory, czerwone 60.00g; bułki grahamki 50.00g; chleb żytni razowy 30.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, MLE)</p>	<p>Czerwone smoothie# 255.0g (MLE)</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 400.0g</p> <p>Zupa pomidorowa z ryżem# 450.0g (MLE, SEL)</p> <p>Kotlety mielone z warzywami pieczone w piekarniku 180.0g (GLU, JAJ)</p> <p>Buraczki na ciepło# 180.0g (GLU, MLE)</p> <p>ziemniaki 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>serek twarogowy, ziarnisty 100.00g; mandarynki 49.00g; (MLE)</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g (GLU, MLE)</p> <p>chleb żytni razowy 90.00g; papryka czerwona, słodka 60.00g; szynka drobiowa 40.00g; pasta warzywna 40.00g; Chipsy jabłkowe 25.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU, MLE)</p>
<p>Dieta podstawowa oddział dziecięcy (P1) 11.11-20.11.2024</p> <p>Razem E: 2116.4 kcal B 94.4 g T 62.1 g W 317.2 g SFA 22.1 g Cukry 105.5 g Sól 6.3 g Błonnik 46.3 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami orkiszowymi 300.0g (GLU, MLE)</p> <p>Pasta drobiowa z warzywami 133.0g (SEL)</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; pomidory, czerwone 60.00g; bułki grahamki 50.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, MLE)</p>	<p>Czerwone smoothie# 255.0g (MLE)</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 400.0g</p> <p>Zupa pomidorowa z ryżem# 450.0g (MLE, SEL)</p> <p>Buraczki na ciepło# 180.0g (GLU, MLE)</p> <p>Pulpet duszony w sosie koperkowym# 230.0g (GLU, JAJ, MLE)</p> <p>ziemniaki 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>mandarynki 49.00g;</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g (GLU, MLE)</p> <p>papryka czerwona, słodka 60.00g; szynka drobiowa 40.00g; pasta warzywna 40.00g; chleb żytni razowy 25.00g; Chipsy jabłkowe 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (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; 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 11.11-20.11.2024

Samodzielny Publiczny
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie
Dział Żywnienia

Piątek 2024-11-15

	śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja + posiłek dodatkowy
<p>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6) 11.11-20.11.2024</p> <p>Razem E: 2105.7 kcal B 115.7 g T 54.4 g W 312.4 g SFA 22.1 g Cukry 68.7 g Sól 8.9 g Błonnik 50.0 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g (GLU, MLE)</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; serek twarogowy, ziarnisty 200.00g; chleb żytni razowy 90.00g; papryka żółta, słodka 75.00g; roszonek 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, MLE)</p>	<p>mandarynki 49.00g;</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Barszcz czerwony z fasolą# 450.0g (GLU, MLE, SEL)</p> <p>Dorsz pieczony z sosem koperkowym# 246.0g (GLU, RYB, MLE)</p> <p>Bukiet jarzyn gotowany# 205.0g (SEL)</p> <p>ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>Gruszka pieczona 130.0g</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g (GLU, MLE)</p> <p>chleb żytni razowy 120.00g; Mus 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 lub w okresie laktacji (C1) 11.11-20.11.2024</p> <p>Razem E: 2194.3 kcal B 128.7 g T 58.4 g W 312.1 g SFA 23.6 g Cukry 83.4 g Sól 9.3 g Błonnik 47.1 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g (GLU, MLE)</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; serek twarogowy, ziarnisty 200.00g; chleb żytni razowy 90.00g; papryka żółta, słodka 75.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, MLE)</p>	<p>jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 150.00g; mandarynki 88.00g; (MLE)</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Barszcz czerwony z fasolą# 450.0g (GLU, MLE, SEL)</p> <p>Dorsz pieczony z sosem koperkowym# 246.0g (GLU, RYB, MLE)</p> <p>Sałata masłowa z dressingiem jogurtowym l# 170.0g (MLE)</p> <p>ziemniaki 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>Gruszka pieczona 130.0g</p> <p>migdały, płatki 10.00g; (ORZ)</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g (GLU, MLE)</p> <p>Pasta z tuńczyka i jajka 160.0g (JAJ, RYB, MLE, GOR)</p> <p>Mus 100.00g; chleb żytni razowy 90.00g; ogórek kwaszony 75.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU)</p>
<p>Dieta podstawowa oddział dziecięcy (P1) 11.11-20.11.2024</p> <p>Razem E: 1842.8 kcal B 107.6 g T 50.8 g W 256.3 g SFA 21.0 g Cukry 69.5 g Sól 7.7 g Błonnik 35.9 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; papryka żółta, słodka 75.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; chleb żytni razowy 25.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, MLE)</p>	<p>mandarynki 88.00g;</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Barszcz czerwony z fasolą# 450.0g (GLU, MLE, SEL)</p> <p>Dorsz pieczony z sosem koperkowym# 246.0g (GLU, RYB, MLE)</p> <p>Sałata masłowa z dressingiem jogurtowym l# 170.0g (MLE)</p> <p>ziemniaki 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>Gruszka pieczona 130.0g</p> <p>migdały, płatki 10.00g; (ORZ)</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g (GLU, MLE)</p> <p>Mus 100.00g; ogórek kwaszony 75.00g; szynka drobiowa 60.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; chleb żytni razowy 25.00g; 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 11.11-20.11.2024

Samodzielny Publiczny
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie
Dział Żywnienia

Sobota 2024-11-16

	śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja + posiłek dodatkowy
<p>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6) 11.11-20.11.2024</p> <p>Razem E: 2136.3 kcal B 110.9 g T 65.9 g W 297.4 g SFA 22.4 g Cukry 71.0 g Sól 8.4 g Błonnik 48.6 g</p>	<p>Zupa mleczna z kaszą manną 300.0g (GLU, MLE) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb żytni razowy 90.00g; szynka drobiowa 60.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, MLE)</p>	<p>Jabłko pieczone 150.0g</p>	<p>Zupa koperkowa z makaronem 450.0g (GLU, MLE, SEL) Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g Fasolka szparagowa gotowana# 200.0g Bitki ze schabu duszone w białym sosie# 256.5g (GLU, MLE) kasza jęczmienna, perlowa, gotowana 150.00g; (GLU)</p>	<p>kefir, 2% tłuszczu 100.00g; (MLE)</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g (GLU, MLE) sok pomidorowy 300.00g; chleb żytni razowy 120.00g; szynka delikatesowa z kurczaka# 80.00g; ogórek 65.00g; roszponka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU)</p>
<p>Dieta podstawowa kobiety ciężarne lub w okresie laktacji (C1) 11.11-20.11.2024</p> <p>Razem E: 2255.7 kcal B 113.7 g T 68.0 g W 318.8 g SFA 23.7 g Cukry 89.7 g Sól 8.5 g Błonnik 47.2 g</p>	<p>Zupa mleczna z kaszą manną 300.0g (GLU, MLE) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb żytni razowy 90.00g; szynka drobiowa 60.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, MLE)</p>	<p>Jabłko pieczone 150.0g jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 150.00g; (MLE)</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g Bitki ze schabu duszone w białym sosie# 256.5g (GLU, MLE) Fasolka szparagowa gotowana 205.0g Zupa koperkowa z makaronem 450.0g (GLU, MLE, SEL) kasza jęczmienna, perlowa, gotowana 150.00g; (GLU)</p>	<p>baton zbożowy, kukurydziany z owocami 40.00g;</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g (GLU, MLE) sok pomidorowy 330.00g; chleb żytni razowy 90.00g; ogórek 65.00g; polędwica sopocka# 60.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 20.00g; sałata masłowa 12.00g; (GLU, SOJ)</p>
<p>Dieta podstawowa oddział dziecięcy (P1) 11.11-20.11.2024</p> <p>Razem E: 2004.1 kcal B 102.4 g T 64.3 g W 270.2 g SFA 22.1 g Cukry 79.8 g Sól 7.2 g Błonnik 37.2 g</p>	<p>Zupa mleczna z kaszą manną 300.0g (GLU, MLE) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; szynka drobiowa 60.00g; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, MLE)</p>	<p>Jabłko pieczone 150.0g</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g Bitki ze schabu duszone w białym sosie# 256.5g (GLU, MLE) Fasolka szparagowa gotowana 205.0g Zupa koperkowa z makaronem 450.0g (GLU, MLE, SEL) kasza jęczmienna, perlowa, gotowana 150.00g; (GLU)</p>	<p>baton zbożowy, kukurydziany z owocami 40.00g;</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g (GLU, MLE) sok pomidorowy 330.00g; ogórek 65.00g; polędwica sopocka# 60.00g; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 20.00g; sałata masłowa 12.00g; (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.



Jadłospis 11.11-20.11.2024

Samodzielny Publiczny
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie
Dział Żywnienia

Niedziela 2024-11-17

	śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja + posiłek dodatkowy
<p>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6) 11.11-20.11.2024</p> <p>Razem E: 2182.6 kcal B 104.7 g T 60.0 g W 326.0 g SFA 21.8 g Cukry 71.2 g Sól 9.6 g Błonnik 43.9 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; polędwica sopocka 60.00g; roszpinka 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, SOJ, MLE)</p>	<p>kiwi 81.00g;</p>	<p>Zupa ziemniaczana z makaronem 450.0g (GLU, SEL)</p> <p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Udko z kurczaka w sosie 200.0g (GLU, MLE, GOR)</p> <p>Surówka z marchewki i jabłka z olejem# 150.0g</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>chleb żytni razowy 120.00g; kefir, 2% tłuszczu 100.00g; szynka wiejska 80.00g; ogórek kiszony 50.00g; roszpinka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU, MLE)</p>
<p>Dieta podstawowa kobiety ciężarne lub w okresie laktacji (C1) 11.11-20.11.2024</p> <p>Razem E: 2178.6 kcal B 113.6 g T 68.0 g W 297.7 g SFA 23.4 g Cukry 76.2 g Sól 6.9 g Błonnik 40.2 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; pomidory, czerwone 60.00g; polędwica sopocka# 60.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, SOJ, MLE)</p>	<p>kiwi 81.00g;</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych# 200.0g</p> <p>Rosół z makaronem# 450.0g (GLU, SEL)</p> <p>Pieczone udko z kurczaka# 208.0g (GOR)</p> <p>Surówka z marchewki i jabłka z olejem 150.0g</p> <p>ziemniaki 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>Jabłko pieczone 150.0g</p>	<p>Kakao na mleku 252.0g (MLE)</p> <p>kefir, 2% tłuszczu 200.00g; chleb żytni razowy 90.00g; szynka z indyka 60.00g; roszpinka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU, MLE)</p>
<p>Dieta podstawowa oddział dziecięcy (P1) 11.11-20.11.2024</p> <p>Razem E: 1940.5 kcal B 101.6 g T 61.5 g W 260.0 g SFA 21.7 g Cukry 74.8 g Sól 5.8 g Błonnik 30.2 g</p>	<p>Zupa mleczna z ryżem 300.0g (MLE)</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; pomidory, czerwone 60.00g; polędwica sopocka# 60.00g; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, SOJ, MLE)</p>	<p>kiwi 81.00g;</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych# 200.0g</p> <p>Rosół z makaronem# 450.0g (GLU, SEL)</p> <p>Pieczone udko z kurczaka# 158.0g (GOR)</p> <p>Surówka z marchewki i jabłka z olejem 150.0g</p> <p>ziemniaki 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>Jabłko pieczone 150.0g</p>	<p>Kakao na mleku 252.0g (MLE)</p> <p>kefir, 2% tłuszczu 200.00g; szynka z indyka 60.00g; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; roszpinka 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 11.11-20.11.2024

Samodzielny Publiczny
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie
Dział Żywnienia

Poniedziałek 2024-11-18

	śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja + posiłek dodatkowy
<p>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6) 11.11-20.11.2024</p> <p>Razem E: 2287.0 kcal B 106.4 g T 73.4 g W 324.0 g SFA 26.4 g Cukry 87.1 g Sól 8.2 g Błonnik 44.9 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; serek naturalny, lekki (Bieluch) 75.00g; pomidory, czerwone 60.00g; szynka wiejska# 40.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, SOJ, MLE, GOR)</p>	<p>jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (MLE)</p>	<p>Zupa kalafiorowa z ziemniakami zabieleną 450.7g (MLE, SEL)</p> <p>Makaron z duszonym kurczakiem i szpinakiem 435.1g (GLU, MLE, GOR)</p> <p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p>	<p>Czekoladowy koktajl bananowy# 186.0g (MLE)</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g (GLU, MLE)</p> <p>Pasta z makreli i twarogu 56.5g (RYB, MLE)</p> <p>chleb żytni razowy 120.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; szynka wiejska# 40.00g; roszponka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU, SOJ, MLE, GOR)</p>
<p>Dieta podstawowa kobiety ciężarne lub w okresie laktacji (C1) 11.11-20.11.2024</p> <p>Razem E: 2210.7 kcal B 113.7 g T 61.9 g W 324.2 g SFA 23.7 g Cukry 101.2 g Sól 7.2 g Błonnik 47.3 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g (GLU, MLE)</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; pomidory, czerwone 120.00g; chleb żytni razowy 90.00g; serek naturalny, lekki (Bieluch) 75.00g; dżem truskawkowy, niskosłodzony 30.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, MLE)</p>	<p>jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; kiwi 81.00g; (MLE)</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Zupa kalafiorowa z ziemniakami 450.0g (GLU, SOJ, SEL)</p> <p>Makaron z duszonym kurczakiem i szpinakiem 431.0g (GLU, MLE, GOR)</p>	<p>Czekoladowy koktajl bananowy# 186.0g (MLE)</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g (GLU, MLE)</p> <p>Pasta z makreli i twarogu 112.5g (RYB, MLE)</p> <p>Mus 100.00g; chleb żytni razowy 90.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; szynka drobiowa 20.00g; roszponka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU)</p>
<p>Dieta podstawowa oddział dziecięcy (P1) 11.11-20.11.2024</p> <p>Razem E: 2052.1 kcal B 110.1 g T 60.5 g W 286.5 g SFA 23.5 g Cukry 99.7 g Sól 6.1 g Błonnik 37.3 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g (GLU, MLE)</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; pomidory, czerwone 120.00g; serek naturalny, lekki (Bieluch) 75.00g; dżem truskawkowy, niskosłodzony 30.00g; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; sałata masłowa 12.00g; masło (GLU, MLE)</p>	<p>jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; kiwi 81.00g; (MLE)</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Zupa kalafiorowa z ziemniakami 450.0g (GLU, SOJ, SEL)</p> <p>Makaron z duszonym kurczakiem i szpinakiem 431.0g (GLU, MLE, GOR)</p>	<p>Czekoladowy koktajl bananowy# 186.0g (MLE)</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g (GLU, MLE)</p> <p>Pasta z makreli i twarogu 112.5g (RYB, MLE)</p> <p>Mus 100.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; szynka drobiowa 20.00g; roszponka 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 11.11-20.11.2024

Samodzielny Publiczny
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie
Dział Żywnienia

Wtorek 2024-11-19

	śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja + posiłek dodatkowy
<p>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6) 11.11-20.11.2024</p> <p>Razem E: 2107.7 kcal B 104.6 g T 61.7 g W 305.8 g SFA 21.4 g Cukry 72.3 g Sól 8.8 g Błonnik 46.2 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; ogórek 65.00g; szynka drobiowa 60.00g; roszonek 12.00g; masło ekstra 10.00g; brokuły, kiełki 5.00g; (GLU, MLE)</p>	<p>jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (MLE)</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Zupa ryżowa # 450.1g (SEL)</p> <p>Surówka z czerwonej kapusty z olejem 150.0g</p> <p>Bitki ze schabu duszone w białym sosie# 256.5g (GLU, MLE)</p> <p>ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>Gruszka pieczona 130.0g</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g (GLU, MLE)</p> <p>jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; chleb żytni razowy 120.00g; ogórek kwaszony 50.00g; hummus, gotowy 40.00g; szynka wiejska# 40.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU, SOJ, MLE, GOR, SEZ)</p>
<p>Dieta podstawowa kobiety ciężarne lub w okresie laktacji (C1) 11.11-20.11.2024</p> <p>Razem E: 2301.8 kcal B 116.4 g T 64.9 g W 335.8 g SFA 22.3 g Cukry 79.7 g Sól 8.4 g Błonnik 46.5 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300.0g (GLU, MLE)</p> <p>chleb żytni razowy 90.00g; szynka drobiowa 40.00g; ogórek 40.00g; ser, edamski tłusty 20.00g; roszonek 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, MLE)</p>	<p>banan 120.00g;</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Zupa ryżowa# 450.0g (SEL)</p> <p>Kotlety schabowe smażone 240.0g (GLU, JAJ)</p> <p>Surówka z czerwonej kapusty z olejem 150.0g</p> <p>ziemniaki 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>Gruszka pieczona 130.0g</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g (GLU, MLE)</p> <p>jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 100.00g; chleb żytni razowy 90.00g; ogórek kiszony 50.00g; szynka wiejska# 40.00g; hummus, gotowy 40.00g; roszonek 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU, SOJ, MLE, GOR, SEZ)</p>
<p>Dieta podstawowa oddział dziecięcy (P1) 11.11-20.11.2024</p> <p>Razem E: 2064.5 kcal B 98.8 g T 60.9 g W 298.1 g SFA 21.0 g Cukry 78.2 g Sól 7.2 g Błonnik 36.5 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300.0g (GLU, MLE)</p> <p>szynka drobiowa 40.00g; ogórek 40.00g; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; ser, edamski tłusty 20.00g; roszonek 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, MLE)</p>	<p>banan 120.00g;</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Zupa ryżowa# 450.0g (SEL)</p> <p>Kotlety schabowe smażone 179.0g (GLU, JAJ)</p> <p>Surówka z czerwonej kapusty z olejem 150.0g</p> <p>ziemniaki 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>Gruszka pieczona 130.0g</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g (GLU, MLE)</p> <p>jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 100.00g; ogórek kiszony 50.00g; szynka wiejska# 40.00g; hummus, gotowy 40.00g; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; roszonek 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU, SOJ, MLE, GOR, 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 11.11-20.11.2024

Samodzielny Publiczny
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie
Dział Żywnienia

Środa 2024-11-20

	śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja + posiłek dodatkowy
<p>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6) 11.11-20.11.2024</p> <p>Razem E: 2217.7 kcal B 104.5 g T 70.2 g W 321.6 g SFA 21.8 g Cukry 86.8 g Sól 11.6 g Błonnik 49.6 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g (GLU, MLE)</p> <p>chleb żytni razowy 90.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; szynka wiejska# 60.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, SOJ, MLE, GOR)</p>	<p>Jabłko pieczone 150.0g</p>	<p>Zupa ogórkowa zabiela# 450.0g (GLU, MLE, SEL)</p> <p>Gulasz po węgiersku 350.0g (GLU)</p> <p>Surówka z buraków i jabłka# 180.0g</p> <p>kasza jęczmienna, pęczak gotowana 150.00g; (GLU)</p>	<p>kefir, 2% tłuszczu 150.00g; (MLE)</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g (GLU, MLE)</p> <p>Pasta z dorsza i twarogu 53.6g (RYB, MLE)</p> <p>sok wielowarzywny 300.00g; chleb żytni razowy 120.00g; pomidory, czerwone 60.00g; szynka drobiowa 40.00g; roszponka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU, SEL)</p>
<p>Dieta podstawowa kobiety ciężarne lub w okresie laktacji (C1) 11.11-20.11.2024</p> <p>Razem E: 2254.8 kcal B 114.7 g T 78.3 g W 302.5 g SFA 26.8 g Cukry 79.9 g Sól 12.6 g Błonnik 48.9 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; papryka czerwona, słodka 75.00g; szynka wiejska 60.00g; roszonek 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, MLE)</p>	<p>Salatka grecka 176.0g (MLE)</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Gulasz po węgiersku 350.0g (GLU)</p> <p>Surówka z buraków i jabłka# 180.0g</p> <p>Zupa ogórkowa z ziemniakami zabiela# 450.0g (MLE, SEL)</p> <p>kasza jęczmienna, pęczak gotowana 150.00g; (GLU)</p>	<p>kefir, 2% tłuszczu 200.00g; (MLE)</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g (GLU, MLE)</p> <p>Pasta z dorsza i twarogu 53.5g (RYB, MLE)</p> <p>sok wielowarzywny 330.00g; chleb żytni razowy 90.00g; pomidory, czerwone 60.00g; szynka drobiowa 40.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; (GLU, SEL)</p>
<p>Dieta podstawowa oddział dziecięcy (P1) 11.11-20.11.2024</p> <p>Razem E: 2006.5 kcal B 101.0 g T 62.1 g W 284.8 g SFA 19.6 g Cukry 98.1 g Sól 10.0 g Błonnik 38.6 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g (GLU, MLE)</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; szynka wiejska 60.00g; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; roszonek 12.00g; masło ekstra 10.00g; (GLU, MLE)</p>	<p>banan 100.00g;</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Gulasz po węgiersku 350.0g (GLU)</p> <p>Surówka z buraków i jabłka# 180.0g</p> <p>Zupa ogórkowa z ziemniakami zabiela# 450.0g (MLE, SEL)</p> <p>kasza jęczmienna, pęczak gotowana 150.00g; (GLU)</p>	<p>jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu 150.00g; (MLE)</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g (GLU, MLE)</p> <p>Pasta z dorsza i twarogu 53.5g (RYB, MLE)</p> <p>sok wielowarzywny 330.00g; pomidory, czerwone 60.00g; szynka drobiowa 40.00g; 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 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.