



# Jadłospis 21.06-30.06.2024

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie  
Dział Żywnienia

Piątek 2024-06-21

	I śniadanie	obiad	kolacja	Dodatkowy posiłek
<b>Dieta podstawowa (1)</b> 21.06-30.06.2024	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g <b>(GLU, MLE)</b> herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; serek naturalny, lekki (Bieluch) 75.00g; papryka żółta, słodka 75.00g; bułki grahamki 50.00g; chleb pszenny 30.00g; dżem wiśniowy, niskosłodzony 30.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b>	Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Pulpety rybne duszone w sosie koperkowym# 230.0g <b>(GLU, JAJ, RYB, MLE)</b> Mizeria z jogurtem 290.0g <b>(MLE)</b> Barszcz czerwony z fasolą# 450.0g <b>(GLU, MLE, SEL)</b> ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;	Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g <b>(GLU, MLE)</b> Pasta twarogowo- jajeczna z koperkiem 129.0g <b>(JAJ, MLE)</b> banan 80.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; chleb żytni razowy 60.00g; chleb pszenny 60.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU)</b>	sok pomidorowy 300.00g;
Razem E: 2123.8 kcal   B 100.2 g   T 49.1 g   W 340.9 g   SFA 20.4 g   Cukry 104.6 g   Sól 7.7 g   Błonnik 41.7 g				
<b>Dieta łatwostrawna (2)</b> 21.06-30.06.2024	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g <b>(GLU, MLE)</b> 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; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b>	Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Pulpety rybne duszone w sosie koperkowym# 230.0g <b>(GLU, JAJ, RYB, MLE)</b> Barszcz czerwony# 450.0g <b>(MLE, SEL)</b> Sałata masłowa z olejem# 150.0g ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;	Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g <b>(GLU, MLE)</b> Pasta twarogowo- jajeczna z koperkiem 129.0g <b>(JAJ, MLE)</b> bułki wrocławskie 120.00g; banan 80.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU)</b>	sok pomidorowy 300.00g;
Razem E: 2078.8 kcal   B 91.9 g   T 57.9 g   W 311.1 g   SFA 21.3 g   Cukry 87.6 g   Sól 6.8 g   Błonnik 28.2 g				

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

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



# Jadłospis 21.06-30.06.2024

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie  
Dział Żywnienia

Sobota 2024-06-22

	I śniadanie	obiad	kolacja	Dodatkowy posiłek
<p>Dieta podstawowa (1) 21.06-30.06.2024</p> <p>Razem E: 2073.0 kcal   B 108.3 g   T 61.8 g   W 284.9 g   SFA 19.0 g   Cukry 58.6 g   Sól 6.9 g   Błonnik 30.1 g</p>	<p>Zupa mleczna z kaszą manną 300.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>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; rozszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p>	<p>Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Krupnik z kaszą jaglaną 450.2g <b>(SEL)</b></p> <p>Pierś z kurczaka duszona w białym sosie 285.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>Surówka z marchewki i jabłka z olejem 153.0g</p> <p>ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>szynka delikatesowa z kurczaka# 80.00g; ogórek 65.00g; chleb pszenny 60.00g; chleb żytni razowy 60.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU)</b></p>	<p>jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; <b>(MLE)</b></p>
<p>Dieta łatwostrawna (2) 21.06-30.06.2024</p> <p>Razem E: 2216.4 kcal   B 107.7 g   T 67.3 g   W 306.5 g   SFA 20.2 g   Cukry 69.8 g   Sól 6.5 g   Błonnik 25.4 g</p>	<p>Zupa mleczna z kaszą manną 300.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; bułki wrocławskie 100.00g; pomidory, czerwone b/skóry 60.00g; szynka wiejska 60.00g; rozszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p>	<p>Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Krupnik z kaszą jaglaną 450.2g <b>(SEL)</b></p> <p>Pierś z kurczaka duszona w białym sosie 285.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>Surówka z marchewki i jabłka z olejem 153.0g</p> <p>ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>Gruszka pieczona 130.0g</p> <p>bułki wrocławskie 120.00g; szynka delikatesowa z kurczaka# 80.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU)</b></p>	<p>jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; <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 21.06-30.06.2024

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie  
Dział Żywienia

Niedziela 2024-06-23

	I śniadanie	obiad	kolacja	Dodatkowy posiłek
<b>Dieta podstawowa (1)</b> 21.06-30.06.2024	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300.0g <b>(GLU, MLE)</b> Gruszka pieczona 130.0g herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb pszenny 70.00g; szynka wiejska# 60.00g; chleb żytni razowy 30.00g; roszonek 18.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, SOJ, MLE, GOR)</b>	Zupa pomidorowa z ryżem 450.0g <b>(MLE, SEL)</b> Bitki ze schabu duszone w białym sosie# 256.5g <b>(GLU, MLE)</b> Fasolka szparagowa gotowana# 200.0g Kompot z owoców mrożonych# 200.0g ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;	Kakao na mleku 260.0g <b>(MLE)</b> chleb pszenny 60.00g; chleb żytni razowy 60.00g; pomidory, czerwone 60.00g; szynka z indyka 40.00g; pasta warzywna 40.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b>	Mus 100.00g;
<b>Dieta łatwostrawna (2)</b> 21.06-30.06.2024	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300.0g <b>(GLU, MLE)</b> Gruszka pieczona 130.0g herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; bułki wrocławskie 100.00g; szynka wiejska# 60.00g; roszonek 18.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, SOJ, MLE, GOR)</b>	Zupa pomidorowa z ryżem 450.0g <b>(MLE, SEL)</b> Bitki ze schabu duszone w białym sosie# 256.5g <b>(GLU, MLE)</b> Fasolka szparagowa gotowana# 200.0g Kompot z owoców mrożonych# 200.0g ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;	Kakao na mleku 260.0g <b>(MLE)</b> bułki wrocławskie 120.00g; szynka z indyka 80.00g; pomidory, czerwone b/skóry 60.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU)</b>	Mus 100.00g;

Razem E: 2198.3 kcal | B 99.7 g | T 62.5 g | W 330.5 g | SFA 20.3 g | Cukry 65.4 g | Sól 6.9 g | Błonnik 43.7 g

Razem E: 2259.8 kcal | B 106.3 g | T 63.2 g | W 333.1 g | SFA 21.7 g | Cukry 66.2 g | Sól 6.6 g | Błonnik 34.1 g

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

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



# Jadłospis 21.06-30.06.2024

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie  
Dział Żywnienia

Poniedziałek 2024-06-24

	I śniadanie	obiad	kolacja	Dodatkowy posiłek
<b>Dieta podstawowa (1)</b> 21.06-30.06.2024	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g <b>(GLU, MLE)</b> Pasta z zielonego groszku 52.5g herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb pszenny 70.00g; pomidory, czerwone 60.00g; szynka drobiowa 40.00g; chleb żytni razowy 30.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b>	Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Spaghetti z mięsem mielonym# 420.0g <b>(GLU)</b> Sałata masłowa z olejem# 150.0g Zupa z zielonej soczewicy# 450.7g <b>(GOR)</b>	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>(GLU, MLE)</b> kurczak faszerowany, pieczony# 80.00g; ogórek 65.00g; chleb pszenny 60.00g; chleb żytni razowy 60.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU, SOJ, SEL, GOR, SO2)</b>	kefir, 2% tłuszczu 100.00g; <b>(MLE)</b>
Razem E: 2263.1 kcal   B 107.7 g   T 74.0 g   W 311.9 g   SFA 20.2 g   Cukry 57.8 g   Sól 6.4 g   Błonnik 39.6 g				
<b>Dieta łatwostrawna (2)</b> 21.06-30.06.2024	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g <b>(GLU, MLE)</b> herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; bułki wrocławskie 100.00g; szynka drobiowa 60.00g; pomidory, czerwone b/skóry 60.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b>	Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Sałata masłowa z olejem# 150.0g Zupa grysikowa# 450.0g <b>(GLU, SEL)</b> Makaron z sosem mięsno-warzywnym# 450.0g <b>(GLU, MLE, SEL)</b>	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>(GLU, MLE)</b> bułki wrocławskie 120.00g; polędwica sopocka# 80.00g; pomidory, czerwone b/skóry 60.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU, SOJ)</b>	kefir, 2% tłuszczu 100.00g; <b>(MLE)</b>
Razem E: 2164.0 kcal   B 104.4 g   T 63.3 g   W 308.0 g   SFA 23.3 g   Cukry 48.9 g   Sól 6.1 g   Błonnik 26.0 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 21.06-30.06.2024

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie  
Dział Żywienia

Wtorek 2024-06-25

	I śniadanie	obiad	kolacja	Dodatkowy posiłek
<b>Dieta podstawowa (1)</b> 21.06-30.06.2024	Zupa mleczna z płatkami orkiszowymi 300.0g <b>(GLU, MLE)</b> herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; banan 115.00g; ogórek 65.00g; szynka z indyka 60.00g; chleb pszenny 35.00g; chleb żytni razowy 30.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b>	Zupa jarzynowa z ziemniakami zabelana 450.0g <b>(MLE, SEL)</b> Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Kotlety mielone z warzywami pieczone w piekarniku 180.0g <b>(GLU, JAJ)</b> Pomidory z cebulką i jogurtem# 170.2g <b>(MLE)</b> ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;	Kakao na mleku 260.0g <b>(MLE)</b> Pasta z białej fasoli, cebuli i jabłka 70.0g papryka czerwona, słodka 75.00g; chleb pszenny 60.00g; chleb żytni razowy 60.00g; polędwica sopocka# 40.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU, SOJ)</b>	serek twarogowy, ziarnisty 200.00g; <b>(MLE)</b>
Razem E: 2060.6 kcal   B 115.0 g   T 57.4 g   W 287.8 g   SFA 23.1 g   Cukry 78.6 g   Sól 7.7 g   Błonnik 35.9 g				
<b>Dieta łatwostrawna (2)</b> 21.06-30.06.2024	Zupa mleczna z płatkami orkiszowymi 300.0g <b>(GLU, MLE)</b> herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; banan 115.00g; bułki wrocławskie 100.00g; szynka z indyka 60.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b>	Zupa jarzynowa z ziemniakami zabelana 450.1g <b>(MLE, SEL)</b> Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Filet z indyka w sosie# 205.0g <b>(GLU, MLE, SEL)</b> Brokuły gotowane 200.0g ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;	Kakao na mleku 260.0g <b>(MLE)</b> bułki wrocławskie 120.00g; polędwica sopocka# 80.00g; roszonek 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU, SOJ)</b>	serek twarogowy, ziarnisty 100.00g; <b>(MLE)</b>
Razem E: 2062.4 kcal   B 115.1 g   T 52.0 g   W 297.4 g   SFA 21.4 g   Cukry 70.4 g   Sól 6.0 g   Błonnik 29.5 g				

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

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



# Jadłospis 21.06-30.06.2024

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie  
Dział Żywnienia

Środa 2024-06-26

	I śniadanie	obiad	kolacja	Dodatkowy posiłek
<p>Dieta podstawowa (1) 21.06-30.06.2024</p> <p>Razem E: 2073.9 kcal   B 106.4 g   T 62.7 g   W 289.7 g   SFA 18.2 g   Cukry 63.6 g   Sól 10.4 g   Błonnik 37.9 g</p>	<p>Zupa mleczna z ryżem 300.0g <b>(MLE)</b> herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; pomidory, czerwone 60.00g; bułki grahamki 50.00g; hummus, gotowy 40.00g; szynka z indyka 40.00g; chleb pszenny 30.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, MLE, SEZ)</b></p>	<p>Zupa ogórkowa z ziemniakami zabieleną 450.0g <b>(MLE, SEL)</b> Pieczona pierś z kurczaka z migdałami i suszonymi pomidorami 170.0g <b>(ORZ)</b> Surówka z młodej kapusty 150.0g Kompot z owoców mrożonych# 200.0g ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g <b>(GLU, MLE)</b> Pasta z tuńczyka i twarogu 107.2g <b>(RYB, MLE)</b> ogórek 65.00g; chleb żytni razowy 60.00g; chleb pszenny 60.00g; roszponka 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) 21.06-30.06.2024</p> <p>Razem E: 2182.4 kcal   B 110.1 g   T 62.9 g   W 307.7 g   SFA 20.9 g   Cukry 69.5 g   Sól 8.8 g   Błonnik 29.0 g</p>	<p>Zupa mleczna z ryżem 300.0g <b>(MLE)</b> herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; bułki wrocławskie 100.00g; szynka z indyka 60.00g; pomidory, czerwone b/skóry 60.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p>	<p>Zupa koperkowa z makaronem 450.0g <b>(GLU, MLE, SEL)</b> Pierś z kurczaka duszona w białym sosie 285.0g <b>(GLU, MLE)</b> Surówka z marchewki i jabłka z olejem 150.0g Kompot z owoców mrożonych# 200.0g ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g <b>(GLU, MLE)</b> Pasta z dorsza i twarogu 107.2g <b>(RYB, MLE)</b> bułki wrocławskie 120.00g; roszponka 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; 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 21.06-30.06.2024

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie  
Dział Żywnienia

Czwartek 2024-06-27

	I śniadanie	obiad	kolacja	Dodatkowy posiłek
<p>Dieta podstawowa (1) 21.06-30.06.2024</p> <p>Razem E: 2152.4 kcal   B 110.6 g   T 61.6 g   W 304.3 g   SFA 20.4 g   Cukry 44.0 g   Sól 7.6 g   Błonnik 31.8 g</p>	<p>Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300.0g <b>(MLE)</b></p> <p>Pasta twarożek ze szczypiorkiem 80.0g <b>(MLE)</b></p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb pszenny 70.00g; chleb żytni razowy 60.00g; pomidory, czerwone 60.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p>	<p>Kompot z owoców mrożonych# 200.0g</p> <p>Zupa ryżowa# 450.0g <b>(SEL)</b></p> <p>Kotlet schabowy smażony 180.0g <b>(GLU, JAJ)</b></p> <p>Salatka z sosem koperkowym# 150.0g</p> <p>ziemniaki gotowane 200.00g;</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>chleb pszenny 60.00g; chleb żytni razowy 60.00g; polędwica sopocka# 60.00g; ogórek kiszony 50.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU, SOJ)</b></p>	<p>kefir, 2% tłuszczu 100.00g; <b>(MLE)</b></p>
<p>Dieta łatwostrawna (2) 21.06-30.06.2024</p> <p>Razem E: 2204.4 kcal   B 108.2 g   T 65.2 g   W 308.3 g   SFA 22.6 g   Cukry 62.6 g   Sól 5.1 g   Błonnik 25.2 g</p>	<p>Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300.0g <b>(MLE)</b></p> <p>Pasta twarożek z koperkiem 80.0g <b>(MLE)</b></p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; bułki wrocławskie 100.00g; pomidory, czerwone b/skóry 60.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p>	<p>Kompot z owoców mrożonych# 200.0g</p> <p>Zupa ryżowa# 450.1g <b>(SEL)</b></p> <p>Salatka z sosem koperkowym# 150.0g</p> <p>Bitki ze schabu duszone w białym sosie# 256.5g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>ziemniaki gotowane 200.00g;</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>Gruszka pieczona 130.0g</p> <p>bułki wrocławskie 120.00g; polędwica sopocka# 60.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU, SOJ)</b></p>	<p>kefir, 2% tłuszczu 100.00g; <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, owsie, 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 21.06-30.06.2024

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie  
Dział Żywnienia

Piątek 2024-06-28

	I śniadanie	obiad	kolacja	Dodatkowy posiłek
<b>Dieta podstawowa (1)</b> 21.06-30.06.2024	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g <b>(GLU, MLE)</b> herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; serek twarogowy, ziarnisty 200.00g; banan 115.00g; chleb pszenny 70.00g; pomidory, czerwone 60.00g; chleb żytni razowy 30.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b>	Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Zupa wielowarzywna z ryżem# 450.0g <b>(SEL)</b> Filet z dorsz panierowany# 175.5g <b>(GLU, JAJ, RYB)</b> Sałata masłowa z olejem# 150.0g ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;	Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g <b>(GLU, MLE)</b> papryka czerwona, słodka 75.00g; chleb żytni razowy 60.00g; chleb pszenny 60.00g; jaja gotowane 50.00g; roszponka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU, JAJ)</b>	Mus warzywny 100.00g;
Razem E: 2147.5 kcal   B 104.5 g   T 58.8 g   W 305.3 g   SFA 20.6 g   Cukry 77.6 g   Sól 6.6 g   Błonnik 35.6 g				
<b>Dieta łatwostrawna (2)</b> 21.06-30.06.2024	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g <b>(GLU, MLE)</b> herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; serek twarogowy, ziarnisty 200.00g; banan 115.00g; bułki wrocławskie 100.00g; pomidory, czerwone b/skóry 60.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b>	Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Zupa wielowarzywna z ryżem# 450.0g <b>(SEL)</b> Sałata masłowa z olejem# 150.0g Dorsz pieczony# 141.5g <b>(RYB)</b> ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;	Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g <b>(GLU, MLE)</b> bułki wrocławskie 120.00g; polędwica sopocka# 80.00g; roszponka 18.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU, SOJ)</b>	Mus warzywny 100.00g;
Razem E: 2184.2 kcal   B 111.9 g   T 60.3 g   W 298.8 g   SFA 21.2 g   Cukry 76.1 g   Sól 6.2 g   Błonnik 25.8 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 21.06-30.06.2024

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie  
Dział Żywnienia

Sobota 2024-06-29

	I śniadanie	obiad	kolacja	Dodatkowy posiłek
<p>Dieta podstawowa (1) 21.06-30.06.2024</p> <p>Razem E: 2261.7 kcal   B 103.7 g   T 61.3 g   W 346.7 g   SFA 21.6 g   Cukry 79.0 g   Sól 8.9 g   Błonnik 36.5 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300.0g <b>(GLU, MLE)</b> herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; banan 120.00g; chleb pszenny 70.00g; szynka wiejska# 60.00g; chleb żytni razowy 30.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, SOJ, MLE, GOR)</b></p>	<p>Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Zupa pomidorowa z makaronem 450.0g <b>(GLU, MLE, SEL)</b> Surówka z marchewki i jabłka z olejem 150.0g Pulpet w sosie koperkowym# 230.0g <b>(GLU, JAJ, MLE)</b> kasza jęczmienna, pęczak gotowana 150.00g; <b>(GLU)</b></p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g <b>(GLU, MLE)</b> szynka drobiowa 80.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; chleb żytni razowy 60.00g; chleb pszenny 60.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU)</b></p>	<p>kefir, 2% tłuszczu 200.00g; <b>(MLE)</b></p>
<p>Dieta łatwostrawna (2) 21.06-30.06.2024</p> <p>Razem E: 2298.3 kcal   B 99.9 g   T 64.4 g   W 343.6 g   SFA 22.0 g   Cukry 75.1 g   Sól 8.5 g   Błonnik 28.9 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300.0g <b>(GLU, MLE)</b> herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; banan 120.00g; bułki wrocławskie 100.00g; szynka wiejska# 60.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, SOJ, MLE, GOR)</b></p>	<p>Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Zupa pomidorowa z makaronem 450.0g <b>(GLU, MLE, SEL)</b> Surówka z marchewki i jabłka z olejem 150.0g Pulpet w sosie koperkowym# 229.9g <b>(GLU, JAJ, MLE)</b> ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g <b>(GLU, MLE)</b> bułki wrocławskie 120.00g; szynka drobiowa 80.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU)</b></p>	<p>kefir, 2% tłuszczu 100.00g; <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 21.06-30.06.2024

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie  
Dział Żywienia

Niedziela 2024-06-30

	I śniadanie	obiad	kolacja	Dodatkowy posiłek
<p>Dieta podstawowa (1) 21.06-30.06.2024</p> <p>Razem E: 2172.7 kcal   B 116.2 g   T 63.4 g   W 301.3 g   SFA 21.7 g   Cukry 48.8 g   Sól 6.3 g   Błonnik 35.0 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami orkiszowymi 300.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; 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# 200.0g</p> <p>Rosół z makaronem# 452.1g <b>(GLU, SEL)</b></p> <p>Bukiet jarzyn gotowany 210.0g <b>(SEL)</b></p> <p>Udko z kurczaka w sosie 180.0g <b>(GLU, MLE, GOR)</b></p> <p>ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>połędwica sopocka# 80.00g; chleb żytni razowy 60.00g; pomidory, czerwone 60.00g; chleb pszenny 60.00g; roszponka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU, SOJ)</b></p>	<p>jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; <b>(MLE)</b></p>
<p>Dieta łatwostrawna (2) 21.06-30.06.2024</p> <p>Razem E: 2279.8 kcal   B 117.5 g   T 69.7 g   W 309.2 g   SFA 23.5 g   Cukry 50.9 g   Sól 6.0 g   Błonnik 27.9 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami orkiszowymi 300.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; bułki wrocławskie 100.00g; szynka z indyka 60.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p>	<p>Kompot z owoców mrożonych# 200.0g</p> <p>Rosół z makaronem# 452.1g <b>(GLU, SEL)</b></p> <p>Bukiet jarzyn gotowany 210.0g <b>(SEL)</b></p> <p>Udko z kurczaka w sosie 180.0g <b>(GLU, MLE, GOR)</b></p> <p>ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>bułki wrocławskie 120.00g; połędwica sopocka# 80.00g; pomidory, czerwone b/skóry 60.00g; roszponka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU, SOJ)</b></p>	<p>jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; <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; gorczycę i produkty pochodne; nasiona sezamu i produkty pochodne; dwutlenek siarki i siarczyny; lubin i produkty pochodne; mięczaki i produkty pochodne. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady. Szczegółowy skład potraw dostępny jest w Dziale Żywienia. Z przyczyn niezależnych dopuszcza się wymianę zaplanowanych w jadłospisie produktów na produkty równoważne pod względem energetycznym i wartości odżywczych.



# Jadłospis 21.06-30.06.2024

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie  
Dział Żywnienia

Piątek 2024-06-21

	śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja + posiłek dodatkowy
<p>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6) 21.06-30.06.2024</p> <p>Razem E: 2150.1 kcal   B 108.9 g   T 53.9 g   W 331.1 g   SFA 22.8 g   Cukry 93.1 g   Sól 8.4 g   Błonnik 48.3 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; serek naturalny, lekki (Bieluch) 75.00g; papryka żółta, słodka 75.00g; bułki grahamki 50.00g; chleb żytni razowy 30.00g; szynka drobiowa 20.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p>	<p>jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; <b>(MLE)</b></p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Pulpety rybne duszone w sosie koperkowym# 230.0g <b>(GLU, JAJ, RYB, MLE)</b></p> <p>Mizeria z jogurtem 290.0g <b>(MLE)</b></p> <p>Barszcz czerwony z fasolą# 450.0g <b>(GLU, MLE, SEL)</b></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 <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>Pasta twarogowo- jajeczna z koperkiem 129.0g <b>(JAJ, MLE)</b></p> <p>sok pomidorowy 300.00g; chleb żytni razowy 120.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU)</b></p>
<p>Dieta podstawowa oddział dziecięcy (P1) 21.06-30.06.2024</p> <p>Razem E: 1964.4 kcal   B 95.4 g   T 48.3 g   W 306.3 g   SFA 20.2 g   Cukry 103.1 g   Sól 6.3 g   Błonnik 40.0 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; serek naturalny, lekki (Bieluch) 75.00g; papryka żółta, słodka 60.00g; bułki grahamki 50.00g; bułka pszenna wrocławska 30.00g; dżem truskawkowy, niskosłodzony 30.00g; rukola 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p>	<p>nektarynka 75.00g;</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>Pulpety rybne duszone w sosie koperkowym# 230.0g <b>(GLU, JAJ, RYB, MLE)</b></p> <p>Mizeria z jogurtem 290.0g <b>(MLE)</b></p> <p>ziemniaki 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>Kisiel z owoców mrożonych# 412.5g</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>Pasta twarogowo- jajeczna z koperkiem 103.0g <b>(JAJ, MLE)</b></p> <p>sok pomidorowy 300.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; rosłonka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU)</b></p>
<p>Dieta podstawowa kobiety ciężarne lub w okresie laktacji (C1) 21.06-30.06.2024</p> <p>Razem E: 2178.3 kcal   B 105.1 g   T 57.2 g   W 334.5 g   SFA 22.5 g   Cukry 112.6 g   Sól 7.1 g   Błonnik 47.8 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; serek naturalny, lekki (Bieluch) 75.00g; papryka żółta, słodka 60.00g; bułki grahamki 50.00g; chleb żytni razowy 30.00g; dżem truskawkowy, niskosłodzony 30.00g; rukola 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p>	<p>jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; nektarynka 75.00g; <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>Pulpety rybne duszone w sosie koperkowym# 230.0g <b>(GLU, JAJ, RYB, MLE)</b></p> <p>Mizeria z jogurtem 290.0g <b>(MLE)</b></p> <p>ziemniaki 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>Kisiel z owoców mrożonych# 412.5g</p> <p>słonecznik, nasiona 10.00g;</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>Pasta twarogowo- jajeczna z koperkiem 103.0g <b>(JAJ, MLE)</b></p> <p>sok pomidorowy 300.00g; chleb żytni razowy 90.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; rosłonka 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 21.06-30.06.2024

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie  
Dział Żywnienia

Sobota 2024-06-22

	śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja + posiłek dodatkowy
<p>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6) 21.06-30.06.2024</p> <p>Razem E: 2132.9 kcal   B 110.2 g   T 65.3 g   W 294.6 g   SFA 20.8 g   Cukry 72.3 g   Sól 6.9 g   Błonnik 39.4 g</p>	<p>Zupa mleczna z kaszą manną 300.0g <b>(GLU, MLE)</b> herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb żytni razowy 90.00g; szynka wiejska 60.00g; pomidory, czerwone 60.00g; roszonek 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p>	<p>kefir, 2% tłuszczu 100.00g; <b>(MLE)</b></p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g Krupnik z kaszą jaglaną 450.2g <b>(SEL)</b> Pierś z kurczaka duszona w białym sosie 285.0g <b>(GLU, MLE)</b> Surówka z marchewki i jabłka z olejem 153.0g ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>Gruszka pieczona 130.0g</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>(GLU, MLE)</b> jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; chleb żytni razowy 120.00g; szynka delikatesowa z kurczaka# 80.00g; ogórek 65.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p>
<p>Dieta podstawowa oddział dziecięcy (P1) 21.06-30.06.2024</p> <p>Razem E: 1788.3 kcal   B 96.7 g   T 51.0 g   W 248.4 g   SFA 17.8 g   Cukry 80.7 g   Sól 6.2 g   Błonnik 27.7 g</p>	<p>Zupa mleczna z kaszą manną 300.0g <b>(GLU, MLE)</b> herbata czarna, parzona, napar bez cukru 500.00g; pomidory, czerwone 60.00g; szynka wiejska# 60.00g; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; roszonek 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, SOJ, MLE, GOR)</b></p>	<p>nektarynka 50.00g;</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g Pierś z kurczaka w białym sosie 285.0g <b>(GLU, MLE)</b> Surówka z marchewki i jabłka z olejem 150.0g Krupnik z kaszą jaglaną# 450.0g <b>(SEL)</b> ziemniaki 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>banan 120.00g;</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>(GLU, MLE)</b> jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; ogórek 65.00g; szynka drobiowa 60.00g; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p>
<p>Dieta podstawowa kobiety ciężarne lub w okresie laktacji (C1) 21.06-30.06.2024</p> <p>Razem E: 2148.9 kcal   B 124.9 g   T 61.1 g   W 292.7 g   SFA 23.2 g   Cukry 88.8 g   Sól 9.2 g   Błonnik 37.7 g</p>	<p>Zupa mleczna z kaszą manną 300.0g <b>(GLU, MLE)</b> herbata czarna, parzona, napar bez cukru 500.00g; chleb żytni razowy 90.00g; pomidory, czerwone 60.00g; szynka wiejska# 60.00g; roszonek 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, SOJ, MLE, GOR)</b></p>	<p>serek twarogowy, ziarnisty 200.00g; nektarynka 50.00g; <b>(MLE)</b></p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g Pierś z kurczaka w białym sosie 285.0g <b>(GLU, MLE)</b> Surówka z marchewki i jabłka z olejem 150.0g Krupnik z kaszą jaglaną# 450.0g <b>(SEL)</b> ziemniaki 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>banan 120.00g;</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>(GLU, MLE)</b> jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; chleb żytni razowy 90.00g; ogórek 65.00g; szynka drobiowa 60.00g; sałata 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 21.06-30.06.2024

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie  
Dział Żywnienia

Niedziela 2024-06-23

	śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja + posiłek dodatkowy
<p>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6) 21.06-30.06.2024</p> <p>Razem E: 2191.5 kcal   B 102.3 g   T 65.8 g   W 321.9 g   SFA 22.1 g   Cukry 66.2 g   Sól 7.0 g   Błonnik 50.2 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb żytni razowy 90.00g; szynka wiejska# 60.00g; roszponka 18.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, SOJ, MLE, GOR)</b></p>	<p>Gruszka pieczona 130.0g</p>	<p>Zupa pomidorowa z ryżem 450.0g <b>(MLE, SEL)</b></p> <p>Bitki ze schabu duszone w białym sosie# 256.5g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>Fasolka szparagowa gotowana# 200.0g</p> <p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; <b>(MLE)</b></p>	<p>Kakao na mleku b/cukru 260.0g <b>(MLE)</b></p> <p>chleb żytni razowy 120.00g; Mus 100.00g; pomidory, czerwone 60.00g; pasta warzywna 40.00g; szynka z indyka 40.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p>
<p>Dieta podstawowa oddział dziecięcy (P1) 21.06-30.06.2024</p> <p>Razem E: 1985.8 kcal   B 94.2 g   T 62.8 g   W 279.5 g   SFA 21.0 g   Cukry 75.8 g   Sól 5.0 g   Błonnik 39.9 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300.0g <b>(GLU, MLE)</b></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; masło ekstra 12.00g; roszponka 12.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p>	<p>baton zbożowy, kukurydziany z owocami 40.00g;</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Zupa pomidorowa z ryżem# 450.0g <b>(MLE, SEL)</b></p> <p>Bitki ze schabu duszone w białym sosie# 256.5g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>Fasolka szparagowa gotowana 205.0g</p> <p>ziemniaki 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>Jabłko pieczone 150.0g</p>	<p>Kakao na mleku 250.0g <b>(MLE)</b></p> <p>Mus 100.00g; pomidory, czerwone 60.00g; szynka delikatesowa z kurczaka# 40.00g; pasta warzywna 40.00g; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p>
<p>Dieta podstawowa kobiety ciężarne lub w okresie laktacji (C1) 21.06-30.06.2024</p> <p>Razem E: 2173.6 kcal   B 98.8 g   T 66.9 g   W 318.2 g   SFA 21.5 g   Cukry 77.4 g   Sól 6.0 g   Błonnik 50.3 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb żytni razowy 90.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; szynka wiejska 60.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 12.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p>	<p>baton zbożowy, kukurydziany z owocami 40.00g;</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Zupa pomidorowa z ryżem# 450.0g <b>(MLE, SEL)</b></p> <p>Bitki ze schabu duszone w białym sosie# 256.5g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>Fasolka szparagowa gotowana 205.0g</p> <p>ziemniaki 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>Jabłko pieczone 150.0g</p> <p>słonecznik, nasiona 5.00g;</p>	<p>Kakao na mleku 250.0g <b>(MLE)</b></p> <p>Mus 100.00g; chleb żytni razowy 90.00g; pomidory, czerwone 60.00g; szynka delikatesowa z kurczaka# 40.00g; pasta warzywna 40.00g; sałata 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 21.06-30.06.2024

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie  
Dział Żywnienia

Poniedziałek 2024-06-24

	śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja + posiłek dodatkowy
<p>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6) 21.06-30.06.2024</p> <p>Razem E: 2335.3 kcal   B 113.0 g   T 71.6 g   W 335.5 g   SFA 21.7 g   Cukry 84.9 g   Sól 6.6 g   Błonnik 51.9 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>Pasta z zielonego groszku 50.0g</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb żytni razowy 90.00g; pomidory, czerwone 60.00g; szynka drobiowa 40.00g; roszonek 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p>	<p>Koktajl truskawkowy# 255.0g <b>(MLE)</b></p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Spaghetti z mięsem mielonym# 420.0g <b>(GLU)</b></p> <p>Salata masłowa z olejem# 150.0g</p> <p>Zupa z zielonej soczewicy# 450.7g <b>(GOR)</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; kefir, 2% tłuszczu 100.00g; szynka z indyka 80.00g; ogórek 65.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p>
<p>Dieta podstawowa oddział dziecięcy (P1) 21.06-30.06.2024</p> <p>Razem E: 2103.9 kcal   B 96.0 g   T 69.6 g   W 289.1 g   SFA 19.8 g   Cukry 91.0 g   Sól 3.7 g   Błonnik 34.1 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>Pasta z zielonego groszku 104.9g</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; pomidory, czerwone 60.00g; szynka z indyka 40.00g; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; roszonek 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p>	<p>Koktajl truskawkowy# 255.0g <b>(MLE)</b></p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 400.0g</p> <p>Spaghetti z mięsem mielonym# 420.0g <b>(GLU)</b></p> <p>Salata masłowa z olejem# 150.0g</p> <p>Zupa grysikowa# 455.2g <b>(GLU)</b></p>	<p>Gruszka pieczona 100.0g</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>tomat, czerwone 60.00g; kurczak faszerowany, pieczony# 60.00g; Chipsy jabłkowe 25.00g; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; polędwica sopocka# 20.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU, SOJ, SEL, GOR, SO2)</b></p>
<p>Dieta podstawowa kobiety ciężarne lub w okresie laktacji (C1) 21.06-30.06.2024</p> <p>Razem E: 2352.2 kcal   B 112.9 g   T 86.2 g   W 305.0 g   SFA 24.4 g   Cukry 92.4 g   Sól 5.6 g   Błonnik 48.4 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>Pasta z zielonego groszku 104.9g</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; pomidory, czerwone 60.00g; szynka z indyka 40.00g; chleb żytni razowy 30.00g; roszonek 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p>	<p>Koktajl truskawkowy# 255.0g <b>(MLE)</b></p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 400.0g</p> <p>Spaghetti z mięsem mielonym# 420.0g <b>(GLU)</b></p> <p>Zupa z zielonej soczewicy# 450.7g <b>(GOR)</b></p> <p>Salata masłowa z olejem# 150.0g</p>	<p>Salatka grecka 148.5g <b>(MLE)</b></p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>chleb żytni razowy 90.00g; pomidory, czerwone 60.00g; kurczak faszerowany, pieczony# 60.00g; Chipsy jabłkowe 25.00g; polędwica sopocka# 20.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU, SOJ, SEL, GOR, SO2)</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 21.06-30.06.2024

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie  
Dział Żywnienia

Wtorek 2024-06-25

	śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja + posiłek dodatkowy
<p>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6) 21.06-30.06.2024</p> <p>Razem E: 2085.4 kcal   B 116.8 g   T 60.4 g   W 289.5 g   SFA 24.2 g   Cukry 73.8 g   Sól 8.1 g   Błonnik 44.5 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami orkiszowymi 300.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb żytni razowy 90.00g; ogórek 65.00g; szynka z indyka 60.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p>	<p>kefir, 2% tłuszczu 100.00g; <b>(MLE)</b></p>	<p>Zupa jarzynowa z ziemniakami zabelana 450.1g <b>(MLE, SEL)</b></p> <p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Kotlety mielone z warzywami pieczone w piekarniku 180.0g <b>(GLU, JAJ)</b></p> <p>Pomidory z cebulką i jogurtem# 170.2g <b>(MLE)</b></p> <p>ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>Jabłko pieczone 150.0g</p>	<p>Kakao na mleku 260.0g <b>(MLE)</b></p> <p>Pasta z białej fasoli, cebuli i jabłka 70.0g</p> <p>serek twarogowy, ziarnisty 200.00g; chleb żytni razowy 120.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; polędwica sopocka# 40.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU, SOJ, MLE)</b></p>
<p>Dieta podstawowa oddział dziecięcy (P1) 21.06-30.06.2024</p> <p>Razem E: 1909.5 kcal   B 109.8 g   T 55.4 g   W 257.0 g   SFA 23.5 g   Cukry 95.5 g   Sól 5.6 g   Błonnik 29.8 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami orkiszowymi 300.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; polędwica sopocka# 60.00g; ogórek 50.00g; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, SOJ, MLE)</b></p>	<p>banan 120.00g;</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Zupa jarzynowa z ziemniakami zabelana 450.0g <b>(MLE, SEL)</b></p> <p>Kotlety mielone z warzywami pieczone w piekarniku 180.0g <b>(GLU, JAJ)</b></p> <p>Pomidory z cebulką i jogurtem# 170.0g <b>(MLE)</b></p> <p>ziemniaki 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>Budyń śmietankowy# 276.3g <b>(MLE)</b></p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>serek twarogowy, ziarnisty 100.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; szynka z indyka 60.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; chleb żytni razowy 25.00g; rukola 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p>
<p>Dieta podstawowa kobiety ciężarne lub w okresie laktacji (C1) 21.06-30.06.2024</p> <p>Razem E: 2201.8 kcal   B 119.6 g   T 65.1 g   W 304.2 g   SFA 26.3 g   Cukry 96.2 g   Sól 7.9 g   Błonnik 43.1 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami orkiszowymi 300.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb żytni razowy 90.00g; polędwica sopocka# 60.00g; ogórek 50.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, SOJ, MLE)</b></p>	<p>banan 80.00g;</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Zupa jarzynowa z ziemniakami zabelana 450.0g <b>(MLE, SEL)</b></p> <p>Kotlety mielone z warzywami pieczone w piekarniku 180.0g <b>(GLU, JAJ)</b></p> <p>Pomidory z cebulką i jogurtem# 170.0g <b>(MLE)</b></p> <p>ziemniaki 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>Budyń śmietankowy# 276.3g <b>(MLE)</b></p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>Pasta z białej fasoli, cebuli i jabłka 105.0g</p> <p>serek twarogowy, ziarnisty 200.00g; chleb żytni razowy 90.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; rukola 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 21.06-30.06.2024

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie  
Dział Żywnienia

Środa 2024-06-26

	śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja + posiłek dodatkowy
<p>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6) 21.06-30.06.2024</p> <p>Razem E: 2161.4 kcal   B 109.1 g   T 66.0 g   W 306.5 g   SFA 19.6 g   Cukry 82.2 g   Sól 10.6 g   Błonnik 48.5 g</p>	<p>Zupa mleczna z ryżem brązowym 300.0g <b>(MLE)</b></p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; pomidory, czerwone 60.00g; bułki grahamki 50.00g; hummus, gotowy 40.00g; szynka z indyka 40.00g; chleb żytni razowy 30.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, MLE, SEZ)</b></p>	<p>jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; <b>(MLE)</b></p>	<p>Zupa ogórkowa z ziemniakami zabieleną 450.0g <b>(MLE, SEL)</b></p> <p>Pieczona pierś z kurczaka z migdałami i suszonymi pomidorami 170.0g <b>(ORZ)</b></p> <p>Surówka z młodej kapusty 150.0g</p> <p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>Jabłko pieczone 150.0g</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>Pasta z tuńczyka i twarogu 107.2g <b>(RYB, MLE)</b></p> <p>sok wielowarzywny 300.00g; chleb żytni razowy 120.00g; ogórek 65.00g; roszponka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU, SEL)</b></p>
<p>Dieta podstawowa oddział dziecięcy (P1) 21.06-30.06.2024</p> <p>Razem E: 2138.0 kcal   B 105.1 g   T 70.3 g   W 289.9 g   SFA 21.6 g   Cukry 95.0 g   Sól 9.8 g   Błonnik 37.4 g</p>	<p>Zupa mleczna z ryżem 300.0g <b>(MLE)</b></p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; pomidory, czerwone 60.00g; bułki grahamki 50.00g; hummus, gotowy 40.00g; szynka z indyka 40.00g; bułka pszenna wrocławska 30.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, MLE, SEZ)</b></p>	<p>jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; borówka amerykańska 50.00g; <b>(MLE)</b></p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Pieczona pierś z kurczaka z migdałami i suszonymi pomidorami 140.0g <b>(ORZ)</b></p> <p>Surówka z młodej kapusty 150.0g</p> <p>Zupa ogórkowa z ziemniakami zabieleną 450.0g <b>(MLE, SEL)</b></p> <p>ziemniaki 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>banan 120.00g;</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>sok wielowarzywny 300.00g; ogórek 65.00g; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 20.00g; roszponka 12.00g; <b>(GLU, SEL)</b></p>
<p>Dieta podstawowa kobiety ciężarne lub w okresie laktacji (C1) 21.06-30.06.2024</p> <p>Razem E: 2316.6 kcal   B 119.9 g   T 80.3 g   W 302.7 g   SFA 24.8 g   Cukry 77.3 g   Sól 11.4 g   Błonnik 47.9 g</p>	<p>Zupa mleczna z ryżem 300.0g <b>(MLE)</b></p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; pomidory, czerwone 60.00g; bułki grahamki 50.00g; hummus, gotowy 40.00g; szynka z indyka 40.00g; chleb żytni razowy 30.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, MLE, SEZ)</b></p>	<p>jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; borówka amerykańska 50.00g; <b>(MLE)</b></p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Pieczona pierś z kurczaka z migdałami i suszonymi pomidorami 160.0g <b>(ORZ)</b></p> <p>Surówka z młodej kapusty 150.0g</p> <p>Zupa ogórkowa z ziemniakami zabieleną 450.0g <b>(MLE, SEL)</b></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>Pasta z tuńczyka i twarogu 107.2g <b>(RYB, MLE)</b></p> <p>sok wielowarzywny 300.00g; chleb żytni razowy 90.00g; ogórek 65.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 20.00g; roszponka 12.00g; <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 21.06-30.06.2024

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie  
Dział Żywnienia

Czwartek 2024-06-27

	śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja + posiłek dodatkowy
<p>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6) 21.06-30.06.2024</p> <p>Razem E: 2196.7 kcal   B 114.1 g   T 65.3 g   W 306.6 g   SFA 24.3 g   Cukry 74.5 g   Sól 6.3 g   Błonnik 38.3 g</p>	<p>Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300.0g <b>(MLE)</b></p> <p>Pasta twarożek ze szczypiorkiem 80.0g <b>(MLE)</b></p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb żytni razowy 90.00g; pomidory, czerwone 60.00g; rosztponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p>	<p>jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; <b>(MLE)</b></p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Zupa ryżowa# 450.1g <b>(SEL)</b></p> <p>Salatka z sosem koperkowym# 150.0g</p> <p>Bitki ze schabu duszone w białym sosie# 256.5g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>ziemniaki gotowane 200.00g;</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>chleb żytni razowy 120.00g; kefir, 2% tłuszczu 100.00g; polędwica sopocka# 60.00g; ogórek kiszony 50.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU, SOJ, MLE)</b></p>
<p>Dieta podstawowa oddział dziecięcy (P1) 21.06-30.06.2024</p> <p>Razem E: 2065.1 kcal   B 100.3 g   T 59.2 g   W 297.5 g   SFA 20.3 g   Cukry 85.0 g   Sól 5.8 g   Błonnik 30.9 g</p>	<p>Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300.0g <b>(MLE)</b></p> <p>Pasta twarożek ze szczypiorkiem 80.0g <b>(MLE)</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; rosztponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p>	<p>brzoskwinia 143.00g;</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Salatka z sosem koperkowym# 150.0g</p> <p>Zupa ryżowa# 450.0g <b>(SEL)</b></p> <p>Kotlety schabowe smażone 179.0g <b>(GLU, JAJ)</b></p> <p>ziemniaki 200.00g;</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>szynka wiejska# 60.00g; ogórek kiszony 50.00g; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; Chipsy jabłkowe 25.00g; rosztponka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU, SOJ, MLE, GOR)</b></p>
<p>Dieta podstawowa kobiety ciężarne lub w okresie laktacji (C1) 21.06-30.06.2024</p> <p>Razem E: 2319.3 kcal   B 125.0 g   T 65.2 g   W 328.2 g   SFA 23.0 g   Cukry 77.4 g   Sól 7.2 g   Błonnik 41.0 g</p>	<p>Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300.0g <b>(MLE)</b></p> <p>Pasta twarożek ze szczypiorkiem 80.0g <b>(MLE)</b></p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb żytni razowy 90.00g; pomidory, czerwone 60.00g; rosztponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p>	<p>brzoskwinia 143.00g;</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Salatka z sosem koperkowym# 150.0g</p> <p>Zupa ryżowa# 450.0g <b>(SEL)</b></p> <p>Kotlety schabowe smażone 240.0g <b>(GLU, JAJ)</b></p> <p>ziemniaki 200.00g;</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>jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 150.00g; chleb żytni razowy 90.00g; szynka wiejska# 60.00g; ogórek kiszony 50.00g; rosztponka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <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; 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 21.06-30.06.2024

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie  
Dział Żywnienia

Piątek 2024-06-28

	śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja + posiłek dodatkowy
<p>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6) 21.06-30.06.2024</p> <p>Razem E: 2057.8 kcal   B 104.1 g   T 60.5 g   W 282.0 g   SFA 22.0 g   Cukry 76.2 g   Sól 6.1 g   Błonnik 42.0 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; serek twarogowy, ziarnisty 200.00g; chleb żytni razowy 90.00g; pomidory, czerwone 60.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p>	<p>Jabłko pieczone 150.0g</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Zupa wielowarzywna z ryżem# 450.0g <b>(SEL)</b></p> <p>Salata masłowa z olejem# 150.0g</p> <p>Dorsz pieczony# 141.5g <b>(RYB)</b></p> <p>ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; <b>(MLE)</b></p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>chleb żytni razowy 120.00g; Mus warzywny 100.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; jaja gotowane 50.00g; roszponka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU, JAJ)</b></p>
<p>Dieta podstawowa oddział dziecięcy (P1) 21.06-30.06.2024</p> <p>Razem E: 1901.9 kcal   B 96.0 g   T 60.2 g   W 260.2 g   SFA 19.2 g   Cukry 73.6 g   Sól 4.6 g   Błonnik 33.9 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; pomidory, czerwone 120.00g; serek twarogowy, ziarnisty 100.00g; 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 120.00g;</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Zupa wielowarzywna z ryżem# 449.9g <b>(SEL)</b></p> <p>Filet z dorsz panierowany# 175.5g <b>(GLU, JAJ, RYB)</b></p> <p>Salata masłowa z olejem# 150.0g</p> <p>ziemniaki 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>brzoskwinia 143.00g;</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>Mus 100.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; jaja kurze całe 50.00g; polędwica sopocka# 40.00g; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; roszponka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU, JAJ, SOJ)</b></p>
<p>Dieta podstawowa kobiety ciężarne lub w okresie laktacji (C1) 21.06-30.06.2024</p> <p>Razem E: 2222.7 kcal   B 114.0 g   T 71.5 g   W 302.7 g   SFA 22.5 g   Cukry 78.8 g   Sól 6.7 g   Błonnik 44.7 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; serek twarogowy, ziarnisty 200.00g; pomidory, czerwone 120.00g; chleb żytni razowy 90.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p>	<p>banan 120.00g; migdały, płatki 10.00g; <b>(ORZ)</b></p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Zupa wielowarzywna z ryżem# 449.9g <b>(SEL)</b></p> <p>Filet z dorsz panierowany# 175.5g <b>(GLU, JAJ, RYB)</b></p> <p>Salata masłowa z olejem# 150.0g</p> <p>ziemniaki 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>brzoskwinia 143.00g;</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>Mus 100.00g; chleb żytni razowy 90.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; jaja kurze całe 50.00g; polędwica sopocka# 40.00g; roszponka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU, JAJ, 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.



# Jadłospis 21.06-30.06.2024

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie  
Dział Żywnienia

Sobota 2024-06-29

	śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja + posiłek dodatkowy
<p>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6) 21.06-30.06.2024</p> <p>Razem E: 2219.4 kcal   B 101.7 g   T 62.8 g   W 338.7 g   SFA 22.2 g   Cukry 76.9 g   Sól 8.9 g   Błonnik 45.5 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb żytni razowy 90.00g; szynka wiejska# 60.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, SOJ, MLE, GOR)</b></p>	<p>kiwi 81.00g;</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Zupa pomidorowa z makaronem 450.0g <b>(GLU, MLE, SEL)</b></p> <p>Surówka z marchewki i jabłka z olejem 150.0g</p> <p>Pulpet w sosie koperkowym# 229.9g <b>(GLU, JAJ, MLE)</b></p> <p>kasza jęczmienna, pęczak 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>kefir, 2% tłuszczu 200.00g; chleb żytni razowy 120.00g; szynka drobiowa 80.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p>
<p>Dieta podstawowa oddział dziecięcy (P1) 21.06-30.06.2024</p> <p>Razem E: 2048.8 kcal   B 97.0 g   T 61.5 g   W 297.8 g   SFA 23.4 g   Cukry 86.2 g   Sól 7.5 g   Błonnik 33.0 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>papryka żółta, słodka 75.00g; szynka drobiowa 60.00g; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p>	<p>baton zbożowy, kukurydziany z owocami 40.00g;</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Zupa pomidorowa z makaronem# 452.0g <b>(GLU, JAJ, MLE, SEL)</b></p> <p>Pulpet w sosie koperkowym# 230.0g <b>(GLU, JAJ, MLE)</b></p> <p>Surówka z marchewki i jabłka z olejem 150.0g</p> <p>kasza jęczmienna, pęczak 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>kefir, 2% tłuszczu 200.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; szynka z indyka 60.00g; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p>
<p>Dieta podstawowa kobiety ciężarne lub w okresie laktacji (C1) 21.06-30.06.2024</p> <p>Razem E: 2147.4 kcal   B 96.4 g   T 61.0 g   W 329.3 g   SFA 22.4 g   Cukry 82.1 g   Sól 8.4 g   Błonnik 43.0 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>chleb żytni razowy 90.00g; papryka żółta, słodka 75.00g; szynka drobiowa 60.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p>	<p>baton zbożowy, kukurydziany z owocami 40.00g;</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Zupa pomidorowa z makaronem# 452.0g <b>(GLU, JAJ, MLE, SEL)</b></p> <p>Pulpet w sosie koperkowym# 230.0g <b>(GLU, JAJ, MLE)</b></p> <p>Surówka z marchewki i jabłka z olejem 150.0g</p> <p>kasza jęczmienna, pęczak 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>kefir, 2% tłuszczu 200.00g; chleb żytni razowy 90.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; szynka z indyka 60.00g; sałata 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 21.06-30.06.2024

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie  
Dział Żywnienia

Niedziela 2024-06-30

	śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja + posiłek dodatkowy
<p>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6) 21.06-30.06.2024</p> <p>Razem E: 2169.5 kcal   B 115.1 g   T 61.6 g   W 310.5 g   SFA 22.4 g   Cukry 61.5 g   Sól 8.6 g   Błonnik 46.9 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami orkiszowymi 300.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb żytni razowy 90.00g; szynka z indyka 60.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p>	<p>jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; <b>(MLE)</b></p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Zupa ziemniaczana z makaronem 452.0g <b>(GLU, SEL)</b></p> <p>Bukiet jarzyn gotowany 210.0g <b>(SEL)</b></p> <p>Udko z kurczaka w sosie 180.0g <b>(GLU, MLE, GOR)</b></p> <p>ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>sok pomidorowy 300.00g;</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>chleb żytni razowy 120.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; polędwica sopocka# 80.00g; pomidory, czerwone 60.00g; roszponka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU, SOJ, MLE)</b></p>
<p>Dieta podstawowa oddział dziecięcy (P1) 21.06-30.06.2024</p> <p>Razem E: 1996.5 kcal   B 111.1 g   T 60.1 g   W 267.1 g   SFA 23.8 g   Cukry 72.1 g   Sól 6.5 g   Błonnik 31.2 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami orkiszowymi 300.0g <b>(GLU, 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; <b>(GLU, MLE)</b></p>	<p>jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; <b>(MLE)</b></p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Rosół z makaronem# 450.0g <b>(GLU, SEL)</b></p> <p>Pieczone udko z kurczaka# 107.8g <b>(GOR)</b></p> <p>Bukiet jarzyn gotowany# 205.0g <b>(SEL)</b></p> <p>ziemniaki 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</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>kefir, 2% tłuszczu 200.00g; pomidory, czerwone 60.00g; polędwica sopocka# 60.00g; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU, SOJ, MLE)</b></p>
<p>Dieta podstawowa kobiety ciężarne lub w okresie laktacji (C1) 21.06-30.06.2024</p> <p>Razem E: 2363.3 kcal   B 134.7 g   T 77.4 g   W 302.9 g   SFA 27.7 g   Cukry 59.8 g   Sól 8.1 g   Błonnik 44.2 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami orkiszowymi 300.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb żytni razowy 90.00g; szynka wiejska 60.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p>	<p>jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; <b>(MLE)</b></p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Rosół z makaronem# 450.0g <b>(GLU, SEL)</b></p> <p>Pieczone udko z kurczaka# 207.8g <b>(GOR)</b></p> <p>Bukiet jarzyn gotowany# 205.0g <b>(SEL)</b></p> <p>ziemniaki 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>papryka czerwona, słodka 75.00g; hummus, gotowy 30.00g; wafle ryżowe musli 30.00g; <b>(SOJ, SEZ, SO2)</b></p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>kefir, 2% tłuszczu 200.00g; chleb żytni razowy 90.00g; pomidory, czerwone 60.00g; polędwica sopocka# 60.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU, SOJ, 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.