



# Jadłospis 21.07-31.07.2024

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie  
Dział Żywnienia

Niedziela 2024-07-21

	I śniadanie	obiad	kolacja	Dodatkowy posiłek
<p><b>Dieta podstawowa (1)</b> 21.07-31.07.2024</p> <p>Razem E: 2231.3 kcal   B 112.7 g   T 71.2 g   W 301.4 g   SFA 23.2 g   Cukry 56.1 g   Sól 9.0 g   Błonnik 34.1 g</p>	<p>Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300.0g <b>(MLE)</b></p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb pszenny 60.00g; polędwica sopocka# 60.00g; pomidory, czerwone 60.00g; chleb żytni razowy 30.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, SOJ, MLE)</b></p>	<p>Surówka z marchewki i jabłka z olejem 150.0g</p> <p>Kompot z owoców mrożonych# 200.0g</p> <p>Rosół z makaronem# 450.0g <b>(GLU, SEL)</b></p> <p>Udko z kurczaka w sosie# 200.0g <b>(GLU, MLE)</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>szynka wiejska# 80.00g; chleb żytni razowy 60.00g; chleb pszenny 60.00g; ogórek kiszony 50.00g; roszponka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU, SOJ, MLE, GOR)</b></p>	<p>sok pomidorowy 300.00g;</p>
<p><b>Dieta łatwostrawna (2)</b> 21.07-31.07.2024</p> <p>Razem E: 2343.6 kcal   B 114.4 g   T 77.6 g   W 310.0 g   SFA 25.0 g   Cukry 54.4 g   Sól 7.9 g   Błonnik 27.1 g</p>	<p>Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300.0g <b>(MLE)</b></p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; bułki wrocławskie 100.00g; pomidory, czerwone b/skóry 60.00g; polędwica sopocka# 60.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, SOJ, MLE)</b></p>	<p>Surówka z marchewki i jabłka z olejem 150.0g</p> <p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Rosół z makaronem# 450.0g <b>(GLU, SEL)</b></p> <p>Udko z kurczaka w sosie# 200.0g <b>(GLU, MLE)</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; szynka wiejska# 80.00g; roszponka 18.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU, SOJ, MLE, GOR)</b></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; 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 21.07-31.07.2024

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie  
Dział Żywienia

Poniedziałek 2024-07-22

	I śniadanie	obiad	kolacja	Dodatkowy posiłek
<p><b>Dieta podstawowa (1)</b> 21.07-31.07.2024</p> <p>Razem E: 2053.6 kcal   B 107.1 g   T 53.2 g   W 304.2 g   SFA 21.2 g   Cukry 71.5 g   Sól 5.9 g   Błonnik 32.6 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; kiwi 81.00g; serek naturalny, lekki (Bieluch) 75.00g; chleb pszenny 70.00g; pomidory, czerwone 60.00g; dżem truskawkowy, niskosłodzony 30.00g; chleb żytni razowy 30.00g; rozszonka 12.00g; masło ekstra <b>(GLU, MLE)</b></p>	<p>Zupa wielowarzywna z ryżem 450.0g <b>(MLE, SEL)</b></p> <p>Makaron z kurczakiem i szpinakiem 413.0g <b>(GLU, MLE, GOR)</b></p> <p>herbata owocowa, napar 250.00g;</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>papryka żółta, 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><b>Dieta łatwostrawna (2)</b> 21.07-31.07.2024</p> <p>Razem E: 2085.1 kcal   B 94.8 g   T 51.1 g   W 323.4 g   SFA 21.8 g   Cukry 93.1 g   Sól 4.0 g   Błonnik 22.8 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; bułki wrocławskie 100.00g; serek naturalny, lekki (Bieluch) 75.00g; pomidory, czerwone b/skóry 60.00g; dżem truskawkowy, niskosłodzony 30.00g; rozszonka 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p>	<p>Zupa wielowarzywna z ryżem 450.0g <b>(MLE, SEL)</b></p> <p>Makaron z brokułem, serem i pomidorem 486.1g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>herbata owocowa, napar 250.00g;</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>Pasta z dorsza i twarogu 107.2g <b>(RYB, MLE)</b></p> <p>bułki wrocławskie 120.00g; banan 115.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU)</b></p>	<p>kefir, 2% tłuszczu 200.00g; <b>(MLE)</b></p>

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 21.07-31.07.2024

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie  
Dział Żywnienia

Wtorek 2024-07-23

	I śniadanie	obiad	kolacja	Dodatkowy posiłek
<p>Dieta podstawowa (1) 21.07-31.07.2024</p> <p>Razem E: 2182.5 kcal   B 105.9 g   T 67.0 g   W 307.2 g   SFA 20.9 g   Cukry 46.5 g   Sól 7.2 g   Błonnik 37.1 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300.0g <b>(GLU, MLE)</b> herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; chleb pszenny 70.00g; polędwica sopocka# 40.00g; chleb żytni razowy 30.00g; ser, gouda tłusty 20.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; brokuły, kielki 5.00g; <b>(GLU, SOJ, MLE)</b></p>	<p>Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Kotlet drobiowy 180.1g <b>(GLU, JAJ)</b> Zupa pomidorowa z ryżem# 450.0g <b>(MLE, SEL)</b> Sałatka z sosem koperkowym# 150.0g ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>Kakao na mleku 260.0g <b>(MLE)</b> chleb pszenny 60.00g; chleb żytni razowy 60.00g; pomidory, czerwone 60.00g; polędwica sopocka# 40.00g; pasta warzywna 40.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU, SOJ, MLE)</b></p>	<p>Mus 100.00g;</p>
<p>Dieta łatwostrawna (2) 21.07-31.07.2024</p> <p>Razem E: 2176.8 kcal   B 111.5 g   T 62.8 g   W 305.2 g   SFA 20.8 g   Cukry 50.5 g   Sól 6.1 g   Błonnik 27.7 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300.0g <b>(GLU, MLE)</b> herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; bułki wrocławskie 100.00g; polędwica sopocka# 60.00g; pomidory, czerwone b/skóry 60.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; brokuły, kielki 5.00g; <b>(GLU, SOJ, MLE)</b></p>	<p>Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Zupa pomidorowa z ryżem# 450.0g <b>(MLE, SEL)</b> Sałatka z sosem koperkowym# 150.0g Pierś z kurczaka duszona w białym sosie 285.0g <b>(GLU, MLE)</b> ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>Kakao na mleku 260.0g <b>(MLE)</b> bułki wrocławskie 120.00g; polędwica sopocka# 80.00g; pomidory, czerwone 60.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU, SOJ)</b></p>	<p>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; 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 21.07-31.07.2024

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie  
Dział Żywnienia

Środa 2024-07-24

	I śniadanie	obiad	kolacja	Dodatkowy posiłek
<b>Dieta podstawowa (1)</b> 21.07-31.07.2024	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g <b>(GLU, MLE)</b> Pasta twarożek z koperkiem 108.0g <b>(MLE)</b> rzodkiewka 50.00g; bułki grahamki 50.00g; chleb pszenny 30.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b>	Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Zupa szczawiowa z jajkiem# 450.0g <b>(GLU, JAJ, MLE, SEL)</b> Pieczone kotlety mielone z warzywami 186.0g <b>(GLU, JAJ)</b> Surówka z buraków i jabłka 180.0g ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;	Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g <b>(GLU, MLE)</b> Pasta z białej fasoli, cebuli i jabłka 70.0g chleb pszenny 60.00g; chleb żytni razowy 60.00g; pomidory, czerwone 54.00g; kurczak faszerowany, pieczony# 20.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU, SOJ, SEL, GOR, SO2)</b>	kefir, 2% tłuszczu 200.00g; <b>(MLE)</b>
<b>Dieta łatwostrawna (2)</b> 21.07-31.07.2024	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g <b>(GLU, MLE)</b> Pasta twarożek z koperkiem 108.0g <b>(MLE)</b> 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 Surówka z buraków i jabłka 180.0g Zupa grysikowa# 450.0g <b>(GLU, SEL)</b> Pulpet w sosie koperkowym# 230.0g <b>(GLU, JAJ, MLE)</b> ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;	Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g <b>(GLU, MLE)</b> bułki wrocławskie 120.00g; połędwica sopocka# 80.00g; pomidory, czerwone b/skóry 54.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU, SOJ)</b>	kefir, 2% tłuszczu 200.00g; <b>(MLE)</b>

Razem E: 2055.6 kcal | B 105.7 g | T 68.4 g | W 270.8 g | SFA 24.3 g | Cukry 53.5 g | Sól 7.5 g | Błonnik 35.6 g

Razem E: 2167.7 kcal | B 111.8 g | T 61.1 g | W 306.5 g | SFA 23.9 g | Cukry 56.2 g | Sól 7.2 g | Błonnik 28.8 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 21.07-31.07.2024

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie  
Dział Żywnienia

Czwartek 2024-07-25

	I śniadanie	obiad	kolacja	Dodatkowy posiłek
<b>Dieta podstawowa (1)</b> 21.07-31.07.2024	Zupa mleczna z płatkami orkiszowymi 300.0g <b>(GLU, MLE)</b> herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb pszenny 70.00g; ogórek 65.00g; polędwica sopocka# 40.00g; hummus, gotowy 40.00g; chleb żytni razowy 30.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, SOJ, MLE, SEZ)</b>	Zupa koperkowa z makaronem 450.0g <b>(GLU, MLE, SEL)</b> Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Gulasz z indyka z warzywami# 301.1g <b>(GLU, MLE, SEL)</b> Fasolka szparagowa gotowana# 200.0g kasza jęczmienna, pęczak gotowana 150.00g; <b>(GLU)</b>	Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g <b>(GLU, MLE)</b> szynka wiejska# 80.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; chleb pszenny 60.00g; chleb żytni razowy 60.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU, SOJ, MLE, GOR)</b>	sok wielowarzywny 300.00g; <b>(SEL)</b>
Razem E: 2180.6 kcal   B 109.6 g   T 65.4 g   W 317.3 g   SFA 21.0 g   Cukry 66.7 g   Sól 10.3 g   Błonnik 48.1 g				
<b>Dieta łatwostrawna (2)</b> 21.07-31.07.2024	Zupa mleczna z płatkami orkiszowymi 300.0g <b>(GLU, MLE)</b> Gruszka pieczona 130.0g herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; bułki wrocławskie 100.00g; polędwica sopocka# 60.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, SOJ, MLE)</b>	Zupa koperkowa z makaronem 450.0g <b>(GLU, MLE, SEL)</b> Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Gulasz z indyka z warzywami# 301.1g <b>(GLU, MLE, SEL)</b> Fasolka szparagowa gotowana# 300.0g ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;	Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g <b>(GLU, MLE)</b> bułki wrocławskie 120.00g; szynka wiejska# 80.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU, SOJ, MLE, GOR)</b>	sok wielowarzywny 300.00g; <b>(SEL)</b>
Razem E: 2296.7 kcal   B 113.5 g   T 64.8 g   W 335.9 g   SFA 22.0 g   Cukry 79.1 g   Sól 9.8 g   Błonnik 44.0 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 21.07-31.07.2024

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie  
Dział Żywnienia

Piątek 2024-07-26

	I śniadanie	obiad	kolacja	Dodatkowy posiłek
<b>Dieta podstawowa (1)</b> 21.07-31.07.2024	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g <b>(GLU, MLE)</b> herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; serek twarogowy, ziarnisty 200.00g; kiwi 81.00g; chleb pszenny 60.00g; pomidory, czerwone 60.00g; chleb żytni razowy 30.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b>	Barszcz czerwony z fasolą 450.0g <b>(MLE, SEL)</b> Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Filet z dorsza panierowany 175.5g <b>(GLU, JAJ, RYB)</b> Sałata masłowa z dressingiem jogurtowym# 176.0g <b>(MLE)</b> ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>(GLU, MLE)</b> Pasta jajeczno-brokułowa# 100.0g <b>(JAJ, MLE, GOR)</b> ogórek 65.00g; chleb pszenny 60.00g; chleb żytni razowy 60.00g; roszonek 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU)</b>	Mus 300.00g;
Razem E: 2100.4 kcal   B 109.2 g   T 56.6 g   W 306.8 g   SFA 21.9 g   Cukry 53.9 g   Sól 7.3 g   Błonnik 40.9 g				
<b>Dieta łatwostrawna (2)</b> 21.07-31.07.2024	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g <b>(GLU, MLE)</b> Jablko pieczone 150.0g herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; serek twarogowy, ziarnisty 200.00g; bułki wrocławskie 100.00g; pomidory, czerwone b/skóry 60.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b>	Barszcz czerwony# 450.0g <b>(MLE, SEL)</b> Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Dorsz pieczony# 141.5g <b>(RYB)</b> Sałata masłowa z dressingiem jogurtowym l# 170.0g <b>(MLE)</b> ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;	Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g <b>(GLU, MLE)</b> Pasta jajeczno-brokułowa# 100.1g <b>(JAJ, MLE, GOR)</b> bułki wrocławskie 120.00g; roszonek 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU)</b>	Mus 100.00g;
Razem E: 2048.5 kcal   B 102.6 g   T 59.7 g   W 287.7 g   SFA 22.4 g   Cukry 64.2 g   Sól 6.4 g   Błonnik 26.8 g				

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

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



# Jadłospis 21.07-31.07.2024

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie  
Dział Żywnienia

Sobota 2024-07-27

	I śniadanie	obiad	kolacja	Dodatkowy posiłek
<b>Dieta podstawowa (1)</b> 21.07-31.07.2024	Zupa mleczna z ryżem 300.0g <b>(MLE)</b> herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; banan 115.00g; chleb pszenny 70.00g; szynka wiejska 60.00g; chleb żytni razowy 30.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b>	Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Zupa ziemniaczana z makaronem 450.0g <b>(GLU, SEL)</b> Bitki ze schabu w białym sosie 275.0g <b>(GLU, MLE)</b> Surówka z marchewki i jabłka z olejem 150.0g kasza jęczmienna, perłowa, gotowana 150.00g; <b>(GLU)</b>	Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g <b>(GLU, MLE)</b> szynka delikatesowa z kurczaka# 80.00g; chleb pszenny 60.00g; chleb żytni razowy 60.00g; ogórek kiszony 50.00g; roszponka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU)</b>	sok pomidorowy 300.00g;
Razem E: 2284.5 kcal   B 106.1 g   T 62.3 g   W 343.0 g   SFA 19.1 g   Cukry 78.8 g   Sól 9.3 g   Błonnik 40.9 g				
<b>Dieta łatwostrawna (2)</b> 21.07-31.07.2024	Zupa mleczna z ryżem 300.0g <b>(MLE)</b> herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; banan 115.00g; bułki wrocławskie 100.00g; szynka wiejska 60.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b>	Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g Zupa ziemniaczana z makaronem 450.0g <b>(GLU, SEL)</b> Bitki ze schabu w białym sosie 275.0g <b>(GLU, MLE)</b> Surówka z marchewki i jabłka z olejem# 150.0g kasza jęczmienna, perłowa, gotowana 150.00g; <b>(GLU)</b>	Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g <b>(GLU, MLE)</b> bułki wrocławskie 120.00g; szynka delikatesowa z kurczaka# 80.00g; roszponka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU)</b>	sok pomidorowy 300.00g;
Razem E: 2318.6 kcal   B 106.9 g   T 62.7 g   W 346.4 g   SFA 20.5 g   Cukry 77.2 g   Sól 8.6 g   Błonnik 33.7 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 21.07-31.07.2024

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie  
Dział Żywnienia

Niedziela 2024-07-28

	I śniadanie	obiad	kolacja	Dodatkowy posiłek
<p><b>Dieta podstawowa (1)</b> 21.07-31.07.2024</p> <p>Razem E: 2203.8 kcal   B 110.6 g   T 66.5 g   W 309.4 g   SFA 23.3 g   Cukry 76.3 g   Sól 5.2 g   Błonnik 37.9 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami orkiszowymi 300.0g <b>(GLU, MLE)</b> herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; banan 115.00g; chleb pszenny 60.00g; pomidory, czerwone 60.00g; polędwica sopocka 60.00g; chleb żytni razowy 30.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, SOJ, MLE)</b></p>	<p>Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Filet z indyka w sosie# 225.0g <b>(GLU, MLE, SEL)</b> Krupnik z kaszą jęczmienną# 450.0g <b>(GLU, SEL)</b> Bukiet jarzyn gotowany# 210.0g <b>(SEL)</b> ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>Kakao na mleku 260.0g <b>(MLE)</b> #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; <b>(GLU, MLE)</b></p>	<p>kefir, 2% tłuszczu 200.00g; <b>(MLE)</b></p>
<p><b>Dieta łatwostrawna (2)</b> 21.07-31.07.2024</p> <p>Razem E: 2312.7 kcal   B 111.7 g   T 72.6 g   W 317.7 g   SFA 25.0 g   Cukry 75.0 g   Sól 5.0 g   Błonnik 29.5 g</p>	<p>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; polędwica sopocka 60.00g; pomidory, czerwone b/skóry 60.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, SOJ, MLE)</b></p>	<p>Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Filet z indyka w sosie# 225.0g <b>(GLU, MLE, SEL)</b> Krupnik z kaszą jęczmienną# 450.0g <b>(GLU, SEL)</b> Bukiet jarzyn gotowany# 210.0g <b>(SEL)</b> ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>Kakao na mleku 260.0g <b>(MLE)</b> bułki wrocławskie 120.00g; #pasztet z mięsa mieszanego, pieczony 80.00g; roszponka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p>	<p>kefir, 2% tłuszczu 200.00g; <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 21.07-31.07.2024

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie  
Dział Żywnienia

Poniedziałek 2024-07-29

	I śniadanie	obiad	kolacja	Dodatkowy posiłek
<b>Dieta podstawowa (1)</b> 21.07-31.07.2024	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g <b>(GLU, MLE)</b> Pasta z zielonego groszku 50.0g herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb pszenny 70.00g; chleb żytni razowy 60.00g; rzodkiewka 50.00g; szynka z indyka 40.00g; roszonek 12.00g; masło ekstra 10.00g; brokuły, kiełki 5.00g; <b>(GLU, MLE)</b>	Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Sałatka z sosem koperkowym# 150.0g Zupa jarzynowa z ziemniakami zabieleną 450.0g <b>(MLE, SEL)</b> Spaghetti z mięsem mielonym# 420.0g <b>(GLU)</b>	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>(GLU, MLE)</b> jaja gotowane 100.00g; chleb żytni razowy 60.00g; chleb pszenny 60.00g; ogórek 50.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU, JAJ)</b>	jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; <b>(MLE)</b>
Razem E: 2227.7 kcal   B 101.0 g   T 78.8 g   W 296.0 g   SFA 23.1 g   Cukry 57.3 g   Sól 5.4 g   Błonnik 36.0 g				
<b>Dieta łatwostrawna (2)</b> 21.07-31.07.2024	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g <b>(GLU, MLE)</b> herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; bułki wrocławskie 100.00g; szynka z indyka 60.00g; pomidory, czerwone b/skóry 54.00g; roszonek 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b>	Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Sałatka z sosem koperkowym# 150.0g Zupa jarzynowa z ziemniakami zabieleną 450.1g <b>(MLE, SEL)</b> Makaron gryczany z sosem warzywno-śmietanowym 490.0g <b>(MLE)</b>	Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g <b>(GLU, MLE)</b> bułki wrocławskie 120.00g; szynka drobiowa 80.00g; pomidory, czerwone b/skóry 54.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU)</b>	jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; <b>(MLE)</b>
Razem E: 2094.1 kcal   B 88.9 g   T 71.3 g   W 287.9 g   SFA 24.3 g   Cukry 56.2 g   Sól 7.7 g   Błonnik 27.3 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 21.07-31.07.2024

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie  
Dział Żywnienia

Wtorek 2024-07-30

	I śniadanie	obiad	kolacja	Dodatkowy posiłek
<p><b>Dieta podstawowa (1)</b> 21.07-31.07.2024</p> <p>Razem E: 2148.3 kcal   B 110.9 g   T 60.3 g   W 305.8 g   SFA 22.6 g   Cukry 79.5 g   Sól 8.3 g   Błonnik 32.2 g</p>	<p>Zupa mleczna z ryżem 300.0g <b>(MLE)</b></p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; banan 115.00g; serek naturalny, lekki (Bieluch) 75.00g; chleb pszenny 70.00g; ogórek kiszony 50.00g; chleb żytni razowy 30.00g; szynka drobiowa 20.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p>	<p>Kompot z owoców mrożonych# 200.0g</p> <p>Zupa pieczarkowa z makaronem 450.0g <b>(GLU, MLE, SEL)</b></p> <p>Filet z kurczaka w sosie# 230.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>Surówka z młodej kapusty 150.0g</p> <p>ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>Pasta z makreli i twarogu 112.5g <b>(RYB, MLE)</b></p> <p>chleb pszenny 60.00g; chleb żytni razowy 60.00g; pomidory, czerwone 60.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU)</b></p>	<p>kefir, 2% tłuszczu 200.00g; <b>(MLE)</b></p>
<p><b>Dieta łatwostrawna (2)</b> 21.07-31.07.2024</p> <p>Razem E: 2055.5 kcal   B 101.2 g   T 44.6 g   W 325.1 g   SFA 19.5 g   Cukry 80.5 g   Sól 4.5 g   Błonnik 27.6 g</p>	<p>Zupa mleczna z ryżem 300.0g <b>(MLE)</b></p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; banan 115.00g; bułki wrocławskie 100.00g; serek naturalny, lekki (Bieluch) 75.00g; szynka drobiowa 20.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p>	<p>Kompot z owoców mrożonych# 200.0g</p> <p>Zupa grysikowa# 450.0g <b>(GLU, SEL)</b></p> <p>Filet z kurczaka w sosie# 230.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>Brokuły gotowane 200.0g</p> <p>ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>bułki wrocławskie 120.00g; pomidory, czerwone b/skóry 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>

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 21.07-31.07.2024

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie  
Dział Żywienia

Środa 2024-07-31

	I śniadanie	obiad	kolacja	Dodatkowy posiłek
<p>Dieta podstawowa (1) 21.07-31.07.2024</p> <p>Razem E: 2072.4 kcal   B 113.4 g   T 63.0 g   W 280.6 g   SFA 25.5 g   Cukry 64.9 g   Sól 6.6 g   Błonnik 34.1 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>gruszka 130.00g; papryka żółta, słodka 75.00g; chleb pszenny 70.00g; szynka wiejska# 60.00g; chleb żytni razowy 30.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, SOJ, MLE, GOR)</b></p>	<p>Zupa kalafiorowa z ziemniakami zabieleną 450.0g <b>(MLE, SEL)</b></p> <p>Schab w sosie własnym 300.0g <b>(GLU)</b></p> <p>Pomidory z cebulką i jogurtem# 170.2g <b>(MLE)</b></p> <p>Kompot z owoców mrożonych# 200.0g</p> <p>kasza gryczana prażona, gotowana 150.00g;</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>kurczak faszerowany, pieczony# 80.00g; chleb żytni razowy 60.00g; chleb pszenny 60.00g; pomidory, czerwone 60.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU, SOJ, SEL, GOR, SO2)</b></p>	<p>serek naturalny (Bieluch) 150.00g; <b>(MLE)</b></p>
<p>Dieta łatwostrawna (2) 21.07-31.07.2024</p> <p>Razem E: 2176.2 kcal   B 111.1 g   T 71.5 g   W 285.4 g   SFA 22.8 g   Cukry 63.8 g   Sól 5.9 g   Błonnik 28.4 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>bułki wrocławskie 100.00g; banan 80.00g; szynka wiejska# 60.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, SOJ, MLE, GOR)</b></p>	<p>Kompot z owoców mrożonych# 200.0g</p> <p>Zupa kalafiorowa z ziemniakami zabieleną 450.0g <b>(MLE, SEL)</b></p> <p>Bukiet jarzyn gotowany# 210.0g <b>(SEL)</b></p> <p>Bitki ze schabu duszone w białym sosie# 256.5g <b>(GLU, MLE)</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; polędwica sopocka# 80.00g; pomidory, czerwone b/skóry 54.00g; 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 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 21.07-31.07.2024

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie  
Dział Żywnienia

Niedziela 2024-07-21

	śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja + posiłek dodatkowy
<p>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6) 21.07-31.07.2024</p> <p>Razem E: 2251.3 kcal   B 108.5 g   T 68.6 g   W 321.1 g   SFA 23.2 g   Cukry 74.0 g   Sól 9.8 g   Błonnik 45.9 g</p>	<p>Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300.0g <b>(MLE)</b></p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb żytni razowy 90.00g; poledwica sopocka# 60.00g; pomidory, czerwone 60.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, SOJ, MLE)</b></p>	<p>jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; <b>(MLE)</b></p>	<p>Surówka z marchewki i jabłka z olejem 150.0g</p> <p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Zupa ziemniaczana z makaronem 450.0g <b>(GLU, SEL)</b></p> <p>Udko z kurczaka w sosie# 200.0g <b>(GLU, MLE)</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>sok pomidorowy 300.00g; chleb żytni razowy 120.00g; szynka wiejska# 80.00g; ogórek kiszony 50.00g; roszponka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU, SOJ, MLE, GOR)</b></p>
<p>Dieta podstawowa oddział dziecięcy (P1) 21.07-31.07.2024</p> <p>Razem E: 1966.5 kcal   B 99.8 g   T 62.5 g   W 266.0 g   SFA 20.7 g   Cukry 70.8 g   Sól 9.9 g   Błonnik 31.9 g</p>	<p>Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300.0g <b>(MLE)</b></p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; pomidory, czerwone 60.00g; 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>nektarynka 75.00g;</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# 158.0g <b>(GOR)</b></p> <p>Surówka z marchewki i jabłka z olejem 150.0g</p> <p>ziemniaki 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>baton zbożowy, kukurydziany z owocami 40.00g;</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>sok pomidorowy 300.00g; szynka wiejska# 60.00g; ogórek kiszony 50.00g; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; roszponka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU, SOJ, MLE, GOR)</b></p>
<p>Dieta podstawowa (C1) 21.07-31.07.2024</p> <p>Razem E: 2294.6 kcal   B 118.3 g   T 72.1 g   W 313.1 g   SFA 24.2 g   Cukry 80.7 g   Sól 11.3 g   Błonnik 42.0 g</p>	<p>Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300.0g <b>(MLE)</b></p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb żytni razowy 90.00g; pomidory, czerwone 60.00g; szynka drobiowa 60.00g; roszponka 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>Rosół z makaronem# 450.0g <b>(GLU, SEL)</b></p> <p>Pieczone udko z kurczaka# 208.0g <b>(GOR)</b></p> <p>Surówka z marchewki i jabłka z olejem 150.0g</p> <p>ziemniaki 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>baton zbożowy, kukurydziany z owocami 40.00g;</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>sok pomidorowy 300.00g; chleb żytni razowy 90.00g; szynka wiejska# 60.00g; ogórek kiszony 50.00g; roszponka 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 21.07-31.07.2024

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie  
Dział Żywnienia

Poniedziałek 2024-07-22

	śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja + posiłek dodatkowy
<p>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6) 21.07-31.07.2024</p> <p>Razem E: 2188.3 kcal   B 118.7 g   T 60.5 g   W 315.6 g   SFA 23.9 g   Cukry 78.8 g   Sól 6.8 g   Błonnik 44.5 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g <b>(GLU, MLE)</b></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; <b>(GLU, SOJ, MLE, GOR)</b></p>	<p>nektarynka 100.00g;</p>	<p>Zupa wielowarzywna z ryżem 450.0g <b>(MLE, SEL)</b></p> <p>Makaron z kurczakiem i szpinakiem 413.0g <b>(GLU, MLE, GOR)</b></p> <p>herbata owocowa, napar 250.00g;</p>	<p>Czerwone smoothie# 255.0g <b>(MLE)</b></p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>Pasta z tuńczyka i twarogu 107.2g <b>(RYB, MLE)</b></p> <p>kefir, 2% tłuszczu 200.00g; chleb żytni razowy 120.00g; papryka żółta, słodka 75.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p>
<p>Dieta podstawowa oddział dziecięcy (P1) 21.07-31.07.2024</p> <p>Razem E: 1985.3 kcal   B 110.9 g   T 53.9 g   W 282.1 g   SFA 22.0 g   Cukry 95.6 g   Sól 4.6 g   Błonnik 34.0 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 500.00g; serek naturalny, lekki (Bieluch) 75.00g; pomidory, czerwone 60.00g; dżem truskawkowy, niskosłodzony 30.00g; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra <b>(GLU, MLE)</b></p>	<p>nektarynka 100.00g;</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Zupa wielowarzywna z ryżem# 450.0g <b>(SEL)</b></p> <p>Makaron z kurczakiem i szpinakiem 431.0g <b>(GLU, MLE, GOR)</b></p>	<p>Czerwone smoothie# 255.0g <b>(MLE)</b></p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>Pasta z tuńczyka i twarogu 107.2g <b>(RYB, MLE)</b></p> <p>jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; papryka żółta, słodka 65.00g; 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 (C1) 21.07-31.07.2024</p> <p>Razem E: 2202.3 kcal   B 116.6 g   T 60.6 g   W 321.8 g   SFA 22.7 g   Cukry 97.4 g   Sól 5.6 g   Błonnik 44.9 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 500.00g; chleb żytni razowy 90.00g; serek naturalny, lekki (Bieluch) 75.00g; pomidory, czerwone 60.00g; dżem truskawkowy, niskosłodzony 30.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p>	<p>nektarynka 100.00g; słonecznik, nasiona 10.00g;</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Zupa wielowarzywna z ryżem# 450.0g <b>(SEL)</b></p> <p>Makaron z kurczakiem i szpinakiem 431.0g <b>(GLU, MLE, GOR)</b></p>	<p>Czerwone smoothie# 255.0g <b>(MLE)</b></p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>Pasta z tuńczyka i twarogu 107.2g <b>(RYB, MLE)</b></p> <p>jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; chleb żytni razowy 90.00g; papryka żółta, słodka 65.00g; 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 21.07-31.07.2024

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie  
Dział Żywnienia

Wtorek 2024-07-23

	śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja + posiłek dodatkowy
<p>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6) 21.07-31.07.2024</p> <p>Razem E: 2180.6 kcal   B 106.7 g   T 65.3 g   W 314.6 g   SFA 20.8 g   Cukry 68.1 g   Sól 6.4 g   Błonnik 47.6 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; polędwica sopocka# 60.00g; roszonek 12.00g; masło ekstra 10.00g; brokuły, kiełki 5.00g; <b>(GLU, SOJ, 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 pomidorowa z ryżem# 450.1g <b>(MLE, SEL)</b></p> <p>Salatka z sosem koperkowym# 150.0g</p> <p>Pierś z kurczaka duszona w białym sosie 285.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>Jabłko pieczone 150.0g</p>	<p>Kakao na mleku b/cukru 260.0g <b>(MLE)</b></p> <p>chleb żytni razowy 120.00g; Mus 100.00g; pomidory, czerwone 60.00g; pasta warzywna 40.00g; polędwica sopocka# 40.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU, SOJ, MLE)</b></p>
<p>Dieta podstawowa oddział dziecięcy (P1) 21.07-31.07.2024</p> <p>Razem E: 1988.5 kcal   B 96.2 g   T 66.9 g   W 267.2 g   SFA 21.1 g   Cukry 67.6 g   Sól 5.8 g   Błonnik 34.9 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 40.00g; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; ser, gouda tłusty 20.00g; roszonek 12.00g; masło ekstra 12.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p>	<p>banan 120.00g;</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Zupa pomidorowa z ryżem# 450.0g <b>(MLE, SEL)</b></p> <p>Kotlet drobiowy smażony 180.0g <b>(GLU, JAJ)</b></p> <p>Salatka z sosem koperkowym# 150.0g</p> <p>ziemniaki 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>kiwi 81.00g;</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 (C1) 21.07-31.07.2024</p> <p>Razem E: 2261.1 kcal   B 105.1 g   T 81.3 g   W 299.6 g   SFA 24.2 g   Cukry 64.7 g   Sól 7.5 g   Błonnik 45.6 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 40.00g; ser, gouda tłusty 20.00g; masło ekstra 12.00g; roszonek 12.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p>	<p>banan 120.00g;</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Zupa pomidorowa z ryżem# 450.0g <b>(MLE, SEL)</b></p> <p>Kotlet drobiowy smażony 180.0g <b>(GLU, JAJ)</b></p> <p>Salatka z sosem koperkowym# 150.0g</p> <p>ziemniaki 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>Salatka z sosem koperkowym z serem feta 167.1g <b>(MLE)</b></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 21.07-31.07.2024

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie  
Dział Żywnienia

Środa 2024-07-24

	śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja + posiłek dodatkowy
<p>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6) 21.07-31.07.2024</p> <p>Razem E: 2248.0 kcal   B 113.7 g   T 75.4 g   W 299.8 g   SFA 26.9 g   Cukry 78.5 g   Sól 7.8 g   Błonnik 45.7 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>Pasta twarożek z koperkiem 108.0g <b>(MLE)</b></p> <p>rzodkiewka 50.00g; bułki grahamki 50.00g; chleb żytni razowy 30.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p>	<p>brzoskwinia 100.00g;</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Zupa szczawiowa z jajkiem# 450.0g <b>(GLU, JAJ, MLE, SEL)</b></p> <p>Pieczone kotlety mielone z warzywami 186.0g <b>(GLU, JAJ)</b></p> <p>Surówka z buraków i jabłka 180.0g</p> <p>ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>Koktajl truskawkowy# 255.0g <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 70.0g</p> <p>kefir, 2% tłuszczu 200.00g; chleb żytni razowy 120.00g; pomidory, czerwone 54.00g; kurczak faszerowany, pieczony# 20.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2)</b></p>
<p>Dieta podstawowa oddział dziecięcy (P1) 21.07-31.07.2024</p> <p>Razem E: 2059.7 kcal   B 109.9 g   T 70.2 g   W 263.2 g   SFA 24.8 g   Cukry 86.6 g   Sól 6.4 g   Błonnik 34.5 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>Pasta twarożek z koperkiem 108.0g <b>(MLE)</b></p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; bułki grahamki 50.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p>	<p>brzoskwinia 100.00g;</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 400.0g</p> <p>Zupa szczawiowa z jajkiem# 450.0g <b>(GLU, JAJ, MLE, SEL)</b></p> <p>Kotlety mielone z warzywami pieczone w piekarniku 180.0g <b>(GLU, JAJ)</b></p> <p>Surówka z buraków i jabłka# 180.0g</p> <p>ziemniaki 200.00g;</p>	<p>Koktajl truskawkowy# 255.0g <b>(MLE)</b></p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>tomat, czerwone 60.00g; polędwica sopocka# 60.00g; Chipsy jabłkowe 25.00g; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU, SOJ)</b></p>
<p>Dieta podstawowa (C1) 21.07-31.07.2024</p> <p>Razem E: 2169.7 kcal   B 105.8 g   T 72.8 g   W 293.1 g   SFA 24.5 g   Cukry 90.0 g   Sól 7.2 g   Błonnik 44.2 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>Pasta twarożek z koperkiem 108.0g <b>(MLE)</b></p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; bułki grahamki 50.00g; chleb żytni razowy 30.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p>	<p>brzoskwinia 100.00g;</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 400.0g</p> <p>Zupa szczawiowa z jajkiem# 450.0g <b>(GLU, JAJ, MLE, SEL)</b></p> <p>Kotlety mielone z warzywami pieczone w piekarniku 180.0g <b>(GLU, JAJ)</b></p> <p>Surówka z buraków i jabłka# 180.0g</p> <p>ziemniaki 200.00g;</p>	<p>Koktajl truskawkowy# 255.0g <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 70.1g</p> <p>chleb żytni razowy 90.00g; pomidory, czerwone 60.00g; Chipsy jabłkowe 25.00g; polędwica sopocka# 20.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU, SOJ)</b></p>

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

Potrawy przygotowywane w Dziale Żywnienia mogą zawierać: zboża zawierające gluten, tj. pszenicę (w tym orkisz i pszenicę khorasan), żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut lub ich odmiany hybrydowe, a także produkty pochodne; skorupiaki i produkty pochodne; jaja i produkty pochodne; ryby i produkty pochodne; orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne; soję i produkty pochodne; mleko i produkty pochodne; seler zwyczajny i produkty pochodne; 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 21.07-31.07.2024

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie  
Dział Żywnienia

Czwartek 2024-07-25

	śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja + posiłek dodatkowy
<p>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6) 21.07-31.07.2024</p> <p>Razem E: 2280.6 kcal   B 114.6 g   T 69.9 g   W 331.6 g   SFA 23.4 g   Cukry 84.7 g   Sól 10.5 g   Błonnik 57.4 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; polędwica sopocka# 40.00g; hummus, gotowy 40.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, SOJ, MLE, SEZ)</b></p>	<p>jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; <b>(MLE)</b></p>	<p>Zupa koperkowa z makaronem 450.0g <b>(GLU, MLE, SEL)</b></p> <p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Gulasz z indyka z warzywami# 301.1g <b>(GLU, MLE, SEL)</b></p> <p>Fasolka szparagowa gotowana# 200.0g</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>sok wielowarzywny 300.00g; chleb żytni razowy 120.00g; szynka wiejska# 80.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR)</b></p>
<p>Dieta podstawowa oddział dziecięcy (P1) 21.07-31.07.2024</p> <p>Razem E: 2047.7 kcal   B 112.0 g   T 62.0 g   W 287.9 g   SFA 20.8 g   Cukry 83.4 g   Sól 5.9 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; ogórek 50.00g; polędwica sopocka# 40.00g; hummus, gotowy 40.00g; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, SOJ, MLE, SEZ)</b></p>	<p>banan 80.00g;</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Zupa koperkowa z makaronem 450.0g <b>(GLU, MLE, SEL)</b></p> <p>Gulasz z indyka z warzywami# 351.1g <b>(GLU, MLE, SEL)</b></p> <p>Fasolka szparagowa gotowana 205.0g</p> <p>kasza jęczmienna, pęczak gotowana 150.00g; <b>(GLU)</b></p>	<p>Salatka owocowa# 170.0g <b>(MLE, ORZ)</b></p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>Mus 100.00g; szynka wiejska# 80.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; chleb żytni razowy 25.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU, SOJ, MLE, GOR)</b></p>
<p>Dieta podstawowa (C1) 21.07-31.07.2024</p> <p>Razem E: 2248.7 kcal   B 118.1 g   T 64.4 g   W 332.7 g   SFA 21.2 g   Cukry 97.5 g   Sól 9.4 g   Błonnik 56.4 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 50.00g; polędwica sopocka# 40.00g; hummus, gotowy 40.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, SOJ, MLE, SEZ)</b></p>	<p>banan 80.00g;</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Zupa koperkowa z makaronem 450.0g <b>(GLU, MLE, SEL)</b></p> <p>Gulasz z indyka z warzywami# 351.1g <b>(GLU, MLE, SEL)</b></p> <p>Fasolka szparagowa gotowana 205.0g</p> <p>kasza jęczmienna, pęczak gotowana 150.00g; <b>(GLU)</b></p>	<p>Salatka owocowa# 170.0g <b>(MLE, ORZ)</b></p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>sok wielowarzywny 300.00g; chleb żytni razowy 90.00g; szynka wiejska# 80.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU, SOJ, MLE, SEL, 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 21.07-31.07.2024

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie  
Dział Żywnienia

Piątek 2024-07-26

	śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja + posiłek dodatkowy
<p>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6) 21.07-31.07.2024</p> <p>Razem E: 1940.4 kcal   B 103.4 g   T 54.9 g   W 279.0 g   SFA 21.2 g   Cukry 58.8 g   Sól 8.1 g   Błonnik 46.3 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 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>kiwi 81.00g;</p>	<p>Barszcz czerwony z fasolą 450.0g <b>(MLE, SEL)</b></p> <p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Salata masłowa z dressingiem jogurtowym# 176.0g <b>(MLE)</b></p> <p>Dorsz pieczony# 141.5g <b>(RYB)</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>Pasta jajeczno-brokułowa# 100.0g <b>(JAJ, MLE, GOR)</b></p> <p>chleb żytni razowy 120.00g; Mus 100.00g; ogórek 65.00g; roszonek 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU)</b></p>
<p>Dieta podstawowa oddział dziecięcy (P1) 21.07-31.07.2024</p> <p>Razem E: 1955.3 kcal   B 106.1 g   T 63.9 g   W 252.1 g   SFA 25.5 g   Cukry 78.9 g   Sól 6.1 g   Błonnik 27.9 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; serek twarogowy, ziarnisty 200.00g; pomidory, czerwone 60.00g; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p>	<p>nektarynka 100.00g;</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Barszcz czerwony# 450.0g <b>(MLE, SEL)</b></p> <p>Filet z dorsz panierowany# 175.5g <b>(GLU, JAJ, RYB)</b></p> <p>Salata masłowa z dressingiem jogurtowym# 175.5g <b>(MLE)</b></p> <p>ziemniaki 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>Budyń śmietankowy# 280.0g <b>(MLE)</b></p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>Pasta jajeczno-brokułowa# 80.0g <b>(JAJ, MLE, GOR)</b></p> <p>Mus 100.00g; ogórek 65.00g; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 20.00g; roszonek 12.00g; <b>(GLU)</b></p>
<p>Dieta podstawowa (C1) 21.07-31.07.2024</p> <p>Razem E: 2203.9 kcal   B 116.1 g   T 68.4 g   W 299.1 g   SFA 27.5 g   Cukry 88.8 g   Sól 7.4 g   Błonnik 37.9 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; 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>jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; nektarynka 100.00g; <b>(MLE)</b></p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Barszcz czerwony# 450.0g <b>(MLE, SEL)</b></p> <p>Filet z dorsz panierowany# 175.5g <b>(GLU, JAJ, RYB)</b></p> <p>Salata masłowa z dressingiem jogurtowym# 175.5g <b>(MLE)</b></p> <p>ziemniaki 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>Budyń śmietankowy# 280.0g <b>(MLE)</b></p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>Pasta jajeczno-brokułowa# 80.0g <b>(JAJ, MLE, GOR)</b></p> <p>Mus 100.00g; chleb żytni razowy 90.00g; ogórek 65.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 20.00g; roszonek 12.00g; <b>(GLU)</b></p>

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

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



# Jadłospis 21.07-31.07.2024

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie  
Dział Żywnienia

Sobota 2024-07-27

	śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja + posiłek dodatkowy
<p>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6) 21.07-31.07.2024</p> <p>Razem E: 2232.5 kcal   B 106.6 g   T 65.8 g   W 325.1 g   SFA 20.8 g   Cukry 73.3 g   Sól 9.4 g   Błonnik 48.5 g</p>	<p>Zupa mleczna z ryżem 300.0g <b>(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>Jabłko pieczone 150.0g</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Zupa ziemniaczana z makaronem 450.0g <b>(GLU, SEL)</b></p> <p>Bitki ze schabu w białym sosie 275.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>Surówka z marchewki i jabłka z olejem 150.0g</p> <p>kasza jęczmienna, perłowa, gotowana 150.00g; <b>(GLU)</b></p>	<p>kefir, 2% tłuszczu 100.00g; <b>(MLE)</b></p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>sok pomidorowy 300.00g; chleb żytni razowy 120.00g; szynka delikatesowa z kurczaka# 80.00g; ogórek kiszony 50.00g; roszponka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU)</b></p>
<p>Dieta podstawowa oddział dziecięcy (P1) 21.07-31.07.2024</p> <p>Razem E: 1984.4 kcal   B 99.0 g   T 56.3 g   W 286.3 g   SFA 20.3 g   Cukry 83.6 g   Sól 8.8 g   Błonnik 35.8 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; 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>banan 120.00g;</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Zupa ziemniaczana z makaronem 450.0g <b>(GLU, SEL)</b></p> <p>Bitki ze schabu w białym sosie# 256.5g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>Surówka z marchewki i jabłka z olejem 150.0g</p> <p>kasza jęczmienna, perłowa, gotowana 150.00g; <b>(GLU)</b></p>	<p>kefir, 2% tłuszczu 200.00g; <b>(MLE)</b></p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>sok pomidorowy 300.00g; szynka wiejska# 60.00g; ogórek kiszony 50.00g; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; roszponka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU, SOJ, MLE, GOR)</b></p>
<p>Dieta podstawowa (C1) 21.07-31.07.2024</p> <p>Razem E: 2143.0 kcal   B 102.6 g   T 57.7 g   W 324.0 g   SFA 20.5 g   Cukry 85.1 g   Sól 9.9 g   Błonnik 45.8 g</p>	<p>Zupa mleczna z ryżem 300.0g <b>(MLE)</b></p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb żytni razowy 90.00g; pomidory, czerwone 60.00g; szynka drobiowa 60.00g; roszponka 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 ziemniaczana z makaronem 450.0g <b>(GLU, SEL)</b></p> <p>Bitki ze schabu w białym sosie# 256.5g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>Surówka z marchewki i jabłka z olejem 150.0g</p> <p>kasza jęczmienna, perłowa, gotowana 150.00g; <b>(GLU)</b></p>	<p>kefir, 2% tłuszczu 200.00g; <b>(MLE)</b></p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>sok pomidorowy 300.00g; chleb żytni razowy 90.00g; szynka wiejska# 60.00g; ogórek kiszony 50.00g; roszponka 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 21.07-31.07.2024

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie  
Dział Żywnienia

Niedziela 2024-07-28

	śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja + posiłek dodatkowy
<p>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6) 21.07-31.07.2024</p> <p>Razem E: 2030.7 kcal   B 115.0 g   T 53.9 g   W 293.4 g   SFA 21.8 g   Cukry 68.5 g   Sól 6.7 g   Błonnik 45.2 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; polędwica sopocka 60.00g; pomidory, czerwone 60.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, SOJ, 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>Filet z indyka w sosie# 225.0g <b>(GLU, MLE, SEL)</b></p> <p>Krupnik z kaszą jęczmienną# 450.0g <b>(GLU, SEL)</b></p> <p>Bukiet jarzyn gotowany# 210.0g <b>(SEL)</b></p> <p>ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>Gruszka pieczona 130.0g</p>	<p>Kakao na mleku b/cukru 260.0g <b>(MLE)</b></p> <p>kefir, 2% tłuszczu 200.00g; chleb żytni razowy 120.00g; szynka wiejska# 80.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; roszponka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU, SOJ, MLE, GOR)</b></p>
<p>Dieta podstawowa oddział dziecięcy (P1) 21.07-31.07.2024</p> <p>Razem E: 1816.3 kcal   B 105.4 g   T 42.0 g   W 270.2 g   SFA 18.4 g   Cukry 94.8 g   Sól 4.8 g   Błonnik 33.8 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami orkiszowymi 300.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; pomidory, czerwone 120.00g; szynka kanapkowa# 60.00g; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; sałata masłowa 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>Filet z indyka w sosie# 245.0g <b>(GLU, MLE, SEL)</b></p> <p>Krupnik z kaszą jęczmienną# 450.0g <b>(GLU, SEL)</b></p> <p>Bukiet jarzyn gotowany# 205.0g <b>(SEL)</b></p> <p>ziemniaki 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>Kisiel 252.5g</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>kefir, 2% tłuszczu 200.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; polędwica sopocka# 60.00g; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; roszponka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU, SOJ, MLE)</b></p>
<p>Dieta podstawowa (C1) 21.07-31.07.2024</p> <p>Razem E: 2036.1 kcal   B 111.2 g   T 49.1 g   W 309.4 g   SFA 19.1 g   Cukry 96.7 g   Sól 5.9 g   Błonnik 44.6 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami orkiszowymi 300.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; pomidory, czerwone 120.00g; chleb żytni razowy 90.00g; szynka kanapkowa# 60.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, SOJ, 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>Filet z indyka w sosie# 245.0g <b>(GLU, MLE, SEL)</b></p> <p>Krupnik z kaszą jęczmienną# 450.0g <b>(GLU, SEL)</b></p> <p>Bukiet jarzyn gotowany# 205.0g <b>(SEL)</b></p> <p>ziemniaki 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>Kisiel 252.5g</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; polędwica sopocka# 60.00g; roszponka 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.



# Jadłospis 21.07-31.07.2024

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie  
Dział Żywnienia

Poniedziałek 2024-07-29

	śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja + posiłek dodatkowy
<p>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6) 21.07-31.07.2024</p> <p>Razem E: 2177.2 kcal   B 98.4 g   T 79.5 g   W 288.7 g   SFA 23.2 g   Cukry 69.3 g   Sól 6.5 g   Błonnik 45.1 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; rzodkiewka 50.00g; szynka z indyka 40.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; brokuły, kiełki 5.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p>	<p>kiwi 81.00g;</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Salatka z sosem koperkowym# 150.0g</p> <p>Zupa jarzynowa z ziemniakami zabelana 450.1g <b>(MLE, SEL)</b></p> <p>Spaghetti z mięsem mielonym# 420.0g <b>(GLU)</b></p>	<p>sok pomidorowy 300.00g;</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; chleb żytni razowy 120.00g; jaja gotowane 100.00g; ogórek 50.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU, JAJ, MLE)</b></p>
<p>Dieta podstawowa oddział dziecięcy (P1) 21.07-31.07.2024</p> <p>Razem E: 2082.3 kcal   B 95.6 g   T 79.9 g   W 259.5 g   SFA 24.8 g   Cukry 78.7 g   Sól 3.9 g   Błonnik 31.6 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>Pasta z zielonego groszku 105.0g</p> <p>rzodkiewka 50.00g; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; szynka z indyka 20.00g; 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 jarzynowa z ziemniakami zabelana 450.0g <b>(MLE, SEL)</b></p> <p>Spaghetti z mięsem mielonym# 420.0g <b>(GLU)</b></p> <p>Salatka z sosem koperkowym# 150.0g</p>	<p>jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu 125.00g; <b>(MLE)</b></p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>kefir, 2% tłuszczu 200.00g; jaja gotowane 100.00g; ogórek 50.00g; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU, JAJ, MLE)</b></p>
<p>Dieta podstawowa (C1) 21.07-31.07.2024</p> <p>Razem E: 2366.7 kcal   B 119.2 g   T 88.1 g   W 293.5 g   SFA 29.1 g   Cukry 77.6 g   Sól 6.7 g   Błonnik 41.2 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>Pasta z zielonego groszku 105.0g</p> <p>chleb żytni razowy 90.00g; rzodkiewka 50.00g; szynka z indyka 20.00g; 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 jarzynowa z ziemniakami zabelana 450.0g <b>(MLE, SEL)</b></p> <p>Spaghetti z mięsem mielonym# 420.0g <b>(GLU)</b></p> <p>Salatka z sosem koperkowym# 150.0g</p>	<p>serek twarogowy, ziarnisty 200.00g; <b>(MLE)</b></p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>kefir, 2% tłuszczu 200.00g; jaja gotowane 100.00g; chleb żytni razowy 90.00g; ogórek 50.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU, JAJ, 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 21.07-31.07.2024

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie  
Dział Żywnienia

Wtorek 2024-07-30

	śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja + posiłek dodatkowy
<p>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6) 21.07-31.07.2024</p> <p>Razem E: 2227.5 kcal   B 114.8 g   T 69.5 g   W 308.7 g   SFA 24.3 g   Cukry 74.4 g   Sól 9.0 g   Błonnik 47.0 g</p>	<p>Zupa mleczna z ryżem brązowym 300.0g <b>(MLE)</b></p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb żytni razowy 90.00g; serek naturalny, lekki (Bieluch) 75.00g; ogórek kiszony 50.00g; szynka drobiowa 20.00g; roszpinka 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p>	<p>Zielony koktajl# 219.9g <b>(MLE)</b></p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Zupa pieczarkowa z makaronem 450.0g <b>(GLU, MLE, SEL)</b></p> <p>Filet z kurczaka w sosie# 230.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>Surówka z młodej kapusty 150.0g</p> <p>ziemniaki gotowane 200.00g;</p> <p>koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>papryka czerwona, słodka 75.00g; chleb żytni razowy 30.00g; hummus, gotowy 30.00g; <b>(GLU, SEZ)</b></p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>Pasta z makreli i twarogu 112.5g <b>(RYB, MLE)</b></p> <p>chleb żytni razowy 120.00g; kefir, 2% tłuszczu 100.00g; pomidory, czerwone 60.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p>
<p>Dieta podstawowa oddział dziecięcy (P1) 21.07-31.07.2024</p> <p>Razem E: 2040.9 kcal   B 95.5 g   T 59.2 g   W 294.1 g   SFA 20.2 g   Cukry 99.9 g   Sól 3.7 g   Błonnik 30.6 g</p>	<p>Zupa mleczna z ryżem 300.0g <b>(MLE)</b></p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; serek naturalny, lekki (Bieluch) 75.00g; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; szynka wiejska 20.00g; roszpinka 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p>	<p>Zielony Koktajl 220.0g <b>(MLE)</b></p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Filet z kurczaka w sosie# 200.0g <b>(GLU, MLE, SEL)</b></p> <p>Surówka z młodej kapusty 150.0g</p> <p>Zupa grysikowa# 455.2g <b>(GLU)</b></p> <p>ziemniaki 200.00g; koper ogrodowy 6.00g;</p>	<p>wafle ryżowe musli 30.00g; dżem truskawkowy, niskosłodzony 30.00g; <b>(SOJ, SO2)</b></p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>Pasta z dorsza i twarogu 107.2g <b>(RYB, MLE)</b></p> <p>pomidory, czerwone 60.00g; chleb żytni razowy 25.00g; Chipsy jabłkowe 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU)</b></p>
<p>Dieta podstawowa (C1) 21.07-31.07.2024</p> <p>Razem E: 2353.0 kcal   B 112.5 g   T 81.1 g   W 313.0 g   SFA 24.7 g   Cukry 87.4 g   Sól 7.1 g   Błonnik 44.1 g</p>	<p>Zupa mleczna z ryżem 300.0g <b>(MLE)</b></p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb żytni razowy 90.00g; serek naturalny, lekki (Bieluch) 75.00g; szynka wiejska 20.00g; roszpinka 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p>	<p>Zielony Koktajl 220.0g <b>(MLE)</b></p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Zupa pieczarkowa z makaronem 450.0g <b>(GLU, MLE, SEL)</b></p> <p>Filet z kurczaka w sosie# 250.0g <b>(GLU, MLE, SEL)</b></p> <p>Surówka z młodej kapusty 150.0g</p> <p>ziemniaki 200.00g; koper ogrodowy 6.00g;</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>Pasta z makreli i twarogu 112.5g <b>(RYB, MLE)</b></p> <p>chleb żytni razowy 90.00g; pomidory, czerwone 60.00g; Chipsy jabłkowe 25.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU)</b></p>

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

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



# Jadłospis 21.07-31.07.2024

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie  
Dział Żywnienia

Środa 2024-07-31

	śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja + posiłek dodatkowy
<p>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6) 21.07-31.07.2024</p> <p>Razem E: 2023.1 kcal   B 108.4 g   T 61.9 g   W 278.1 g   SFA 23.4 g   Cukry 75.8 g   Sól 7.2 g   Błonnik 41.8 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>chleb żytni razowy 90.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; szynka wiejska# 60.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, SOJ, MLE, GOR)</b></p>	<p>kefir, 2% tłuszczu 100.00g; <b>(MLE)</b></p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Zupa kalafiorowa z ziemniakami zabiellana 450.0g <b>(MLE, SEL)</b></p> <p>Bitki ze schabu duszone w białym sosie# 256.5g <b>(GLU, MLE)</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>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>kefir, 2% tłuszczu 200.00g; chleb żytni razowy 120.00g; polędwica z indyka 80.00g; pomidory, czerwone 54.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p>
<p>Dieta podstawowa oddział dziecięcy (P1) 21.07-31.07.2024</p> <p>Razem E: 1915.6 kcal   B 112.3 g   T 56.9 g   W 259.3 g   SFA 27.4 g   Cukry 77.9 g   Sól 7.0 g   Błonnik 39.9 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>papryka żółta, słodka 75.00g; szynka wiejska# 60.00g; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, SOJ, MLE, GOR)</b></p>	<p>serek twarogowy, ziarnisty 100.00g; maliny 50.00g; <b>(MLE)</b></p>	<p>Zupa kalafiorowa z ziemniakami 450.0g <b>(GLU, SOJ, SEL)</b></p> <p>Schab w sosie własnym 300.0g <b>(GLU)</b></p> <p>Pomidory z cebulką i jogurtem# 170.0g <b>(MLE)</b></p> <p>Kompot z owoców mrożonych# 200.0g</p> <p>kasza gryczana prażona, gotowana 150.00g;</p>	<p>Jabłko pieczone 150.0g</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; pomidory, czerwone 60.00g; polędwica z indyka 60.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p>
<p>Dieta podstawowa (C1) 21.07-31.07.2024</p> <p>Razem E: 2145.1 kcal   B 131.4 g   T 70.5 g   W 269.5 g   SFA 33.5 g   Cukry 68.4 g   Sól 9.3 g   Błonnik 44.4 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>chleb żytni razowy 90.00g; papryka żółta, słodka 75.00g; szynka wiejska# 60.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, SOJ, MLE, GOR)</b></p>	<p>serek twarogowy, ziarnisty 200.00g; maliny 50.00g; <b>(MLE)</b></p>	<p>Zupa kalafiorowa z ziemniakami 450.0g <b>(GLU, SOJ, SEL)</b></p> <p>Schab w sosie własnym 300.0g <b>(GLU)</b></p> <p>Pomidory z cebulką i jogurtem# 170.0g <b>(MLE)</b></p> <p>Kompot z owoców mrożonych# 200.0g</p> <p>kasza gryczana prażona, gotowana 150.00g;</p>	<p>Salatka grecka 151.0g <b>(MLE)</b></p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>kefir, 2% tłuszczu 200.00g; chleb żytni razowy 90.00g; pomidory, czerwone 60.00g; polędwica z indyka 60.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; 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.