



# Jadłospis 21.09-30.09.2024

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie  
Dział Żywnienia  
ul. Piłsudskiego 11  
22-500 Hrubieszów

Sobota 2024-09-21

	I śniadanie	obiad	kolacja	Dodatkowy posiłek
<p>Dieta podstawowa (1) 21.09-30.09.2024</p> <p>Razem E: 2012.9 kcal   B 102.2 g   T 61.3 g   W 278.8 g   SFA 20.3 g   Cukry 49.8 g   Sól 7.6 g   Błonnik 33.5 g</p>	<p>Zupa mleczna z ryżem 300.0g <b>(MLE)</b> herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; szynka wiejska 60.00g; chleb pszenny 60.00g; pomidory, czerwone 60.00g; chleb żytni razowy 30.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p>	<p>Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Krupnik z kaszą jęczmienną 450.1g <b>(GLU, SEL)</b> Podudzie z kurczaka w sosie 200.0g <b>(GLU, MLE, GOR)</b> Bukiet jarzyn gotowany# 212.0g <b>(SEL)</b> ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g <b>(GLU, MLE)</b> szynka delikatesowa z kurczaka# 80.00g; ogórek 65.00g; chleb żytni razowy 60.00g; chleb pszenny 60.00g; roszponka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU)</b></p>	<p>sok pomidorowy 300.00g;</p>
<p>Dieta łatwostrawna (2) 21.09-30.09.2024</p> <p>Razem E: 2073.7 kcal   B 103.9 g   T 60.7 g   W 290.2 g   SFA 21.6 g   Cukry 51.0 g   Sól 7.4 g   Błonnik 26.4 g</p>	<p>Zupa mleczna z ryżem 300.0g <b>(MLE)</b> herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; bułki wrocławskie 100.00g; pomidory, czerwone b/skóry 60.00g; szynka wiejska 60.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p>	<p>Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Krupnik z kaszą jęczmienną 450.1g <b>(GLU, SEL)</b> Podudzie z kurczaka w sosie 200.0g <b>(GLU, MLE, GOR)</b> Bukiet jarzyn gotowany# 205.0g <b>(SEL)</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 delikatesowa z kurczaka# 80.00g; roszponka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU)</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; 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 21.09-30.09.2024

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie  
Dział Żywnienia  
ul. Piłsudskiego 11  
22-500 Hrubieszów

Niedziela 2024-09-22

	I śniadanie	obiad	kolacja	Dodatkowy posiłek
<p>Dieta podstawowa (1) 21.09-30.09.2024</p> <p>Razem E: 2119.8 kcal   B 107.8 g   T 60.1 g   W 304.0 g   SFA 20.7 g   Cukry 83.3 g   Sól 5.7 g   Błonnik 35.9 g</p>	<p>Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300.0g <b>(MLE)</b> herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; banan 115.00g; chleb pszenny 70.00g; pomidory, czerwone 60.00g; polędwica sopocka# 60.00g; chleb żytni razowy 30.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, SOJ, MLE)</b></p>	<p>Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Zupa kalafiorowa z ziemniakami zabieleną 450.0g <b>(MLE, SEL)</b> Filet z indyka w sosie# 230.0g <b>(GLU, MLE, SEL)</b> Surówka z marchewki i jabłka z olejem 149.9g ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g <b>(GLU, MLE)</b> szynka delikatesowa z kurczaka# 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)</b></p>	<p>kefir, 2% tłuszczu 200.00g; <b>(MLE)</b></p>
<p>Dieta łatwostrawna (2) 21.09-30.09.2024</p> <p>Razem E: 2202.9 kcal   B 108.1 g   T 66.0 g   W 306.9 g   SFA 22.4 g   Cukry 82.0 g   Sól 5.4 g   Błonnik 27.2 g</p>	<p>Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300.0g <b>(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; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, SOJ, MLE)</b></p>	<p>Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Zupa kalafiorowa z ziemniakami zabieleną 450.1g <b>(MLE, SEL)</b> Filet z indyka w sosie# 230.0g <b>(GLU, MLE, SEL)</b> Surówka z marchewki i jabłka z olejem 149.9g 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 delikatesowa z kurczaka# 80.00g; roszponka 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; 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 21.09-30.09.2024

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie  
Dział Żywnienia  
ul. Piłsudskiego 11  
22-500 Hrubieszów

Poniedziałek 2024-09-23

	I śniadanie	obiad	kolacja	Dodatkowy posiłek
<p>Dieta podstawowa (1) 21.09-30.09.2024</p> <p>Razem E: 2179.5 kcal   B 108.1 g   T 74.6 g   W 284.8 g   SFA 29.5 g   Cukry 43.6 g   Sól 6.2 g   Błonnik 30.5 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; chleb pszenny 70.00g; szynka wiejska# 40.00g; chleb żytni razowy 30.00g; ser, gouda tłusty 20.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, SOJ, MLE, GOR)</b></p>	<p>Kompot z owoców mrożonych# 200.0g</p> <p>Pulpety w sosie pomidorowym 250.0g <b>(GLU, JAJ)</b></p> <p>Sałatka z sosem koperkowym# 150.0g</p> <p>Zupa szczawiowa z jajkiem# 450.0g <b>(GLU, JAJ, MLE, SEL)</b></p> <p>makaron bezjajeczny, gotowany 200.00g; <b>(GLU)</b></p>	<p>Kakao na mleku 260.0g <b>(MLE)</b></p> <p>szynka delikatesowa z kurczaka# 80.00g; chleb żytni razowy 60.00g; pomidory, czerwone 60.00g; chleb pszenny 60.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU)</b></p>	<p>Mus 100.00g;</p>
<p>Dieta łatwostrawna (2) 21.09-30.09.2024</p> <p>Razem E: 2186.3 kcal   B 99.1 g   T 65.4 g   W 314.9 g   SFA 23.5 g   Cukry 45.7 g   Sól 5.2 g   Błonnik 27.0 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; 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</p> <p>Sałatka z sosem koperkowym# 150.0g</p> <p>Zupa grysikowa# 450.0g <b>(GLU, SEL)</b></p> <p>Makaron z sosem mięsno-warzywnym# 450.0g <b>(GLU, MLE, SEL)</b></p>	<p>Kakao na mleku 260.0g <b>(MLE)</b></p> <p>bułki wrocławskie 120.00g; szynka delikatesowa z kurczaka# 80.00g; pomidory, czerwone b/skóry 60.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU)</b></p>	<p>Mus 100.00g;</p>

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

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



# Jadłospis 21.09-30.09.2024

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie  
Dział Żywnienia  
ul. Piłsudskiego 11  
22-500 Hrubieszów

Wtorek 2024-09-24

	I śniadanie	obiad	kolacja	Dodatkowy posiłek
<b>Dieta podstawowa (1) 21.09-30.09.2024</b>  Razem E: 2276.6 kcal   B 109.8 g   T 65.2 g   W 328.7 g   SFA 19.5 g   Cukry 57.9 g   Sól 7.2 g   Błonnik 35.6 g	Zupa mleczna z kaszą manną 300.0g <b>(GLU, MLE)</b> Pasta twarożek z koperkiem 80.0g <b>(MLE)</b> herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb pszenny 70.00g; bułki grahamki 50.00g; rzodkiewka 50.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b>	Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Kotlet drobiowy 180.1g <b>(GLU, JAJ)</b> Surówka z czerwonej kapusty z olejem 150.0g Zupa pomidorowa z ryżem 450.0g <b>(MLE, SEL)</b> 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 60.00g; polędwica sopocka# 40.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU, SOJ)</b>	jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; <b>(MLE)</b>
<b>Dieta łatwostrawna (2) 21.09-30.09.2024</b>  Razem E: 2200.5 kcal   B 111.3 g   T 61.3 g   W 312.6 g   SFA 21.6 g   Cukry 63.9 g   Sól 6.4 g   Błonnik 25.5 g	Zupa mleczna z kaszą manną 300.0g <b>(GLU, MLE)</b> Pasta twarożek z koperkiem 80.0g <b>(MLE)</b> herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; bułki wrocławskie 100.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b>	Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Zupa pomidorowa z ryżem 450.0g <b>(MLE, SEL)</b> Piersz z kurczaka duszona w białym sosie 285.0g <b>(GLU, MLE)</b> Surówka z marchewki i jabłka z olejem 149.9g 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; pomidory, czerwone 60.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU, SOJ)</b>	jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; <b>(MLE)</b>

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 21.09-30.09.2024

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie  
Dział Żywnienia  
ul. Piłsudskiego 11  
22-500 Hrubieszów

Środa 2024-09-25

	I śniadanie	obiad	kolacja	Dodatkowy posiłek
<p>Dieta podstawowa (1) 21.09-30.09.2024</p> <p>Razem E: 2045.3 kcal   B 109.5 g   T 59.1 g   W 287.1 g   SFA 21.1 g   Cukry 53.4 g   Sól 9.6 g   Błonnik 36.4 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>kiwi 81.00g; papryka żółta, słodka 75.00g; chleb pszenny 70.00g; hummus, gotowy 40.00g; szynka z indyka 40.00g; chleb żytni razowy 30.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; brokuły, kielki 5.00g; <b>(GLU, MLE, SEZ)</b></p>	<p>Kompot z owoców mrożonych# 200.0g</p> <p>Wątróbka drobiowa w sosie 300.0g <b>(GLU)</b></p> <p>Zupa jarzynowa z ziemniakami zabieleną 450.1g <b>(MLE, SEL)</b></p> <p>ryż brązowy, gotowany 150.00g; ogórek kiszony 150.00g;</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>Pasta z tuńczyka i jajka 140.0g <b>(JAJ, RYB, MLE, GOR)</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>Dieta łatwostrawna (2) 21.09-30.09.2024</p> <p>Razem E: 2226.1 kcal   B 110.5 g   T 73.5 g   W 296.2 g   SFA 23.6 g   Cukry 66.1 g   Sól 6.2 g   Błonnik 27.5 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>Gruszka pieczona 130.0g</p> <p>bułki wrocławskie 100.00g; szynka z indyka 60.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; brokuły, kielki 5.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p>	<p>Kompot z owoców mrożonych# 200.0g</p> <p>Zupa jarzynowa z ziemniakami zabieleną 450.1g <b>(MLE, SEL)</b></p> <p>Bitki ze schabu duszone w białym sosie# 256.5g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>Surówka z buraków i jabłka# 180.0g</p> <p>ryż biały, gotowany 150.00g;</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>Pasta z dorsza i twarogu 53.6g <b>(RYB, MLE)</b></p> <p>bułki wrocławskie 120.00g; pomidory, czerwone b/skóry 60.00g; szynka wiejska# 40.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU, SOJ, MLE, GOR)</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 21.09-30.09.2024

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie  
Dział Żywnienia  
ul. Piłsudskiego 11  
22-500 Hrubieszów

Czwartek 2024-09-26

	I śniadanie	obiad	kolacja	Dodatkowy posiłek
<p>Dieta podstawowa (1) 21.09-30.09.2024</p> <p>Razem E: 2153.1 kcal   B 102.0 g   T 51.2 g   W 340.6 g   SFA 22.1 g   Cukry 83.2 g   Sól 5.6 g   Błonnik 40.2 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami orkiszowymi 300.0g <b>(GLU, MLE)</b> herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; serek naturalny, lekki (Bieluch) 75.00g; chleb pszenny 70.00g; pomidory, czerwone 60.00g; dżem truskawkowy, niskosłodzony 45.00g; chleb żytni razowy 30.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p>	<p>Zupa koperkowa z makaronem 450.0g <b>(GLU, MLE, SEL)</b> Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Gołąbki w sosie pomidorowym 361.0g <b>(MLE)</b> Sałata masłowa z dressingiem jogurtowym 170.0g <b>(MLE)</b> ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g <b>(GLU, MLE)</b> połędwica sopocka# 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)</b></p>	<p>Mus 100.00g;</p>
<p>Dieta łatwostrawna (2) 21.09-30.09.2024</p> <p>Razem E: 2214.3 kcal   B 109.6 g   T 60.2 g   W 323.0 g   SFA 23.9 g   Cukry 78.3 g   Sól 6.2 g   Błonnik 30.1 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami orkiszowymi 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 truskawkowy, niskosłodzony 45.00g; chleb żytni razowy 30.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra <b>(GLU, MLE)</b></p>	<p>Zupa koperkowa z makaronem 450.0g <b>(GLU, MLE, SEL)</b> Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Sałata masłowa z dressingiem jogurtowym 170.0g <b>(MLE)</b> Pierś z indyka duszona w białym sosie 285.0g <b>(GLU, 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; połędwica sopocka# 80.00g; 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; 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 21.09-30.09.2024

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie  
Dział Żywnienia  
ul. Piłsudskiego 11  
22-500 Hrubieszów

Piątek 2024-09-27

	I śniadanie	obiad	kolacja	Dodatkowy posiłek
<p>Dieta podstawowa (1) 21.09-30.09.2024</p> <p>Razem E: 2183.1 kcal   B 112.9 g   T 63.3 g   W 310.9 g   SFA 21.4 g   Cukry 69.9 g   Sól 10.8 g   Błonnik 42.8 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 twarogowy, ziarnisty 200.00g; kiwi 81.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; chleb pszenny 60.00g; chleb żytni razowy 30.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p>	<p>Barszcz czerwony z fasolą# 450.0g <b>(GLU, MLE, SEL)</b></p> <p>Filet z dorsza panierowany# 175.5g <b>(GLU, JAJ, RYB)</b></p> <p>Surówka z kiszonej 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>ogórek 65.00g; chleb pszenny 60.00g; chleb żytni razowy 60.00g; szynka wiejska# 40.00g; pasta warzywna 40.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU, SOJ, MLE, GOR)</b></p>	<p>sok wielowarzywny 300.00g; <b>(SEL)</b></p>
<p>Dieta łatwostrawna (2) 21.09-30.09.2024</p> <p>Razem E: 2115.0 kcal   B 114.6 g   T 56.1 g   W 301.3 g   SFA 22.9 g   Cukry 78.0 g   Sól 10.5 g   Błonnik 28.7 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; banan 115.00g; bułki wrocławskie 100.00g; pomidory, czerwone b/skóry 100.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p>	<p>Barszcz czerwony# 450.0g <b>(MLE, SEL)</b></p> <p>Dorsz pieczony z sosem koperkowym# 246.0g <b>(GLU, RYB, 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; szynka wiejska# 80.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU, SOJ, MLE, GOR)</b></p>	<p>sok wielowarzywny 300.00g; <b>(SEL)</b></p>

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

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



# Jadłospis 21.09-30.09.2024

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie  
Dział Żywnienia  
ul. Piłsudskiego 11  
22-500 Hrubieszów

Sobota 2024-09-28

	I śniadanie	obiad	kolacja	Dodatkowy posiłek
<b>Dieta podstawowa (1) 21.09-30.09.2024</b>  Razem E: 2153.0 kcal   B 102.2 g   T 54.0 g   W 332.2 g   SFA 17.1 g   Cukry 69.4 g   Sól 8.9 g   Błonnik 40.0 g	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 300.0g <b>(MLE)</b> herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; banan 115.00g; chleb pszenny 60.00g; 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> Surówka z marchewki i jabłka z olejem 149.9g Pulpety w sosie koperkowym 230.0g <b>(GLU, JAJ)</b> 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; papryka czerwona, słodka 75.00g; chleb żytni razowy 60.00g; chleb pszenny 60.00g; roszponka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU)</b>	Mus 100.00g;
<b>Dieta łatwostrawna (2) 21.09-30.09.2024</b>  Razem E: 2272.1 kcal   B 103.9 g   T 60.2 g   W 342.7 g   SFA 18.9 g   Cukry 69.8 g   Sól 8.8 g   Błonnik 32.3 g	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 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# 200.0g Zupa ziemniaczana z makaronem 450.0g <b>(GLU, SEL)</b> Surówka z marchewki i jabłka z olejem 149.9g Pulpety w sosie koperkowym 230.0g <b>(GLU, JAJ)</b> 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; pomidory, czerwone b/skóry 60.00g; roszponka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU)</b>	Mus 100.00g;

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 21.09-30.09.2024

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie  
Dział Żywnienia  
ul. Piłsudskiego 11  
22-500 Hrubieszów

Niedziela 2024-09-29

	I śniadanie	obiad	kolacja	Dodatkowy posiłek
<b>Dieta podstawowa (1) 21.09-30.09.2024</b>  Razem E: 2143.9 kcal   B 121.0 g   T 63.3 g   W 289.3 g   SFA 22.6 g   Cukry 48.5 g   Sól 9.5 g   Błonnik 34.5 g	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300.0g <b>(GLU, MLE)</b> herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; polędwica sopocka 60.00g; chleb pszenny 60.00g; pomidory, czerwone 60.00g; chleb żytni razowy 30.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, SOJ, MLE)</b>	Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Rosół z makaronem# 450.0g <b>(GLU, SEL)</b> Bukiet jarzyn gotowany# 205.0g <b>(SEL)</b> Pieczone udko z kurczaka# 180.0g <b>(GOR)</b> ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;	Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g <b>(GLU, MLE)</b> szynka wiejska 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>	jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; <b>(MLE)</b>
<b>Dieta łatwostrawna (2) 21.09-30.09.2024</b>  Razem E: 2260.3 kcal   B 115.4 g   T 67.1 g   W 311.9 g   SFA 24.2 g   Cukry 51.7 g   Sól 7.9 g   Błonnik 27.5 g	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300.0g <b>(GLU, MLE)</b> herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; bułki wrocławskie 100.00g; pomidory, czerwone b/skóry 60.00g; polędwica sopocka 60.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, SOJ, MLE)</b>	Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Rosół z makaronem# 450.0g <b>(GLU, SEL)</b> Udka z kurczaka w sosie 180.0g <b>(GLU, MLE, GOR)</b> Bukiet jarzyn gotowany# 205.0g <b>(SEL)</b> 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; roszponka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU, SOJ, MLE, GOR)</b>	jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; <b>(MLE)</b>

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 21.09-30.09.2024

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie  
Dział Żywnienia  
ul. Piłsudskiego 11  
22-500 Hrubieszów

Poniedziałek 2024-09-30	I śniadanie	obiad	kolacja	Dodatkowy posiłek
<p>Dieta podstawowa (1) 21.09-30.09.2024</p> <p>Razem E: 2069.5 kcal   B 107.7 g   T 57.7 g   W 298.3 g   SFA 21.7 g   Cukry 51.5 g   Sól 7.6 g   Błonnik 35.8 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; papryka czerwona, słodka 75.00g; chleb pszenny 70.00g; chleb żytni razowy 60.00g; szynka wiejska 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>Makaron z kurczakiem i szpinakiem 431.0g <b>(GLU, MLE, GOR)</b></p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>Pasta z tuńczyka i twarogu 53.6g <b>(RYB, MLE)</b></p> <p>chleb pszenny 60.00g; chleb żytni razowy 60.00g; pomidory, czerwone 60.00g; szynka wiejska# 40.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU, SOJ, MLE, GOR)</b></p>	<p>kefir, 2% tłuszczu 200.00g; <b>(MLE)</b></p>
<p>Dieta łatwostrawna (2) 21.09-30.09.2024</p> <p>Razem E: 2139.0 kcal   B 105.5 g   T 57.7 g   W 313.2 g   SFA 23.0 g   Cukry 70.1 g   Sól 6.4 g   Błonnik 27.0 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>Gruszka pieczona 130.0g</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; bułki wrocławskie 100.00g; szynka wiejska 60.00g; 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>Makaron z brokołem, serem i pomidorem 486.1g <b>(GLU, MLE)</b></p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>Pasta z dorsza i twarogu 53.1g <b>(RYB, MLE)</b></p> <p>bułki wrocławskie 120.00g; pomidory, czerwone b/skóry 60.00g; szynka wiejska# 40.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU, SOJ, MLE, GOR)</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 21.09-30.09.2024

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie  
Dział Żywnienia  
ul. Piłsudskiego 11  
22-500 Hrubieszów

Sobota 2024-09-21

	śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja + posiłek dodatkowy
<p>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6) 21.09-30.09.2024</p> <p>Razem E: 2138.3 kcal   B 107.9 g   T 66.3 g   W 298.0 g   SFA 22.7 g   Cukry 70.8 g   Sól 7.9 g   Błonnik 43.4 g</p>	<p>Zupa mleczna z ryżem 300.0g <b>(MLE)</b> herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb żytni razowy 90.00g; szynka wiejska 60.00g; pomidory, czerwone 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 Krupnik z kaszą jęczmienną 450.1g <b>(GLU, SEL)</b> Podudzie z kurczaka w sosie 200.0g <b>(GLU, MLE, GOR)</b> Bukiet jarzyn gotowany# 212.0g <b>(SEL)</b> 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> sok pomidorowy 300.00g; chleb żytni razowy 120.00g; szynka delikatesowa z kurczaka# 80.00g; ogórek 65.00g; roszponka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU)</b></p>
<p>Dieta podstawowa (C1) kobiety ciężarne lub w okresie laktacji 21.09-30.09.2024</p> <p>Razem E: 2124.4 kcal   B 113.5 g   T 58.2 g   W 305.3 g   SFA 22.9 g   Cukry 93.0 g   Sól 7.0 g   Błonnik 39.6 g</p>	<p>Zupa mleczna z ryżem 300.0g <b>(MLE)</b> herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb żytni razowy 90.00g; szynka z indyka 60.00g; pomidory, czerwone 60.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p>	<p>jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; banan 115.00g; <b>(MLE)</b></p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g Krupnik z kaszą jaglaną# 450.0g <b>(SEL)</b> Podudzie z kurczaka w sosie 200.0g <b>(GLU, MLE, GOR)</b> Bukiet jarzyn gotowany# 205.0g <b>(SEL)</b> ziemniaki 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>Jabłko pieczone 150.0g</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>(GLU, MLE)</b> jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 150.00g; chleb żytni razowy 90.00g; szynka wiejska 80.00g; ogórek 65.00g; roszponka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p>
<p>Dieta podstawowa oddział dziecięcy 21.09-30.09.2024</p> <p>Razem E: 1935.8 kcal   B 107.8 g   T 55.8 g   W 264.5 g   SFA 22.1 g   Cukry 88.7 g   Sól 5.9 g   Błonnik 29.6 g</p>	<p>Zupa mleczna z ryżem 300.0g <b>(MLE)</b> herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; szynka z indyka 60.00g; pomidory, czerwone 60.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; chleb żytni razowy 25.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p>	<p>banan 115.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; <b>(MLE)</b></p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g Krupnik z kaszą jaglaną# 450.0g <b>(SEL)</b> Podudzie z kurczaka w sosie 200.0g <b>(GLU, MLE, GOR)</b> Bukiet jarzyn gotowany# 205.0g <b>(SEL)</b> ziemniaki 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>Jabłko pieczone 150.0g</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>(GLU, MLE)</b> jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 150.00g; szynka wiejska 80.00g; ogórek 65.00g; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; roszponka 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 21.09-30.09.2024

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie  
Dział Żywnienia  
ul. Piłsudskiego 11  
22-500 Hrubieszów

Niedziela 2024-09-22

	śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja + posiłek dodatkowy
<p>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6) 21.09-30.09.2024</p> <p>Razem E: 2066.8 kcal   B 105.9 g   T 61.6 g   W 293.3 g   SFA 21.2 g   Cukry 78.2 g   Sól 5.7 g   Błonnik 44.9 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; polędwica sopocka# 60.00g; pomidory, czerwone 60.00g; roszonek 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, SOJ, MLE)</b></p>	<p>kiwi 81.00g;</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Zupa kalafiorowa z ziemniakami zabieleną 450.1g <b>(MLE, SEL)</b></p> <p>Filet z indyka w sosie# 230.0g <b>(GLU, MLE, SEL)</b></p> <p>Surówka z marchewki i jabłka z olejem 149.9g</p> <p>ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>Gruszka pieczona 130.0g</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>kefir, 2% tłuszczu 200.00g; chleb żytni razowy 120.00g; szynka delikatesowa z kurczaka# 80.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; roszonek 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p>
<p>Dieta podstawowa (C1) kobiety ciężarne lub w okresie laktacji 21.09-30.09.2024</p> <p>Razem E: 2022.9 kcal   B 105.2 g   T 54.6 g   W 299.5 g   SFA 20.4 g   Cukry 88.0 g   Sól 6.6 g   Błonnik 45.1 g</p>	<p>Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300.0g <b>(MLE)</b></p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 500.00g; chleb żytni razowy 90.00g; pomidory, czerwone 60.00g; szynka z indyka 60.00g; roszonek 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p>	<p>kiwi 81.00g; migdały, płatki 10.00g; <b>(ORZ)</b></p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Zupa kalafiorowa z ziemniakami 459.1g <b>(GLU, SOJ, SEL)</b></p> <p>Filet z indyka duszony w sosie# 205.0g <b>(GLU, MLE, SEL)</b></p> <p>Surówka z marchewki i jabłka z olejem 150.0g</p> <p>ziemniaki 200.00g;</p>	<p>Budyń śmietankowy# 222.5g <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; 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 21.09-30.09.2024</p> <p>Razem E: 1864.3 kcal   B 101.6 g   T 53.1 g   W 261.8 g   SFA 20.2 g   Cukry 86.5 g   Sól 5.6 g   Błonnik 35.1 g</p>	<p>Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300.0g <b>(MLE)</b></p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 500.00g; pomidory, czerwone 60.00g; szynka z indyka 60.00g; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; roszonek 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p>	<p>kiwi 81.00g; migdały, płatki 10.00g; <b>(ORZ)</b></p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Zupa kalafiorowa z ziemniakami 459.1g <b>(GLU, SOJ, SEL)</b></p> <p>Filet z indyka duszony w sosie# 205.0g <b>(GLU, MLE, SEL)</b></p> <p>Surówka z marchewki i jabłka z olejem 150.0g</p> <p>ziemniaki 200.00g;</p>	<p>Budyń śmietankowy# 222.5g <b>(MLE)</b></p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>kefir, 2% tłuszczu 200.00g; szynka drobiowa 80.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; 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>

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

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



# Jadłospis 21.09-30.09.2024

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie  
Dział Żywnienia  
ul. Piłsudskiego 11  
22-500 Hrubieszów

Poniedziałek 2024-09-23

	śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja + posiłek dodatkowy
<p>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6) 21.09-30.09.2024</p> <p>Razem E: 2217.3 kcal   B 109.6 g   T 75.9 g   W 294.6 g   SFA 29.6 g   Cukry 60.1 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; chleb żytni razowy 90.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; szynka wiejska# 60.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, SOJ, MLE, GOR)</b></p>	<p>kefir, 2% tłuszczu 200.00g; <b>(MLE)</b></p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Pulpety w sosie pomidorowym 250.0g <b>(GLU, JAJ)</b></p> <p>Salatka z sosem koperkowym# 150.0g</p> <p>Zupa szczawiowa z jajkiem# 450.0g <b>(GLU, JAJ, MLE, SEL)</b></p> <p>makaron bezjajeczny, gotowany 200.00g; <b>(GLU)</b></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; szynka delikatesowa z kurczaka# 80.00g; pomidory, czerwone 60.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU)</b></p>
<p>Dieta podstawowa (C1) kobiety ciężarne lub w okresie laktacji 21.09-30.09.2024</p> <p>Razem E: 2185.8 kcal   B 112.8 g   T 76.0 g   W 283.5 g   SFA 26.9 g   Cukry 62.2 g   Sól 6.6 g   Błonnik 39.7 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb żytni razowy 90.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; szynka wiejska 40.00g; ser, gouda tłusty 20.00g; masło ekstra 12.00g; roszponka 12.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p>	<p>serek twarogowy, ziarnisty 100.00g; kiwi 81.00g; <b>(MLE)</b></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>Pulpety w sosie pomidorowym 250.0g <b>(GLU, JAJ)</b></p> <p>Salatka z sosem koperkowym# 150.0g</p> <p>makaron bezjajeczny, gotowany 200.00g; <b>(GLU)</b></p>	<p>Jabłko pieczone 150.0g</p> <p>słonecznik, nasiona 10.00g;</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; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU)</b></p>
<p>Dieta podstawowa oddział dziecięcy 21.09-30.09.2024</p> <p>Razem E: 1926.2 kcal   B 96.9 g   T 70.2 g   W 242.4 g   SFA 24.1 g   Cukry 57.4 g   Sól 4.6 g   Błonnik 29.7 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; szynka wiejska 40.00g; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; ser, gouda tłusty 20.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 12.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p>	<p>kiwi 81.00g;</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>Pulpety w sosie pomidorowym 250.0g <b>(GLU, JAJ)</b></p> <p>Salatka z sosem koperkowym# 150.0g</p> <p>makaron bezjajeczny, gotowany 200.00g; <b>(GLU)</b></p>	<p>Jabłko pieczone 150.0g</p> <p>słonecznik, nasiona 10.00g;</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; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU)</b></p>

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

Potrawy przygotowywane w Dziale Żywnienia mogą zawierać: zboża zawierające gluten, tj. pszenicę (w tym orkisz i pszenicę khorasan), żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut lub ich odmiany hybrydowe, a także produkty pochodne; skorupiaki i produkty pochodne; jaja i produkty pochodne; ryby i produkty pochodne; orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne; soję i produkty pochodne; mleko i produkty pochodne; seler zwyczajny i produkty pochodne; 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 21.09-30.09.2024

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie  
Dział Żywnienia  
ul. Piłsudskiego 11  
22-500 Hrubieszów

Wtorek 2024-09-24	śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja + posiłek dodatkowy
<p>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6) 21.09-30.09.2024</p> <p>Razem E: 2317,9 kcal   B 114,5 g   T 70,4 g   W 329,0 g   SFA 22,7 g   Cukry 85,1 g   Sól 6,4 g   Błonnik 48,0 g</p>	<p>Zupa mleczna z kaszą gryczaną 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 grahamki 50.00g; rzodkiewka 50.00g; chleb żytni razowy 30.00g; 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>Surówka z czerwonej kapusty z olejem 150.0g</p> <p>Zupa pomidorowa z ryżem 450.0g <b>(MLE, SEL)</b></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>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>chleb żytni razowy 120.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; pomidory, czerwone 60.00g; polędwica sopocka# 40.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU, SOJ, MLE)</b></p>
<p>Dieta podstawowa (C1) kobiety ciężarne lub w okresie laktacji 21.09-30.09.2024</p> <p>Razem E: 2229,6 kcal   B 113,8 g   T 61,2 g   W 325,6 g   SFA 20,6 g   Cukry 96,0 g   Sól 6,8 g   Błonnik 43,5 g</p>	<p>Pasta twarożek z koperkiem 108.0g <b>(MLE)</b></p> <p>Zupa mleczna z kaszą manną 300.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; bułki grahamki 50.00g; rzodkiewka 50.00g; chleb żytni razowy 30.00g; 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 400.0g</p> <p>Zupa pomidorowa z ryżem# 450.0g <b>(MLE, SEL)</b></p> <p>Kotlet drobiowy 180.0g <b>(GLU, JAJ)</b></p> <p>Surówka z czerwonej kapusty z olejem 150.0g</p> <p>ziemniaki 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>chleb żytni razowy 90.00g; pomidory, czerwone 60.00g; polędwica sopocka# 40.00g; Chipsy jabłkowe 25.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU, SOJ)</b></p>
<p>Dieta podstawowa oddział dziecięcy 21.09-30.09.2024</p> <p>Razem E: 2140,1 kcal   B 107,4 g   T 60,1 g   W 308,7 g   SFA 20,4 g   Cukry 95,1 g   Sól 6,2 g   Błonnik 36,5 g</p>	<p>Pasta twarożek z koperkiem 108.0g <b>(MLE)</b></p> <p>Zupa mleczna z kaszą manną 300.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; bułki grahamki 50.00g; rzodkiewka 50.00g; bułka pszenna wrocławska 30.00g; 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 400.0g</p> <p>Zupa pomidorowa z ryżem# 450.0g <b>(MLE, SEL)</b></p> <p>Kotlet drobiowy 155.5g <b>(GLU, JAJ)</b></p> <p>Surówka z czerwonej kapusty z olejem 150.0g</p> <p>ziemniaki 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>pomidory, czerwone 60.00g; polędwica sopocka# 40.00g; chleb żytni razowy 25.00g; Chipsy jabłkowe 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <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 21.09-30.09.2024

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie  
Dział Żywnienia  
ul. Piłsudskiego 11  
22-500 Hrubieszów

Środa 2024-09-25

	śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja + posiłek dodatkowy
<p>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6) 21.09-30.09.2024</p> <p>Razem E: 2112.2 kcal   B 108.7 g   T 66.7 g   W 292.1 g   SFA 22.6 g   Cukry 68.5 g   Sól 9.0 g   Błonnik 45.5 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 z indyka 40.00g; hummus, gotowy 40.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; brokuły, kiełki 5.00g; <b>(GLU, MLE, SEZ)</b></p>	<p>kiwi 81.00g;</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Zupa jarzynowa z ziemniakami zabielana 450.1g <b>(MLE, SEL)</b></p> <p>Bitki ze schabu duszone w białym sosie# 256.5g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>ryż brązowy, gotowany 150.00g; ogórek kiszony 150.00g;</p>	<p>Gruszka pieczona 130.0g</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>Pasta z tuńczyka i jajka 140.0g <b>(JAJ, RYB, MLE, GOR)</b></p> <p>kefir, 2% tłuszczu 200.00g; chleb żytni razowy 120.00g; pomidory, czerwone 60.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p>
<p>Dieta podstawowa (C1) kobiety ciężarne lub w okresie laktacji 21.09-30.09.2024</p> <p>Razem E: 2166.5 kcal   B 117.9 g   T 70.2 g   W 288.5 g   SFA 24.7 g   Cukry 79.0 g   Sól 9.3 g   Błonnik 44.2 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; papryka żółta, słodka 75.00g; polędwica sopocka# 40.00g; hummus, gotowy 40.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, SOJ, MLE, SEZ)</b></p>	<p>jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; kiwi 81.00g; <b>(MLE)</b></p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Zupa jarzynowa z ziemniakami zabielana 450.0g <b>(MLE, SEL)</b></p> <p>Bitki ze schabu duszone w białym sosie# 256.5g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>ryż brązowy, gotowany 150.00g; ogórek kwaszony 150.00g;</p>	<p>Gruszka pieczona 130.0g</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>Pasta z tuńczyka i jajka 160.0g <b>(JAJ, RYB, MLE, GOR)</b></p> <p>kefir, 2% tłuszczu 200.00g; chleb żytni razowy 90.00g; pomidory, czerwone 75.00g; rosłonka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p>
<p>Dieta podstawowa oddział dziecięcy 21.09-30.09.2024</p> <p>Razem E: 1982.1 kcal   B 109.7 g   T 67.9 g   W 250.8 g   SFA 24.1 g   Cukry 77.5 g   Sól 8.3 g   Błonnik 34.1 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; papryka żółta, słodka 75.00g; polędwica sopocka# 40.00g; hummus, gotowy 40.00g; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, SOJ, MLE, SEZ)</b></p>	<p>jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; kiwi 81.00g; <b>(MLE)</b></p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Zupa jarzynowa z ziemniakami zabielana 450.0g <b>(MLE, SEL)</b></p> <p>Bitki ze schabu duszone w białym sosie# 236.5g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>ryż brązowy, gotowany 150.00g; ogórek kwaszony 150.00g;</p>	<p>Gruszka pieczona 130.0g</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>Pasta z tuńczyka i jajka 160.0g <b>(JAJ, RYB, MLE, GOR)</b></p> <p>kefir, 2% tłuszczu 200.00g; pomidory, czerwone 75.00g; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; rosłonka 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 21.09-30.09.2024

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie  
Dział Żywnienia  
ul. Piłsudskiego 11  
22-500 Hrubieszów

Czwartek 2024-09-26	śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja + posiłek dodatkowy
<p>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6) 21.09-30.09.2024</p> <p>Razem E: 2003.8 kcal   B 113.8 g   T 53.8 g   W 285.9 g   SFA 26.2 g   Cukry 84.1 g   Sól 5.8 g   Błonnik 40.0 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami orkiszowymi 300.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; serek naturalny, lekki (Bieluch) 75.00g; pomidory, czerwone 60.00g; chleb żytni razowy 30.00g; szynka wiejska# 20.00g; rosztownica 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, SOJ, MLE, GOR)</b></p>	<p>jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; śliwki, różne gatunki 100.00g; <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>Salata masłowa z dressingiem jogurtowym 170.0g <b>(MLE)</b></p> <p>Filet z indyka duszony w sosie# 205.0g <b>(GLU, MLE, SEL)</b></p> <p>ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>Czekoladowy koktajl bananowy# 186.0g <b>(MLE)</b></p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>chleb żytni razowy 120.00g; Mus 100.00g; polędwica sopocka# 80.00g; ogórek 65.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU, SOJ)</b></p>
<p>Dieta podstawowa (C1) kobiety ciężarne lub w okresie laktacji 21.09-30.09.2024</p> <p>Razem E: 2265.5 kcal   B 108.6 g   T 58.3 g   W 350.9 g   SFA 24.4 g   Cukry 110.4 g   Sól 5.3 g   Błonnik 48.2 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; serek naturalny, lekki (Bieluch) 75.00g; pomidory, czerwone 60.00g; dżem truskawkowy, niskosłodzony 30.00g; rosztownica 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p>	<p>jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 150.00g; śliwki, różne gatunki 100.00g; <b>(MLE)</b></p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Salata masłowa z dressingiem jogurtowym# 175.5g <b>(MLE)</b></p> <p>Zupa koperkowa z makaronem 450.0g <b>(GLU, MLE, SEL)</b></p> <p>Gołąbki w sosie pomidorowym 361.0g <b>(MLE)</b></p> <p>ziemniaki 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>Czekoladowy koktajl bananowy# 186.0g <b>(MLE)</b></p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>Mus 100.00g; chleb żytni razowy 90.00g; ogórek 65.00g; polędwica sopocka# 60.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 20.00g; sałata masłowa 12.00g; <b>(GLU, SOJ)</b></p>
<p>Dieta podstawowa oddział dziecięcy 21.09-30.09.2024</p> <p>Razem E: 2106.9 kcal   B 105.0 g   T 56.8 g   W 313.2 g   SFA 24.2 g   Cukry 109.0 g   Sól 4.3 g   Błonnik 38.1 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami orkiszowymi 300.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; 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; rosztownica 12.00g; masło ekstra <b>(GLU, MLE)</b></p>	<p>jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 150.00g; śliwki, różne gatunki 100.00g; <b>(MLE)</b></p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Salata masłowa z dressingiem jogurtowym# 175.5g <b>(MLE)</b></p> <p>Zupa koperkowa z makaronem 450.0g <b>(GLU, MLE, SEL)</b></p> <p>Gołąbki w sosie pomidorowym 361.0g <b>(MLE)</b></p> <p>ziemniaki 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>Czekoladowy koktajl bananowy# 186.0g <b>(MLE)</b></p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>Mus 100.00g; ogórek 65.00g; polędwica sopocka# 60.00g; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 20.00g; sałata masłowa 12.00g; <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 21.09-30.09.2024

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie  
Dział Żywnienia  
ul. Piłsudskiego 11  
22-500 Hrubieszów

Piątek 2024-09-27

	śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja + posiłek dodatkowy
<p>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6) 21.09-30.09.2024</p> <p>Razem E: 2132.0 kcal   B 111.3 g   T 58.8 g   W 314.5 g   SFA 22.1 g   Cukry 80.2 g   Sól 12.2 g   Błonnik 52.6 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; serek twarogowy, ziarnisty 200.00g; chleb żytni razowy 90.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; 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>(GLU, MLE, SEL)</b></p> <p>Surówka z kiszzonej kapusty# 150.0g</p> <p>Dorsz pieczony z sosem koperkowym# 246.0g <b>(GLU, RYB, MLE)</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>sok wielowarzywny 300.00g; chleb żytni razowy 120.00g; ogórek 65.00g; pasta warzywna 40.00g; szynka wiejska# 40.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR)</b></p>
<p>Dieta podstawowa (C1) kobiety ciężarne lub w okresie laktacji 21.09-30.09.2024</p> <p>Razem E: 2272.9 kcal   B 113.1 g   T 66.8 g   W 330.2 g   SFA 22.5 g   Cukry 92.6 g   Sól 9.8 g   Błonnik 53.8 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 twarogowy, ziarnisty 200.00g; chleb żytni razowy 90.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; roszonek 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p>	<p>kiwi 81.00g;</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych# 200.0g</p> <p>Barszcz czerwony z fasolą# 450.0g <b>(GLU, MLE, SEL)</b></p> <p>Dorsz pieczony z sosem koperkowym# 246.0g <b>(GLU, RYB, MLE)</b></p> <p>Brokuły gotowane 210.0g 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 wielowarzywny 330.00g; chleb żytni razowy 90.00g; ogórek 50.00g; szynka z indyka 40.00g; pasta warzywna 40.00g; roszonek 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU, MLE, SEL)</b></p>
<p>Dieta podstawowa oddział dziecięcy 21.09-30.09.2024</p> <p>Razem E: 2097.7 kcal   B 106.0 g   T 65.0 g   W 292.4 g   SFA 22.1 g   Cukry 91.1 g   Sól 8.6 g   Błonnik 43.8 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 twarogowy, ziarnisty 200.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; roszonek 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p>	<p>kiwi 81.00g;</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych# 200.0g</p> <p>Barszcz czerwony z fasolą# 450.0g <b>(GLU, MLE, SEL)</b></p> <p>Dorsz pieczony z sosem koperkowym# 246.0g <b>(GLU, RYB, MLE)</b></p> <p>Brokuły gotowane 210.0g 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 wielowarzywny 330.00g; ogórek 50.00g; pasta warzywna 40.00g; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; szynka z indyka 20.00g; roszonek 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU, MLE, 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 oznaczone zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady. Szczegółowy skład potraw dostępny jest w Dziale Żywnienia. Z przyczyn niezależnych dopuszcza się wymianę zaplanowanych w jadłospisie produktów na produkty równoważne pod względem energetycznym i wartości odżywczych.



# Jadłospis 21.09-30.09.2024

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie  
Dział Żywnienia  
ul. Piłsudskiego 11  
22-500 Hrubieszów

Sobota 2024-09-28

	śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja + posiłek dodatkowy
<p>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6) 21.09-30.09.2024</p> <p>Razem E: 2211.0 kcal   B 111.4 g   T 59.4 g   W 330.0 g   SFA 19.8 g   Cukry 68.0 g   Sól 7.6 g   Błonnik 49.9 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 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>Zupa ziemniaczana z makaronem 450.0g <b>(GLU, SEL)</b></p> <p>Surówka z marchewki i jabłka z olejem 149.9g</p> <p>Pulpety w sosie koperkowym 230.0g <b>(GLU, JAJ)</b></p> <p>kasza jęczmienna, perłowa, gotowana 150.00g; <b>(GLU)</b></p>	<p>Jabłko pieczone 150.0g</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>chleb żytni razowy 120.00g; Mus 100.00g; szynka delikatesowa z kurczaka# 80.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; roszponka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU)</b></p>
<p>Dieta podstawowa (C1) kobiety ciężarne lub w okresie laktacji 21.09-30.09.2024</p> <p>Razem E: 2186.2 kcal   B 102.5 g   T 46.9 g   W 362.7 g   SFA 16.6 g   Cukry 87.6 g   Sól 8.4 g   Błonnik 53.1 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 300.0g <b>(MLE)</b></p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; pomidory, czerwone 120.00g; chleb żytni razowy 90.00g; szynka z piersi kurczaka 60.00g; 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>Pulpety w sosie koperkowym 230.0g <b>(GLU, JAJ)</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>Jabłko pieczone 150.0g</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>Mus 300.00g; 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)</b></p>
<p>Dieta podstawowa oddział dziecięcy 21.09-30.09.2024</p> <p>Razem E: 1882.8 kcal   B 92.0 g   T 44.5 g   W 295.6 g   SFA 15.9 g   Cukry 78.5 g   Sól 7.3 g   Błonnik 39.0 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 300.0g <b>(MLE)</b></p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; pomidory, czerwone 120.00g; szynka z piersi kurczaka 60.00g; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p>	<p>banan 80.00g;</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Pulpety w sosie koperkowym 205.0g <b>(GLU, JAJ)</b></p> <p>Surówka z marchewki i jabłka z olejem 150.0g</p> <p>Zupa ziemniaczana z makaronem 450.0g <b>(GLU, SEL)</b></p> <p>kasza jęczmienna, perłowa, gotowana 150.00g; <b>(GLU)</b></p>	<p>Jabłko pieczone 150.0g</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>Mus 100.00g; papryka 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)</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 21.09-30.09.2024

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie  
Dział Żywnienia  
ul. Piłsudskiego 11  
22-500 Hrubieszów

Niedziela 2024-09-29	śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja + posiłek dodatkowy
<p>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6) 21.09-30.09.2024</p> <p>Razem E: 2105.0 kcal   B 108.3 g   T 56.3 g   W 313.5 g   SFA 21.3 g   Cukry 69.0 g   Sól 11.1 g   Błonnik 46.9 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb żytni razowy 90.00g; polędwica sopocka 60.00g; pomidory, czerwone 60.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, SOJ, MLE)</b></p>	<p>Gruszka pieczona 130.0g</p>	<p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g</p> <p>Zupa ryżowa# 450.0g <b>(SEL)</b></p> <p>Udko z kurczaka w sosie 180.0g <b>(GLU, MLE, GOR)</b></p> <p>Bukiet jarzyn gotowany# 205.0g <b>(SEL)</b></p> <p>ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p>sok wielowarzywny 300.00g; <b>(SEL)</b></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; szynka wiejska 80.00g; ogórek kiszony 50.00g; rozspanka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p>
<p>Dieta podstawowa (C1) kobiety ciężarne lub w okresie laktacji 21.09-30.09.2024</p> <p>Razem E: 2242.6 kcal   B 123.9 g   T 68.8 g   W 303.5 g   SFA 23.8 g   Cukry 76.8 g   Sól 9.9 g   Błonnik 44.4 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>chleb żytni razowy 90.00g; szynka drobiowa 60.00g; pomidory, czerwone 50.00g; rozspanka 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p>	<p>gruszka 130.00g;</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# 250.0g <b>(GOR)</b></p> <p>Bukiet jarzyn gotowany# 205.0g <b>(SEL)</b></p> <p>ziemniaki 200.00g;</p>	<p>banan 100.00g;</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 100.00g; chleb żytni razowy 90.00g; szynka wiejska# 60.00g; ogórek kiszony 50.00g; rozspanka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU, SOJ, MLE, GOR)</b></p>
<p>Dieta podstawowa oddział dziecięcy 21.09-30.09.2024</p> <p>Razem E: 1937.3 kcal   B 104.8 g   T 57.9 g   W 265.8 g   SFA 20.9 g   Cukry 75.3 g   Sól 8.6 g   Błonnik 34.3 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>szynka drobiowa 60.00g; pomidory, czerwone 50.00g; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; rozspanka 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p>	<p>gruszka 130.00g;</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# 157.8g <b>(GOR)</b></p> <p>Bukiet jarzyn gotowany# 205.0g <b>(SEL)</b></p> <p>ziemniaki 200.00g;</p>	<p>banan 100.00g;</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 100.00g; szynka wiejska# 60.00g; ogórek kiszony 50.00g; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; rozspanka 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 21.09-30.09.2024

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie  
Dział Żywnienia  
ul. Piłsudskiego 11  
22-500 Hrubieszów

Poniedziałek 2024-09-30

	śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja + posiłek dodatkowy
<p>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6) 21.09-30.09.2024</p> <p>Razem E: 2101.0 kcal   B 110.7 g   T 62.0 g   W 296.7 g   SFA 24.0 g   Cukry 71.9 g   Sól 7.4 g   Błonnik 42.8 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; papryka czerwona, słodka 75.00g; szynka wiejska 20.00g; 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 pieczarkowa z makaronem 450.0g <b>(GLU, MLE, SEL)</b></p> <p>Makaron z kurczakiem i szpinakiem 431.0g <b>(GLU, MLE, GOR)</b></p>	<p>Jablko pieczone 150.0g</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>Pasta z tuńczyka i twarogu 53.6g <b>(RYB, MLE)</b></p> <p>kefir, 2% tłuszczu 200.00g; chleb żytni razowy 120.00g; pomidory, czerwone 60.00g; szynka wiejska# 40.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU, SOJ, MLE, GOR)</b></p>
<p>Dieta podstawowa (C1) kobiety ciężarne lub w okresie laktacji 21.09-30.09.2024</p> <p>Razem E: 2242.0 kcal   B 114.7 g   T 83.5 g   W 272.0 g   SFA 38.3 g   Cukry 71.5 g   Sól 7.3 g   Błonnik 34.9 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>Pasta z zielonego groszku 52.5g</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; chleb żytni razowy 60.00g; szynka wiejska 20.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p>	<p>banan 115.00g;</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>Makaron z kurczakiem i suszonymi pomidorami 420.0g <b>(GLU, MLE, SEL, SO2)</b></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>Pasta z tuńczyka i twarogu 107.2g <b>(RYB, MLE)</b></p> <p>kefir, 2% tłuszczu 200.00g; chleb żytni razowy 90.00g; pomidory, czerwone 60.00g; szynka drobiowa 40.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p>
<p>Dieta podstawowa oddział dziecięcy 21.09-30.09.2024</p> <p>Razem E: 2088.3 kcal   B 108.7 g   T 74.9 g   W 253.6 g   SFA 35.8 g   Cukry 77.5 g   Sól 5.5 g   Błonnik 25.3 g</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g <b>(GLU, MLE)</b></p> <p>Pasta z zielonego groszku 52.5g</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; szynka wiejska 20.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>(GLU, MLE)</b></p>	<p>banan 115.00g;</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>Makaron z kurczakiem i suszonymi pomidorami 420.0g <b>(GLU, MLE, SEL, SO2)</b></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>Pasta z tuńczyka i twarogu 107.2g <b>(RYB, MLE)</b></p> <p>kefir, 2% tłuszczu 200.00g; pomidory, czerwone 60.00g; chleb żytni razowy 25.00g; bułka pszenna wrocławska 25.00g; szynka drobiowa 20.00g; 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.