



Dieta podstawowa (1)

Samodzielny Publiczny

Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie

Poniedziałek 2024-01-01	Wtorek 2024-01-02	Środa 2024-01-03	Czwartek 2024-01-04	Piątek 2024-01-05
I śniadanie Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; banan 115.00g; chleb pszenny 70.00g; szynka wiejska# 60.00g; pomidory, czerwone 60.00g; chleb żytni razowy 30.00g; rosółka 12.00g; masło ekstra 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), gorczyca i produkty pochodne	I śniadanie Zupa mleczna z ryżem 300.0g Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; pomarańcza 150.00g; ogórek kiszony 150.00g; chleb pszenny 70.00g; polędwica sopocka# 40.00g; chleb żytni razowy 30.00g; ser, gouda tłusty 20.00g; rosółka 12.00g; masło ekstra 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	I śniadanie Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) Pasta z zielonego groszku 50.0g szynka wiejska 40.00g herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb pszenny 70.00g; pomidory, czerwone 60.00g; chleb żytni razowy 30.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	I śniadanie Zupa mleczna z płatkami orkiszowymi 300.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; szynka z indyka 60.00g; bułki grahamki 50.00g; chleb pszenny 30.00g; rosółka 12.00g; masło ekstra 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	I śniadanie Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) 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; Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
obiad Krupnik z kaszą jęczmienną 450.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, seler i produkty pochodne Bitki ze schabu w białym sosie 275.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) Surówka z marchewki i jabłka z olejem 150.0g Kompot z owoców mrożonych# 200.0g ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;	obiad Zupa ogórkowa z ziemniakami zabelana 450.0g Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Kotlet drobiowy 165.5g Alergeny: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne Surówka z czerwonej kapusty z olejem 150.0g ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;	obiad Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Zupa jarzynowa z ziemniakami zabelana 450.0g Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne Gołąbki w sosie pomidorowym 360.0g Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) Sałata masłowa z dressingiem jogurtowym l# 170.0g Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;	obiad Kotlety mielone pieczone w piekarniku 180.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Zupa z zielonej soczewicy 450.0g Alergeny: gorczyca i produkty pochodne Surówka z buraków i jabłka 180.0g ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;	obiad Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Surówka z kiszzonej kapusty, jabłka i marchwi 150.0g Filet z dorsza panierowany 175.5g Alergeny: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne, ryby i produkty pochodne Barszcz czerwony z fasolą 450.0g Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;
kolacja Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) 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; Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), gorczyca i produkty pochodne	kolacja Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) Pasta z tuńczyka i twarogu 107.2g Alergeny: ryby i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) chleb pszenny 60.00g; chleb żytni razowy 60.00g; pomidory, czerwone 60.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten	kolacja Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) polędwica sopocka# 80.00g; chleb pszenny 60.00g; chleb żytni razowy 60.00g; pomidory, czerwone 54.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne	kolacja Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) kurczak faszerowany, pieczony# 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; Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne, gorczyca i produkty pochodne, dwutlenek siarki i siarczyny	kolacja Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) Pasta jajeczna ze szczypiorkiem# 112.0g Alergeny: jaja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), gorczyca i produkty pochodne ogórek 65.00g; chleb pszenny 60.00g; chleb żytni razowy 60.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten

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. Szczegółowy skład potraw dostępny jest w Dziale Żywnienia.



Dieta podstawowa (1)

Samodzielny Publiczny
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie

Poniedziałek 2024-01-01	Wtorek 2024-01-02	Środa 2024-01-03	Czwartek 2024-01-04	Piątek 2024-01-05
Dodatkowy posiłek kefir, 2% tłuszczu 200.00g; Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Dodatkowy posiłek sok pomidorowy 300.00g;	Dodatkowy posiłek serek twarogowy, ziarnisty 200.00g; Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Dodatkowy posiłek kefir, 2% tłuszczu 200.00g; Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Dodatkowy posiłek Mus warzywny 100.00g;
Razem E: 2172.8 kcal B 108.9 g T 61.2 g W 313.8 g SFA 21.6 g Cukry 84.3 g Sól 8.2 g Błonnik 35.6 g	Razem E: 2086.8 kcal B 109.2 g T 54.8 g W305.2 g SFA 19.6 g Cukry 65.5 g Sól 12.4 g Błonnik 36.5 g	Razem E: 2093.4 kcal B 114.1 g T 52.7 g W309.2 g SFA 22.0 g Cukry 58.8 g Sól 6.9 g Błonnik 39.2 g	Razem E: 2214.1 kcal B 113.4 g T 68.3 g W307.9 g SFA 20.4 g Cukry 62.2 g Sól 7.0 g Błonnik 43.2 g	Razem E: 2083.4 kcal B 107.9 g T 60.3 g W281.8 g SFA 21.9 g Cukry 66.1 g Sól 7.9 g Błonnik 38.4 g

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

Potrawy przygotowywane w Dziale Żywności 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. Szczegółowy skład potraw dostępny jest w Dziale Żywności.



Dieta podstawowa (1)

Samodzielny Publiczny

Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie

Sobota 2024-01-06	Niedziela 2024-01-07	Poniedziałek 2024-01-08	Wtorek 2024-01-09	Środa 2024-01-10
I śniadanie Zupa mleczna z ryżem 300.0g Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; szynka wiejska 60.00g; chleb pszenny 60.00g; ogórek kiszony 50.00g; chleb żytni razowy 30.00g; roszpinka 12.00g; masło ekstra 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	I śniadanie Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300.0g Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; polędwica sopocka 60.00g; chleb pszenny 60.00g; pomidory, czerwone 60.00g; mandarynki 50.00g; chleb żytni razowy 30.00g; roszpinka 12.00g; masło ekstra 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	I śniadanie Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; serek naturalny, lekki (Bieluch) 75.00g; chleb pszenny 70.00g; chleb żytni razowy 60.00g; pomidory, czerwone 60.00g; dżem truskawkowy, niskosłodzony 30.00g; roszpinka 12.00g; masło ekstra 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	I śniadanie Zupa mleczna z ryżem 300.0g Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; pomarańcza 150.00g; chleb pszenny 70.00g; ogórek 65.00g; kiełbasa kanapkowa z kurczaka 60.00g; chleb żytni razowy 30.00g; roszpinka 12.00g; masło ekstra 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), gorczyca i produkty pochodne	I śniadanie Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; bułki grahamki 50.00g; szynka wiejska# 40.00g; pasta warzywna 40.00g; chleb pszenny 30.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), gorczyca i produkty pochodne
obiad Zupa ziemniaczana z makaronem 449.6g Alergeny: zboża zawierające gluten, seler i produkty pochodne Surówka z marchewki i jabłka z olejem 160.0g Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Podudzie z kurczaka w sosie 200.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), gorczyca i produkty pochodne kasza jęczmienna, perłowa, gotowana 150.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten	obiad Piersz z kurczaka w białym sosie 257.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) Bukiet jarzyn gotowany 204.0g Alergeny: seler i produkty pochodne Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Zupa pomidorowa z ryżem 450.0g Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;	obiad Zupa pieczarkowa z makaronem 450.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Spaghetti z mięsem mielonym# 420.0g Alergeny: zboża zawierające gluten Sałata masłowa z dressingiem jogurtowym l# 170.0g Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	obiad Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Zupa kalafiorowa z ziemniakami zabiela 450.0g Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne Schab w sosie własnym 300.0g Alergeny: zboża zawierające gluten Surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem 150.0g Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) kasza gryczana prażona, gotowana 150.00g;	obiad Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Rosół z makaronem# 450.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, seler i produkty pochodne Pieczone udko z kurczaka 180.0g Alergeny: gorczyca i produkty pochodne Surówka z marchewki i jabłka z olejem 150.0g ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;
kolacja Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) szynka delikatesowa z kurczaka# 80.00g; chleb pszenny 60.00g; chleb żytni razowy 60.00g; pomidory, czerwone 60.00g; roszpinka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten	kolacja Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) szynka wiejska 80.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; chleb pszenny 60.00g; chleb żytni razowy 60.00g; roszpinka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten	kolacja Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) Pasta twarogowo- jajeczna ze szczypiorkiem 103.0g Alergeny: jaja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) papryka czerwona, słodka 75.00g; chleb żytni razowy 60.00g; chleb pszenny 60.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten	kolacja Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) #pasztet z mięsa mieszanego, pieczony 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; Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	kolacja Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) Pasta z makreli i twarogu 112.5g Alergeny: ryby i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) chleb pszenny 60.00g; chleb żytni razowy 60.00g; pomidory, czerwone 54.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten

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. Szczegółowy skład potraw dostępny jest w Dziale Żywnienia.



Dieta podstawowa (1)

Samodzielny Publiczny
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie

Sobota
2024-01-06

Dodatkowy posiłek

jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g;
Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)

Razem E: 2247.6 kcal | B 107.8 g |
T 62.9 g | W 327.7 g | SFA 21.9 g | Cukry
55.5 g | Sól 8.1 g | Błonnik 35.1 g

Niedziela
2024-01-07

Dodatkowy posiłek

kefir, 2% tłuszczu 200.00g;
Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)

Razem E: 2101.2 kcal | B 113.1 g |
T 55.6 g | W 304.2 g | SFA 20.4 g | Cukry
65.9 g | Sól 7.0 g | Błonnik 35.8 g

Poniedziałek
2024-01-08

Dodatkowy posiłek

jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g;
Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)

Razem E: 2179.9 kcal | B 100.3 g |
T 66.5 g | W 311.7 g | SFA 24.7 g | Cukry
80.2 g | Sól 5.4 g | Błonnik 32.7 g

Wtorek
2024-01-09

Dodatkowy posiłek

kefir, 2% tłuszczu 200.00g;
Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)

Razem E: 2136.0 kcal | B 101.2 g |
T 71.0 g | W 290.4 g | SFA 24.5 g | Cukry
68.6 g | Sól 6.4 g | Błonnik 33.7 g

Środa
2024-01-10

Dodatkowy posiłek

Mus warzywny 100.00g;

Razem E: 2294.6 kcal | B 111.3 g |
T 80.0 g | W 289.2 g | SFA 23.8 g | Cukry
60.8 g | Sól 8.6 g | Błonnik 38.5 g

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

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



Dieta łatwostrawna (2)

Samodzielny Publiczny
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie

Poniedziałek 2024-01-01	Wtorek 2024-01-02	Środa 2024-01-03	Czwartek 2024-01-04	Piątek 2024-01-05
śniadanie Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; banan 115.00g; bułki wrocławskie 100.00g; szynka wiejska# 60.00g; pomidory, czerwone b/skóry 60.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), gorczyca i produkty pochodne	śniadanie Zupa mleczna z ryżem 300.0g Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) Jabłko pieczone 150.0g 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; Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	śniadanie Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; bułki wrocławskie 100.00g; szynka wiejska# 60.00g; pomidory, czerwone b/skóry 57.58g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), gorczyca i produkty pochodne	śniadanie Zupa mleczna z płatkami orkiszowymi 300.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) Gruszka pieczona 130.0g herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; bułki wrocławskie 100.00g; szynka wiejska# 60.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), gorczyca i produkty pochodne	śniadanie Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) Gruszka pieczona 130.0g 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; Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
Obiad Krupnik z kaszą jęczmienną 450.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, seler i produkty pochodne Bitki ze schabu w białym sosie 275.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) Surówka z marchewki i jabłka z olejem 150.0g Kompot z owoców mrożonych# 200.0g ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;	Obiad Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Filet z kurczaka w sosie# 230.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) Surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem 150.0g Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) Zupa grysikowa# 450.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, seler i produkty pochodne ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;	Obiad Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Zupa jarzynowa z ziemniakami zabieleną 450.1g Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne Sałata masłowa z dressingiem jogurtowym l# 170.0g Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) Filet z indyka w sosie# 205.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;	Obiad Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Surówka z buraków i jabłka 180.0g Pulpet w sosie koperkowym# 230.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) Zupa ryżowa # 450.0g Alergeny: seler i produkty pochodne ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;	Obiad Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Dorsz pieczony 142.0g Alergeny: ryby i produkty pochodne Barszcz czerwony# 450.0g Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne Sałata masłowa z olejem# 150.0g ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;
Kolacja Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) Gruszka pieczona 130.0g bułki wrocławskie 100.00g; szynka wiejska# 80.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), gorczyca i produkty pochodne	Kolacja Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) Pasta z dorsza i twarogu 107.2g Alergeny: ryby i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) bułki wrocławskie 100.00g; pomidory, czerwone b/skóry 60.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten	Kolacja Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) Brokuły gotowane 80.0g bułki wrocławskie 100.00g; polędwica sopocka# 80.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne	Kolacja Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) bułki wrocławskie 100.00g; szynka z indyka 80.00g; pomidory, czerwone b/skóry 60.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten	Kolacja Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) bułki wrocławskie 100.00g; szynka wiejska# 80.00g; brokuły 80.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), gorczyca i produkty pochodne

Posilek 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. Szczegółowy skład potraw dostępny jest w Dziale Żywnienia.



Dieta łatwostrawna (2)

Samodzielny Publiczny
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie

Poniedziałek 2024-01-01	Wtorek 2024-01-02	Środa 2024-01-03	Czwartek 2024-01-04	Piątek 2024-01-05
Posiłek dodatkowy kefir, 2% tłuszczu 200.00g; Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Posiłek dodatkowy sok pomidorowy 300.00g;	Posiłek dodatkowy serek twarogowy, ziarnisty 200.00g; Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Posiłek dodatkowy kefir, 2% tłuszczu 200.00g; Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Posiłek dodatkowy Mus warzywny 100.00g;
Razem E: 2270.6 kcal B 108.2 g T 66.5 g W323.7 g SFA 23.2 g Cukry 95.3 g Sól 7.7 g Błonnik 29.2 g	Razem E: 2020.4 kcal B 109.7 g T 44.8 g W309.1 g SFA 17.9 g Cukry 76.1 g Sól 6.3 g Błonnik 31.3 g	Razem E: 2000.8 kcal B 124.8 g T 57.1 g W259.1 g SFA 24.3 g Cukry 50.8 g Sól 7.6 g Błonnik 26.0 g	Razem E: 2075.2 kcal B 101.6 g T 54.8 g W309.2 g SFA 21.1 g Cukry 67.7 g Sól 7.1 g Błonnik 31.4 g	Razem E: 2043.4 kcal B 107.8 g T 60.9 g W266.8 g SFA 21.7 g Cukry 68.4 g Sól 7.8 g Błonnik 27.2 g

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

Potrawy przygotowywane w Dziale Żywności 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. Szczegółowy skład potraw dostępny jest w Dziale Żywności.



Dieta łatwostrawna (2)

Samodzielny Publiczny
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie

Sobota 2024-01-06	Niedziela 2024-01-07	Poniedziałek 2024-01-08	Wtorek 2024-01-09	Środa 2024-01-10
śniadanie Zupa mleczna z ryżem 300.0g Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) Jabłko pieczone 150.0g herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; bułki wrocławskie 100.00g; szynka wiejska 60.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	śniadanie Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300.0g Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; bułki wrocławskie 100.00g; banan 80.00g; pomidory, czerwone b/skóry 60.00g; polędwica sopocka 60.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	śniadanie Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) 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; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	śniadanie Zupa mleczna z ryżem 300.0g Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) Jabłko pieczone 150.0g herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; bułki wrocławskie 100.00g; kielbasa kanapkowa z kurczaka 60.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), gorczyzca i produkty pochodne	śniadanie Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; bułki wrocławskie 100.00g; szynka wiejska# 60.00g; pomidory, czerwone b/skóry 60.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), gorczyzca i produkty pochodne
Obiad Zupa ziemniaczana z makaronem 449.6g Alergeny: zboża zawierające gluten, seler i produkty pochodne Surówka z marchewki i jabłka z olejem 150.0g Podudzie z kurczaka w sosie 180.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), gorczyzca i produkty pochodne Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g kasza jęczmienna, perłowa, gotowana 150.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten	Obiad Pierś z kurczaka w białym sosie 247.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) Bukiet jarzyn gotowany 204.0g Alergeny: seler i produkty pochodne Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Zupa pomidorowa z ryżem 450.0g Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;	Obiad Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Sałata masłowa z dressingiem jogurtowym # 170.0g Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) Zupa grysikowa# 450.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, seler i produkty pochodne Makaron z sosem mięsno-warzywnym# 450.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne	Obiad Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Zupa kalafiorowa z ziemniakami zabiela 450.1g Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne Surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem 150.0g Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) Bitki ze schabu w białym sosie 275.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;	Obiad Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Rosół z makaronem# 450.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, seler i produkty pochodne Surówka z marchewki i jabłka z olejem 150.0g Udko z kurczaka w sosie 200.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), gorczyzca i produkty pochodne ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;
Kolacja Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) bułki wrocławskie 100.00g; szynka delikatesowa z kurczaka# 80.00g; pomidory, czerwone b/skóry 60.00g; roszponka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten	Kolacja Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) Gruszka pieczona 130.0g bułki wrocławskie 100.00g; szynka wiejska 80.00g; roszponka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten	Kolacja Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) Pasta twarogowo- jajeczna z koperkiem 129.0g bułki wrocławskie 100.00g; pomidory, czerwone b/skóry 60.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten	Kolacja Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) bułki wrocławskie 100.00g; #pasztet z mięsa mieszanego, pieczony 80.00g; pomidory, czerwone b/skóry 60.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Kolacja Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) Pasta z dorsza i twarogu 107.2g Alergeny: ryby i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) bułki wrocławskie 100.00g; brokuły 80.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten

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; tubin i produkty pochodne; mięczaki i produkty pochodne. Szczegółowy skład potraw dostępny jest w Dziale Żywnienia.



Dieta łatwostrawna (2)

Samodzielny Publiczny
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie

Sobota
2024-01-06

Posiłek dodatkowy

jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g;
Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)

Razem E: 2346.8 kcal | B 107.2 g |
T 67.6 g | W340.0 g | SFA 23.6 g | Cukry 67.6
g | Sól 6.8 g | Błonnik 30.2 g

Niedziela
2024-01-07

Posiłek dodatkowy

kefir, 2% tłuszczu 200.00g;
Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)

Razem E: 2272.0 kcal | B 111.7 g |
T 61.0 g | W333.2 g | SFA 22.1 g | Cukry 87.4
g | Sól 6.6 g | Błonnik 30.3 g

Poniedziałek
2024-01-08

Posiłek dodatkowy

jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g;
Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)

Razem E: 2248.5 kcal | B 104.7 g |
T 66.4 g | W 321.7 g | SFA 27.6 g | Cukry
79.6 g | Sól 4.6 g | Błonnik 25.9 g

Wtorek
2024-01-09

Posiłek dodatkowy

kefir, 2% tłuszczu 200.00g;
Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)

Razem E: 2311.0 kcal | B 100.3 g |
T 86.4 g | W295.3 g | SFA 27.9 g | Cukry 74.6
g | Sól 5.9 g | Błonnik 26.5 g

Środa
2024-01-10

Posiłek dodatkowy

Mus warzywny 100.00g;

Razem E: 2281.8 kcal | B 111.3 g |
T 71.5 g | W300.5 g | SFA 24.0 g | Cukry 60.1
g | Sól 6.6 g | Błonnik 29.4 g

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

Potrawy przygotowywane w Dziale Żywności 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. Szczegółowy skład potraw dostępny jest w Dziale Żywności.



Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)

Samodzielny Publiczny
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie

Poniedziałek 2024-01-01	Wtorek 2024-01-02	Środa 2024-01-03	Czwartek 2024-01-04	Piątek 2024-01-05
śniadanie Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb żytni razowy 90.00g; pomidory, czerwone 60.00g; szynka wiejska# 60.00g; rosółka 12.00g; masło ekstra 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), gorczyca i produkty pochodne	śniadanie Zupa mleczna z ryżem brązowym 300.0g Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb żytni razowy 90.00g; poledwica sopocka# 60.00g; ogórek kiszony 50.00g; rosółka 12.00g; masło ekstra 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	śniadanie Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) Pasta z zielonego groszku 50.0g herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb żytni razowy 90.00g; pomidory, czerwone 60.00g; szynka wiejska# 40.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), gorczyca i produkty pochodne	śniadanie Zupa mleczna z płatkami orkiszowymi 300.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; szynka z indyka 60.00g; bułki grahamki 50.00g; chleb żytni razowy 30.00g; rosółka 12.00g; masło ekstra 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	śniadanie Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) 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; Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
II śniadanie kefir, 2% tłuszczu 100.00g; kiwi 81.00g; Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	II śniadanie jogurt naturalny, 2% tłuszczu 225.00g; pomarańcza 130.00g; Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	II śniadanie Czerwone smoothie# 255.0g Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	II śniadanie gruszka 130.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	II śniadanie Koktajl z kiwi# 240.0g
Obiad Krupnik z kaszą jęczmienną 450.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, seler i produkty pochodne Bitki ze schabu w białym sosie 275.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) Surówka z marchewki i jabłka z olejem 150.0g Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;	Obiad Zupa ogórkowa z ziemniakami zabieleną 450.0g Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne Surówka z czerwonej kapusty z olejem 155.0g Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g Filet z kurczaka w sosie# 180.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;	Obiad Zupa jarzynowa z ziemniakami zabieleną 450.0g Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne Sałata masłowa z dressingiem jogurtowym # 170.0g Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g Filet z indyka w sosie# 205.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;	Obiad Kotlety mielone pieczone w piekarniku 150.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne Zupa z zielonej soczewicy 450.0g Alergeny: gorczyca i produkty pochodne Surówka z buraków i jabłka 180.0g Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;	Obiad Surówka z kiszonej kapusty, jabłka i marchwi 157.5g Barszcz czerwony z fasolą 450.0g Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g Dorsz pieczony 137.0g Alergeny: ryby i produkty pochodne ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;
Podwieczorek pomarańcza 130.00g;	Podwieczorek Jabłko pieczone 150.0g	Podwieczorek jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Podwieczorek Jabłko pieczone 150.0g	Podwieczorek kefir, 2% tłuszczu 200.00g; Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)

Posilek 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; łubin i produkty pochodne; mięczaki i produkty pochodne. Szczegółowy skład potraw dostępny jest w Dziale Żywnienia.



Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)

Samodzielny Publiczny
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie

Poniedziałek
2024-01-01

kolacja+ posiłek dodatkowy

Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g

Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)

kefir, 2% tłuszczu 200.00g; chleb żytni razowy 120.00g; szynka wiejska# 80.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g;

Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), gorczyca i produkty pochodne

Razem E: 2155.5 kcal | B 110.8 g |
T 64.7 g | W 303.7 g | SFA 23.4 g | Cukry
81.8 g | Sól 8.3 g | Błonnik 44.4 g

Wtorek
2024-01-02

kolacja+ posiłek dodatkowy

Pasta z tuńczyka i twarogu 107.2g

Alergeny: ryby i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)

Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g

Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)

sok pomidorowy 300.00g; chleb żytni razowy 120.00g; pomidory, czerwone 60.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten

Razem E: 2078.4 kcal | B 109.6 g |
T 53.1 g | W 312.3 g | SFA 21.1 g | Cukry
92.2 g | Sól 9.5 g | Błonnik 48.5 g

Środa
2024-01-03

kolacja+ posiłek dodatkowy

Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g

Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)

chleb żytni razowy 120.00g; serek twarogowy, ziarnisty 100.00g; polędwica sopočka# 80.00g; pomidory, czerwone 54.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g;

Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)

Razem E: 2042.3 kcal | B 118.3 g |
T 54.4 g | W 291.6 g | SFA 23.1 g | Cukry
75.8 g | Sól 7.0 g | Błonnik 46.8 g

Czwartek
2024-01-04

kolacja+ posiłek dodatkowy

Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g

Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)

kefir, 2% tłuszczu 200.00g; chleb żytni razowy 120.00g; polędwica sopočka# 80.00g; pomidory, czerwone 60.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g;

Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)

Razem E: 2304.8 kcal | B 119.1 g |
T 63.5 g | W 340.6 g | SFA 22.0 g | Cukry
92.4 g | Sól 7.3 g | Błonnik 53.6 g

Piątek
2024-01-05

kolacja+ posiłek dodatkowy

Pasta jajeczna ze szczypiorkiem# 112.0g

Alergeny: jaja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), gorczyca i produkty pochodne

Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g

Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)

chleb żytni razowy 120.00g; Mus warzywny 100.00g; ogórek 65.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten

Razem E: 2197.5 kcal | B 110.6 g |
T 66.1 g | W 299.2 g | SFA 24.4 g | Cukry
89.9 g | Sól 7.9 g | Błonnik 46.7 g

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

Potrawy przygotowywane w Dziale Żywności 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. Szczegółowy skład potraw dostępny jest w Dziale Żywności.



Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)

Samodzielny Publiczny
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie

Sobota 2024-01-06	Niedziela 2024-01-07	Poniedziałek 2024-01-08	Wtorek 2024-01-09	Środa 2024-01-10
śniadanie Zupa mleczna z ryżem 300.0g Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb żytni razowy 90.00g; szynka wiejska 60.00g; ogórek kiszony 50.00g; rosztponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	śniadanie Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300.0g Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb żytni razowy 90.00g; poledwica sopocka 60.00g; pomidory, czerwone 60.00g; rosztponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	śniadanie Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) 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# 20.00g; rosztponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), gorczyca i produkty pochodne	śniadanie Zupa mleczna z ryżem brązowym 300.0g Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb żytni razowy 90.00g; ogórek 65.00g; kielbasa kanapkowa z kurczaka 60.00g; rosztponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), gorczyca i produkty pochodne	śniadanie Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; bułki grahamki 50.00g; szynka wiejska# 40.00g; pasta warzywna 40.00g; chleb żytni razowy 30.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), gorczyca i produkty pochodne
II śniadanie jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	II śniadanie mandarynki 50.00g;	II śniadanie Zielony koktajl# 255.0g Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	II śniadanie pomarańcza 150.00g;	II śniadanie kefir, 2% tłuszczu 100.00g; Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
Obiad Zupa ziemniaczana z makaronem 450.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, seler i produkty pochodne Surówka z marchewki i jabłka z olejem 150.0g Podudzie z kurczaka w sosie 200.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), gorczyca i produkty pochodne Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g kasza jęczmienna, perłowa, gotowana 150.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten	Obiad Pierś z kurczaka w białym sosie 257.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) Bukiet jarzyn gotowany 204.0g Alergeny: seler i produkty pochodne Zupa pomidorowa z ryżem 450.0g Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;	Obiad Zupa pieczarkowa z makaronem 450.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne Spaghetti z mięsem mielonym# 420.0g Alergeny: zboża zawierające gluten Sałata masłowa z dressingiem jogurtowym I# 170.0g Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g	Obiad Zupa kalafiorowa z ziemniakami zabelana 450.0g Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne Schab w sosie własnym 300.0g Alergeny: zboża zawierające gluten Surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem 150.0g Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g kasza gryczana prażona, gotowana 150.00g;	Obiad Surówka z marchewki i jabłka z olejem 150.0g Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g Zupa ziemniaczana z makaronem 450.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, seler i produkty pochodne Udko z kurczaka w sosie 170.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), gorczyca i produkty pochodne ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;
Podwieczorek jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Podwieczorek Jabłko pieczone 150.0g	Podwieczorek Jabłko pieczone 150.0g	Podwieczorek papryka czerwona, słodka 75.00g; chleb żytni razowy 30.00g; hummus, gotowy 30.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten, nasiona sezamu i produkty pochodne	Podwieczorek Jabłko pieczone 150.0g

Posilek 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; łubin i produkty pochodne; mięczaki i produkty pochodne. Szczegółowy skład potraw dostępny jest w Dziale Żywnienia.



Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)

Samodzielny Publiczny Zespół Opieki
Zdrowotnej w Hrubieszowie

Sobota
2024-01-06

kolacja+ posiłek dodatkowy

Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g
Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)

chleb żytni razowy 120.00g; szynka delikatesowa z kurczaka# 80.00g; pomidory, czerwone 60.00g; roszponka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g;

Alergeny: zboża zawierające gluten

Razem E: 2258.6 kcal | B 110.6 g |
T 65.6 g | W 324.7 g | SFA 23.7 g | Cukry
57.2 g | Sól 8.3 g | Błonnik 41.6 g

Niedziela
2024-01-07

kolacja+ posiłek dodatkowy

Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g
Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)

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;

Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)

Razem E: 2136.5 kcal | B 112.2 g |
T 57.5 g | W 314.1 g | SFA 21.1 g | Cukry
78.4 g | Sól 7.1 g | Błonnik 45.7 g

Poniedziałek
2024-01-08

kolacja+ posiłek dodatkowy

Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g
Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)

Pasta twarogowo- jajeczna ze szczypiorkiem 103.0g
Alergeny: jaja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)

kefir, 2% tłuszczu 200.00g; chleb żytni razowy 120.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)

Razem E: 2255.0 kcal | B 105.0 g |
T 71.8 g | W 318.3 g | SFA 26.7 g | Cukry
98.6 g | Sól 5.6 g | Błonnik 41.9 g

Wtorek
2024-01-09

kolacja+ posiłek dodatkowy

Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g
Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)

kefir, 2% tłuszczu 200.00g; chleb żytni razowy 120.00g; szynka wiejska# 80.00g; pomidory, czerwone 60.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g;

Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), gorczyca i produkty pochodne

Razem E: 2074.3 kcal | B 105.5 g |
T 62.9 g | W 296.2 g | SFA 22.9 g | Cukry
70.2 g | Sól 8.3 g | Błonnik 48.1 g

Środa
2024-01-10

kolacja+ posiłek dodatkowy

Pasta z makreli i twarogu 100.0g
Alergeny: ryby i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)

Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g
Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)

chleb żytni razowy 120.00g; Mus warzywny 100.00g; pomidory, czerwone 54.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten

Razem E: 2357.9 kcal | B 100.4 g |
T 73.0 g | W 335.3 g | SFA 23.1 g | Cukry
80.6 g | Sól 8.0 g | Błonnik 48.3 g

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

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