



# Dieta podstawowa (1)

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie

Czwartek  
2024-02-01

## I śniadanie

Zupa mleczna z płatkami jaglanymi 300.0g  
Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)  
herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g;  
banan 80.00g; pomidory, czerwone 60.00g; chleb pszenny 60.00g; szynka z indyka 40.00g; chleb żytni razowy 30.00g; ser, gouda tłusty 20.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g;  
Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)

## obiad

Kompot z owoców mrożonych# 200.0g  
Gulasz z indyka z warzywami 270.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)  
Surówka z buraków i jabłka 181.6g  
Zupa wielowarzywna z ryżem 450.0g Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne  
kasza gryczana niepalona, gotowana 150.00g;

Piątek  
2024-02-02

## 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  
herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; pomarańcza 150.00g; chleb pszenny 60.00g; ogórek kiszony 50.00g; szynka wiejska# 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

## obiad

Filet z dorsza panierowany 175.5g Alergeny: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne, ryby i produkty pochodne  
Surówka z kiszzonej kapusty, jabłka i marchwi 157.5g  
Krupnik z kaszą jęczmienną 450.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, seler i produkty pochodne  
ziemniaki gotowane 200.00g; herbata owocowa, napar 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;

Sobota  
2024-02-03

## I śniadanie

Zupa mleczna z kaszą manną 300.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)  
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;  
Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)

## obiad

Kompot z owoców mrożonych# 200.0g  
Bukiet jarzyn gotowany 210.0g Alergeny: seler i produkty pochodne  
Pulpet w sosie koperkowym# 226.1g Alergeny: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)  
Zupa koperkowa z makaronem 450.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne  
ziemniaki gotowane 200.00g;

Niedziela  
2024-02-04

## I śniadanie

Zupa mleczna z ryżem 300.0g  
Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)  
herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; chleb pszenny 70.00g; szynka z indyka 60.00g; chleb żytni razowy 30.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g;  
Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)

## obiad

Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Surówka z marchewki i jabłka z olejem 160.1g  
Zupa jarzynowa z ziemniakami zabieleną 450.0g  
Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne  
Filet z kurczaka w sosie# 230.0g  
Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)  
ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;

Poniedziałek  
2024-02-05

## 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; kiwi 80.00g; chleb pszenny 70.00g; pomidory, czerwone 60.00g; polędwica sopocka# 60.00g; 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)

## obiad

Kompot z owoców mrożonych# 200.0g  
Makaron z pesto i kurczakiem 415.9g  
Alergeny: zboża zawierające gluten  
Zupa fasolowa 450.0g  
Alergeny: seler 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; skorupki 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. 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.



# Dieta podstawowa (1)

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie

Czwartek  
2024-02-01

## kolacja

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

Pasta twarożek ze szczypiorkiem 80.0g **Alergeny:** 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

## Dodatkowy posiłek

kefir, 2% tłuszczu 200.00g;

**Alergeny:** mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)

Razem E: 2158.7 kcal | B 102.3 g |  
T 64.4 g | W 312.3 g | SFA 23.0 g |  
Cukry 76.6 g | Sól 6.2 g |  
Błonnik 37.7 g

Piątek  
2024-02-02

## 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

chleb żytni razowy 60.00g; chleb pszenny 60.00g; pomidory, czerwone 60.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g;

**Alergeny:** zboża zawierające gluten

## Dodatkowy posiłek

sok pomidorowy 300.00g;

Razem E: 2004.7 kcal | B 92.4 g |  
T 61.6 g | W 287.0g | SFA 17.6 g |  
Cukry 58.2 g | Sól 8.9 g |  
Błonnik 37.0 g

Sobota  
2024-02-03

## 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; roszponka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; **Alergeny:** zboża zawierające gluten

## Dodatkowy posiłek

Mus warzywny 100.00g;

Razem E: 2004.7 kcal | B 92.4 g |  
T 61.6 g | W 287.0g | SFA 17.6 g |  
Cukry 58.2 g | Sól 8.9 g |  
Błonnik 37.0 g

Niedziela  
2024-02-04

## 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; chleb pszenny 60.00g; pomidory, czerwone 60.00g; roszponka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; **Alergeny:** zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne, gorczyca i produkty pochodne, dwutlenek siarki i siarczyny

## Dodatkowy posiłek

kefir, 2% tłuszczu 200.00g;

**Alergeny:** mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)

Razem E: 2048.6 kcal | B 107.6 g |  
T 61.6 g | W 281.8 g | SFA 18.9 g |  
Cukry 61.8 g | Sól 6.2 g |  
Błonnik 33.5 g

Poniedziałek  
2024-02-05

## kolacja

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

Pasta jajeczno-brokulowa# 100.0g **Alergeny:** jaja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), gorczyca i produkty pochodne

ogórek 65.00g; chleb żytni razowy 60.00g; chleb pszenny 60.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; **Alergeny:** zboża zawierające gluten

## Dodatkowy posiłek

sok pomidorowy 300.00g;

Razem E: 2071.8 kcal | B 109.7 g |  
T 54.2 g | W 305.7 g | SFA 17.2 g | Cukry  
53.4 g | Sól 6.5 g |  
Błonnik 42.5 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; łubin 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.



# Dieta podstawowa (1)

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie

Wtorek 2024-02-06	Środa 2024-02-07	Czwartek 2024-02-08	Piątek 2024-02-09	Sobota 2024-02-10
<p><b>I śniadanie</b></p> <p>Zupa mleczna z ryżem 375.0g Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; banan 80.00g; serek naturalny, lekki (Bieluch) 75.00g; bułki grahamki 50.00g; chleb pszenny 35.00g; dżem truskawkowy, niskosłodzony 30.00g; rosółka 12.00g; masło ekstra 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</p>	<p><b>I śniadanie</b></p> <p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb pszenny 70.00g; pomidory, czerwone 60.00g; mandarynki 50.00g; hummus, gotowy 50.00g; chleb żytni razowy 30.00g; szynka wiejska# 20.00g; 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, nasiona sezamu i produkty pochodne</p>	<p><b>I śniadanie</b></p> <p>Zupa mleczna z płatkami orkiszowymi 300.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb pszenny 70.00g; chleb żytni razowy 60.00g; pomidory, czerwone 60.00g; szynka z indyka 60.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</p>	<p><b>I śniadanie</b></p> <p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; pomarańcza 150.00g; serek twarogowy, ziarnisty 100.00g; chleb pszenny 70.00g; ogórek kiszony 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)</p>	<p><b>I śniadanie</b></p> <p>Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; chleb pszenny 70.00g; szynka wiejska# 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</p>
<p><b>obiad</b></p> <p>Zupa ogórkowa z ziemniakami zabelana 450.0g Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne</p> <p>Surówka z czerwonej kapusty z olejem 155.0g Filet z indyka w sosie# 205.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne</p> <p>ziemniaki gotowane 200.00g; herbata owocowa, napar 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p><b>obiad</b></p> <p>Surówka z marchewki i jabłka z olejem# 150.0g Rosół z makaronem# 450.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, seler i produkty pochodne</p> <p>Pieczone udko z kurczaka 160.0g Alergeny: gorczyca i produkty pochodne</p> <p>Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p><b>obiad</b></p> <p>Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Schab w sosie własnym 300.0g Alergeny: zboża zawierające gluten</p> <p>Surówka z buraków i jabłka 181.5g Zupa pomidorowa z makaronem 450.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne</p> <p>kasza jęczmienna, pęczak gotowana 150.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten</p>	<p><b>obiad</b></p> <p>Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Barszcz czerwony z fasolą 450.0g Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne</p> <p>Filet z dorsza panierowany 175.5g Alergeny: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne, ryby i produkty pochodne</p> <p>Surówka z kiszzonej kapusty, jabłka i marchwi 160.1g ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>	<p><b>obiad</b></p> <p>Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Zupa ziemniaczana z makaronem 450.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, seler i produkty pochodne</p> <p>Podudzie z kurczaka w sosie 180.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), gorczyca i produkty pochodne</p> <p>Bukiet jarzyn gotowany 210.0g Alergeny: seler i produkty pochodne</p> <p>ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;</p>

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; lubin i produkty pochodne; mączkaki 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.



# Dieta podstawowa (1)

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie

Wtorek  
2024-02-06

## kolacja

Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g **Alergeny:** zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)  
połędwica sopocka# 80.00g; chleb pszenny 60.00g; pomidory, czerwone 60.00g; chleb żytni razowy 60.00g; rosztka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g;  
**Alergeny:** zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne

## Dodatkowy posiłek

serek twarogowy, ziarnisty 200.00g;  
**Alergeny:** mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)

Razem E: 2069.0 kcal | B 116.2 g |  
T 53.3 g | W 295.8 g | SFA 22.7 g |  
Cukry 86.1 g | Sól 8.2 g |  
Błonnik 31.9 g

Środa  
2024-02-07

## kolacja

Pasta z makreli i twarogu 79.9g  
**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)  
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

## Dodatkowy posiłek

sok wielowarzywny 300.00g;  
**Alergeny:** seler i produkty pochodne

Razem E: 2319.2 kcal | B 107.2 g |  
T 77.3 g | W 319.6 g | SFA 23.4 g |  
Cukry 66.5 g | Sól 10.4 g |  
Błonnik 41.7 g

Czwartek  
2024-02-08

## kolacja

Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g **Alergeny:** zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)  
papryka czerwona, słodka 75.00g; chleb żytni razowy 60.00g; chleb pszenny 60.00g; połędwica sopocka# 40.00g; pasta warzywna 40.00g; 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)

## Dodatkowy posiłek

kefir, 2% tłuszczu 100.00g;  
**Alergeny:** mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)

Razem E: 2161.1 kcal | B 110.2 g |  
T 54.6 g | W 332.3 g | SFA 18.9 g |  
Cukry 54.0 g | Sól 6.8 g |  
Błonnik 40.1 g

Piątek  
2024-02-09

## kolacja

Kawa zbożowa z mlekiem 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)  
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

## Dodatkowy posiłek

jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g;  
**Alergeny:** mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)

Razem E: 2094.0 kcal | B 103.4 g |  
T 63.7 g | W 293.0 g | SFA 21.0 g |  
Cukry 64.8 g | Sól 8.1 g |  
Błonnik 37.8 g

Sobota  
2024-02-10

## kolacja

Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g **Alergeny:** zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)  
połędwica sopocka# 80.00g; 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, soja i produkty pochodne

## Dodatkowy posiłek

Mus warzywny 100.00g;

Razem E: 2129.0 kcal | B 104.5 g |  
T 57.6 g | W 304.6 g | SFA 19.8 g |  
Cukry 52.3 g | Sól 8.1 g |  
Błonnik 40.0 g

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

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



# Dieta łatwostrawna (2)

Samodzielny Publiczny

Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie

Czwartek 2024-02-01	Piątek 2024-02-02	Sobota 2024-02-03	Niedziela 2024-02-04	Poniedziałek 2024-02-05
<b>śniadanie</b> Zupa mleczna z płatkami jaglanymi 300.0g <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b> herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; bułka pszenna wrocławska 100.00g; banan 80.00g; szynka z indyka 60.00g; pomidory, czerwone b/skóry 60.00g; roszonek 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b>	<b>śniadanie</b> Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b> Gruszka pieczona 130.0g herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; bułka pszenna wrocławska 100.00g; polędwica sopočka# 60.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b>	<b>śniadanie</b> Zupa mleczna z kaszą manną 300.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b> herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; bułka pszenna wrocławska 100.00g; szynka wiejska 60.00g; pomidory, czerwone b/skóry 60.00g; roszonek 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b>	<b>śniadanie</b> Zupa mleczna z ryżem 300.0g <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b> herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; bułka pszenna wrocławska 100.00g; banan 80.00g; szynka z indyka 60.00g; roszonek 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b>	<b>śniadanie</b> Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b> herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; bułka pszenna wrocławska 100.00g; polędwica sopočka# 60.00g; pomidory, czerwone b/skóry 60.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b>
<b>Obiad</b> Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Gulasz z indyka z warzywami 270.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b> Surówka z buraków i jabłka 181.6g Zupa wielowarzywna z ryżem 450.0g <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne</b> ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;	<b>Obiad</b> Krupnik z kaszą jęczmienną 450.2g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, seler i produkty pochodne</b> Dorsz pieczony 142.0g <b>Alergeny: ryby i produkty pochodne</b> Sałata masłowa z olejem# 155.0g Kompot z owoców mrożonych# 200.0g ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;	<b>Obiad</b> Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Bukiet jarzyn gotowany 210.0g <b>Alergeny: seler i produkty pochodne</b> Pulpet w sosie koperkowym# 226.1g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b> Zupa koperkowa z makaronem 450.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne</b> ziemniaki gotowane 200.00g;	<b>Obiad</b> Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Surówka z marchewki i jabłka z olejem 160.1g Zupa jarzynowa z ziemniakami zabieleną 450.0g <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne</b> Filet z kurczaka w sosie# 230.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b> ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;	<b>Obiad</b> Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Makaron z brokulem serem i pomidorem 491.1g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b> Zupa grysikowa# 450.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, seler i produkty pochodne</b>
<b>Kolacja</b> Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b> Pasta twarogów z koperkiem 108.0g <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b> Jabłko pieczone 150.0g bułka pszenna wrocławska 100.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten</b>	<b>Kolacja</b> Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b> bułka pszenna wrocławska 100.00g; szynka wiejska# 80.00g; pomidory, czerwone b/skóry 60.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), gorczyca i produkty pochodne</b>	<b>Kolacja</b> Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b> Jabłko pieczone 150.0g bułka pszenna wrocławska 100.00g; szynka delikatesowa z kurczaka# 80.00g; roszonek 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten</b>	<b>Kolacja</b> Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b> bułka pszenna wrocławska 100.00g; szynka wiejska# 80.00g; pomidory, czerwone b/skóry 60.00g; roszonek 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), gorczyca i produkty pochodne</b>	<b>Kolacja</b> Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b> Gruszka pieczona 130.0g bułka pszenna wrocławska 100.00g; szynka wiejska# 80.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), gorczyca i produkty pochodne</b>

Posilek 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. Alergeny oznaczone zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady. Szczegółowy skład potraw dostępny jest w Dziale Żywności. Z przyczyn niezależnych dopuszcza się wymianę zaplanowanych w jadłospisie produktów na produkty równoważne pod względem energetycznym i wartości odżywczych.



# Dieta łatwostrawna (2)

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie

Czwartek  
2024-02-01

## Posiłek dodatkowy

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

Razem E: 2226.3 kcal | B 102.9 g |  
T 60.1 g | W 334.8 g | SFA 20.8 g |  
Cukry 91.5 g | Sól 6.0 g |  
Błonnik 32.6 g

Piątek  
2024-02-02

## Posiłek dodatkowy

serek naturalny, lekki (Bieluch) 150.00g;  
**Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)**

Razem E: 2000.4 kcal | B 107.0 g |  
T 57.3 g | W 274.6 g | SFA 18.3 g |  
Cukry 58.5 g | Sól 6.2 g |  
Błonnik 22.9 g

Sobota  
2024-02-03

## Posiłek dodatkowy

Mus warzywny 100.00g;

Razem E: 2198.4 kcal | B 102.5 g |  
T 67.4 g | W 297.2 g | SFA 22.0 g |  
Cukry 70.0 g | Sól 6.1 g |  
Błonnik 30.1 g

Niedziela  
2024-02-04

## Posiłek dodatkowy

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

Razem E: 2055.7 kcal | B 108.8 g |  
T 55.1 g | W 292.9 g | SFA 19.4 g |  
Cukry 74.7 g | Sól 6.5 g |  
Błonnik 25.8 g

Poniedziałek  
2024-02-05

## Posiłek dodatkowy

sok pomidorowy 300.00g;

Razem E: 1971.6 kcal | B 94.2 g |  
T 47.2 g | W 306.6 g | SFA 17.8 g |  
Cukry 65.4 g | Sól 7.1 g |  
Błonnik 28.4 g

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

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





# Dieta łatwostrawna (2)

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie

Wtorek 2024-02-06	Środa 2024-02-07	Czwartek 2024-02-08	Piątek 2024-02-09	Sobota 2024-02-10
<b>śniadanie</b> Zupa mleczna z ryżem 300.0g <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b> bułka pszenna wrocławska 100.00g; banan 80.00g; serek naturalny, lekki (Bieluch) 75.00g; pomidory, czerwone b/skóry 60.00g; dżem truskawkowy, niskosłodzony 30.00g; rosółka 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b>	<b>śniadanie</b> Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b> herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; bułka pszenna wrocławska 100.00g; szynka wiejska# 60.00g; pomidory, czerwone b/skóry 60.00g; rosółka 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), gorczyca i produkty pochodne</b>	<b>śniadanie</b> Zupa mleczna z płatkami orkiszowymi 300.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b> herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; bułka pszenna wrocławska 100.00g; szynka z indyka 60.00g; pomidory, czerwone b/skóry 60.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b>	<b>śniadanie</b> Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b> herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; serek twarogowy, ziarnisty 200.00g; banan 115.00g; bułka pszenna wrocławska 100.00g; rosółka 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b>	<b>śniadanie</b> Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b> herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; bułka pszenna wrocławska 100.00g; szynka wiejska# 60.00g; rosółka 18.00g; masło ekstra 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), gorczyca i produkty pochodne</b>
<b>Obiad</b> Filet z indyka w sosie# 205.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne</b> Bukiet jarzyn gotowany 210.0g <b>Alergeny: seler i produkty pochodne</b> Krupnik z kaszą jęczmienną 450.2g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, seler i produkty pochodne</b> ziemniaki gotowane 200.00g; herbata owocowa, napar 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;	<b>Obiad</b> Surówka z marchewki i jabłka z olejem# 150.0g Rosół z makaronem# 450.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, seler i produkty pochodne</b> Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g Udko z kurczaka w sosie 180.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), gorczyca i produkty pochodne</b> ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;	<b>Obiad</b> Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Surówka z buraków i jabłka 181.5g Zupa pomidorowa z makaronem 450.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne</b> Bitki ze schabu w białym sosie 250.1g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b> ziemniaki gotowane 200.00g;	<b>Obiad</b> Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Barszcz czerwony# 450.0g <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne</b> Dorsz pieczony 142.0g <b>Alergeny: ryby i produkty pochodne</b> Sałata masłowa z dressingiem jogurtowym l# 170.0g <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b> ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;	<b>Obiad</b> Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Zupa ziemniaczana z makaronem 450.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, seler i produkty pochodne</b> Podudzie z kurczaka w sosie 180.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), gorczyca i produkty pochodne</b> Bukiet jarzyn gotowany 210.0g <b>Alergeny: seler i produkty pochodne</b> ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;
<b>Kolacja</b> Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b> bułka pszenna wrocławska 100.00g; polędwica sopocka# 80.00g; pomidory, czerwone b/skóry 60.00g; rosółka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne</b>	<b>Kolacja</b> Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b> Pasta z dorsza i twarogu 107.2g <b>Alergeny: ryby i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b> Brokuły gotowane 80.0g bułka pszenna wrocławska 100.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten</b>	<b>Kolacja</b> Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b> Gruszka pieczona 130.0g bułka pszenna wrocławska 100.00g; polędwica sopocka# 80.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne</b>	<b>Kolacja</b> Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b> Pasta twarogowa z koperkiem 108.0g <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b> bułka pszenna wrocławska 100.00g; pomidory, czerwone b/skóry 60.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten</b>	<b>Kolacja</b> Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b> Jabłko pieczone 150.0g bułka pszenna wrocławska 100.00g; polędwica sopocka# 80.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne</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 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.



# Dieta łatwostrawna (2)

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie

Wtorek 2024-02-06	Środa 2024-02-07	Czwartek 2024-02-08	Piątek 2024-02-09	Sobota 2024-02-10
<b>Posiłek dodatkowy</b> serek twarogowy, ziarnisty 200.00g; <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b>	<b>Posiłek dodatkowy</b> sok wielowarzywny 300.00g; <b>Alergeny: seler i produkty pochodne</b>	<b>Posiłek dodatkowy</b> kefir, 2% tłuszczu 100.00g; <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b>	<b>Posiłek dodatkowy</b> jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b>	<b>Posiłek dodatkowy</b> Mus warzywny 100.00g;
Razem E: 2094.4 kcal   B 119.0 g   T 51.8 g   W 299.4 g   SFA 21.8 g   Cukry 80.8 g   Sól 6.2 g Błonnik 24.8 g	Razem E: 2094.4 kcal   B 119.0 g   T 51.8 g   W 299.4 g   SFA 21.8 g   Cukry 80.8 g   Sól 6.2 g  Błonnik 24.8 g	Razem E: 2192.1 kcal   B 113.8 g   T 57.1 g   W 320.5 g   SFA 20.3 g   Cukry 65.0 g   Sól 5.9 g  Błonnik 30.4 g	Razem E: 2029.3 kcal   B 113.2 g   T 53.4 g   W 284.5 g   SFA 22.4 g   Cukry 76.6 g   Sól 7.3 g   Błonnik 22.8 g	Razem E: 2177.5 kcal   B 103.6 g   T 57.3 g   W 314.6 g   SFA 19.6 g   Cukry 63.3 g   Sól 7.5 g   Błonnik 33.4 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. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady. Szczegółowy skład potraw dostępny jest w Dziale Żywności. Z przyczyn niezależnych dopuszcza się wymianę zaplanowanych w jadłospisie produktów na produkty równoważne pod względem energetycznym i wartości odżywczych.





# Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa) - 6

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie

Czwartek 2024-02-01	Piątek 2024-02-02	Sobota 2024-02-03	Niedziela 2024-02-04	Poniedziałek 2024-02-05
<b>śniadanie</b> Zupa mleczna z płatkami jaglanymi 300.0g <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b> herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb żytni razowy 90.00g; pomidory, czerwone 60.00g; szynka z indyka 60.00g; roszonek 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b>	<b>śniadanie</b> Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b> Pasta z zielonego groszku 50.0g herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb żytni razowy 90.00g; ogórek kiszony 50.00g; szynka wiejska# 40.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), gorczyca i produkty pochodne</b>	<b>śniadanie</b> Zupa mleczna z kaszą manną 300.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b> herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb żytni razowy 90.00g; szynka wiejska 60.00g; pomidory, czerwone 60.00g; roszonek 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b>	<b>śniadanie</b> Zupa mleczna z ryżem 300.0g <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b> herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb żytni razowy 90.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; szynka z indyka 60.00g; roszonek 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b>	<b>śniadanie</b> Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b> herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb żytni razowy 90.00g; poledwica sopocka# 60.00g; pomidory, czerwone 60.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b>
<b>II śniadanie</b> jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b>	<b>II śniadanie</b> pomarańcza 150.00g;	<b>II śniadanie</b> kefir, 2% tłuszczu 200.00g; <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b>	<b>II śniadanie</b> kefir, 2% tłuszczu 100.00g; <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b>	<b>II śniadanie</b> jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; kiwi 80.00g; <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b>
<b>Obiad</b> Gulasz z indyka z warzywami 270.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b> Surówka z buraków i jabłka 180.0g Zupa wielowarzywna z ryżem 450.0g <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne</b> Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g kasza gryczana niepalona, gotowana 150.00g;	<b>Obiad</b> Surówka z kiszzonej kapusty, jabłka i marchwi 160.0g Krupnik z kaszą jęczmienną 450.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, seler i produkty pochodne</b> Dorsz pieczony 142.0g <b>Alergeny: ryby i produkty pochodne</b> ziemniaki gotowane 200.00g; herbata owocowa, napar 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;	<b>Obiad</b> Bukiet jarzyn gotowany 210.0g <b>Alergeny: seler i produkty pochodne</b> Pulpet w sosie koperkowym# 226.1g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b> Zupa koperkowa z makaronem 450.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne</b> Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g ziemniaki gotowane 200.00g;	<b>Obiad</b> Surówka z marchewki i jabłka z olejem 160.1g Zupa jarzynowa z ziemniakami zabiłana 450.1g <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne</b> Filet z kurczaka w sosie# 230.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b> Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;	<b>Obiad</b> Makaron z pesto i kurczakiem 415.9g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten</b> Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g Zupa grysikowa# 450.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, seler i produkty pochodne</b>
<b>Podwieczorek</b> Jabłko pieczone 150.0g	<b>Podwieczorek</b> Koktajl z kiwi# 240.0g	<b>Podwieczorek</b> Jabłko pieczone 150.0g	<b>Podwieczorek</b> Jabłko pieczone 150.0g	<b>Podwieczorek</b> Czerwone smoothie# 255.0g <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b>

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; łubin 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 Żywności. Z przyczyn niezależnych dopuszcza się wymianę zaplanowanych w jadłospisie produktów na produkty równoważne pod względem energetycznym i wartości odżywczych.



# Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa) - 6

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie

Czwartek  
2024-02-01

## kolacja+ posiłek dodatkowy

Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 80.0g  
**Alergeny: 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)**

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: 2159.4 kcal | B 105.0 g | T 64.8 g  
| W 312.7 g | SFA 22.7 g | Cukry 82.2 g  
| Sól 6.3 g | Błonnik 46.2 g

Piątek  
2024-02-02

## 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)**

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: 2020.4 kcal | B 88.7 g | T 61.6 g |  
| W 298.3 g | SFA 17.5 g | Cukry 77.3 g  
| Sól 8.8 g | Błonnik 45.4 g

Sobota  
2024-02-03

## 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; Mus warzywny 100.00g; szynka delikatesowa z kurczaka# 80.00g; pomidory, czerwone 60.00g; rozspanka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g;

**Alergeny: zboża zawierające gluten**

Razem E: 2236.9 kcal | B 107.7 g | T 73.1 g  
| W 296.4 g | SFA 25.2 g | Cukry 76.3 g |  
| Sól 6.9 g | Błonnik 44.9 g

Niedziela  
2024-02-04

## 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; kurczak faszerowany, pieczony# 80.00g; pomidory, czerwone 60.00g; rozspanka 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, dwutlenek siarki i siarczyny**

Razem E: 2108.2 kcal | B 109.3 g | T 65.4 g  
| W 291.0 g | SFA 20.8 g | Cukry 78.4 g |  
| Sól 6.2 g | Błonnik 43.1 g

Poniedziałek  
2024-02-05

## kolacja+ posiłek dodatkowy

Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g

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

Pasta jajeczno-brokulowa# 100.0g

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

sok pomidorowy 300.00g; chleb żytni razowy 120.00g; ogórek 65.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g;

**Alergeny: zboża zawierające gluten**

Razem E: 2166.2 kcal | B 107.8 g | T 60.6 g  
| W 322.9 g | SFA 19.8 g | Cukry 79.8 g |  
| Sól 7.1 g | Błonnik 49.7 g

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

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



# Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa) - 6

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie

Wtorek 2024-02-06	Środa 2024-02-07	Czwartek 2024-02-08	Piątek 2024-02-09	Sobota 2024-02-10
<b>śniadanie</b> Zupa mleczna z ryżem brązowym 300.0g <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b> herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; serek naturalny, lekki (Bieluch) 75.00g; pomidory, czerwone 60.00g; bułki grahamki 50.00g; chleb żytni razowy 30.00g; szynka wiejska# 20.00g; rosółka 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), gorczyca i produkty pochodne</b>	<b>śniadanie</b> Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b> herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb żytni razowy 90.00g; pomidory, czerwone 60.00g; hummus, gotowy 50.00g; szynka wiejska# 20.00g; rosółka 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), gorczyca i produkty pochodne, nasiona sezamu i produkty pochodne</b>	<b>śniadanie</b> Zupa mleczna z płatkami orkiszowymi 300.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b> herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb żytni razowy 90.00g; pomidory, czerwone 60.00g; szynka z indyka 60.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b>	<b>śniadanie</b> Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b> herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; serek twarogowy, ziarnisty 100.00g; chleb żytni razowy 90.00g; ogórek kiszony 50.00g; rosółka 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b>	<b>śniadanie</b> Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b> herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb żytni razowy 90.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; szynka wiejska# 60.00g; rosółka 12.00g; masło ekstra 10.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), gorczyca i produkty pochodne</b>
<b>II śniadanie</b> kefir, 2% tłuszczu 200.00g; <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b>	<b>II śniadanie</b> mandarynki 50.00g;	<b>II śniadanie</b> Czerwone smoothie# 255.0g <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b>	<b>II śniadanie</b> pomarańcza 150.00g;	<b>II śniadanie</b> jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b>
<b>Obiad</b> Zupa ogórkowa z ziemniakami zabieleną 450.0g <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne</b> Surówka z czerwonej kapusty z olejem 155.0g Filet z indyka w sosie# 210.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne</b> ziemniaki gotowane 200.00g; herbata owocowa, napar 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;	<b>Obiad</b> Surówka z marchewki i jabłka z olejem# 150.0g Pieczone udko z kurczaka 160.0g <b>Alergeny: gorczyca i produkty pochodne</b> Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g Zupa ziemniaczana z makaronem 450.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, seler i produkty pochodne</b> ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;	<b>Obiad</b> Schab w sosie własnym 300.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten</b> Surówka z buraków i jabłka 180.0g Zupa pomidorowa z makaronem 450.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne</b> Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g kasza jęczmienna, pęczak gotowana 150.00g; <b>Alergeny: zboża zawierające gluten</b>	<b>Obiad</b> Barszcz czerwony z fasolą 450.0g <b>Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne</b> Surówka z kiszonej kapusty, jabłka i marchwi 160.0g Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g Dorsz pieczony 142.0g <b>Alergeny: ryby i produkty pochodne</b> ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;	<b>Obiad</b> Zupa ziemniaczana z makaronem 450.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, seler i produkty pochodne</b> Podudzie z kurczaka w sosie 180.0g <b>Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), gorczyca i produkty pochodne</b> Bukiet jarzyn gotowany 210.0g <b>Alergeny: seler i produkty pochodne</b> Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;
<b>Podwieczorek</b> Jabłko pieczone 150.0g	<b>Podwieczorek</b> Jabłko pieczone 150.0g	<b>Podwieczorek</b> Gruszka pieczona 130.0g	<b>Podwieczorek</b> Jabłko pieczone 150.0g	<b>Podwieczorek</b> Jabłko pieczone 150.0g

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 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.



# Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa) - 6

Samodzielny Publiczny  
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie

Wtorek  
2024-02-06

## 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; serek twarogowy, ziarnisty 100.00g; polędwica sopocka# 80.00g; pomidory, czerwone 60.00g; roszponka 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: 2007.3 kcal | B 112.8 g | T 56.5 g  
| W 280.5 g | SFA 24.1 g | Cukry 73.2 g |  
Sól 7.9 g | Błonnik 40.0 g

Środa  
2024-02-07

## kolacja+ posiłek dodatkowy

Pasta z makreli i twarogu 80.0g  
**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)**  
sok wielowarzywny 300.00g; chleb żytni razowy 120.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g;  
**Alergeny: zboża zawierające gluten, seler i produkty pochodne**

Razem E: 2255.8 kcal | B 96.1 g | T 71.6 g |  
W 332.2 g | SFA 21.6 g | Cukry 83.3 g |  
Sól 10.9 g | Błonnik 53.2 g

Czwartek  
2024-02-08

## 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; kefir, 2% tłuszczu 100.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; pasta warzywna 40.00g; polędwica sopocka# 40.00g; 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: 2271.6 kcal | B 111.8 g | T 59.2 g  
| W 354.0 g | SFA 20.3 g | Cukry 85.7 g |  
Sól 6.5 g | Błonnik 52.9 g

Piątek  
2024-02-09

## kolacja+ posiłek dodatkowy

Pasta twarogowo- jajeczna ze szczypiorkiem 103.0g  
**Alergeny: jaja 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; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; pomidory, czerwone 60.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g;  
**Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)**

Razem E: 2025.8 kcal | B 97.6 g | T 62.9 g |  
W 287.4 g | SFA 20.7 g | Cukry 77.1 g |  
Sól 7.8 g | Błonnik 46.1 g

Sobota  
2024-02-10

## 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; Mus warzywny 100.00g; polędwica sopocka# 80.00g; pomidory, czerwone 60.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g;  
**Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne**

Razem E: 2244.1 kcal | B 109.3 g | T 62.4 g  
| W 322.2 g | SFA 22.2 g | Cukry 77.1 g |  
Sól 8.3 g | Błonnik 49.5 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. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady. Szczegółowy skład potraw dostępny jest w Dziale Żywności. Z przyczyn niezależnych dopuszcza się wymianę zaplanowanych w jadłospisie produktów na produkty równoważne pod względem energetycznym i wartości odżywczych.