



Dieta podstawowa (1)

Samodzielny Publiczny
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie

Czwartek
2024-01-11

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; 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; roszonek 12.00g; masło ekstra 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)

obiad

Kompot z owoców mrożonych# 200.0g
Zupa koperkowa z makaronem 450.0g
Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne
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
kasza jęczmienna, pęczak gotowana 150.00g;
Alergeny: zboża zawierające gluten

Piątek
2024-01-12

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 81.00g; serek naturalny 75.00g; 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 kiszanej kapusty, jabłka i marchwi 157.5g
Zupa wielowarzywna z ryżem 450.0g
Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne
ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;

Sobota
2024-01-13

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; szynka wiejska 60.00g; chleb pszenny 60.00g; pomidory, czerwone 60.00g; chleb żytni razowy 30.00g; roszonek 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 pomidorowa z makaronem 450.0g
Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne
ziemniaki gotowane 200.00g;

Niedziela
2024-01-14

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; papryka czerwona, słodka 75.00g; chleb pszenny 70.00g; szynka z indyka 60.00g; chleb żytni razowy 30.00g; roszonek 12.00g; masło ekstra 10.00g;
Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)

obiad

Kompot z owoców mrożonych# 200.0g
Zupa brokułowa z ziemniakami zabelana 450.0g
Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne
Filet z indyka w sosie# 205.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne
Surówka z marchewki i jabłka z olejem 162.6g
ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;

Poniedziałek
2024-01-15

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 70.00g; pomidory, czerwone 60.00g; poledwica sopocka# 40.00g; chleb żytni razowy 30.00g; roszonek 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
Zupa pieczarkowa z makaronem 450.0g
Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne
Makaron z pesto i kurczakiem 520.0g
Alergeny: zboża zawierające gluten



Dieta podstawowa (1)

Samodzielny Publiczny
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie

Czwartek 2024-01-11	Piątek 2024-01-12	Sobota 2024-01-13	Niedziela 2024-01-14	Poniedziałek 2024-01-15
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) jaja gotowane 120.00g; 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, jaja i produkty pochodne	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) kurczak faszerowany, pieczony# 80.00g; chleb żytni razowy 60.00g; chleb pszenny 60.00g; pomidory, czerwone 60.00g; roszpinka 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 b/c 250.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) szynka wiejska# 80.00g; 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, soja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), gorczyca i produkty pochodne
Dodatkowy posiłek sok wielowarzywny 300.00g; Alergeny: seler i produkty pochodne	Dodatkowy posiłek kefir, 2% tłuszczu 200.00g; Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Dodatkowy posiłek Mus warzywny 100.00g;	Dodatkowy posiłek kefir, 2% tłuszczu 200.00g; Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Dodatkowy posiłek sok pomidorowy 300.00g;
Razem E: 2223.0 kcal B 107.1 g T 68.5 g W 321.4 g SFA 23.2 g Cukry 78.9 g Sól 10.3 g Błonnik 43.2 g	Razem E: 2108.4 kcal B 106.0 g T 69.7 g W 279.2 g SFA 22.4 g Cukry 55.4 g Sól 7.6 g Błonnik 32.0 g	Razem E: 2148.4 kcal B 100.8 g T 62.6 g W 300.0 g SFA 20.6 g Cukry 56.8 g Sól 5.8 g Błonnik 35.2 g	Razem E: 2004.1 kcal B 97.9 g T 61.0 g W 282.1 g SFA 18.8 g Cukry 62.1 g Sól 6.1 g Błonnik 34.2 g	Razem E: 2138.5 kcal B 110.7 g T 62.5 g W 302.9 g SFA 18.8 g Cukry 59.3 g Sól 8.3 g Błonnik 38.2 g

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

Potrawy przygotowywane w Dziale Żywnienia mogą zawierać: zboża zawierające gluten, tj. pszenicę (w tym orkisz i pszenicę khorasan), żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut lub ich odmiany hybrydowe, a także produkty pochodne; skorupiaki i produkty pochodne; jaja i produkty pochodne; ryby i produkty pochodne; orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne; soję i produkty pochodne; mleko i produkty pochodne; seler zwyczajny i produkty pochodne; gorczycę i produkty pochodne; nasiona sezamu i produkty pochodne; dwutlenek siarki i siarczyny; łubin i produkty pochodne; mięczaki i produkty pochodne. 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 2024-01-16	Środa 2024-01-17	Czwartek 2024-01-18	Piątek 2024-01-19	Sobota 2024-01-20
I śniadanie Zupa mleczna z ryżem 375.0g Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) 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; roszponka 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; chleb pszenny 70.00g; pomidory, czerwone 60.00g; mandarynki 50.00g; jaja gotowane 50.00g; pieczeń rzymska# 40.00g; chleb żytni razowy 30.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne, soja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), gorczyca i produkty pochodne	I śniadanie Zupa mleczna z płatkami orkiszowymi 300.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) Pasta twarogów z koperkiem 108.0g Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb pszenny 70.00g; chleb żytni razowy 60.00g; pomidory, czerwone 60.00g; 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 owsianymi 300.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) 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; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	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; banan 80.00g; chleb pszenny 70.00g; szynka wiejska# 60.00g; chleb żytni razowy 30.00g; 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
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 150.0g Kotlet drobiowy 180.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne ziemniaki gotowane 200.00g; herbata owocowa, napar 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;	obiad Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Krupnik z kaszą jęczmienną 450.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, seler i produkty pochodne Pieczona pierś z indyka z migdałami i suszonymi pomidorami 190.0g Alergeny: orzechy i produkty pochodne Surówka z marchewki i jabłka z olejem# 150.0g ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;	obiad Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Zupa pomidorowa z ryżem 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 buraków i jabłka 181.5g kasza gryczana prażona, gotowana 150.00g;	obiad Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Barszcz czerwony z fasolą 450.0g Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne 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 160.1g ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;	obiad Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Zupa ziemniaczana z makaronem 450.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, seler i produkty pochodne Podudzie z kurczaka w sosie 180.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), gorczyca i produkty pochodne Bukiet jarzyn gotowany 210.0g Alergeny: seler i produkty pochodne ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;

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

Potrawy przygotowywane w Dziale Żywnienia mogą zawierać: zboża zawierające gluten, tj. pszenicę (w tym orkisz i pszenicę khorasan), żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut lub ich odmiany hybrydowe, a także produkty pochodne; skorupiaki i produkty pochodne; jaja i produkty pochodne; ryby i produkty pochodne; orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne; soję i produkty pochodne; mleko i produkty pochodne; seler zwyczajny i produkty pochodne; gorczycę i produkty pochodne; nasiona sezamu i produkty pochodne; dwutlenek siarki i siarczyny; lubin i produkty pochodne; mięczaki i produkty pochodne. 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
2024-01-16

kolacja

Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g
Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
chleb żytni razowy 60.00g; chleb pszenny 60.00g; pomidory, czerwone 60.00g; hummus, gotowy 50.00g; polędwica sopocka# 40.00g; roszponka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne, nasiona sezamu i produkty pochodne

Dodatkowy posiłek

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

Razem E: 2103.8 kcal | B 100.3 g |
T 60.3 g | W305.7 g | SFA 19.6 g |
Cukry 80.0 g | Sól 7.7 g |
Błonnik 33.2 g

Środa
2024-01-17

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)
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: 2213.2 kcal | B 110.9 g |
T 66.9 g | W 312.3 g | SFA 19.0 g |
Cukry 74.2 g | Sól 8.3 g |
Błonnik 40.3 g

Czwartek
2024-01-18

kolacja

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

Dodatkowy posiłek

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

Razem E: 2121.7 kcal | B 121.1 g |
T 52.5 g | W 312.0 g | SFA 21.2 g |
Cukry 57.6 g | Sól 7.4 g |
Błonnik 39.7 g

Piątek
2024-01-19

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 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: 2103.5 kcal | B 101.0 g |
T 65.7 g | W 293.4 g | SFA 21.1 g |
Cukry 64.4 g | Sól 8.1 g |
Błonnik 38.1 g

Sobota
2024-01-20

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 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: 2173.8 kcal | B 103.9 g |
T 56.5 g | W 317.4 g | SFA 19.6 g |
Cukry 63.8 g | Sól 7.4 g |
Błonnik 37.0 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. 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 2024-01-11	Piątek 2024-01-12	Sobota 2024-01-13	Niedziela 2024-01-14	Poniedziałek 2024-01-15
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; bułka pszenna wrocławska 100.00g; banan 80.00g; szynka z indyka 60.00g; roszponka 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) Gruszka pieczona 130.0g herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; bułka pszenna wrocławska 100.00g; serek naturalny, 75.00g; pomidory, czerwone b/skóry 60.00g; szynka wiejska# 40.00g; 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 kaszą jaglaną 300.0g Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; bułka pszenna wrocławska 100.00g; szynka wiejska 60.00g; pomidory, czerwone b/skóry 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 manną 300.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) Jabłko pieczone 150.0g herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; bułka pszenna wrocławska 100.00g; szynka z indyka 60.00g; roszponka 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; bułka pszenna wrocławska 100.00g; banan 80.00g; polędwica sopocka# 60.00g; roszponka 15.00g; 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 Zupa koperkowa z makaronem 450.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne 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 ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;	Obiad Zupa wielowarzywna z ryżem 450.0g Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne Dorsz pieczony 142.0g Alergeny: ryby i produkty pochodne Sałata masłowa z olejem# 155.0g ziemniaki gotowane 200.00g; herbata owocowa, napar 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;	Obiad Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Bukiet jarzyn gotowany 210.0g Alergeny: seler i produkty pochodne Pulpet w sosie koperkowym# 219.9g Alergeny: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) Zupa ziemniaczana z makaronem 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 Filet z indyka w sosie# 205.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne Surówka z marchewki i jabłka z olejem 163.6g Zupa brokułowa z ziemniakami niezabielana 450.0g Alergeny: seler i produkty pochodne ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;	Obiad Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Zupa grysikowa# 450.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, seler i produkty pochodne Makaron z serem i brokułem 421.0g 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) 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; 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) bułka pszenna wrocławska 100.00g; polędwica sopocka# 80.00g; pomidory, czerwone b/skóry 60.00g; 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) Jabłko pieczone 150.0g bułka pszenna wrocławska 100.00g; szynka delikatesowa z kurczaka# 80.00g; 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) bułka pszenna wrocławska 100.00g; szynka wiejska# 80.00g; pomidory, czerwone b/skóry 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), gorczyca i produkty pochodne	Kolacja Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) Gruszka pieczona 130.0g bułka pszenna wrocławska 100.00g; szynka wiejska# 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

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. 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
2024-01-11

Posiłek dodatkowy

sok wielowarzywny 300.00g;
Alergeny: seler i produkty pochodne

Razem E: 2187.6 kcal | B 104.0 g |
T 62.8 g | W 319.3 g | SFA 20.3 g |
Cukry 77.3 g | Sól 9.5 g |
Błonnik 35.5 g

Piątek
2024-01-12

Posiłek dodatkowy

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

Razem E: 2008.5 kcal | B 105.5 g |
T 58.2 g | W 276.8 g | SFA 19.0 g |
Cukry 58.6 g | Sól 5.6 g |
Błonnik 23.5 g

Sobota
2024-01-13

Posiłek dodatkowy

Mus warzywny 100.00g;

Razem E: 2208.7 kcal | B 98.7 g |
T 59.9 g | W 321.0 g | SFA 19.1 g |
Cukry 69.4 g | Sól 6.2 g |
Błonnik 32.5 g

Niedziela
2024-01-14

Posiłek dodatkowy

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

Razem E: 2005.1 kcal | B 98.7 g |
T 54.9 g | W 292.0 g | SFA 18.7 g |
Cukry 74.9 g | Sól 6.5 g |
Błonnik 28.1 g

Poniedziałek
2024-01-15

Posiłek dodatkowy

sok pomidorowy 300.00g;

Razem E: 2012.2 kcal | B 94.0 g |
T 47.2 g | W 316.6 g | SFA 17.0 g |
Cukry 75.8 g | Sól 7.4 g |
Błonnik 28.2 g

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

Potrawy przygotowywane w Dziale Żywnienia mogą zawierać: zboża zawierające gluten, tj. pszenicę (w tym orkisz i pszenicę khorasan), żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut lub ich odmiany hybrydowe, a także produkty pochodne; skorupiaki i produkty pochodne; jaja i produkty pochodne; ryby i produkty pochodne; orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne; soję i produkty pochodne; mleko i produkty pochodne; seler zwyczajny i produkty pochodne; gorczycę i produkty pochodne; nasiona sezamu i produkty pochodne; dwutlenek siarki i siarczyn; lubin i produkty pochodne; mięczaki i produkty pochodne. 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 2024-01-16	Środa 2024-01-17	Czwartek 2024-01-18	Piątek 2024-01-19	Sobota 2024-01-20
śniadanie Zupa mleczna z ryżem 300.0g Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; 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; 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; bułka pszenna wrocławska 100.00g; szynka z indyka 60.00g; pomidory, czerwone b/skóry 60.00g; rosółka 12.00g; masło ekstra 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	śniadanie Zupa mleczna z płatkami orkiszowymi 300.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) Pasta twarożek z koperkiem 108.0g Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; bułka pszenna wrocławska 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)	śniadanie Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) Jabłko pieczone 150.0g herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; serek twarogowy, ziarnisty 100.00g; bułka pszenna wrocławska 100.00g; rosółka 12.00g; masło ekstra 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	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; bułka pszenna wrocławska 100.00g; banan 80.00g; 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
Obiad Zupa koperkowa z makaronem 450.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne Piersz z kurczaka w białym sosie 285.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) Bukiet jarzyn gotowany 210.0g Alergeny: seler i produkty pochodne ziemniaki gotowane 200.00g; herbata owocowa, napar 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;	Obiad Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Krupnik z kaszą jęczmienną 450.2g Alergeny: zboża zawierające gluten, seler i produkty pochodne Filet z indyka w sosie# 220.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne Surówka z marchewki i jabłka z olejem 167.3g ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;	Obiad Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Zupa pomidorowa z ryżem 450.0g Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne Surówka z buraków i jabłka 181.5g 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 Barszcz czerwony# 450.0g Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne Sałata masłowa z olejem# 160.0g Dorsz pieczony 142.0g Alergeny: ryby i produkty pochodne ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;	Obiad Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Zupa ziemniaczana z makaronem 450.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, seler i produkty pochodne Podudzie z kurczaka w sosie 180.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), gorczyca i produkty pochodne Bukiet jarzyn gotowany 210.0g Alergeny: seler 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) bułka pszenna wrocławska 100.00g; polędwica sopocka# 80.00g; pomidory, czerwone b/skóry 60.00g; rosółka 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) Pasta z dorsza i twarogu 107.2g Alergeny: ryby i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) bułka pszenna wrocławska 100.00g; sałata masłowa 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) Brokuły gotowane 80.0g bułka pszenna wrocławska 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) 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; 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) bułka pszenna wrocławska 100.00g; polędwica sopocka# 80.00g; pomidory, czerwone b/skóry 60.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne

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. Z przyczyn niezależnych dopuszcza się wymianę zaplanowanych w jadłospisie produktów na produkty równo ważne pod względem energetycznym i wartości odżywczych.



Dieta łatwostrawna (2)

Samodzielny Publiczny
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie

Wtorek 2024-01-16	Środa 2024-01-17	Czwartek 2024-01-18	Piątek 2024-01-19	Sobota 2024-01-20
Posiłek dodatkowy kefir, 2% tłuszczu 100.00g; Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Posiłek dodatkowy sok wielowarzywny 300.00g; Alergeny: seler i produkty pochodne	Posiłek dodatkowy kefir, 2% tłuszczu 100.00g; Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Posiłek dodatkowy jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Posiłek dodatkowy Mus warzywny 100.00g;
Razem E: 2189.0 kcal B 113.8 g T 62.6 g W304.6 g SFA 21.9 g Cukry 82.5 g Sól 5.6 g Błonnik 26.1 g	Razem E: 2001.8 kcal B 96.8 g T 57.1 g W 288.8 g SFA 18.5 g Cukry 64.1 g Sól 7.3 g Błonnik 29.3 g	Razem E: 2197.3 kcal B 121.0 g T 62.1 g W303.2 g SFA 22.8 g Cukry 58.2 g Sól 6.5 g Błonnik 30.5 g	Razem E: 2002.1 kcal B 99.1 g T 63.9 g W 268.7 g SFA 19.9 g Cukry 64.3 g Sól 6.9 g Błonnik 23.8 g	Razem E: 2180.1 kcal B 103.8 g T 56.1 g W316.1 g SFA 19.5 g Cukry 64.1 g Sól 6.8 g Błonnik 29.5 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. Szczegółowy skład potraw dostępny jest w Dziale Żywnienia. Z przyczyn niezależnych dopuszcza się wymianę zaplanowanych w jadłospisie produktów na produkty równo ważne pod względem energetycznym i wartości odżywczych.



Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)- 6

Samodzielny Publiczny
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie

Czwartek 2024-01-11	Piątek 2024-01-12	Sobota 2024-01-13	Niedziela 2024-01-14	Poniedziałek 2024-01-15
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; chleb żytni razowy 90.00g; pomidory, czerwone 60.00g; szynka z indyka 60.00g; rosłonka 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; chleb żytni razowy 90.00g; serek naturalny, lekki (Bieluch) 75.00g; ogórek kiszony 50.00g; 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 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; szynka wiejska 60.00g; pomidory, czerwone 60.00g; rosłonka 12.00g; masło ekstra 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	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; chleb żytni razowy 90.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; szynka z indyka 60.00g; rosłonka 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) Pasta z zielonego groszku 50.0g herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb żytni razowy 90.00g; pomidory, czerwone 60.00g; poledwica sopocka# 40.00g; rosłonka 12.00g; masło ekstra 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
II śniadanie kefir, 2% tłuszczu 200.00g; Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	II śniadanie pomarańcza 150.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	II śniadanie kefir, 2% tłuszczu 100.00g; Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	II śniadanie jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	II śniadanie pomarańcza 150.00g;
Obiad Zupa koperkowa z makaronem 450.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne 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 Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g kasza jęczmienna, pęczak gotowana 150.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten	Obiad Surówka z kiszonej kapusty, jabłka i marchwi 157.5g Zupa wielowarzywna z ryżem 450.0g Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne Dorsz pieczony 137.0g Alergeny: ryby i produkty pochodne ziemniaki gotowane 200.00g; herbata owocowa, napar 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;	Obiad 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 pomidorowa z makaronem 450.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g ziemniaki gotowane 200.00g;	Obiad Zupa brokułowa z ziemniakami zabeliana 450.0g Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne Filet z indyka w sosie# 205.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne Surówka z marchewki i jabłka z olejem 162.6g 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 Makaron z pesto i kurczakiem 520.0g Alergeny: zboża zawierające gluten Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g
Podwieczorek Jabłko pieczone 150.0g	Podwieczorek Koktajl z kiwi# 240.0g	Podwieczorek Jabłko pieczone 150.0g	Podwieczorek Jabłko pieczone 150.0g	Podwieczorek Czerwone smoothie# 255.0g Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)

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. 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
2024-01-11

kolacja+ posiłek dodatkowy

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; 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), seler i produkty pochodne, gorczyca i produkty pochodne

Razem E: 2233.8 kcal | B 110.1 g |
T 69.9 g | W 321.9 g | SFA 23.5 g |
Cukry 84.2 g | Sól 10.3 g |
Błonnik 51.7 g

Piątek
2024-01-12

kolacja+ posiłek dodatkowy

Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g
Alergeny: zboża zawierające gluten, 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; jaja gotowane 120.00g; chleb żytni razowy 120.00g; pomidory, czerwone 60.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g;
Alergeny: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)

Razem E: 2261.3 kcal | B 112.5 g |
T 69.6 g | W 315.7 g | SFA 24.9 g |
Cukry 96.3 g | Sól 7.8 g |
Błonnik 42.3 g

Sobota
2024-01-13

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; roszpinka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g;
Alergeny: zboża zawierające gluten

Razem E: 2233.8 kcal | B 103.4 g |
T 66.6 g | W 314.6 g | SFA 22.5 g |
Cukry 73.4 g | Sól 5.9 g |
Błonnik 45.0 g

Niedziela
2024-01-14

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; roszpinka 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: 2103.7 kcal | B 102.7 g |
T 65.8 g | W 295.9 g | SFA 21.2 g |
Cukry 83.0 g | Sól 6.3 g |
Błonnik 43.7 g

Poniedziałek
2024-01-15

kolacja+ posiłek dodatkowy

Kawa zbożowa z mlekiem b/c 500.0g
Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
sok pomidorowy 300.00g; chleb żytni razowy 120.00g; szynka wiejska# 80.00g; ogórek 65.00g; 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: 2358.2 kcal | B 120.3 g |
T 71.4 g | W 334.2 g | SFA 22.7 g |
Cukry 88.6 g | Sól 8.6 g |
Błonnik 51.7 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. 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 2024-01-16	Środa 2024-01-17	Czwartek 2024-01-18	Piątek 2024-01-19	Sobota 2024-01-20
śniadanie Zupa mleczna z ryżem brązowym 300.0g Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; serek naturalny, lekki (Bieluch) 75.00g; bułki grahamki 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	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; jaja gotowane 50.00g; pieczeń rzymska# 40.00g; rosółka 12.00g; masło ekstra 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne, 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) Pasta twarogów z koperkiem 80.0g Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; 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)	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 100.00g; chleb żytni razowy 90.00g; ogórek kiszony 50.00g; rosółka 12.00g; masło ekstra 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	śniadanie Zupa mleczna z kaszą gryczaną 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; 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
II śniadanie jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	II śniadanie kefir, 2% tłuszczu 100.00g; mandarynki 50.00g; Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	II śniadanie Czerwone smoothie# 255.0g Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	II śniadanie pomarańcza 150.00g;	II śniadanie jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
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 150.0g Pierś z kurczaka w białym sosie 285.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) ziemniaki gotowane 200.00g; herbata owocowa, napar 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;	Obiad Krupnik z kaszą jęczmienną 450.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, seler i produkty pochodne Pieczona pierś z indyka z migdałami i suszonymi pomidorami 190.0g Alergeny: orzechy i produkty pochodne 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 pomidorowa z ryżem 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 buraków i jabłka 181.5g Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g kasza gryczana prażona, gotowana 150.00g;	Obiad Barszcz czerwony z fasolą 450.0g Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne Surówka z kiszzonej kapusty, jabłka i marchwi 160.1g 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;	Obiad Zupa ziemniaczana z makaronem 450.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, seler i produkty pochodne Podudzie z kurczaka w sosie 180.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), gorczyca i produkty pochodne Bukiet jarzyn gotowany 210.0g Alergeny: seler i produkty pochodne Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;
Podwieczorek Jabłko pieczone 150.0g	Podwieczorek Jabłko pieczone 150.0g	Podwieczorek Jabłko pieczone 150.0g	Podwieczorek Jabłko pieczone 150.0g	Podwieczorek 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; 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. 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
2024-01-16

kolacja+ posiłek dodatkowy

Kawa zbożowa z mlekiem b/c 500.0g
Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
chleb żytni razowy 120.00g; kefir, 2% tłuszczu 100.00g; pomidory, czerwone 60.00g; hummus, gotowy 50.00g; polędwica sopocka# 40.00g; rozszponka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g;
Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), nasiona sezamu i produkty pochodne

Razem E: 2155.1 kcal | B 110.2 g |
T 66.1 g | W 299.5 g | SFA 24.1 g |
Cukry 81.5 g | Sól 7.9 g |
Błonnik 42.5 g

Środa
2024-01-17

kolacja+ posiłek dodatkowy

Pasta z dorsza 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 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: 2272.7 kcal | B 112.6 g |
T 70.7 g | W 321.5 g | SFA 20.8 g |
Cukry 90.8 g | Sól 8.3 g |
Błonnik 49.9 g

Czwartek
2024-01-18

kolacja+ posiłek dodatkowy

Kawa zbożowa z mlekiem b/c 500.0g
Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
chleb żytni razowy 120.00g; kefir, 2% tłuszczu 100.00g; polędwica sopocka# 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)

Razem E: 2316.5 kcal | B 125.4 g |
T 60.4 g | W 344.7 g | SFA 24.3 g |
Cukry 101.1 g | Sól 7.1 g |
Błonnik 53.6 g

Piątek
2024-01-19

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; 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: 1990.4 kcal | B 95.2 g | T 59.9 g |
W 287.9 g | SFA 20.4 g |
Cukry 76.7 g | Sól 7.8 g |
Błonnik 46.4 g

Sobota
2024-01-20

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: 2180.5 kcal | B 106.9 g |
T 60.6 g | W 312.4 g | SFA 21.5 g |
Cukry 70.4 g | Sól 7.6 g |
Błonnik 48.3 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. Z przyczyn niezależnych dopuszcza się wymianę zaplanowanych w jadłospisie produktów na produkty równoważne pod względem energetycznym i wartości odżywczych.