



Dieta podstawowa

Samodzielny Publiczny Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie

Poniedziałek 2023-11-13	Wtorek 2023-11-14	Środa 2023-11-15	Czwartek 2023-11-16	Piątek 2023-11-17	Sobota 2023-11-18	Niedziela 2023-11-19
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; papryka czerwona 75.00g; polędwica sopocka 60.00g; chleb żytni razowy 30.00g; sałata 12.00g margaryna miękka, 60% tłuszczu 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne	I śniadanie Zupa mleczna z ryżem 300.0g Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb pszenny 70.00g; pomidory, czerwone 60.00g; kiełbasa kanapkowa z kurczaka 40.00g; chleb żytni razowy 30.00g; ser, gouda 20.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 60% tłuszczu 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), gorczyca i produkty pochodne	I śniadanie Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) Pasta z zielonego groszku 52.5g herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb pszenny 70.00g; ogórek kiszony 50.00g; polędwica sopocka 30.00g; chleb żytni razowy 30.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 60% tłuszczu 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne	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; bułki grahamki 50.00g; serek naturalny 40.00g chleb pszenny 30.00g; szynka z indyka 20.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 60% tłuszczu 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; kiwi 80.00g; serek śmietankowy do smarowania, naturalny 75.00g; chleb pszenny 60.00g; pomidory, czerwone 60.00g; chleb żytni razowy 30.00g; sałata masłowa 12.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	I śniadanie Zupa mleczna z ryżem 300.0g Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; jabłko 180.00g; chleb pszenny 60.00g; szynka wiejska 60.00g; chleb żytni razowy 30.00g; margaryna miękka, 60% tłuszczu 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten	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; gruszka 130.00g; chleb pszenny 60.00g; polędwica sopocka 60.00g; chleb żytni razowy 30.00g; margaryna miękka, 60% tłuszczu 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne
obiad Zupa jarzynowa z ziemniakami zabieleną 400.0g Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne Spaghetti z mięsem mielonym# 420.00g Alergeny: zboża zawierające gluten Sałata masłowa z dressingiem jogurtowym# 170.00g Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) Kompot z owoców mrożonych# 200.0g	obiad Zupa z zielonej soczewicy 422.0g Alergeny: gorczyca i produkty pochodne Surówka z buraków i jabłka 180.0g Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Kotlety mielone z warzywami pieczone w piekarniku 175.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne ziemniaki 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;	obiad Zupa koperkowa z makaronem 450.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne Gulasz po węgiersku 330.0g Alergeny: zboża zawierające gluten Surówka z marchewki i jabłka z olejem 150.00g Kompot z owoców mrożonych# 200.0g kasza gryczana prażona, gotowana 150.00g;	obiad Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Schab w sosie własnym 288.5g Alergeny: zboża zawierające gluten Zupa pomidorowa z ryżem 450.0g Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne Surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem 156.0g Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) ziemniaki 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 Filet z dorsz panierowany 175.5g Alergeny: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne, ryby i produkty pochodne Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Surówka z kiszzonej kapusty, jabłka i marchwi 150.0g ziemniaki 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;	obiad Zupa ziemniaczana z makaronem 449.5g Alergeny: zboża zawierające gluten, seler i produkty pochodne Pulpet w sosie koperkowym# 230.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) Surówka z marchewki i jabłka z olejem 155.0g Kompot z owoców mrożonych# 200.0g kasza jęczmienna, perłowa, gotowana 150.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten	obiad Barszcz czerwony z fasolą 437.3g Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne Pierś z kurczaka w białym sosie 257.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) Bukiet jarzyn gotowany 200.0g Alergeny: seler i produkty pochodne Kompot z owoców mrożonych# 200.0g ziemniaki 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;



Dieta podstawowa

Samodzielny Publiczny Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie

Poniedziałek 2023-11-13	Wtorek 2023-11-14	Środa 2023-11-15	Czwartek 2023-11-16	Piątek 2023-11-17	Sobota 2023-11-18	Niedziela 2023-11-19
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 54.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	kolacja Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) papryka czerwona, słodka 75.00g; chleb żytni razowy 60.00g; chleb pszenny 60.00g; polędwica sopocka# 60.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	kolacja Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) Pasta z tuńczyka i twarogu 107.00g 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; pomidory, czerwone 54.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	kolacja Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) pomidory, czerwone 108.00g; kurczak faszerowany, pieczony# 80.00g; chleb pszenny 60.00g; chleb żytni razowy 60.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten, 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 100.00g; ogórek 65.00g; chleb pszenny 60.00g; chleb żytni razowy 60.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne, 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) szynka delikatesowa z kurczaka# 80.00g; chleb pszenny 60.00g; chleb żytni razowy 60.00g; ogórek kiszony 50.00g; masło ekstra 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	kolacja Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) szynka wiejska 80.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; chleb żytni razowy 60.00g; chleb pszenny 60.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
Dodatkowy posiłek kefir, 2% tłuszczu 100.00g; Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Dodatkowy posiłek kefir, 2% tłuszczu 200.00g; Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Dodatkowy posiłek jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Dodatkowy posiłek serek naturalny 150.00g; Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Dodatkowy posiłek kefir, 2% tłuszczu 200.00g; Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Dodatkowy posiłek jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Dodatkowy posiłek kefir, 2% tłuszczu 200.00g; Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
E: 2010.3 kcal B: 101.0g, T: 63.4g, W: 274.6g Błonnik: 31,2g, cukry: 58,5g, Kw. tłuszczowe nasycone: 25,5g, sól: 5,5g	E: 2142.2, kcal B: 106.1g, T: 65.4g, W: 300.8g Błonnik: 37,8g, cukry: 61,7g, Kw. tłuszczowe nasycone: 24,3g, sól: 7,5g	E: 2212.4 kcal B: 111.0g, T: 68.1g, W: 310.1g Błonnik: 39,8g, cukry: 65,7g, Kw. tłuszczowe nasycone: 22,3g, sól: 7,2g	E: 2066.6 kcal B: 107.8g, T: 59.5g, W: 290.2g Błonnik: 32,1g, cukry: 66,9g, Kw. tłuszczowe nasycone: 22,3g, sól: 5,4g	E: 2119.0 kcal B: 96.2g, T: 73.8g, W: 283.6g Błonnik: 32,6g, cukry: 62,2g, Kw. tłuszczowe nasycone: 27,6g, sól: 6,8g	E: 2290.8 kcal B: 103.6g, T: 58.7g, W: 353.7g Błonnik: 38,7,6g, cukry: 72,2g, Kw. tłuszczowe nasycone: 20,9g, sól: 7,8g	E: 2042.9 kcal, B: 113.7g, T: 56.6g, W: 286.7g Błonnik: 37,9, cukry: 69,4g, Kw. tłuszczowe nasycone: 20,4g, sól: 7,5g



Dieta łatwostrawna

Samodzielny Publiczny Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie

Poniedziałek
2023-11-13

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; bułka pszenna wrocławska 100.00g; polędwica sopocka 60.00g; jabłko pieczone 150g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 60% tłuszczu 10.00g;
Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne

obiad

Zupa jarzynowa z ziemniakami zabieleną 400.0g
Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne
Kompot z owoców mrożonych# 200.0g
Makaron z sosem mięsno-warzywnym# 450.0g
Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne
Sałata masłowa z dressingiem jogurtowym l# 170.0g
Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)

Wtorek
2023-11-14

I 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; kielbasa kanapkowa z kurczaka 60.00g; pomidory, czerwone b/skóry 60.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 60% tłuszczu 10.00g;
Alergeny: zboża zawierające gluten, gorczyca i produkty pochodne

obiad

Surówka z buraków i jabłka 180.0g
Kompot z owoców mrożonych# 200.0g
Zupa ziemniaczana 450.0g
Alergeny: seler i produkty pochodne
Pulpet w sosie# 230.0g
Alergeny: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
ziemniaki 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;

Środa
2023-11-15

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; bułka pszenna wrocławska 100.00g; pomidory, czerwone b/skóry 60.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 60% tłuszczu 10.00g;
Alergeny: zboża zawierające gluten

obiad

Zupa koperkowa z makaronem 450.0g
Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne
Surówka z marchewki i jabłka z olejem 154.5g
Kompot z owoców mrożonych# 200.0g
Gulasz warzywny z indyka 270.0g
Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;

Czwartek
2023-11-16

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; bułka pszenna wrocławska 100.00g; pomidory, czerwone b/skóry 60.00g; serek naturalny 40.00g; szynka z indyka 20.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 60% tłuszczu 10.00g;
Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)

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 kapusty pekińskiej z jogurtem 156.0g
Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
Bitki ze schabu w białym sosie 255.0g
Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
ziemniaki 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;

Piątek
2023-11-17

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; bułka pszenna wrocławska 100.00g; serek śmietankowy do smarowania, naturalny 75.00g; pomidory, czerwone b/skóry 60.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, **Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)**

obiad

Kompot z owoców mrożonych# 200.0g
Zupa grysikowa 450.0g
Alergeny: zboża zawierające gluten, seler i produkty pochodne
Dorsz pieczony 137.0g
Alergeny: ryby i produkty pochodne
Sałata masłowa z olejem# 150.0g
ziemniaki 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;

Sobota
2023-11-18

I śniadanie

Zupa mleczna z ryżem 300.0g
Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
Jabłko pieczone 150.0g
herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; bułka pszenna wrocławska 100.00g; szynka wiejska 60.00g; margaryna miękka, 60% tłuszczu 10.00g;
Alergeny: zboża zawierające gluten

obiad

Zupa ziemniaczana z makaronem 450.0g
Alergeny: zboża zawierające gluten, seler i produkty pochodne
Pulpet w sosie koperkowym# 230.0g
Alergeny: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
Surówka z marchewki i jabłka z olejem 155.0g
Kompot z owoców mrożonych# 200.0g
kasza jęczmienna, perłowa, gotowana 150.00g;
Alergeny: zboża zawierające gluten

Niedziela
2023-11-19

I śniadanie

Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300.0g
Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
Jabłko pieczone 150.0g
herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; bułka pszenna wrocławska 100.00g; polędwica sopocka 60.00g; margaryna miękka, 60% tłuszczu 10.00g;
Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne

obiad

Pierś z kurczaka w białym sosie 257.0g
Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
Bukiet jarzyn gotowany 204.0g
Alergeny: seler i produkty pochodne
Kompot z owoców mrożonych# 200.0g
Barszcz czerwony# 450.0g
Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne
ziemniaki 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;



Dieta łatwostrawna

Samodzielny Publiczny Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie

Poniedziałek
2023-11-13

kolacja

Kawa zbożowa z mlekiem
248.0g
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)
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)

Dodatkowy posiłek

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

E: 2077.0 kcal,
B: 105.2g, T: 61.5g, W: 288.8g
Błonnik: 25,5,2g, cukry: 56,8g,
Kw. tłuszczowe nasycone:
24,7g, sól: 5,5g

Wtorek
2023-11-14

kolacja

Kawa zbożowa z mlekiem
248.0g
Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
Jabłko pieczone < 0.1g
bułka pszenna wrocławska
100.00g; polędwica sopocka#
60.00g; pomidory, czerwone b/skóry 60.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g;
Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)

Dodatkowy posiłek

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

E: 2046.2 kcal
B: 96.9g, T: 57.4g, W: 298.2g
Błonnik: 28,3,2g, cukry: 55,6g,
Kw. tłuszczowe nasycone:
22,7g, sól: 7,5g

Środa
2023-11-15

kolacja

Kawa zbożowa z mlekiem
248.0g
Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
Pasta z dorsza i twarogu 107.0g
Alergeny: ryby i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
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)

Dodatkowy posiłek

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

E: 2105.1 kcal
B: 96.3g, T: 65.5g, W: 297.2g
Błonnik: 30g, cukry: 64,8g,
Kw. tłuszczowe nasycone:
22,4g, sól: 5,4g

Czwartek
2023-11-16

kolacja

Kawa zbożowa z mlekiem
248.0g
Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
bułka pszenna wrocławska
100.00g; szynka drobiowa
80.00g; 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)

Dodatkowy posiłek

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

E: 2091.3 kcal,
B: 107.7g, T: 60.5g, W: 290.1g
Błonnik: 27,2g, cukry: 65,7g,
Kw. tłuszczowe nasycone:
21,6g, sól: 6,2g

Piątek
2023-11-17

kolacja

Kawa zbożowa z mlekiem
248.0g
Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
bułka pszenna wrocławska
100.00g; szynka delikatesowa z kurczaka# 80.00g; brokuły, różyczki, mrożone 80.00g; chleb pszenny 60.00g; chleb żytni razowy 60.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g;
Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)

Dodatkowy posiłek

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

E: 2274.7 kcal,
B: 113.7g, T: 61.5g, W: 333.0g
Błonnik: 33g, cukry: 57,3g,
Kw. tłuszczowe nasycone:
24,7g, sól: 7g

Sobota
2023-11-18

kolacja

Kawa zbożowa z mlekiem
248.0g
Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
bułka pszenna wrocławska
100.00g; szynka delikatesowa z kurczaka# 80.00g; 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)

Dodatkowy posiłek

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

E: 2243.9 kcal,
B: 102.5g, T: 58.1g, W: 340.9g
Błonnik: 31,6g, cukry: 75,2g,
Kw. tłuszczowe nasycone:
20,8,7g, sól: 7,1g

Niedziela
2023-11-19

kolacja

Kawa zbożowa z mlekiem
248.0g
Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
bułka pszenna wrocławska
100.00g; szynka wiejska
80.00g; sałata masłowa 18.00g; masło ekstra 10.00g;
Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)

Dodatkowy posiłek

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

E: 2025.2 kcal,
B: 112.1g, T: 56.2g, W: 280.3g
Błonnik: 27,5g, cukry: 69,2g,
Kw. tłuszczowe nasycone:
20,3g, sól: 7g



Dieta cukrzycowa (z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów)

Samodzielny Publiczny Zespół Opieki
Zdrowotnej w Hrubieszowie

Poniedziałek 2023-11-13	Wtorek 2023-11-14	Środa 2023-11-15	Czwartek 2023-11-16	Piątek 2023-11-17	Sobota 2023-11-18	Niedziela 2023-11-19
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 100.00g; papryka czerwona 75.00g; polędwica sopocka 60.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 60% tłuszczu 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne	śniadanie Zupa mleczna z ryżem brązowym 300.0g Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb żytni razowy 100.00g; pomidory, czerwone 60.00g; kiełbasa kanapkowa z kurczaka 40.00g; ser, gouda tusty 20.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 60% tłuszczu 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), gorczyca i produkty pochodne	śniadanie Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) Pasta z zielonego groszku 52.5g herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb żytni razowy 100.00g; ogórek kiszony 50.00g; polędwica sopocka 30.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 60% tłuszczu 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne	śniadanie Zupa mleczna z kaszą gryczaną 300.0g Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; bułki grahamki 50.00g; serek naturalny 40.00g; chleb pszenny 30.00g; szynka z indyka 20.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 60% tłuszczu 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 100.00g; serek śmietankowy do smarowania, naturalny 75.00g; pomidory, czerwone 54.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 60% tłuszczu 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	śniadanie Zupa mleczna z ryżem 300.0g Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; jabłko 188.00g; chleb żytni razowy 100.00g; szynka wiejska 60.00g; margaryna miękka, 60% tłuszczu 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten	śniadanie Zupa mleczna z kaszą jagłaną 300.0g Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; gruszka 130.00g; chleb żytni razowy 100.00g; polędwica sopocka 60.00g; margaryna miękka, 60% tłuszczu 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne
II śniadanie kefir, 2% tłuszczu 200.00g; 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 kefir, 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 jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	II śniadanie jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
obiad Zupa jarzynowa z ziemniakami zabielaną 400.0g Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne Sałata masłowa z dressingiem jogurtowym# 177.1g Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Spaghetti z mięsem mielonym# 420.0g Alergeny: zboża zawierające gluten	obiad Zupa z zielonej soczewicy 422.0g Alergeny: gorczyca i produkty pochodne Surówka z buraków i jabłka 180.0g Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g Pulpet w sosie# 230.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) ziemniaki 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;	obiad Zupa koperkowa z makaronem 450.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne Gulasz po węgiersku 320.0g Alergeny: zboża zawierające gluten Surówka z marchewki i jabłka z olejem 124.9g Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g kasza gryczana prażona, gotowana 150.00g;	obiad Schab w sosie własnym 288.5g Alergeny: zboża zawierające gluten Zupa pomidorowa z ryżem 450.0g Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne Surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem 156.0g Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g ziemniaki 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;	obiad Zupa pieczarkowa z makaronem 450.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Surówka z kiszzonej kapusty, jabłka i marchwi 155.5g Dorsz pieczony 137.0g Alergeny: ryby i produkty pochodne ziemniaki 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;	obiad Zupa ziemniaczana z makaronem 449.5g Alergeny: zboża zawierające gluten, seler i produkty pochodne Pulpet w sosie koperkowym# 226.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) Surówka z marchewki i jabłka z olejem 154.7g Kompot z owoców mrożonych# 200.0g kasza jęczmienna, perłowa, gotowana 150.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten	obiad Pierś z kurczaka w białym sosie 257.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) Bukiet jarzyn gotowany 204.0g Alergeny: seler i produkty pochodne Barszcz czerwony# 450.0g Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g ziemniaki 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;



Dieta cukrzycowa (z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów)

Samodzielny Publiczny Zespół Opieki
Zdrowotnej w Hrubieszowie

Poniedziałek 2023-11-13	Wtorek 2023-11-14	Środa 2023-11-15	Czwartek 2023-11-16	Piątek 2023-11-17	Sobota 2023-11-18	Niedziela 2023-11-19
podwieczorek	podwieczorek	podwieczorek	podwieczorek	podwieczorek	podwieczorek	podwieczorek
Jabłko pieczone 100.0g	Jabłko pieczone 100.0g	Jabłko pieczone 100.0g	Jabłko pieczone 100.0g	Jabłko pieczone 150.0g	Jabłko pieczone 100.0g	Jabłko pieczone 100.0g
kolacja + posiłek dodatkowy	kolacja + posiłek dodatkowy	kolacja +posiłek dodatkowy	kolacja + posiłek dodatkowy	kolacja + posiłek dodatkowy	kolacja + posiłek dodatkowy	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 100.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) chleb żytni razowy 120.00g; kefir, 2% tłuszczu 100.00g; pomidory, czerwone 54.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 100.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; chleb żytni razowy 120.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; polędwica sopocka# 60.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne	Pasta z tuńczyka i twarogu 107.2g Alergeny: ryby i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) chleb żytni razowy 120.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; pomidory, czerwone 54.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 100.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) kefir, 2% tłuszczu 200.00g; chleb żytni razowy 120.00g; pomidory, czerwone 108.00g; kurczak faszerowany, pieczony# 80.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą),	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 100.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) kefir, 2% tłuszczu 200.00g; chleb żytni razowy 120.00g; jaja gotowane 100.00g; ogórek 65.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 100.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) chleb żytni razowy 120.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; szynka delikatesowa z kurczaka# 80.00g; ogórek kiszony 50.00g; masło ekstra 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 100.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) chleb żytni razowy 120.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; szynka wiejska 80.00g; papryka czerwona, słodka 75.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty
E: 2038.0 kcal B: 100.5g, T: 65.9g, W: 281.2g Błonnik: 40g, cukry: 62,3g, Kw. tłuszczowe nasycone: 23,1g, sól: 5,6g	E: 2169.0 kcal B: 105.0g, T: 66.9g, W: 313.1g Błonnik: 42g, cukry: 63,3g, Kw. tłuszczowe nasycone: 24,9g, sól: 7,6g	E: 2204.9 kcal, B: 107.5g, T: 69.4g, W: 313.1g Błonnik: 43,6g, cukry: 72,3g, Kw. tłuszczowe nasycone: 22,9g, sól: 7,7g	E: 2028.0 kcal, B: 100.3g, T: 59.7g, W: 292.3g Błonnik: 40g, cukry: 68,2g, Kw. tłuszczowe nasycone: 21,8g, sól: 5,4g	E: 2038.8 kcal, B: 91.7g, T: 73.0g, W: 273.0g Błonnik: 39,7g, cukry: 68,5g, Kw. tłuszczowe nasycone: 27,1g, sól: 6,8g	E: 2266.3 kcal, B: 98.6g, T: 57.6g, W: 359.6g Błonnik: 46.3g, cukry: 71,3g, Kw. tłuszczowe nasycone: 20,0g, sól: 7,8g	E: 1974.3 kcal, B: 107.9g, T: 54.9g, W: 283.2g Błonnik: 45g, cukry: 68,1g, Kw. tłuszczowe nasycone: 19,1g, sól: 6,6g