



Dieta podstawowa (1)

Samodzielny Publiczny Zespół Opieki
Zdrowotnej w Hrubieszowie

Czwartek 2023-12-21	Piątek 2023-12-22	Sobota 2023-12-23	Niedziela 2023-12-24	Poniedziałek 2023-12-25	Wtorek 2023-12-26
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 60.00g; 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)	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; kiwi 81.00g; serek naturalny, lekki (Bieluch) 75.00g; chleb pszenny 60.00g; pomidory, czerwone 60.00g; chleb żytni razowy 30.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	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; szynka wiejska 60.00g; chleb pszenny 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)	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; serek twarogowy, ziarnisty 100.00g; chleb pszenny 60.00g; mandarynki 49.00g; 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 płatkami owsianymi 300.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) Sałatka jarzynowa# 65.5g Alergeny: jaja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), gorczyca i produkty pochodne herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; pomarańcza 150.00g; chleb pszenny 70.00g; polędwica sopocka# 60.00g; chleb żytni razowy 30.00g; masło ekstra 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	I śniadanie Zupa mleczna z 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; szynka wiejska# 60.00g; mandarynki 50.00g; 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 Surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem 150.0g Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Wątróbka drobiowa w sosie 300.0g Alergeny: zboża zawierające gluten Zupa koperkowa z makaronem 450.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne ryż brązowy, gotowany 150.00g;	obiad Filet z dorsza 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 157.5g Barszcz czerwony z fasolą 450.0g Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;	obiad Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Zupa ryżowa # 450.0g Alergeny: seler i produkty pochodne Bukiet jarzyn gotowany 210.0g Alergeny: seler i produkty pochodne Pulpet w sosie koperkowym# 223.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) kasza jęczmienna, perłowa, gotowana 150.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten	obiad Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Kotlety sojowe w sosie z warzywami 226.1g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne Zupa pomidorowa z makaronem 450.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne Fasolka szparagowa gotowana# 200.0g ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;	obiad Surówka z buraków i jabłka 185.6g Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Krupnik z kaszą jęczmienną 450.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, seler i produkty pochodne Filet z kurczaka w sosie# 210.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) ziemniaki gotowane 200.00g; rolada z masą makową 40.00g; koper ogrodowy 3.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	obiad Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Zupa ziemniaczana z makaronem 450.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, seler i produkty pochodne Bitki ze schabu w białym sosie 265.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) Surówka z marchewki i jabłka z olejem 150.0g ziemniaki gotowane 200.00g; piernik z bakaliami 40.00g; koper ogrodowy 3.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), orzechy i produkty pochodne

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



Dieta podstawowa (1)

Samodzielny Publiczny Zespół Opieki
Zdrowotnej w Hrubieszowie

Czwartek 2023-12-21	Piątek 2023-12-22	Sobota 2023-12-23	Niedziela 2023-12-24	Poniedziałek 2023-12-25	Wtorek 2023-12-26
kolacja Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) Pasta twarogów z warzywami 115.0g Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) chleb pszenny 60.00g; chleb żytni razowy 60.00g; pomidory, czerwone 60.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten	kolacja Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) Pasta jajeczna ze szczypiorkiem# 112.0g Alergeny: jaja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), gorczyca i produkty pochodne ogórek 65.00g; chleb pszenny 60.00g; chleb żytni razowy 60.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten	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; rosół 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten	kolacja Filet z dorsza panierowany 135.5g Alergeny: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne, ryby i produkty pochodne Barszcz czerwony czysty 200.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne, seler i produkty pochodne, dwutlenek siarki i siarczyny Sałatka jarzynowa# 65.5g Alergeny: jaja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), gorczyca i produkty pochodne herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb żytni razowy 60.00g; chleb pszenny 60.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten	kolacja Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) szynka wiejska# 80.00g; chleb żytni razowy 60.00g; pomidory, czerwone 60.00g; chleb pszenny 60.00g; ćwikła 25.00g; rosół 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 b/c 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; ćwikła 25.00g; rosół 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne
Dodatkowy posiłek sok pomidorowy 300.00g;	Dodatkowy posiłek kefir, 2% tłuszczu 200.00g; Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Dodatkowy posiłek kefir, 2% tłuszczu 200.00g; Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Dodatkowy posiłek sok wielowarzywny 300.00g; Alergeny: seler i produkty pochodne	Dodatkowy posiłek Mus warzywny 100.00g;	Dodatkowy posiłek sok pomidorowy 300.00g;
Razem E: 2024.8 kcal B 105.7 g T 57.7 g W 289.1 g SFA 20.8 g Cukry 60.3 g Sól 7.5 g Błonnik 36.9 g	Razem E: 2041.3 kcal B 97.1 g T 63.4 g W 287.4g SFA 20.8 g Cukry 62.7 g Sól 6.2 g Błonnik 37.9 g	Razem E: 2023.9 kcal B 102.2 g T 59.9 g W 285.4 g SFA 21.0 g Cukry 49.7 g Sól 7.1 g Błonnik 36.5 g	Razem E: 2255.0 kcal B 98.8 g T 63.1 g W 348.4 g SFA 18.5 g Cukry 72.2 g Sól 9.0 g Błonnik 51.9 g	Razem E: 2193.2 kcal B 112.3 g T 57.6 g W 313.5 g SFA 19.4 g Cukry 81.2 g Sól 7.5 g Błonnik 40.7 g	Razem E: 2304.8 kcal B 109.7 g T 61.7 g W 346.8 g SFA 20.7 g Cukry 70.3 g Sól 9.6 g Błonnik 40.8 g

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



Dieta podstawowa

Samodzielny Publiczny
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie

Środa
2023-12-27

I śniadanie

Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g
Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g;
banan 115.00g; chleb pszenny 70.00g; szynka wiejska# 60.00g; ogórek kiszony 50.00g; 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

Salata masłowa z dressingiem jogurtowym# 177.1g
Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
Kompot z owoców mrożonych# 200.0g
Zupa jarzynowa z ziemniakami zabieleną 450.1g
Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne
Gulasz z indyka z warzywami 270.0g
Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
kasza gryczana prażona, gotowana 150.00g;

kolacja

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

Czwartek
2023-12-28

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; chleb żytni razowy 60.00g; hummus, gotowy 50.00g; szynka kanapkowa# 20.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g;
Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), nasiona sezamu i produkty pochodne

obiad

Kompot z owoców mrożonych# 200.0g
Surówka z marchewki i jabłka z olejem 158.0g
Filet z indyka w sosie# 205.0g
Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne
Zupa pomidorowa z ryżem 450.0g
Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne
ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;

kolacja

Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g
Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
połędwica sopocka# 80.00g; ogórek 65.00g; chleb pszenny 60.00g; chleb żytni razowy 60.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g;
Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne

Piątek
2023-12-29

I śniadanie

Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g
Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g;
serek twarogowy, ziarnisty 200.00g; pomarańcza 150.00g; chleb pszenny 70.00g; ogórek 65.00g; 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
Zupa kalafiorowa z ziemniakami zabieleną 450.1g
Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne
Makaron z serem, brokułem i pomidorem 456.5g
Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)

kolacja

Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g
Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
Pasta z tuńczyka i jajka 160.0g
Alergeny: jaja i produkty pochodne, ryby 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

Sobota
2023-12-30

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;
jabłko 188.00g; szynka wiejska# 60.00g; chleb pszenny 30.00g; 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

Kompot z owoców mrożonych# 200.0g
Zupa wielowarzywna z ryżem 450.0g
Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne
Pulpet w sosie koperkowym# 235.8g
Alergeny: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
Surówka z buraków i jabłka 185.7g
ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;

kolacja

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

Niedziela
2023-12-31

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;
chleb pszenny 60.00g; szynka kanapkowa# 60.00g; mandarynki 49.00g; 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)

obiad

Kompot z owoców mrożonych# 200.0g
Bukiet jarzyn gotowany 202.0g
Alergeny: seler i produkty pochodne
Rosół z makaronem# 450.0g
Alergeny: zboża zawierające gluten, seler i produkty pochodne
Pieczone udko z kurczaka 175.0g
Alergeny: gorczyca i produkty pochodne
ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;

kolacja

Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g
Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
pieczeń rzymska# 80.00g; chleb żytni razowy 60.00g; chleb pszenny 60.00g; ogórek kiszony 50.00g; roszponka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g;
Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne, gorczyca i produkty pochodne

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



Dieta podstawowa

Samodzielny Publiczny
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie

Środa
2023-12-27

Dodatkowy posiłek

kefir, 2% tłuszczu 100.00g;

Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)

Razem E: 2028.3 kcal | B 98.2 g |
T 59.0 g | W 295.6 g | SFA 21.3 g |
Cukry 76.8 g | Sól 6.8 g |
Błonnik 37.1 g

Czwartek
2023-12-28

Dodatkowy posiłek

jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g;

Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)

Razem E: 2146.5 kcal | B 102.4 g |
T 56.8 g | W 325.6 g | SFA 19.9 g |
Cukry 60.5 g | Sól 6.8 g |
Błonnik 39.4 g

Piątek
2023-12-29

Dodatkowy posiłek

jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g;

Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)

Razem E: 2106.0 kcal | B 112.3 g |
T 60.7 g | W 294.4 g | SFA 22.9 g |
Cukry 72.2 g | Sól 8.7 g |
Błonnik 33.1 g

Sobota
2023-12-30

Dodatkowy posiłek

serek naturalny, lekki (Bieluch) 150.00g;

Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)

Razem E: 2076.5 kcal | B 108.3 g |
T 63.6 g | W 284.7 g | SFA 22.2 g |
Cukry 69.0 g | Sól 6.9 g |
Błonnik 35.4 g

Niedziela
2023-12-31

Dodatkowy posiłek

kefir, 2% tłuszczu 200.00g;

Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)

Razem E: 2275.2 kcal | B 118.6 g |
T 70.7 g | W 308.8 g | SFA 23.9 g |
Cukry 54.0 g | Sól 7.9 g |
Błonnik 35.9 g



Dieta łatwostrawna (2)

Samodzielny Publiczny Zespół Opieki
Zdrowotnej w Hrubieszowie

Czwartek 2023-12-21	Piątek 2023-12-22	Sobota 2023-12-23	Niedziela 2023-12-24	Poniedziałek 2023-12-25	Wtorek 2023-12-26
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; bułki wrocławskie 100.00g; szynka z indyka 60.00g; pomidory, czerwone b/skóry 60.00g; roszonek 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) Gruszka pieczona 130.0g herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; bułki wrocławskie 100.00g; serek naturalny 75.00g; 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) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; bułki wrocławskie 100.00g; szynka wiejska 60.00g; roszonek 12.00g; masło ekstra 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	śniadanie Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300.0g Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) Jabłko pieczone 150.0g herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; serek twarogowy, ziarnisty 100.00g; bułki wrocławskie 100.00g; roszonek 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) Sałatka jarzynowa# 65.5g Alergeny: jaja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), gorczyca i produkty pochodne Gruszka pieczona 130.0g herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; bułki wrocławskie 100.00g; polędwica sopocka# 60.00g; masło ekstra 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	śniadanie Zupa mleczna z ryżem 300.0g Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) Gruszka pieczona 65.0g herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; bułki wrocławskie 100.00g; szynka wiejska# 60.00g; pomidory, czerwone b/skóry 60.00g; roszonek 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 Surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem 150.0g Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) 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 Bitki ze schabu w białym sosie 265.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) ryż biały, gotowany 150.00g;	Obiad Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Dorsz pieczony 142.0g Alergeny: ryby i produkty pochodne Barszcz czerwony# 450.0g Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne Sałata masłowa z dressingiem jogurtowym 170.0g Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;	Obiad Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Zupa ryżowa # 450.0g Alergeny: seler i produkty pochodne Bukiet jarzyn gotowany 210.0g Alergeny: 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) kasza jęczmienna, perłowa, gotowana 150.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten	Obiad Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Kotlety sojowe w sosie z warzywami 226.1g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne Zupa pomidorowa z makaronem 450.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne Fasolka szparagowa gotowana# 200.0g ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;	Obiad Surówka z buraków i jabłka 180.3g Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Krupnik z kaszą jęczmienną 450.2g Alergeny: zboża zawierające gluten, seler i produkty pochodne Filet z kurczaka w sosie# 210.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g; rolada z masą makową 40.00g Alergeny: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Obiad Kompot z owoców mrożonych# 200.0g Zupa ziemniaczana z makaronem 450.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, seler i produkty pochodne Bitki ze schabu w białym sosie 265.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) Surówka z marchewki i jabłka z olejem 150.0g ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g; piernik z bakaliami 40.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), orzechy i produkty pochodne

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



Dieta łatwostrawna (2)

Samodzielny Publiczny Zespół Opieki
Zdrowotnej w Hrubieszowie

Czwartek 2023-12-21	Piątek 2023-12-22	Sobota 2023-12-23	Niedziela 2023-12-24	Poniedziałek 2023-12-25	Wtorek 2023-12-26
Kolacja Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g 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) bułki wrocławskie 100.00g; pomidory, czerwone b/skóry 60.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten	Kolacja Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) bułki wrocławskie 100.00g; szynka wiejska# 80.00g; brokuły, różyczki 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	Kolacja Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) bułki wrocławskie 100.00g; szynka delikatesowa z kurczaka# 80.00g; pomidory, czerwone b/skóry 60.00g; roszonek 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten	Kolacja Barszcz czerwony czysty 200.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne, seler i produkty pochodne, dwutlenek siarki i siarczyny Sałatka jarzynowa# 65.5g Alergeny: jaja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), gorczyca i produkty pochodne Dorsz pieczony 120.0g Alergeny: ryby i produkty pochodne herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; bułki wrocławskie 100.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten	Kolacja Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) bułki wrocławskie 100.00g; szynka wiejska# 80.00g; pomidory, czerwone b/skóry 60.00g; roszonek 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 b/c 250.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) bułki wrocławskie 100.00g; polędwica sopocka# 80.00g; pomidory, czerwone b/skóry 60.00g; roszonek 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne
Posiłek dodatkowy sok pomidorowy 300.00g;	Posiłek dodatkowy kefir, 2% tłuszczu 200.00g; Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Posiłek dodatkowy kefir, 2% tłuszczu 200.00g; Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Posiłek dodatkowy sok wielowarzywny 300.00g; Alergeny: seler i produkty pochodne	Posiłek dodatkowy Mus warzywny 100.00g;	Posiłek dodatkowy sok pomidorowy 300.00g;
Razem E: 2148.0 kcal B 107.7 g T 68.9 g W 288.5g SFA 23.5 g Cukry 62.5 g Sól 8.0 g Błonnik 25.3 g	Razem E: 2011.0 kcal B 98.6 g T 52.3 g W 274.5g SFA 20.1 g Cukry 66.7 g Sól 6.2 g Błonnik 26.3 g	Razem E: 2110.2 kcal B 103.3 g T 65.9 g W 289.2 g SFA 22.8 g Cukry 53.2 g Sól 5.9 g Błonnik 29.9 g	Razem E: 2304.4 kcal B 99.0 g T 65.0 g W 352.8g SFA 19.1 g Cukry 84.5 g Sól 8.3 g Błonnik 45.4 g	Razem E: 2232.0 kcal B 110.9 g T 63.0 g W 308.4 g SFA 21.0 g Cukry 80.2 g Sól 7.0 g Błonnik 32.4 g	Razem E: 2355.5 kcal B 109.0 g T 67.2 g W 344.1 g SFA 22.3 g Cukry 71.0 g Sól 9.1 g Błonnik 33.2 g

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



Dieta łatwostrawna

Samodzielny Publiczny
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie

Środa
2023-12-27

śniadanie

Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g
Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g;
banan 115.00g; bułki wrocławskie 100.00g; szynka wiejska# 60.00g; pomidory, czerwone b/skóry 60.00g; roszonek 15.00g; masło ekstra 10.00g;
Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), gorczyca i produkty pochodne

Obiad

Kompot z owoców mrożonych# 200.0g
Zupa jarzynowa z ziemniakami zabelana 550.1g
Alergeny: 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)
Sałata masłowa z dressingiem jogurtowym l# 170.0g
Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;

Kolacja

Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g
Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
Pasta twarogowo- jajeczna z koperkiem 129.0g
Alergeny: jaja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
Jabłko pieczone 150.0g
bułki wrocławskie 100.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g;
Alergeny: zboża zawierające gluten

Czwartek
2023-12-28

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;
bułki wrocławskie 100.00g; szynka kanapkowa# 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)

Obiad

Kompot z owoców mrożonych# 200.0g
Surówka z marchewki i jabłka z olejem 158.0g
Zupa pomidorowa z ryżem 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
ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;

Kolacja

Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250.0g
Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
bułki wrocławskie 100.00g; 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

Piątek
2023-12-29

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 200.00g; bułki wrocławskie 100.00g; pomidory, czerwone b/skóry 60.00g; roszonek 12.00g; masło ekstra 10.00g;
Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)

Obiad

Zupa kalafiorowa z ziemniakami zabelana 450.1g
Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne
Kompot z owoców mrożonych# 200.0g
Makaron z serem, brokułem i pomidorem 456.5g
Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)

Kolacja

Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g
Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
Pasta z dorsza i twarogu 107.2g
Alergeny: ryby i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
bułki wrocławskie 100.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g;
Alergeny: zboża zawierające gluten

Sobota
2023-12-30

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;
bułki wrocławskie 100.00g; szynka wiejska# 60.00g; roszonek 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

Kompot z owoców mrożonych# 200.0g
Zupa wielowarzywna z ryżem 450.0g
Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne
Pulpet w sosie koperkowym# 235.8g
Alergeny: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
Surówka z buraków i jabłka 180.0g
ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;

Kolacja

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

Niedziela
2023-12-31

śniadanie

Jabłko pieczone 150.0g
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;
bułki wrocławskie 100.00g; szynka wiejska# 60.00g; roszonek 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

Bukiet jarzyn gotowany 210.0g
Alergeny: seler i produkty pochodne
Kompot z owoców mrożonych# 200.0g
Pieczone udko z kurczaka 160.0g
Alergeny: gorczyca i produkty pochodne
Rosół z makaronem# 450.0g
Alergeny: zboża zawierające gluten, seler i produkty pochodne
ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;

Kolacja

Kawa zbożowa z mlekiem 250.0g
Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
bułki wrocławskie 100.00g; polędwica sopocka# 80.00g; pomidory, czerwone b/skóry 60.00g; roszonek 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g;
Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne



Dieta łatwostrawna

Samodzielny Publiczny

Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie

Środa
2023-12-27

Posiłek dodatkowy

kefir, 2% tłuszczu 100.00g;

Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)

Razem E: 2284.3 kcal | B
101.4 g | T 66.0 g | W 336.4 g |
SFA 23.6 g | Cukry 93.2 g |
Sól 5.7 g | Błonnik 32.4 g

Czwartek
2023-12-28

Posiłek dodatkowy

jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g;

Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)

Razem E: 2035.5 kcal | B
102.7 g | T 53.9 g | W 297.3 g |
SFA 20.6 g | Cukry 60.3 g |
Sól 6.3 g | Błonnik 26.3 g

Piątek
2023-12-29

Posiłek dodatkowy

jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g;

Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)

Razem E: 2102.2 kcal | B
106.5 g | T 64.3 g | W 286.7 g |
SFA 24.7 g | Cukry 74.1 g |
Sól 6.9 g | Błonnik 24.7 g

Sobota
2023-12-30

Posiłek dodatkowy

serek naturalny 150.00g;

Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)

Razem E: 2204.5 kcal | B
111.1 g | T 69.1 g | W 298.0 g |
SFA 23.8 g | Cukry 66.7 g |
Sól 6.9 g | Błonnik 28.1 g

Niedziela
2023-12-31

Posiłek dodatkowy

kefir, 2% tłuszczu 100.00g;

Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)

Razem E: 2274.6 kcal | B
118.0 g | T 71.7 g | W 304.2 g |
SFA 23.8 g | Cukry 64.1 g |
Sól 6.8 g | Błonnik 30.3 g



Dieta cukrzycowa (z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów- 6)

Czwartek 2023-12-21	Piątek 2023-12-22	Sobota 2023-12-23	Niedziela 2023-12-24	Poniedziałek 2023-12-25	Wtorek 2023-12-26
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; papryka czerwona, słodka 75.00g; 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 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; serek naturalny, lekki (Bieluch) 75.00g; 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; chleb żytni razowy 90.00g; szynka wiejska 60.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	śniadanie Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300.0g Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; serek twarogowy, ziarnisty 100.00g; chleb żytni razowy 90.00g; 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) Sałatka jarzynowa# 65.5g Alergeny: jaja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), gorczyca i produkty pochodne herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb żytni razowy 90.00g; poledwica sopocka# 60.00g; masło ekstra 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne, 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; chleb żytni razowy 90.00g; szynka wiejska# 60.00g; roszponka 12.00g; masło ekstra 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), gorczyca i produkty pochodne
II śniadanie jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	II śniadanie Koktajl z kiwi# 240.0g	II śniadanie pomarańcza 150.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	II śniadanie mandarynki 49.00g;	II śniadanie pomarańcza 150.00g;	II śniadanie jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; mandarynki 50.00g; Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
Obiad Surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem 150.0g Alergeny: 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 Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) ryż brązowy, gotowany 150.00g;	Obiad Surówka z kiszzonej kapusty, jabłka i marchwi 157.5g Kompot z owoców mrożonych b/c 400.0g Dorsz pieczony 137.0g Alergeny: ryby i produkty pochodne Barszcz czerwony# 450.0g Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;	Obiad Zupa ryżowa # 450.0g Alergeny: seler i produkty pochodne Bukiet jarzyn gotowany 210.0g Alergeny: seler i produkty pochodne Pulpet w sosie koperkowym# 223.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g kasza jęczmienna, perłowa, gotowana 150.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten	Obiad Kotlety sojowe w sosie z warzywami 226.1g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne Zupa pomidorowa z makaronem 450.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne Fasolka szparagowa gotowana# 200.0g Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;	Obiad Surówka z buraków i jabłka 185.6g Krupnik z kaszą jęczmienną 450.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, seler i produkty pochodne Filet z kurczaka w sosie# 210.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;	Obiad Zupa ziemniaczana z makaronem 450.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, seler i produkty pochodne Bitki ze schabu w białym sosie 265.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) Surówka z marchewki i jabłka z olejem 150.0g Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;



Dieta cukrzycowa (z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów- 6)

Czwartek 2023-12-21	Piątek 2023-12-22	Sobota 2023-12-23	Niedziela 2023-12-24	Poniedziałek 2023-12-25	Wtorek 2023-12-26
Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek
Jabłko pieczone 150.0g	Jabłko pieczone 150.0g	Jabłko pieczone 150.0g	kefir, 2% tłuszczu 200.00g; Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Jabłko pieczone 150.0g
kolacja+ posiłek dodatkowy	kolacja+ posiłek dodatkowy	kolacja+ posiłek dodatkowy	kolacja+ posiłek dodatkowy	kolacja+ posiłek dodatkowy	kolacja+ posiłek dodatkowy
Pasta twarogów z warzywami 115.0g 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) chleb żytni razowy 120.00g; pomidory, czerwone 60.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten sok pomidorowy 300.00g	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; ogórek 65.00g; sałata masłowa 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) kefir, 2% tłuszczu 200.00g; 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) chleb żytni razowy 120.00g; szynka delikatesowa z kurczaka# 80.00g; ogórek kiszony 50.00g; roszponka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) kefir, 2% tłuszczu 200.00g; Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Barszcz czerwony czysty 200.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne, seler i produkty pochodne, dwutlenek siarki i siarczyny Sałatka jarzynowa# 65.5g 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) Dorsz pieczony 110.0g Alergeny: ryby i produkty pochodne herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb żytni razowy 120.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten, seler i produkty pochodne sok wielowarzywny 300.00g Alergeny: seler i produkty pochodne	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) chleb żytni razowy 120.00g; szynka wiejska# 80.00g; pomidory, czerwone 60.00g; ćwikła 25.00g; roszponka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), gorczyca i produkty pochodne Mus warzywny 100.00g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 500.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) chleb żytni razowy 120.00g; polędwica sopocka# 80.00g; pomidory, czerwone 60.00g; ćwikła 25.00g; roszponka 12.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne sok pomidorowy 300.00g
Razem E: 2216.7 kcal B 111.9 g T 69.2 g W 313.0 g SFA 24.2 g Cukry 87.0 g Sól 7.8 g Błonnik 52.0 g	Razem E: 2042.6 kcal B 91.7 g T 58.2 g W 311.0 g SFA 20.3 g Cukry 97.3 g Sól 6.1 g Błonnik 47.7 g	Razem E: 2243.3 kcal B 109.6 g T 65.3 g W 327.6 g SFA 23.5 g Cukry 87.0 g Sól 7.5 g Błonnik 51.1 g	Razem E: 2320.4 kcal B 108.6 g T 63.1 g W 358.9 g SFA 22.0 g Cukry 90.9 g Sól 9.1 g Błonnik 60.2 g	Razem E: 2171.3 kcal B 116.4 g T 57.8 g W 306.9 g SFA 21.5 g Cukry 86.5 g Sól 7.8 g Błonnik 48.3 g	Razem E: 2365.8 kcal B 115.5 g T 63.8 g W 356.5 g SFA 22.8 g Cukry 100.5 g Sól 9.8 g Błonnik 52.1 g



Dieta cukrzycowa (z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów- 6)

Samodzielny Publiczny
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie

Środa 2023-12-27
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; szynka wiejska# 60.00g; ogórek kiszony 50.00g; rosółka 12.00g; masło ekstra 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), gorczyca i produkty pochodne
II śniadanie kefir, 2% tłuszczu 200.00g; Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
Obiad Sałata masłowa z dressingiem jogurtowym# 177.1g Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) Zupa jarzynowa z ziemniakami zabieleną 450.0g Alergeny: 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) Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g kasza gryczana prażona, gotowana 150.00g;
Podwieczorek Jabłko pieczone 150.0g

Czwartek 2023-12-28
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; papryka czerwona, słodka 75.00g; hummus, gotowy 50.00g; szynka kanapkowa# 20.00g; sałata masłowa 12.00g; masło ekstra 10.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), nasiona sezamu i produkty pochodne
II śniadanie jabłko 188.00g;
Obiad Surówka z marchewki i jabłka z olejem 150.0g Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g Zupa pomidorowa z ryżem 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 ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;
Podwieczorek Gruszka pieczona 130.0g

Piątek 2023-12-29
śniadanie Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; serek twarogowy, ziarnisty 200.00g; chleb żytni razowy 90.00g; ogórek 65.00g; rosółka 12.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
II śniadanie pomarańcza 150.00g;
Obiad Zupa kalafiorowa z ziemniakami zabieleną 450.0g Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne Makaron z serem, brokulem i pomidorem 456.5g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g
Podwieczorek Czerwone smoothie# 255.0g Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)

Sobota 2023-12-30
śniadanie Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300.0g Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; jabłko 188.00g; 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 jabłko 188.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
Obiad Zupa wielowarzywna z ryżem 450.0g Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne Pulpet w sosie koperkowym# 230.8g Alergeny: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) Surówka z buraków i jabłka 180.7g Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;
Podwieczorek papryka czerwona, słodka 75.00g; chleb żytni razowy 30.00g; hummus, gotowy 30.00g; Alergeny: zboża zawierające gluten, nasiona sezamu i produkty pochodne

Niedziela 2023-12-31
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; 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 kefir, 2% tłuszczu 200.00g; mandarynki 49.00g; Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
Obiad Kompot z owoców mrożonych b/c 200.0g Udko z kurczaka w sosie 170.1g Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), gorczyca i produkty pochodne Zupa ziemniaczana z makaronem 450.0g Alergeny: zboża zawierające gluten, seler i produkty pochodne ziemniaki gotowane 200.00g; koper ogrodowy 3.00g;
Podwieczorek Jabłko pieczone 150.0g



Dieta cukrzycowa (z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów- 6)

Samodzielny Publiczny
Zespół Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie

Środa
2023-12-27

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; 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)

kefir, 2% tłuszczu 200.00g;

Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)

Razem E: 2049.8 kcal | B 102.6 g |
T 64.7 g | W 288.5 g | SFA 24.2 g |
Cukry 78.7 g | Sól 6.9 g | Błonnik
46.6 g

Czwartek
2023-12-28

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;
połudwica sopocka# 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)

jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g;

Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)

Razem E: 2236.0 kcal | B 106.9 g |
T 54.3 g | W 356.8 g | SFA 21.9 g |
Cukry 103.2 g |
Sól 6.6 g | Błonnik 55.9 g

Piątek
2023-12-29

kolacja+ posiłek dodatkowy

Pasta z tuńczyka i jajka 160.0g
Alergeny: jaja i produkty pochodne, ryby 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;
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)

kefir, 2% tłuszczu 200.00g;

Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)

Razem E: 2246.3 kcal | B 117.1 g | T
66.6 g | W 318.3 g | SFA 25.0 g |
Cukry 94.3 g |
Sól 8.9 g | Błonnik 47.6 g

Sobota
2023-12-30

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; połędwica 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, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)

serek naturalny 150.00g;

Razem E: 2319.9 kcal | B 113.3 g |
T 62.2 g | W 353.1 g | SFA 22.6 g |
Cukry 98.3 g |
Sól 8.1 g | Błonnik 54.4 g

Niedziela
2023-12-31

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; połędwica sopocka# 80.00g; ogórek kiszony 50.00g; margaryna miękka, 45% tłuszczu 10.00g;

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

kefir, 2% tłuszczu 200.00g; mandarynki 49.00g;

Alergeny: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)

Razem E: 2143.6 kcal | B 111.1 g |
T 55.1 g | W 320.9 g | SFA 23.8 g |
Cukry 74.0 g |
Sól 8.6 g | Błonnik 43.3 g