

Piątek 2023-12-01

	śniadanie	obiad	kolacja
<p>Dekada 1-10.12.23 Dieta Podstawowa</p> <p>Razem E: 1961.7 kcal B 86.1 g T 53.5 g W 299.6 g SFA 15.9 g Cukry 99.7 g Sól 5.4 g Błonnik 35.8 g</p>	<p>Kasza kukurydziana na mleku szpital (7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; kasza kukurydziana 20.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 70.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; szynka z piersi kurczaka 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Zupa koperkowa szpital (9) Składniki: woda 265.00g; ziemniaki 80.00g; koper ogrodowy 16.00g; marchew 12.00g; pietruszka, korzeń 12.00g; seler korzeniowy 12.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.00g; por 1.00g Kotlet rybny szpital (1, 3, 4) Składniki: morszczuk, świeży 90.00g; jaja kurze całe 15.00g; bułka tarta 11.00g Surówka z kapusty czerwonej szpital Składniki: kapusta czerwona 120.00g; jabłko 20.00g; marchew 20.00g; olej rzepakowy uniwersalny 10.00g ziemniaki 300.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;</p>	<p>Pasta z jajek z groszkiem i szczypiorem szpital (3, 7) Składniki: jaja kurze całe 90.00g; groszek zielony, w puszcze, bez soli, po odsączeniu 21.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 21.00g; szczypiorek 17.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; jabłko 188.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; (7) chleb żytni razowy 70.00g; (1) papryka czerwona, słodka 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;</p>
<p>Dekada 1-10.12.23 Dieta lekkostrawna</p> <p>Razem E: 1876.3 kcal B 87.1 g T 50.3 g W 278.9 g SFA 20.4 g Cukry 97.1 g Sól 5.2 g Błonnik 23.8 g</p>	<p>Kasza kukurydziana na mleku szpital (7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 300.00g; kasza kukurydziana 20.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb pszenny 75.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; szynka z piersi kurczaka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Zupa koperkowa szpital (9) Składniki: woda 266.32g; ziemniaki 76.92g; koper ogrodowy 15.38g; marchew 11.58g; pietruszka, korzeń 11.58g; seler korzeniowy 11.58g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 5.79g; por 0.85g Kotlet rybny szpital (1, 3, 4) Składniki: morszczuk, świeży 90.00g; jaja kurze całe 14.75g; bułka tarta 11.00g ziemniaki 300.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; marchew, gotowana, zasmażana 120.00g; (1, 7) jogurt naturalny, 2% tłuszczu 23.00g; (7)</p>	<p>Pasta z jajek z groszkiem i szczypiorem szpital (3, 7) Składniki: jaja kurze całe 88.50g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 21.05g; szczypiorek 16.84g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; jabłko 188.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; (7) chleb pszenny 75.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;</p>
<p>Dekada 1-10.12.23 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)</p> <p>Razem E: 1897.6 kcal B 94.5 g T 50.1 g W 284.9 g SFA 13.8 g Cukry 94.1 g Sól 5.5 g Błonnik 39.1 g</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; jogurt skyr, typu islandzkiego, naturalny 150.00g; (7) chleb żytni razowy 105.00g; (1) szynka z piersi kurczaka 50.00g; pomidory, czerwone 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Zupa koperkowa szpital (9) Składniki: woda 266.32g; ziemniaki 76.92g; koper ogrodowy 15.38g; marchew 11.58g; pietruszka, korzeń 11.58g; seler korzeniowy 11.58g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 5.79g; por 0.85g Kotlet rybny szpital (1, 3, 4) Składniki: morszczuk, świeży 90.00g; jaja kurze całe 14.75g; bułka tarta 11.00g Surówka z kapusty czerwonej szpital Składniki: kapusta czerwona 120.00g; jabłko 20.00g; marchew 20.00g; olej rzepakowy uniwersalny 10.00g ziemniaki 300.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;</p>	<p>Pasta z jajek z groszkiem i szczypiorem szpital (3, 7) Składniki: jaja kurze całe 88.50g; groszek zielony, w puszcze, bez soli, po odsączeniu 21.05g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 21.05g; szczypiorek 16.84g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; jabłko 188.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; (7) chleb żytni razowy 105.00g; (1) papryka czerwona, słodka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>

Sobota 2023-12-02

	śniadanie	obiad	kolacja
<p>Dekada 1-10.12.23 Dieta Podstawowa</p> <p>Razem E: 1903.5 kcal B 84.0 g T 62.5 g W 266.3 g SFA 25.8 g Cukry 74.9 g Sól 7.0 g Błonnik 31.6 g</p>	<p>Płatki jęczmienne na mleku szpital (1, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; płatki jęczmienne 20.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 70.00g; (1) ser twarogowy półtłusty 60.00g; (7) rzodkiewka 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 10.00g; (7) szczypiorek 10.00g;</p>	<p>Zupa porowa szpital (7, 9) Składniki: woda 250.00g; ziemniaki 75.00g; śmietana, 18% tłuszczu 70.00g; por 37.00g; marchew 11.00g; seler korzeniowy 11.00g; pietruszka, korzeń 11.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.00g Parówka w sosie szpital (1, 10) Składniki: kiełbasa zwyczajna 90.00g; mąka pszenna typ 550, z witaminami 5.00g Buraczki szpital Składniki: buraki gotowane, odsączone, bez soli 120.00g; cebula 10.00g; olej rzepakowy uniwersalny 5.00g ziemniaki 300.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; (7) chleb żytni razowy 70.00g; (1) szynka wieprzowa, gotowana 50.00g; ogórek 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;</p>
<p>Dekada 1-10.12.23 Dieta lekkostrawna</p> <p>Razem E: 1819.9 kcal B 88.8 g T 49.7 g W 266.1 g SFA 18.9 g Cukry 94.3 g Sól 5.3 g Błonnik 25.1 g</p>	<p>Płatki jęczmienne na mleku szpital (1, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 300.00g; płatki jęczmienne 20.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb pszenny 75.00g; (1) ser twarogowy półtłusty 60.00g; (7) dżem z czarnych porzeczek, niskostodzony 30.00g; Margaryna smakowita 20.00g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 10.00g; (7) szczypiorek 10.00g;</p>	<p>Buraczki szpital Składniki: buraki gotowane, odsączone, bez soli 120.00g; cebula 10.00g; olej rzepakowy uniwersalny 5.00g Zupa jarzynowa szpital (7, 9) Składniki: woda 259.66g; ziemniaki 100.00g; seler korzeniowy 20.00g; marchew 20.00g; pietruszka, korzeń 20.00g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 5.64g; por 0.83g Budyń mięsny szpital (7, 9) Składniki: wieprzowina, łopatka 90.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 23.00g; marchew 20.00g; pietruszka, korzeń 20.00g; seler korzeniowy 20.00g ziemniaki 300.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; (7) chleb pszenny 75.00g; (1) szynka wieprzowa, gotowana 50.00g; pomidory, czerwone 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>
<p>Dekada 1-10.12.23 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)</p> <p>Razem E: 1780.7 kcal B 75.1 g T 62.2 g W 246.1 g SFA 25.6 g Cukry 63.8 g Sól 6.7 g Błonnik 33.4 g</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 105.00g; (1) ser twarogowy półtłusty 60.00g; (7) rzodkiewka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 10.00g; (7) szczypiorek 10.00g;</p>	<p>Zupa porowa szpital (7, 9) Składniki: woda 247.29g; ziemniaki 71.43g; por 36.51g; pietruszka, korzeń 10.75g; marchew 10.75g; seler korzeniowy 10.75g; śmietana, 18% tłuszczu 7.14g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 5.38g Parówka w sosie szpital (1, 7, 10) Składniki: śmietana, 18% tłuszczu 90.00g; kiełbasa zwyczajna 90.00g; mąka pszenna typ 550, z witaminami 5.00g Buraczki szpital Składniki: buraki gotowane, odsączone, bez soli 120.00g; cebula 10.00g; olej rzepakowy uniwersalny 5.00g ziemniaki 300.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; (7) chleb żytni razowy 105.00g; (1) szynka wieprzowa, gotowana 50.00g; ogórek 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>

Niedziela 2023-12-03

	śniadanie	obiad	kolacja
<p>Dekada 1-10.12.23 Dieta Podstawowa</p> <p>Razem E: 1924.6 kcal B 87.7 g T 55.2 g W 284.8 g SFA 20.0 g Cukry 82.8 g Sól 6.2 g Błonnik 33.0 g</p>	<p>Kasza manna na mleku szpital (1, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; kasza manna 15.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; jaja kurze całe 118.00g; (3) chleb żytni razowy 70.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Zupa ryżowa szpital (9) Składniki: woda 325.00g; ryż biały 25.00g; seler korzeniowy 14.00g; marchew 14.00g; pietruszka, korzeń 14.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 7.00g; por 1.10g Potrawka z kurczaka z groszkiem szpital (1, 7) Składniki: mięso z ud kurczaka, bez skóry 120.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 23.00g; marchew 20.00g; groszek zielony, w puszcze, bez soli, po odsączeniu 15.00g; mąka pszenna, typ 550 10.00g Marchew z jabłkiem szpital Składniki: marchew 120.00g; jabłko 20.00g ziemniaki 300.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; pomarańcza 150.00g; chleb żytni razowy 70.00g; (1) szynka delikatesowa z kurczaka 50.00g; Serek Hochland 45.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 15.00g;</p>
<p>Dekada 1-10.12.23 Dieta lekkostrawna</p> <p>Razem E: 1894.7 kcal B 92.8 g T 51.5 g W 275.8 g SFA 17.9 g Cukry 91.4 g Sól 5.0 g Błonnik 23.2 g</p>	<p>Kasza manna na mleku szpital (1, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 300.00g; kasza manna 15.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; jaja kurze całe 118.00g; (3) chleb pszenny 75.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Zupa ryżowa szpital (9) Składniki: woda 324.57g; ryż biały 25.00g; seler korzeniowy 14.11g; marchew 14.11g; pietruszka, korzeń 14.11g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 7.05g; por 1.04g Potrawka z kurczaka z groszkiem szpital (1, 7) Składniki: mięso z ud kurczaka, bez skóry 120.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 23.00g; marchew 20.00g; groszek zielony, w puszcze, bez soli, po odsączeniu 15.00g; mąka pszenna, typ 550 10.00g Marchew z jabłkiem szpital Składniki: marchew 120.00g; jabłko 20.00g ziemniaki 300.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; pomarańcza 150.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; (7) chleb pszenny 75.00g; (1) szynka delikatesowa z kurczaka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 15.00g;</p>
<p>Dekada 1-10.12.23 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)</p> <p>Razem E: 1826.1 kcal B 79.7 g T 50.9 g W 280.0 g SFA 17.1 g Cukry 78.3 g Sól 6.3 g Błonnik 38.1 g</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; jaja kurze całe 118.00g; (3) chleb żytni razowy 105.00g; (1) kiwi 81.00g; pomidory, czerwone 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Zupa ryżowa szpital (9) Składniki: woda 324.57g; ryż biały 25.00g; seler korzeniowy 14.11g; marchew 14.11g; pietruszka, korzeń 14.11g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 7.05g; por 1.04g Potrawka z kurczaka z groszkiem szpital (1, 7) Składniki: mięso z ud kurczaka, bez skóry 120.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 23.00g; marchew 20.00g; groszek zielony, w puszcze, bez soli, po odsączeniu 15.00g; mąka pszenna, typ 550 10.00g Marchew z jabłkiem szpital Składniki: marchew 120.00g; jabłko 20.00g ziemniaki 300.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; pomarańcza 150.00g; chleb żytni razowy 105.00g; (1) szynka delikatesowa z kurczaka 50.00g; Serek Hochland 45.00g; Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 15.00g;</p>

Poniedziałek 2023-12-04

	śniadanie	obiad	kolacja
<p>Dekada 1-10.12.23 Dieta Podstawowa</p> <p>Razem E: 1890.2 kcal B 93.0 g T 61.3 g W 257.3 g SFA 22.8 g Cukry 57.0 g Sól 7.7 g Błonnik 35.3 g</p>	<p>Kasza jęczmienna na mleku szpital (1, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; kasza jęczmienna, perłowa 20.00g</p> <p>Pasta z ryby wędzonej z jajkiem szpital (3, 4) Składniki: makrela, wędzona 80.00g; jaja kurze całe 15.00g; szczypiorek 5.00g</p> <p>chleb żytni razowy 70.00g; (1) ogórek kiszony 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Zupa brokułowa szpital (7, 9) Składniki: woda 245.00g; ziemniaki 95.00g; brokuty 20.00g; marchew 11.00g; pietruszka, korzeń 11.00g; seler korzeniowy 11.00g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 5.00g; por 1.00g</p> <p>Karkówka z kapustą kiszona i papryką szpital (1) Składniki: kapusta kiszona 120.00g; wieprzowina, karkówka 90.00g; papryka czerwona, słodka 20.00g; mąka pszenna, typ 550 10.00g</p> <p>Marchew z jabłkiem szpital Składniki: marchew 120.00g; jabłko 20.00g</p> <p>ziemniaki 300.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;</p>	<p>jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu 140.00g; (7) ser twarogowy półtłusty 80.00g; (7) chleb żytni razowy 70.00g; (1) rzodkiewka 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 12.00g; (7)</p>
<p>Dekada 1-10.12.23 Dieta lekkostrawna</p> <p>Razem E: 1757.9 kcal B 87.0 g T 52.3 g W 243.9 g SFA 20.0 g Cukry 78.2 g Sól 5.0 g Błonnik 20.6 g</p>	<p>Kasza jęczmienna na mleku szpital (1, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 300.00g; kasza jęczmienna, perłowa 20.00g</p> <p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb pszenny 75.00g; (1) szynka z piersi kurczaka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 15.00g;</p>	<p>Zupa brokułowa szpital (7, 9) Składniki: woda 241.54g; ziemniaki 93.02g; brokuty 18.60g; marchew 10.50g; pietruszka, korzeń 10.50g; seler korzeniowy 10.50g; śmietana, 18% tłuszczu 9.30g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 5.25g; por 0.77g</p> <p>Buraczki szpital Składniki: buraki gotowane, odsączone, bez soli 120.00g; cebula 10.00g; olej rzepakowy uniwersalny 5.00g</p> <p>ziemniaki 300.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; wieprzowina, karkówka 90.00g;</p>	<p>jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu 140.00g; (7) ser twarogowy półtłusty 80.00g; (7) chleb pszenny 75.00g; (1) dżem z czarnych porzeczek, niskosłodzony 30.00g; Margaryna smakowita 20.00g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 12.00g; (7)</p>
<p>Dekada 1-10.12.23 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)</p> <p>Razem E: 1827.4 kcal B 93.3 g T 63.4 g W 237.6 g SFA 21.9 g Cukry 44.9 g Sól 8.0 g Błonnik 37.7 g</p>	<p>Pasta z ryby wędzonej z jajkiem szpital (3, 4) Składniki: jaja kurze całe 88.50g; makrela, wędzona 80.00g; szczypiorek 4.50g</p> <p>chleb żytni razowy 105.00g; (1) ogórek kiszony 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Zupa brokułowa szpital (7, 9) Składniki: woda 241.54g; ziemniaki 93.02g; brokuty 18.60g; marchew 10.50g; pietruszka, korzeń 10.50g; seler korzeniowy 10.50g; śmietana, 18% tłuszczu 9.30g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 5.25g; por 0.77g</p> <p>Karkówka z kapustą kiszona i papryką szpital (1) Składniki: kapusta kiszona 120.00g; wieprzowina, karkówka 90.00g; papryka czerwona, słodka 20.00g; mąka pszenna, typ 550 10.00g</p> <p>Marchew z jabłkiem szpital Składniki: marchew 120.00g; jabłko 20.00g</p> <p>ziemniaki 300.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;</p>	<p>jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu 140.00g; (7) chleb żytni razowy 105.00g; (1) ser twarogowy półtłusty 80.00g; (7) rzodkiewka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 12.00g; (7)</p>

Wtorek 2023-12-05

	śniadanie	obiad	kolacja
<p>Dekada 1-10.12.23 Dieta Podstawowa</p> <p>Razem E: 1900.8 kcal B 73.1 g T 66.1 g W 267.2 g SFA 19.0 g Cukry 70.9 g Sól 4.9 g Błonnik 27.4 g</p>	<p>Ryż na mleku szpital (7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; ryż biały 20.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; jaja kurze całe 118.00g; (3) chleb żytni razowy 70.00g; (1) papryka czerwona, słodka 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Zupa jarzynowa szpital (7, 9) Składniki: woda 260.00g; ziemniaki 100.00g; seler korzeniowy 20.00g; marchew 20.00g; pietruszka, korzeń 20.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 10.00g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g; por 1.00g Spaghetti (penne) szpital Składniki: wieprzowina, łopatka 90.00g; makaron penne (Incola) 70.00g; przecier pomidorowy (sos) z cząstkami pomidorów, w puszcze 50.00g; koncentrat pomidorowy, 30% 13.00g; cebula 10.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; olej rzepakowy uniwersalny 15.00g;</p>	<p>jabłko 188.00g; chleb żytni razowy 70.00g; (1) Indyk w galarecie LUX 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 15.00g;</p>
<p>Dekada 1-10.12.23 Dieta lekkostrawna</p> <p>Razem E: 1861.5 kcal B 76.1 g T 66.0 g W 249.8 g SFA 19.5 g Cukry 70.3 g Sól 4.6 g Błonnik 17.2 g</p>	<p>Ryż na mleku szpital (7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 300.00g; ryż biały 20.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; jaja kurze całe 118.00g; (3) chleb pszenny 75.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Zupa jarzynowa szpital (7, 9) Składniki: woda 259.66g; ziemniaki 100.00g; seler korzeniowy 20.00g; marchew 20.00g; pietruszka, korzeń 20.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 10.00g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g; por 0.83g Spaghetti (penne) szpital Składniki: wieprzowina, łopatka 90.00g; makaron penne (Incola) 70.00g; przecier pomidorowy (sos) z cząstkami pomidorów, w puszcze 50.00g; koncentrat pomidorowy, 30% 13.00g; cebula 10.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; olej rzepakowy uniwersalny 15.00g;</p>	<p>jabłko 188.00g; chleb pszenny 75.00g; (1) Indyk w galarecie LUX 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 15.00g;</p>
<p>Dekada 1-10.12.23 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)</p> <p>Razem E: 1736.9 kcal B 64.4 g T 61.5 g W 246.9 g SFA 16.1 g Cukry 59.1 g Sól 4.9 g Błonnik 30.7 g</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; jaja kurze całe 118.00g; (3) chleb żytni razowy 105.00g; (1) papryka czerwona, słodka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Zupa jarzynowa szpital (7, 9) Składniki: woda 259.66g; ziemniaki 100.00g; seler korzeniowy 20.00g; marchew 20.00g; pietruszka, korzeń 20.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 10.00g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g; por 0.83g Spaghetti (penne) szpital Składniki: wieprzowina, łopatka 90.00g; makaron penne (Incola) 70.00g; przecier pomidorowy (sos) z cząstkami pomidorów, w puszcze 50.00g; koncentrat pomidorowy, 30% 13.00g; cebula 10.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; olej rzepakowy uniwersalny 15.00g;</p>	<p>jabłko 188.00g; chleb żytni razowy 105.00g; (1) Indyk w galarecie LUX 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 15.00g;</p>

Środa 2023-12-06

	śniadanie	obiad	kolacja
<p>Dekada 1-10.12.23 Dieta Podstawowa</p> <p>Razem E: 1987.8 kcal B 94.8 g T 55.2 g W 292.9 g SFA 17.2 g Cukry 77.7 g Sól 5.6 g Błonnik 31.9 g</p>	<p>Makaron na mleku szpital (1, 3, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; makaron dwujajeczny 20.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 70.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; szynka z piersi kurczaka 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Zupa ziemniaczana szpital (7, 9) Składniki: woda 220.00g; ziemniaki 130.00g; seler korzeniowy 20.00g; marchew 20.00g; pietruszka, korzeń 20.00g; śmietana, 18% tłuszczu 8.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 5.00g; por 1.00g Bitki ze schabu szpital Składniki: wieprzowina, schab surowy bez kości 90.00g; olej rzepakowy uniwersalny 10.00g Buraczki szpital Składniki: buraki gotowane, odsączone, bez soli 120.00g; cebula 10.00g; olej rzepakowy uniwersalny 5.00g ziemniaki 300.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; Zacierka babunia 20.00g;</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; (7) ser twarogowy półtłusty 80.00g; (7) chleb żytni razowy 70.00g; (1) rzodkiewka 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 10.00g; (7) herbatniki 10.00g; (1, 6, 7) czosnek 3.00g;</p>
<p>Dekada 1-10.12.23 Dieta lekkostrawna</p> <p>Razem E: 1937.8 kcal B 97.1 g T 55.2 g W 272.6 g SFA 17.7 g Cukry 76.6 g Sól 5.2 g Błonnik 20.2 g</p>	<p>Makaron na mleku szpital (1, 3, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 300.00g; makaron dwujajeczny 20.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb pszenny 75.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; szynka z piersi kurczaka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Zupa ziemniaczana szpital (7, 9) Składniki: woda 213.65g; ziemniaki 123.42g; seler korzeniowy 16.46g; marchew 16.46g; pietruszka, korzeń 16.46g; śmietana, 18% tłuszczu 8.23g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 4.64g; por 0.68g Bitki ze schabu szpital Składniki: wieprzowina, schab surowy bez kości 90.00g; olej rzepakowy uniwersalny 10.00g Buraczki szpital Składniki: buraki gotowane, odsączone, bez soli 120.00g; cebula 10.00g; olej rzepakowy uniwersalny 5.00g ziemniaki 300.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; Zacierka babunia 20.00g;</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; (7) ser twarogowy półtłusty 80.00g; (7) chleb pszenny 75.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 10.00g; (7) herbatniki 10.00g; (1, 6, 7) czosnek 3.00g;</p>
<p>Dekada 1-10.12.23 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)</p> <p>Razem E: 1808.9 kcal B 84.6 g T 50.2 g W 270.8 g SFA 14.2 g Cukry 65.3 g Sól 5.6 g Błonnik 34.5 g</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 105.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; szynka z piersi kurczaka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Zupa ziemniaczana szpital (7, 9) Składniki: woda 213.65g; ziemniaki 123.42g; seler korzeniowy 16.46g; marchew 16.46g; pietruszka, korzeń 16.46g; śmietana, 18% tłuszczu 8.23g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 4.64g; por 0.68g Bitki ze schabu szpital Składniki: wieprzowina, schab surowy bez kości 90.00g; olej rzepakowy uniwersalny 10.00g Buraczki szpital Składniki: buraki gotowane, odsączone, bez soli 120.00g; cebula 10.00g; olej rzepakowy uniwersalny 5.00g ziemniaki 300.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; Zacierka babunia 20.00g;</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; (7) chleb żytni razowy 105.00g; (1) ser twarogowy półtłusty 80.00g; (7) rzodkiewka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 10.00g; (7) herbatniki 10.00g; (1, 6, 7) czosnek 3.00g;</p>

Czwartek 2023-12-07

	śniadanie	obiad	kolacja
<p>Dekada 1-10.12.23 Dieta Podstawowa</p> <p>Razem E: 1879.7 kcal B 83.0 g T 65.0 g W 255.8 g SFA 22.0 g Cukry 69.2 g Sól 5.8 g Błonnik 33.6 g</p>	<p>Lane kluski na mleku szpital (1, 3, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; kluski lane 20.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 70.00g; (1) papryka czerwona, słodka 50.00g; szynka z piersi kurczaka 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Zupa z cukini szpital (7, 9) Składniki: woda 210.00g; ziemniaki 100.00g; cukinia 75.00g; marchew 20.00g; seler korzeniowy 10.00g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g; pietruszka, korzeń 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 5.00g; por 1.00g pieczeń rzymksa szpital (1, 3) Składniki: wieprzowina, łopatka 90.00g; jaja kurze całe 15.00g; bułka tarta 10.00g Surówka z kapusty pekińskiej szpital Składniki: kapusta pekińska 120.00g; marchew 20.00g; papryka czerwona, słodka 20.00g; kukurydza żółta, ziarna, w puszcze, po odsączeniu 15.00g; olej rzepakowy uniwersalny 15.00g ziemniaki 300.00g;</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; pomarańcza 150.00g; chleb żytni razowy 70.00g; (1) ser, gouda tłusty 50.00g; (7) pomidory, czerwone 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;</p>
<p>Dekada 1-10.12.23 Dieta lekkostrawna</p> <p>Razem E: 1716.8 kcal B 80.4 g T 40.2 g W 269.1 g SFA 15.3 g Cukry 89.8 g Sól 5.4 g Błonnik 24.0 g</p>	<p>Lane kluski na mleku szpital (1, 3, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 300.00g; kluski lane 20.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb pszenny 75.00g; (1) szynka z piersi kurczaka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 15.00g;</p>	<p>Zupa z cukini szpital (7, 9) Składniki: woda 207.73g; ziemniaki 100.00g; cukinia 75.00g; marchew 20.00g; seler korzeniowy 10.00g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g; pietruszka, korzeń 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 4.51g; por 0.66g Pulpet w sosie szpital (1, 3) Składniki: wieprzowina, łopatka 90.00g; jaja kurze całe 14.75g; bułka tarta 10.00g Marchew z jabłkiem szpital Składniki: marchew 120.00g; jabłko 20.00g ziemniaki 300.00g; kisiel w proszku 30.00g;</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; pomarańcza 150.00g; chleb pszenny 75.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; szynka wieprzowa, gotowana 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>
<p>Dekada 1-10.12.23 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)</p> <p>Razem E: 1874.0 kcal B 92.5 g T 61.5 g W 254.6 g SFA 19.8 g Cukry 63.8 g Sól 6.0 g Błonnik 37.3 g</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; jogurt skyr, typu islandzkiego, naturalny 150.00g; (7) chleb żytni razowy 105.00g; (1) szynka z piersi kurczaka 50.00g; papryka czerwona, słodka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Zupa z cukini szpital (7, 9) Składniki: woda 207.73g; ziemniaki 100.00g; cukinia 75.00g; marchew 20.00g; seler korzeniowy 10.00g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g; pietruszka, korzeń 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 4.51g; por 0.66g pieczeń rzymksa szpital (1, 3) Składniki: wieprzowina, łopatka 90.00g; jaja kurze całe 15.00g; bułka tarta 10.00g Surówka z kapusty pekińskiej szpital Składniki: kapusta pekińska 120.00g; marchew 20.00g; papryka czerwona, słodka 20.00g; kukurydza żółta, ziarna, w puszcze, po odsączeniu 15.00g; olej rzepakowy uniwersalny 15.00g ziemniaki 300.00g;</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; pomarańcza 150.00g; chleb żytni razowy 105.00g; (1) ser, gouda tłusty 50.00g; (7) pomidory, czerwone 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>

Piątek 2023-12-08

	śniadanie	obiad	kolacja
<p>Dekada 1-10.12.23 Dieta Podstawowa</p> <p>Razem E: 2211.1 kcal B 95.5 g T 76.5 g W 300.5 g SFA 23.6 g Cukry 70.3 g Sól 6.3 g Błonnik 41.4 g</p>	<p>Płatki owsiane na mleku szpital (1, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; płatki owsiane 20.00g parówki z kurczaka 100.00g; chleb żytni razowy 70.00g; (1) papryka czerwona, słodka 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Barszcz czerwony z fasolą szpital (9) Składniki: woda 210.00g; ziemniaki 65.00g; burak 50.00g; fasola półksiężycowata (limeriska), dojrzałe nasiona 50.00g; pietruszka, korzeń 10.00g; seler korzeniowy 10.00g; marchew 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 5.00g; por 1.00g Kotlet rybny szpital (1, 3, 4) Składniki: morszczuk, świeży 90.00g; jaja kurze całe 15.00g; bułka tarta 11.00g Surówka z kapusty kiszzonej szpital Składniki: kapusta kiszona 120.00g; jabłko 20.00g; marchew 20.00g; olej rzepakowy uniwersalny 10.00g ziemniaki 300.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;</p>	<p>Pasta z jajek szpital (3, 7) Składniki: jaja kurze całe 91.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 24.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; (7) chleb żytni razowy 70.00g; (1) papryka czerwona, słodka 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g; biszkopty bez dodatku cukru 10.00g; (1, 3)</p>
<p>Dekada 1-10.12.23 Dieta lekkostrawna</p> <p>Razem E: 1732.5 kcal B 88.5 g T 48.7 g W 244.6 g SFA 16.2 g Cukry 61.7 g Sól 5.7 g Błonnik 21.1 g</p>	<p>Płatki owsiane na mleku szpital (1, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 300.00g; płatki owsiane 20.00g chleb pszenny 75.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; szynka z piersi kurczaka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Barszcz czerwony szpital (9) Składniki: woda 238.75g; ziemniaki 68.96g; burak 55.17g; marchew 10.38g; pietruszka, korzeń 10.38g; seler korzeniowy 10.38g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 5.19g; por 0.77g Kotlet rybny szpital (1, 3, 4) Składniki: morszczuk, świeży 90.00g; jaja kurze całe 14.75g; bułka tarta 11.00g Buraczki szpital Składniki: buraki gotowane, odsączone, bez soli 120.00g; cebula 10.00g; olej rzepakowy uniwersalny 5.00g ziemniaki 300.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;</p>	<p>Pasta z jajek szpital (3, 7) Składniki: jaja kurze całe 88.50g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 23.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; (7) chleb pszenny 75.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 15.00g; biszkopty bez dodatku cukru 10.00g; (1, 3)</p>
<p>Dekada 1-10.12.23 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)</p> <p>Razem E: 2027.9 kcal B 84.7 g T 70.2 g W 280.6 g SFA 20.3 g Cukry 57.8 g Sól 6.4 g Błonnik 43.3 g</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb żytni razowy 105.00g; (1) parówki z kurczaka 100.00g; papryka czerwona, słodka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Barszcz czerwony z fasolą szpital (9) Składniki: woda 209.82g; ziemniaki 60.61g; burak 48.48g; fasola półksiężycowata (limeriska), dojrzałe nasiona 48.48g; pietruszka, korzeń 9.12g; seler korzeniowy 9.12g; marchew 9.12g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 4.56g; por 0.67g Kotlet rybny szpital (1, 3, 4) Składniki: morszczuk, świeży 90.00g; jaja kurze całe 14.75g; bułka tarta 11.00g Surówka z kapusty kiszzonej szpital Składniki: kapusta kiszona 120.00g; jabłko 20.00g; marchew 20.00g; olej rzepakowy uniwersalny 10.00g ziemniaki 300.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;</p>	<p>Pasta z jajek szpital (3, 7) Składniki: jaja kurze całe 88.50g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 23.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; (7) chleb żytni razowy 105.00g; (1) papryka czerwona, słodka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; biszkopty bez dodatku cukru 10.00g; (1, 3)</p>

Sobota 2023-12-09

	śniadanie	obiad	kolacja
<p>Dekada 1-10.12.23 Dieta Podstawowa</p> <p>Razem E: 1882.0 kcal B 75.2 g T 51.3 g W 295.5 g SFA 17.0 g Cukry 89.2 g Sól 4.5 g Błonnik 33.3 g</p>	<p>Kasza kukurydziana na mleku szpital (7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; kasza kukurydziana 20.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 70.00g; (1) ser twarogowy półtłusty 60.00g; (7) chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 12.00g; (7) szczypiorek 10.00g;</p>	<p>Zupa z zielonego groszku szpital (7, 9) Składniki: woda 215.00g; ziemniaki 125.00g; groszek zielony, w puszcze, bez soli, po odsączeniu 17.00g; marchew 15.00g; pietruszka, korzeń 15.00g; seler korzeniowy 15.00g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 5.00g; por 1.00g Risotto w sosie pomidorowym szpital (9) Składniki: ryż biały 71.00g; wieprzowina, topatka 61.00g; marchew 15.00g; pietruszka, korzeń 15.00g; seler korzeniowy 15.00g; olej rzepakowy uniwersalny 10.00g; przecier pomidorowy (sos) z częstkami pomidorów, w puszcze 10.00g; cebula 7.00g Marchew z jabłkiem szpital Składniki: marchew 120.00g; jabłko 20.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;</p>	<p>jabłko 188.00g; jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu 140.00g; (7) chleb żytni razowy 70.00g; (1) szynka wieprzowa, gotowana 50.00g; pomidory, czerwone 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;</p>
<p>Dekada 1-10.12.23 Dieta lekkostrawna</p> <p>Razem E: 1840.7 kcal B 77.5 g T 51.3 g W 277.9 g SFA 17.5 g Cukry 89.0 g Sól 4.2 g Błonnik 22.9 g</p>	<p>Kasza kukurydziana na mleku szpital (7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 300.00g; kasza kukurydziana 20.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb pszenny 75.00g; (1) ser twarogowy półtłusty 60.00g; (7) Margaryna smakowita 20.00g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 12.00g; (7)</p>	<p>Zupa z zielonego groszku szpital (7, 9) Składniki: woda 216.38g; ziemniaki 125.00g; groszek zielony, w puszcze, bez soli, po odsączeniu 16.67g; marchew 15.00g; pietruszka, korzeń 15.00g; seler korzeniowy 15.00g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 5.00g; por 0.69g Risotto w sosie pomidorowym szpital (9) Składniki: ryż biały 70.00g; wieprzowina, topatka 60.00g; marchew 13.48g; pietruszka, korzeń 13.48g; seler korzeniowy 13.48g; olej rzepakowy uniwersalny 10.11g; przecier pomidorowy (sos) z częstkami pomidorów, w puszcze 10.11g; cebula 6.74g Marchew z jabłkiem szpital Składniki: marchew 120.00g; jabłko 20.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;</p>	<p>jabłko 188.00g; jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu 140.00g; (7) chleb pszenny 75.00g; (1) szynka wieprzowa, gotowana 50.00g; pomidory, czerwone 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>
<p>Dekada 1-10.12.23 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)</p> <p>Razem E: 1706.6 kcal B 65.6 g T 46.6 g W 273.7 g SFA 14.1 g Cukry 77.0 g Sól 4.5 g Błonnik 36.5 g</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 105.00g; (1) ser twarogowy półtłusty 60.00g; (7) Margaryna smakowita 20.00g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 12.00g; (7) szczypiorek 10.00g;</p>	<p>Zupa z zielonego groszku szpital (7, 9) Składniki: woda 216.38g; ziemniaki 125.00g; groszek zielony, w puszcze, bez soli, po odsączeniu 16.67g; marchew 15.00g; pietruszka, korzeń 15.00g; seler korzeniowy 15.00g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 5.00g; por 0.69g Risotto w sosie pomidorowym szpital (9) Składniki: ryż biały 70.00g; wieprzowina, topatka 60.00g; marchew 13.48g; pietruszka, korzeń 13.48g; seler korzeniowy 13.48g; olej rzepakowy uniwersalny 10.11g; przecier pomidorowy (sos) z częstkami pomidorów, w puszcze 10.11g; cebula 6.74g Marchew z jabłkiem szpital Składniki: marchew 120.00g; jabłko 20.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;</p>	<p>jabłko 188.00g; jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu 140.00g; (7) chleb żytni razowy 105.00g; (1) szynka wieprzowa, gotowana 50.00g; pomidory, czerwone 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>

Niedziela 2023-12-10

	śniadanie	obiad	kolacja
<p>Dekada 1-10.12.23 Dieta Podstawowa</p> <p>Razem E: 1859.2 kcal B 85.4 g T 54.6 g W 273.5 g SFA 16.2 g Cukry 72.9 g Sól 5.9 g Błonnik 35.6 g</p>	<p>Płatki jęczmienne na mleku szpital (1, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; płatki jęczmienne 20.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; jaja kurze całe 118.00g; (3) chleb żytni razowy 70.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Zupa z kaszy manny (1, 9) Składniki: woda 260.00g; pietruszka, korzeń 20.00g; seler korzeniowy 20.00g; marchew 20.00g; kasza manna 20.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.00g; por 1.00g Potrawka z kurczaka z groszkiem szpital (1, 7) Składniki: mięso z ud kurczaka, bez skóry 120.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 23.00g; marchew 20.00g; brokuły 15.00g; mąka pszenna, typ 550 10.00g Buraczki szpital Składniki: buraki gotowane, odsączone, bez soli 120.00g; cebula 10.00g; olej rzepakowy uniwersalny 5.00g ziemniaki 300.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;</p>	<p>jabłko 188.00g; chleb żytni razowy 70.00g; (1) papryka czerwona, słodka 50.00g; szynka delikatesowa z kurczaka 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;</p>
<p>Dekada 1-10.12.23 Dieta lekkostrawna</p> <p>Razem E: 1818.9 kcal B 88.3 g T 54.4 g W 255.8 g SFA 16.6 g Cukry 71.3 g Sól 5.6 g Błonnik 25.2 g</p>	<p>Płatki jęczmienne na mleku szpital (1, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 300.00g; płatki jęczmienne 20.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; jaja kurze całe 118.00g; (3) chleb pszenny 75.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Zupa z kaszy manny (1, 9) Składniki: woda 259.66g; pietruszka, korzeń 20.00g; seler korzeniowy 20.00g; marchew 20.00g; kasza manna 20.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 5.64g; por 0.83g Potrawka z kurczaka z brokułem szpital (1, 7) Składniki: mięso z ud kurczaka, bez skóry 120.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 23.00g; marchew 20.00g; groszek zielony, w puszcze, bez soli, po odsączeniu 15.00g; mąka pszenna, typ 550 10.00g Buraczki szpital Składniki: buraki gotowane, odsączone, bez soli 120.00g; cebula 10.00g; olej rzepakowy uniwersalny 5.00g ziemniaki 300.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;</p>	<p>jabłko 188.00g; chleb pszenny 75.00g; (1) szynka delikatesowa z kurczaka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 15.00g;</p>
<p>Dekada 1-10.12.23 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)</p> <p>Razem E: 1689.5 kcal B 76.0 g T 49.4 g W 253.0 g SFA 13.1 g Cukry 60.9 g Sól 5.6 g Błonnik 37.5 g</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; jaja kurze całe 118.00g; (3) chleb żytni razowy 105.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Zupa z kaszy manny (1, 9) Składniki: woda 259.66g; pietruszka, korzeń 20.00g; seler korzeniowy 20.00g; marchew 20.00g; kasza manna 20.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 5.64g; por 0.83g Potrawka z kurczaka z groszkiem szpital (1, 7) Składniki: mięso z ud kurczaka, bez skóry 120.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 23.00g; marchew 20.00g; brokuły 15.00g; mąka pszenna, typ 550 10.00g Buraczki szpital Składniki: buraki gotowane, odsączone, bez soli 120.00g; cebula 10.00g; olej rzepakowy uniwersalny 5.00g ziemniaki 300.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;</p>	<p>jabłko 188.00g; chleb żytni razowy 105.00g; (1) papryka czerwona, słodka 50.00g; szynka delikatesowa z kurczaka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>