

Poniedziałek 2023-12-11

	śniadanie	obiad	kolacja
<p>Dekada 11-20.12.23 Dieta Podstawowa</p> <p>Razem E: 2019.6 kcal B 88.7 g T 52.6 g W 313.0 g SFA 15.4 g Cukry 85.4 g Sól 5.8 g Błonnik 33.4 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 75.00g; (1) ogórek kiszony 50.00g; paprykarz "szczeciński" 50.00g; (4) chleb pszenny 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Zupa pomidorowa z ryżem szpital (9) Składniki: woda 292.84g; pietruszka, korzeń 19.52g; seler korzeniowy 19.52g; marchew 19.52g; ryż biały 19.52g; koncentrat pomidorowy, 30% 12.69g; por 9.76g; włoszczyzna suszona (Kucharek) 9.76g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 5.86g Kotlet z piersi kurczaka szpital (1, 3) Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry 90.00g; jaja kurze całe 15.00g; mąka pszenna, typ 500 10.00g; 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 10.00g; olej rzepakowy uniwersalny 10.00g ziemniaki 300.00g; kisiel w proszku 30.00g;</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 75.00g; (1) rzodkiewka 50.00g; chleb pszenny 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 12.00g; (7) czosnek 3.00g;</p>
<p>Dekada 11-20.12.23 Dieta Lekkostrawna</p> <p>Razem E: 1855.0 kcal B 91.3 g T 37.3 g W 298.7 g SFA 14.9 g Cukry 103.4 g Sól 4.5 g Błonnik 23.1 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 pszenny 75.00g; (1) szynka wieprzowa, gotowana 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;</p>	<p>Zupa pomidorowa z ryżem szpital (9) Składniki: woda 292.84g; pietruszka, korzeń 19.52g; seler korzeniowy 19.52g; marchew 19.52g; ryż biały 19.52g; koncentrat pomidorowy, 30% 12.69g; por 9.76g; włoszczyzna suszona (Kucharek) 9.76g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 5.86g Kotlet z piersi kurczaka szpital (1, 3) Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry 90.00g; jaja kurze całe 15.00g; mąka pszenna, typ 500 10.00g; 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; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; (7) ser twarogowy półtłusty 80.00g; (7) chleb pszenny 75.00g; (1) dżem truskawkowy, niskostodzony 30.00g; Margaryna smakowita 20.00g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 12.00g; (7)</p>
<p>Dekada 11-20.12.23 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)</p> <p>Razem E: 1847.8 kcal B 78.3 g T 47.9 g W 293.5 g SFA 12.4 g Cukry 73.9 g Sól 5.7 g Błonnik 37.6 g</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; (1) ogórek kiszony 50.00g; paprykarz "szczeciński" 50.00g; (4) Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Zupa pomidorowa z ryżem szpital (9) Składniki: woda 292.84g; pietruszka, korzeń 19.52g; seler korzeniowy 19.52g; marchew 19.52g; ryż biały 19.52g; koncentrat pomidorowy, 30% 12.69g; por 9.76g; włoszczyzna suszona (Kucharek) 9.76g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 5.86g Kotlet z piersi kurczaka szpital (1, 3) Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry 90.00g; jaja kurze całe 15.00g; mąka pszenna, typ 500 10.00g; 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 10.00g; olej rzepakowy uniwersalny 10.00g ziemniaki 300.00g; kisiel w proszku 30.00g;</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; (7) chleb żytni razowy 110.00g; (1) ser twarogowy półtłusty 80.00g; (7) rzodkiewka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 12.00g; (7) czosnek 3.00g;</p>

Wtorek 2023-12-12

	śniadanie	obiad	kolacja
<p>Dekada 11-20.12.23 Dieta Podstawowa</p> <p>Razem E: 1934.6 kcal B 77.8 g T 56.0 g W 298.6 g SFA 22.1 g Cukry 71.0 g Sól 9.7 g Błonnik 39.6 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 75.00g; (1) papryka czerwona, słodka 50.00g; szynka konserwowa 50.00g; chleb pszenny 25.00g; (1)Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Kapuśniak z pomidorami szpital (9) Składniki: woda 300.00g; kapusta biała 120.00g; ziemniaki 100.00g; marchew 20.00g; pietruszka, korzeń 20.00g; seler korzeniowy 20.00g; koncentrat pomidorowy, 30% 10.00g; pomidory, czerwone, w puszcze, w soku pomidorowym 10.00g; por 10.00g; włoszczyzna suszona (Kucharek) 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.00g Kotlet z jajek szpital (1, 3) Składniki: jaja kurze całe 59.00g; bułka tarta 22.00g 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; Serek Hochland 90.00g; chleb żytni razowy 75.00g; (1) Indyk w galarecie LUX 50.00g; chleb pszenny 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;</p>
<p>Dekada 11-20.12.23 Dieta Lekkostrawna</p> <p>Razem E: 1805.4 kcal B 85.3 g T 49.0 g W 267.8 g SFA 17.7 g Cukry 70.8 g Sól 6.9 g Błonnik 26.1 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 pszenny 75.00g; (1)szynka konserwowa 50.00g; pomidory, czerwone 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Zupa ziemniaczana szpital (7, 9) Składniki: woda 300.00g; ziemniaki 150.00g; seler korzeniowy 20.00g; marchew 20.00g; pietruszka, korzeń 20.00g; por 10.00g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g; włoszczyzna suszona (Kucharek) 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 7.00g Buraczki szpital Składniki: buraki gotowane, odsączone, bez soli 120.00g; cebula 10.00g; olej rzepakowy uniwersalny 5.00g Pulpet w sosie szpital (1, 3) Składniki: wieprzowina, łopatka 90.00g; jaja kurze całe 14.75g; bułka tarta 10.00g 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)Indyk w galarecie LUX 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;</p>
<p>Dekada 11-20.12.23 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)</p> <p>Razem E: 1666.7 kcal B 64.2 g T 40.3 g W 281.6 g SFA 12.1 g Cukry 66.8 g Sól 7.3 g Błonnik 41.5 g</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; (1) papryka czerwona, słodka 50.00g; szynka konserwowa 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Kapuśniak z pomidorami szpital (9) Składniki: woda 295.05g; kapusta biała 98.35g; ziemniaki 98.35g; marchew 19.67g; pietruszka, korzeń 19.67g; seler korzeniowy 19.67g; koncentrat pomidorowy, 30% 9.83g; pomidory, czerwone, w puszcze, w soku pomidorowym 9.83g; por 9.83g; włoszczyzna suszona (Kucharek) 9.83g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 5.90g Kotlet z jajek szpital (1, 3) Składniki: jaja kurze całe 59.00g; bułka tarta 22.00g 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 110.00g; (1) Indyk w galarecie LUX 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;</p>

Środa 2023-12-13

	śniadanie	obiad	kolacja
<p>Dekada 11-20.12.23 Dieta Podstawowa</p> <p>Razem E: 2014.6 kcal B 99.4 g T 69.3 g W 262.4 g SFA 21.2 g Cukry 67.5 g Sól 6.0 g Błonnik 31.0 g</p>	<p>Kasza manna na mleku szpital (1, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; kasza manna 15.00g</p> <p>Jajecznica szpital (3) Składniki: jaja kurze całe 118.00g</p> <p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 75.00g; (1) szpinak, mrożony 50.00g; chleb pszenny 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Rosół szpital (1, 3, 9) Składniki: woda 300.00g; pietruszka, korzeń 20.00g; makaron dwujajeczny 20.00g; seler korzeniowy 20.00g; marchew 20.00g; por 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.00g</p> <p>Surówka z ogórków szpital Składniki: ogórek kiszony 100.00g; marchew 20.00g; cebula 10.00g; olej rzepakowy uniwersalny 8.00g</p> <p>ziemniaki 300.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 180.00g;</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; kiwi 162.00g; ser twarogowy półtłusty 80.00g; (7) chleb żytni razowy 75.00g; (1) papryka czerwona, słodka 50.00g; chleb pszenny 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 12.00g; (7)</p>
<p>Dekada 11-20.12.23 Dieta Lekkostrawna</p> <p>Razem E: 1867.1 kcal B 98.0 g T 60.0 g W 244.8 g SFA 20.3 g Cukry 74.1 g Sól 3.8 g Błonnik 24.0 g</p>	<p>Kasza manna na mleku szpital (1, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; kasza manna 15.00g</p> <p>Jajecznica szpital (3) Składniki: jaja kurze całe 118.00g</p> <p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb pszenny 75.00g; (1) szpinak, mrożony 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Rosół szpital (1, 3, 9) Składniki: woda 300.00g; pietruszka, korzeń 20.00g; makaron dwujajeczny 20.00g; seler korzeniowy 20.00g; marchew 20.00g; por 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.00g</p> <p>ziemniaki 300.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 180.00g; marchew 120.00g;</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; jabłko 188.00g; ser twarogowy półtłusty 80.00g; (7) chleb pszenny 75.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 12.00g; (7)</p>
<p>Dekada 11-20.12.23 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)</p> <p>Razem E: 1951.6 kcal B 95.2 g T 67.6 g W 256.9 g SFA 19.9 g Cukry 69.5 g Sól 6.2 g Błonnik 35.5 g</p>	<p>Jajecznica szpital (3) Składniki: jaja kurze całe 118.00g</p> <p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; (1) szpinak, mrożony 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Rosół szpital (1, 3, 9) Składniki: woda 300.00g; pietruszka, korzeń 20.00g; makaron dwujajeczny 20.00g; seler korzeniowy 20.00g; marchew 20.00g; por 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.00g</p> <p>Surówka z ogórków szpital Składniki: ogórek kiszony 100.00g; marchew 20.00g; cebula 10.00g; olej rzepakowy uniwersalny 8.00g</p> <p>ziemniaki 300.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 180.00g;</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; jabłko 188.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; (7) chleb żytni razowy 110.00g; (1) ser twarogowy półtłusty 80.00g; (7) papryka czerwona, słodka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 12.00g; (7)</p>

Czwartek 2023-12-14

	śniadanie	obiad	kolacja
<p>Dekada 11-20.12.23 Dieta Podstawowa</p> <p>Razem E: 2121.1 kcal B 109.6 g T 70.1 g W 278.1 g SFA 27.9 g Cukry 74.3 g Sól 5.0 g Błonnik 31.5 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 75.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; wieprzowina, schab, pieczony 50.00g; chleb pszenny 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Krupnik szpital (1, 7, 9) Składniki: woda 300.00g; pietruszka, korzeń 20.00g; seler korzeniowy 20.00g; marchew 20.00g; kasza jęczmienna, perlowa 20.00g; por 10.00g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.00g Gulasz szpital (1, 7) Składniki: wieprzowina, łopatka 90.00g; marchew 10.00g; pietruszka, korzeń 10.00g; cebula 10.00g; mąka pszenna, typ 500 10.00g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g 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>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; Danio 130.00g; ser twarogowy półtłusty 80.00g; (7) chleb żytni razowy 75.00g; (1) papryka czerwona, słodka 50.00g; ser, gouda tłusty 50.00g; (7) chleb pszenny 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;</p>
<p>Dekada 11-20.12.23 Dieta Lekkostrawna</p> <p>Razem E: 1908.6 kcal B 112.8 g T 55.8 g W 248.5 g SFA 22.0 g Cukry 63.7 g Sól 5.5 g Błonnik 20.3 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 pszenny 75.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; wieprzowina, schab, pieczony 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Krupnik szpital (1, 7, 9) Składniki: woda 300.00g; pietruszka, korzeń 20.00g; seler korzeniowy 20.00g; marchew 20.00g; kasza jęczmienna, perlowa 20.00g; por 10.00g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.00g Gulasz szpital (1, 7) Składniki: wieprzowina, łopatka 90.00g; marchew 10.00g; pietruszka, korzeń 10.00g; cebula 10.00g; mąka pszenna, typ 500 10.00g; śmietana, 18% tłuszczu 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>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; Danio 130.00g; szynka wieprzowa, gotowana 90.00g; ser twarogowy półtłusty 80.00g; (7) chleb pszenny 75.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;</p>
<p>Dekada 11-20.12.23 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)</p> <p>Razem E: 1964.6 kcal B 99.5 g T 64.3 g W 264.1 g SFA 24.1 g Cukry 71.3 g Sól 5.1 g Błonnik 35.9 g</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; wieprzowina, schab, pieczony 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Krupnik szpital (1, 7, 9) Składniki: woda 300.00g; pietruszka, korzeń 20.00g; seler korzeniowy 20.00g; marchew 20.00g; kasza jęczmienna, perlowa 20.00g; por 10.00g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.00g Gulasz szpital (1, 7) Składniki: wieprzowina, łopatka 90.00g; marchew 10.00g; pietruszka, korzeń 10.00g; cebula 10.00g; mąka pszenna, typ 500 10.00g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g 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>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; (7) chleb żytni razowy 110.00g; (1) ser twarogowy półtłusty 80.00g; (7) papryka czerwona, słodka 50.00g; ser, gouda tłusty 50.00g; (7) Margaryna smakowita 20.00g;</p>

Piątek 2023-12-15

	śniadanie	obiad	kolacja
<p>Dekada 11-20.12.23 Dieta Podstawowa</p> <p>Razem E: 1945.5 kcal B 84.2 g T 53.4 g W 300.1 g SFA 14.9 g Cukry 87.2 g Sól 6.3 g Błonnik 39.7 g</p>	<p>Kasza jęczmienna na mleku szpital (1, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; kasza jęczmienna, perłowa 20.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 75.00g; (1) ogórek 50.00g; szynka z piersi kurczaka 50.00g; chleb pszenny 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Zupa koperkowa szpital (9) Składniki: woda 308.30g; ziemniaki 102.77g; seler korzeniowy 20.55g; marchew 20.55g; koper ogrodowy 20.55g; pietruszka, korzeń 20.55g; por 10.28g; włoszczyzna suszona (Kucharek) 10.28g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.17g 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 z groszkiem i szczypiorem szpital (3, 7) Składniki: jaja kurze całe 118.00g; groszek zielony, w puszcze, bez soli, po odsączeniu 10.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 10.00g; szczypiorek 8.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; jabłko 188.00g; chleb żytni razowy 75.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; chleb pszenny 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;</p>
<p>Dekada 11-20.12.23 Dieta Lekkostrawna</p> <p>Razem E: 1813.1 kcal B 77.2 g T 46.9 g W 285.8 g SFA 13.1 g Cukry 90.9 g Sól 5.7 g Błonnik 33.4 g</p>	<p>Kasza jęczmienna na mleku szpital (1, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; kasza jęczmienna, perłowa 20.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb pszenny 75.00g; (1) szynka z piersi kurczaka 50.00g; pomidory, czerwone 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Zupa koperkowa szpital (9) Składniki: woda 308.30g; ziemniaki 102.77g; seler korzeniowy 20.55g; marchew 20.55g; koper ogrodowy 20.55g; pietruszka, korzeń 20.55g; por 10.28g; włoszczyzna suszona (Kucharek) 10.28g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.17g 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; marchew 120.00g;</p>	<p>Pasta z jajek szpital (3, 7) Składniki: jaja kurze całe 59.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 23.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; jabłko 188.00g; chleb pszenny 75.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;</p>
<p>Dekada 11-20.12.23 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)</p> <p>Razem E: 1829.6 kcal B 76.9 g T 48.6 g W 290.7 g SFA 12.8 g Cukry 84.1 g Sól 6.4 g Błonnik 43.0 g</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; (1) ogórek 50.00g; szynka z piersi kurczaka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Zupa koperkowa szpital (9) Składniki: woda 308.30g; ziemniaki 102.77g; seler korzeniowy 20.55g; marchew 20.55g; koper ogrodowy 20.55g; pietruszka, korzeń 20.55g; por 10.28g; włoszczyzna suszona (Kucharek) 10.28g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.17g 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 z groszkiem i szczypiorem szpital (3, 7) Składniki: jaja kurze całe 88.50g; groszek zielony, w puszcze, bez soli, po odsączeniu 10.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 10.00g; szczypiorek 8.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; jabłko 188.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; (7) chleb żytni razowy 110.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>

Sobota 2023-12-16

	śniadanie	obiad	kolacja
<p>Dekada 11-20.12.23 Dieta Podstawowa</p> <p>Razem E: 1917.9 kcal B 88.3 g T 49.2 g W 298.9 g SFA 20.3 g Cukry 88.1 g Sól 6.3 g Błonnik 40.0 g</p>	<p>Ryż na mleku szpital (7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; ryż biały 20.00g</p> <p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; ser twarogowy półtłusty 80.00g: (7) chleb żytni razowy 75.00g: (1) rzodkiewka 50.00g; chleb pszenny 25.00g: (1) Margaryna smakowita 20.00g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 15.00g: (7)</p>	<p>Zupa porowa szpital (7, 9) Składniki: woda 310.54g; ziemniaki 103.51g; por 56.93g; pietruszka, korzeń 20.70g; marchew 20.70g; seler korzeniowy 20.70g; śmietana, 18% tłuszczu 10.35g; włoszczyzna suszona (Kucharek) 10.35g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.21g</p> <p>Parówka w sosie szpital (1, 7, 10) Składniki: kiełbasa zwyczajna 90.00g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g; mąka pszenna typ 550, z witaminami 5.00g</p> <p>Marchew z jabłkiem szpital Składniki: marchew 120.00g; jabłko 20.00g</p> <p>ziemniaki 300.00g; pomarańcza 150.00g;</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu 150.00g: (7) chleb żytni razowy 75.00g: (1) szynka wieprzowa, gotowana 50.00g; pomidory, czerwone 50.00g; chleb pszenny 25.00g: (1) Margaryna smakowita 20.00g;</p>
<p>Dekada 11-20.12.23 Dieta Lekkostrawna</p> <p>Razem E: 1780.3 kcal B 85.5 g T 47.6 g W 263.3 g SFA 20.0 g Cukry 81.9 g Sól 5.6 g Błonnik 24.8 g</p>	<p>Ryż na mleku szpital (7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; ryż biały 20.00g</p> <p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; ser twarogowy półtłusty 80.00g: (7) chleb pszenny 75.00g: (1) Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 12.00g: (7)</p>	<p>Zupa jarzynowa szpital (7, 9) Składniki: woda 300.00g; ziemniaki 100.00g; seler korzeniowy 20.00g; marchew 20.00g; pietruszka, korzeń 20.00g; por 10.00g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 7.00g</p> <p>Parówka w sosie szpital (1, 7, 10) Składniki: kiełbasa zwyczajna 90.00g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g; mąka pszenna typ 550, z witaminami 5.00g</p> <p>Marchew z jabłkiem szpital Składniki: marchew 120.00g; jabłko 20.00g</p> <p>ziemniaki 300.00g; pomarańcza 150.00g;</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; jogurt truskawkowy, 1,5% 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 11-20.12.23 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)</p> <p>Razem E: 1748.4 kcal B 79.1 g T 45.2 g W 276.4 g SFA 17.8 g Cukry 73.9 g Sól 6.3 g Błonnik 43.6 g</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g: (1) ser twarogowy półtłusty 80.00g: (7) rzodkiewka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 12.00g: (7)</p>	<p>Zupa porowa szpital (7, 9) Składniki: woda 310.54g; ziemniaki 103.51g; por 56.93g; pietruszka, korzeń 20.70g; marchew 20.70g; seler korzeniowy 20.70g; śmietana, 18% tłuszczu 10.35g; włoszczyzna suszona (Kucharek) 10.35g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.21g</p> <p>Parówka w sosie szpital (1, 7, 10) Składniki: kiełbasa zwyczajna 90.00g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g; mąka pszenna typ 550, z witaminami 5.00g</p> <p>Marchew z jabłkiem szpital Składniki: marchew 120.00g; jabłko 20.00g</p> <p>ziemniaki 300.00g; pomarańcza 150.00g;</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g: (7) chleb żytni razowy 110.00g: (1) szynka wieprzowa, gotowana 50.00g; pomidory, czerwone 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>

Niedziela 2023-12-17

	śniadanie	obiad	kolacja
<p>Dekada 11-20.12.23 Dieta Podstawowa</p> <p>Razem E: 1863.9 kcal B 88.0 g T 54.0 g W 273.1 g SFA 16.1 g Cukry 66.0 g Sól 5.8 g Błonnik 34.9 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; jaja kurze całe 118.00g; (3) chleb żytni razowy 75.00g; (1) papryka czerwona, słodka 50.00g; chleb pszenny 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Zupa ryżowa szpital (9) Składniki: woda 236.45g; pietruszka, korzeń 15.76g; seler korzeniowy 15.76g; marchew 15.76g; ryż biały 15.76g; por 7.88g; włośczyzna suszona (Kucharek) 7.88g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 4.73g 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 Buraczki szpital Składniki: buraki gotowane, odsączone, bez soli 120.00g; cebula 10.00g; olej rzepakowy uniwersalny 5.00g ziemniaki 300.00g;</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; pomarańcza 150.00g; chleb żytni razowy 75.00g; (1) szynka delikatesowa z kurczaka 50.00g; chleb pszenny 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 15.00g;</p>
<p>Dekada 11-20.12.23 Dieta Lekkostrawna</p> <p>Razem E: 1773.9 kcal B 87.4 g T 52.7 g W 249.1 g SFA 15.9 g Cukry 63.2 g Sól 5.2 g Błonnik 24.6 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; 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 236.45g; pietruszka, korzeń 15.76g; seler korzeniowy 15.76g; marchew 15.76g; ryż biały 15.76g; por 7.88g; włośczyzna suszona (Kucharek) 7.88g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 4.73g 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 Buraczki szpital Składniki: buraki gotowane, odsączone, bez soli 120.00g; cebula 10.00g; olej rzepakowy uniwersalny 5.00g ziemniaki 300.00g;</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; pomarańcza 150.00g; chleb pszenny 75.00g; (1) szynka delikatesowa z kurczaka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 15.00g;</p>
<p>Dekada 11-20.12.23 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)</p> <p>Razem E: 1781.7 kcal B 83.4 g T 51.9 g W 263.5 g SFA 14.8 g Cukry 62.9 g Sól 6.0 g Błonnik 38.9 g</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; jaja kurze całe 118.00g; (3) chleb żytni razowy 110.00g; (1) papryka czerwona, słodka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Zupa ryżowa szpital (9) Składniki: woda 236.45g; pietruszka, korzeń 15.76g; seler korzeniowy 15.76g; marchew 15.76g; ryż biały 15.76g; por 7.88g; włośczyzna suszona (Kucharek) 7.88g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 4.73g 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 Buraczki szpital Składniki: buraki gotowane, odsączone, bez soli 120.00g; cebula 10.00g; olej rzepakowy uniwersalny 5.00g ziemniaki 300.00g;</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; pomarańcza 150.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; (7) chleb żytni razowy 110.00g; (1) szynka delikatesowa z kurczaka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 15.00g;</p>

Poniedziałek 2023-12-18

	śniadanie	obiad	kolacja
<p>Dekada 11-20.12.23 Dieta Podstawowa</p> <p>Razem E: 2052.6 kcal B 103.3 g T 68.3 g W 272.4 g SFA 21.6 g Cukry 85.5 g Sól 7.6 g Błonnik 34.8 g</p>	<p>Płatki owsiane na mleku szpital (1, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; płatki owsiane 20.00g</p> <p>Pasta z ryby wędzonej z jajkiem szpital (3, 4) Składniki: makreła, wędzona 90.00g; jaja kurze całe 40.00g; szczypiorek 4.50g</p> <p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 75.00g; (1) ogórek kiszony 50.00g; chleb pszenny 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Zupa kalafiorowa szpital (7, 9) Składniki: woda 293.70g; kalafior, mrożony 78.32g; seler korzeniowy 19.58g; marchew 19.58g; pietruszka, korzeń 19.58g; por 9.79g; włoszczyzna suszona (Kucharek) 9.79g; śmietana, 18% tłuszczu 9.79g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 5.87g</p> <p>Bitki ze schabu szpital Składniki: wieprzowina, schab surowy bez kości 81.82g; olej rzepakowy uniwersalny 9.09g; cebula 9.09g</p> <p>ziemniaki 300.00g; jabłko 188.00g;</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 75.00g; (1) rzodkiewka 50.00g; chleb pszenny 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 12.00g; (7) herbatniki 10.00g; (1, 6, 7) szczypiorek 8.00g;</p>
<p>Dekada 11-20.12.23 Dieta Lekkostrawna</p> <p>Razem E: 1793.1 kcal B 90.3 g T 50.1 g W 258.7 g SFA 16.9 g Cukry 90.1 g Sól 4.7 g Błonnik 28.2 g</p>	<p>Płatki owsiane na mleku szpital (1, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; płatki owsiane 20.00g</p> <p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb pszenny 75.00g; (1) szynka z piersi kurczaka 50.00g; pomidory, czerwone 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Zupa kalafiorowa szpital (7, 9) Składniki: woda 293.70g; kalafior, mrożony 78.32g; seler korzeniowy 19.58g; marchew 19.58g; pietruszka, korzeń 19.58g; por 9.79g; włoszczyzna suszona (Kucharek) 9.79g; śmietana, 18% tłuszczu 9.79g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 5.87g</p> <p>Bitki ze schabu szpital Składniki: wieprzowina, schab surowy bez kości 81.82g; olej rzepakowy uniwersalny 9.09g; cebula 9.09g</p> <p>ziemniaki 300.00g; jabłko 188.00g; marchew 120.00g;</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 12.00g; (7) sałata masłowa 12.00g; herbatniki 10.00g; (1, 6, 7)</p>
<p>Dekada 11-20.12.23 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)</p> <p>Razem E: 1879.8 kcal B 92.3 g T 62.4 g W 255.0 g SFA 18.4 g Cukry 73.9 g Sól 7.6 g Błonnik 37.9 g</p>	<p>Pasta z ryby wędzonej z jajkiem szpital (3, 4) Składniki: makreła, wędzona 90.00g; jaja kurze całe 40.00g; szczypiorek 4.50g</p> <p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; (1) ogórek kiszony 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Zupa kalafiorowa szpital (7, 9) Składniki: woda 293.70g; kalafior, mrożony 78.32g; seler korzeniowy 19.58g; marchew 19.58g; pietruszka, korzeń 19.58g; por 9.79g; włoszczyzna suszona (Kucharek) 9.79g; śmietana, 18% tłuszczu 9.79g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 5.87g</p> <p>Bitki ze schabu szpital Składniki: wieprzowina, schab surowy bez kości 81.82g; olej rzepakowy uniwersalny 9.09g; cebula 9.09g</p> <p>ziemniaki 300.00g; jabłko 188.00g;</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; (7) chleb żytni razowy 110.00g; (1) ser twarogowy półtłusty 80.00g; (7) rzodkiewka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 12.00g; (7) herbatniki 10.00g; (1, 6, 7) szczypiorek 8.00g;</p>

Wtorek 2023-12-19

	śniadanie	obiad	kolacja
<p>Dekada 11-20.12.23 Dieta Podstawowa</p> <p>Razem E: 1982.8 kcal B 78.9 g T 63.9 g W 284.5 g SFA 25.8 g Cukry 75.4 g Sól 8.2 g Błonnik 28.7 g</p>	<p>Kasza kukurydziana na mleku szpital (7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; kasza kukurydziana 20.00g</p> <p>Jajecznica szpital (3) Składniki: jaja kurze całe 118.00g; olej rzepakowy uniwersalny 2.00g</p> <p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 75.00g; (1) papryka czerwona, słodka 50.00g; chleb pszenny 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Barszcz czerwony szpital (9) Składniki: woda 300.00g; ziemniaki 100.00g; burak 80.00g; marchew 20.00g; pietruszka, korzeń 20.00g; seler korzeniowy 20.00g; por 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.00g</p> <p>Łazanki z kapustą białą szpital (1, 10) Składniki: kapusta biała 250.00g; makaron łazanki (GLUTENEX) 70.00g; kiełbasa wyczajna 50.00g; cebula 10.00g</p> <p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g; (7)</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; Serek Hochland 90.00g; chleb żytni razowy 75.00g; (1) Indyk w galarecie LUX 50.00g; chleb pszenny 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;</p>
<p>Dekada 11-20.12.23 Dieta Lekkostrawna</p> <p>Razem E: 1779.8 kcal B 75.3 g T 55.2 g W 251.2 g SFA 19.2 g Cukry 69.9 g Sól 4.7 g Błonnik 11.9 g</p>	<p>Kasza kukurydziana na mleku szpital (7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; kasza kukurydziana 20.00g</p> <p>Jajecznica szpital (3) Składniki: jaja kurze całe 118.00g; olej rzepakowy uniwersalny 2.00g</p> <p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb pszenny 75.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Barszcz czerwony szpital (9) Składniki: woda 300.00g; ziemniaki 100.00g; burak 80.00g; marchew 20.00g; pietruszka, korzeń 20.00g; seler korzeniowy 20.00g; por 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.00g</p> <p>Makaron z twarogiem szpital (1, 7) Składniki: ser twarogowy półtłusty, bez laktozy 80.00g; makaron świderki (GLUTENEX) 70.00g; margaryna miękka, 80% tłuszczu 10.00g</p> <p>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) Indyk w galarecie LUX 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;</p>
<p>Dekada 11-20.12.23 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)</p> <p>Razem E: 1706.7 kcal B 64.1 g T 47.5 g W 269.6 g SFA 15.5 g Cukry 72.3 g Sól 6.0 g Błonnik 32.9 g</p>	<p>Jajecznica szpital (3) Składniki: jaja kurze całe 118.00g; olej rzepakowy uniwersalny 2.00g</p> <p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; (1) papryka czerwona, słodka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Barszcz czerwony szpital (9) Składniki: woda 300.00g; ziemniaki 100.00g; burak 80.00g; marchew 20.00g; pietruszka, korzeń 20.00g; seler korzeniowy 20.00g; por 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.00g</p> <p>Łazanki z kapustą białą szpital (1, 10) Składniki: kapusta biała 250.00g; makaron łazanki (GLUTENEX) 70.00g; kiełbasa wyczajna 40.00g; cebula 10.00g</p> <p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g; (7)</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; (7) chleb żytni razowy 110.00g; (1) Indyk w galarecie LUX 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;</p>

Środa 2023-12-20

	śniadanie	obiad	kolacja
<p>Dekada 11-20.12.23 Dieta Podstawowa</p> <p>Razem E: 2061.5 kcal B 93.0 g T 59.4 g W 307.5 g SFA 20.2 g Cukry 90.5 g Sól 6.4 g Błonnik 40.2 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; Parówki z filetem z kurcząt (DROBIMEX) 90.00g; chleb żytni razowy 75.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; chleb pszenny 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Zupa ziemniaczana szpital (7, 9) Składniki: woda 267.10g; ziemniaki 133.55g; seler korzeniowy 17.81g; marchew 17.81g; pietruszka, korzeń 17.81g; por 8.90g; śmietana, 18% tłuszczu 8.90g; włoszczyzna suszona (Kucharek) 8.90g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 5.34g Kotlet mielony szpital (1, 3) Składniki: wieprzowina, łopatka 90.00g; jaja kurze całe 14.75g; cebula 10.00g; bułka tarta 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>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; jabłko 200.00g; ser twarogowy półtłusty 80.00g; (7) chleb żytni razowy 75.00g; (1) papryka czerwona, słodka 50.00g; chleb pszenny 24.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 12.00g; (7) czosnek 3.00g;</p>
<p>Dekada 11-20.12.23 Dieta Lekkostrawna</p> <p>Razem E: 2076.7 kcal B 108.7 g T 62.5 g W 283.2 g SFA 22.6 g Cukry 87.1 g Sól 5.9 g Błonnik 29.0 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; Parówki z filetem z kurcząt (DROBIMEX) 90.00g; chleb pszenny 75.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Zupa ziemniaczana szpital (7, 9) Składniki: woda 267.10g; ziemniaki 133.55g; seler korzeniowy 17.81g; marchew 17.81g; pietruszka, korzeń 17.81g; por 8.90g; śmietana, 18% tłuszczu 8.90g; włoszczyzna suszona (Kucharek) 8.90g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 5.34g Pulpet w sosie szpital (1, 3) Składniki: wieprzowina, łopatka 97.84g; jaja kurze całe 16.04g; bułka tarta 10.87g 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; jabłko 188.00g; ser twarogowy półtłusty 160.00g; (7) chleb pszenny 75.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 12.00g; (7) sałata masłowa 12.00g;</p>
<p>Dekada 11-20.12.23 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)</p> <p>Razem E: 2082.1 kcal B 103.8 g T 60.9 g W 299.5 g SFA 21.2 g Cukry 88.6 g Sól 6.3 g Błonnik 42.6 g</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; (1) Parówki z filetem z kurcząt (DROBIMEX) 90.00g; pomidory, czerwone 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Zupa ziemniaczana szpital (7, 9) Składniki: woda 267.10g; ziemniaki 133.55g; seler korzeniowy 17.81g; marchew 17.81g; pietruszka, korzeń 17.81g; por 8.90g; śmietana, 18% tłuszczu 8.90g; włoszczyzna suszona (Kucharek) 8.90g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 5.34g Kotlet mielony szpital (1, 3) Składniki: wieprzowina, łopatka 90.00g; jaja kurze całe 14.75g; cebula 10.00g; bułka tarta 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>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; jabłko 188.00g; ser twarogowy półtłusty 160.00g; (7) jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; (7) chleb żytni razowy 110.00g; (1) papryka czerwona, słodka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 12.00g; (7) czosnek 3.00g;</p>