

Czwartek 2023-12-21

	śniadanie	obiad	kolacja
<p>Dekada 21-30.12.23 Dieta podstawowa</p> <p>Razem E: 1913.0 kcal B 82.2 g T 51.5 g W 296.1 g SFA 22.1 g Cukry 89.4 g Sól 6.6 g Błonnik 34.6 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; chleb żytni razowy 75.00g; (1) ogórek 50.00g; szynka wieprzowa, gotowana 50.00g; chleb pszenny 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Zupa brokułowa szpital (7, 9) Składniki: woda 250.00g; ziemniaki 75.02g; brokuły 48.80g; marchew 14.80g; pietruszka, korzeń 14.20g; seler korzeniowy 12.40g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.00g; por 1.16g 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 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 żytni razowy 75.00g; (1) ser, gouda tłusty 50.00g; (7) ogórek kiszony 50.00g; chleb pszenny 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;</p>
<p>Dekada 21-30.12.23 Dieta lekkostrawna</p> <p>Razem E: 1760.6 kcal B 79.1 g T 40.6 g W 281.1 g SFA 15.4 g Cukry 91.7 g Sól 5.3 g Błonnik 25.1 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; chleb pszenny 75.00g; (1) szynka wieprzowa, gotowana 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;</p>	<p>Zupa brokułowa szpital (7, 9) Składniki: woda 250.00g; ziemniaki 75.02g; brokuły 48.80g; marchew 14.80g; pietruszka, korzeń 14.20g; seler korzeniowy 12.40g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.00g; por 1.16g 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 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) szynka z piersi kurczaka 50.00g; pomidory, czerwone 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; herbatniki 10.00g; (1, 6, 7)</p>
<p>Dekada 21-30.12.23 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)</p> <p>Razem E: 1853.2 kcal B 78.7 g T 49.8 g W 290.4 g SFA 21.0 g Cukry 86.4 g Sól 6.8 g Błonnik 38.8 g</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; (1) ogórek 50.00g; szynka wieprzowa, gotowana 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Zupa brokułowa szpital (7, 9) Składniki: woda 250.00g; ziemniaki 75.02g; brokuły 48.80g; marchew 14.80g; pietruszka, korzeń 14.20g; seler korzeniowy 12.40g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.00g; por 1.16g 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 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; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; (7) chleb żytni razowy 110.00g; (1) ogórek kiszony 50.00g; ser, gouda tłusty 50.00g; (7) Margaryna smakowita 20.00g;</p>

Piątek 2023-12-22

	śniadanie	obiad	kolacja
<p>Dekada 21-30.12.23 Dieta podstawowa</p> <p>Razem E: 2024.9 kcal B 88.2 g T 57.3 g W 305.7 g SFA 17.8 g Cukry 94.0 g Sól 5.5 g Błonnik 36.2 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) szynka z piersi kurczaka 50.00g; chleb pszenny 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;</p>	<p>Zupa jarzynowa szpital (7, 9) Składniki: woda 259.66g; ziemniaki 75.02g; brokoły, różyczki, mrożone 50.00g; fasola szparagowa zielona, mrożona 30.00g; marchew 14.80g; pietruszka, korzeń 14.20g; seler korzeniowy 12.40g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.00g; por 1.16g Kotlet rybny szpital (1, 3, 4) Składniki: morszczuk, świeży 90.00g; jaja kurcze 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; jabłko 188.00g;</p>	<p>Pasta z jajek z groszkiem i szczypiorem szpital (3, 7) Składniki: jaja kurcze 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; Danio 130.00g; chleb żytni razowy 75.00g; (1) papryka czerwona, słodka 50.00g; chleb pszenny 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g; herbatniki 10.00g; (1, 6, 7)</p>
<p>Dekada 21-30.12.23 Dieta lekkostrawna</p> <p>Razem E: 1932.3 kcal B 87.3 g T 55.9 g W 281.5 g SFA 17.7 g Cukry 91.9 g Sól 4.9 g Błonnik 25.3 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)szynka z piersi kurczaka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;</p>	<p>Zupa jarzynowa szpital (7, 9) Składniki: woda 259.66g; ziemniaki 75.02g; brokoły, różyczki, mrożone 50.00g; fasola szparagowa zielona, mrożona 30.00g; marchew 14.80g; pietruszka, korzeń 14.20g; seler korzeniowy 12.40g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.00g; por 1.16g Kotlet rybny szpital (1, 3, 4) Składniki: morszczuk, świeży 90.00g; jaja kurcze 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; jabłko 188.00g;</p>	<p>Pasta z jajek szpital (3, 7) Składniki: jaja kurcze całe 83.82g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 32.68g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; Danio 130.00g; chleb pszenny 75.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; herbatniki 10.00g; (1, 6, 7)</p>
<p>Dekada 21-30.12.23 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)</p> <p>Razem E: 1923.5 kcal B 76.8 g T 58.4 g W 291.8 g SFA 14.3 g Cukry 89.5 g Sól 5.6 g Błonnik 40.7 g</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; (1) szynka z piersi kurczaka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;</p>	<p>Zupa jarzynowa szpital (7, 9) Składniki: woda 259.66g; ziemniaki 75.02g; brokoły, różyczki, mrożone 50.00g; fasola szparagowa zielona, mrożona 30.00g; marchew 14.80g; pietruszka, korzeń 14.20g; seler korzeniowy 12.40g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.00g; por 1.16g Kotlet rybny szpital (1, 3, 4) Składniki: morszczuk, świeży 84.18g; jaja kurcze całe 13.80g; bułka tarta 10.29g; olej rzepakowy uniwersalny 7.48g 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; jabłko 188.00g;</p>	<p>Pasta z jajek z groszkiem i szczypiorem szpital (3, 7) Składniki: jaja kurcze 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; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; (7) chleb żytni razowy 110.00g; (1) papryka czerwona, słodka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; biszkopty 10.00g; (1, 3)</p>

Sobota 2023-12-23

	śniadanie	obiad	kolacja
<p>Dekada 21-30.12.23 Dieta podstawowa</p> <p>Razem E: 1850.6 kcal B 82.8 g T 41.0 g W 304.4 g SFA 14.4 g Cukry 86.6 g Sól 6.0 g Błonnik 37.4 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 żytni razowy 75.00g; (1) ogórek 50.00g; szynka konserwowa 50.00g; chleb pszenny 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Zupa z zielonego groszku szpital (7, 9) Składniki: woda 259.66g; ziemniaki 150.00g; groszek zielony, w puszcze, bez soli, po odsączeniu 20.00g; marchew 11.29g; pietruszka, korzeń 11.29g; seler korzeniowy 11.29g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g; 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; brokuły, różyczki, mrożone 20.00g; marchew 20.00g; 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; kiwi 162.00g; 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 21-30.12.23 Dieta lekkostrawna</p> <p>Razem E: 1759.8 kcal B 81.6 g T 39.8 g W 281.0 g SFA 14.1 g Cukry 89.1 g Sól 5.4 g Błonnik 27.7 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 pszenny 75.00g; (1) szynka konserwowa 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;</p>	<p>Zupa z zielonego groszku szpital (7, 9) Składniki: woda 259.66g; ziemniaki 150.00g; groszek zielony, w puszcze, bez soli, po odsączeniu 20.00g; marchew 11.29g; pietruszka, korzeń 11.29g; seler korzeniowy 11.29g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g; 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; brokuły, różyczki, mrożone 20.00g; marchew 20.00g; 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; jabłko 188.00g; chleb pszenny 75.00g; (1) szynka wieprzowa, gotowana 50.00g; pomidory, czerwone 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>
<p>Dekada 21-30.12.23 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)</p> <p>Razem E: 1726.4 kcal B 72.9 g T 37.1 g W 293.7 g SFA 11.5 g Cukry 83.5 g Sól 6.1 g Błonnik 41.1 g</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; (1) ogórek 50.00g; szynka konserwowa 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Zupa z zielonego groszku szpital (7, 9) Składniki: woda 259.66g; ziemniaki 150.00g; groszek zielony, w puszcze, bez soli, po odsączeniu 20.00g; marchew 11.29g; pietruszka, korzeń 11.29g; seler korzeniowy 11.29g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g; 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; brokuły, różyczki, mrożone 20.00g; marchew 20.00g; 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; jabłko 188.00g; chleb żytni razowy 110.00g; (1) szynka wieprzowa, gotowana 50.00g; pomidory, czerwone 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; herbatniki 10.00g; (1, 6, 7)</p>

Niedziela 2023-12-24

	śniadanie	obiad	kolacja
<p>Dekada 21-30.12.23 Dieta podstawowa</p> <p>Razem E: 2247.5 kcal B 85.3 g T 61.5 g W 358.7 g SFA 23.9 g Cukry 96.3 g Sól 5.4 g Błonnik 41.1 g</p>	<p>Płatki owsiane na mleku szpital (1, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; płatki owsiane 20.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 75.00g; (1) ser twarogowy półtłusty 60.00g; (7) rzodkiewka 50.00g; chleb pszenny 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Barszcz biały szpital (3, 7, 9) Składniki: woda 259.66g; jaja kurze całe 59.00g; Barszcz biały WINIARY 15.00g; marchew 14.80g; pietruszka, korzeń 14.20g; seler korzeniowy 12.40g; chrzan 10.00g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.00g; por 1.16g Ryż z jabłkami szpital (7) Składniki: jabłko 200.00g; ryż biały 70.00g; śmietana, 18% tłuszczu 60.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;</p>	<p>Barszcz czerwony szpital (9) Składniki: woda 346.21g; ziemniaki 100.00g; burak 80.00g; marchew 15.05g; pietruszka, korzeń 15.05g; seler korzeniowy 15.05g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 7.53g; por 1.11g Pierogi z kapustą i pieczarkami szpital (1, 3) Składniki: kapusta kiszona 150.00g; mąka pszenna, typ 500 70.00g; pieczarka biała 18.00g; jaja kurze całe 14.75g Ryba po grecku szpital (4, 9) Składniki: marchew 70.00g; makrela, świeża 70.00g; pietruszka, korzeń 30.00g; seler korzeniowy 20.00g; por 10.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 75.00g; (1) chleb pszenny 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;</p>
<p>Dekada 21-30.12.23 Dieta lekkostrawna</p> <p>Razem E: 2561.8 kcal B 96.9 g T 59.8 g W 425.0 g SFA 24.3 g Cukry 129.6 g Sól 3.7 g Błonnik 33.9 g</p>	<p>Płatki owsiane na mleku szpital (1, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; płatki owsiane 20.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb pszenny 75.00g; (1) ser twarogowy półtłusty 60.00g; (7) pomidory, czerwone 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Zupa ziemniaczana szpital (7, 9) Składniki: woda 221.00g; ziemniaki 110.50g; seler korzeniowy 14.73g; marchew 14.73g; pietruszka, korzeń 14.73g; por 7.37g; śmietana, 18% tłuszczu 7.37g; włoszczyzna suszona (Kucharek) 7.37g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 4.42g Ryż z jabłkami szpital (7) Składniki: jabłko 200.00g; ryż biały 70.00g; śmietana, 18% tłuszczu 60.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;</p>	<p>Barszcz czerwony szpital (9) Składniki: woda 346.21g; ziemniaki 100.00g; burak 80.00g; marchew 15.05g; pietruszka, korzeń 15.05g; seler korzeniowy 15.05g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 7.53g; por 1.11g Pierogi ruskie szpital (1, 3, 7) Składniki: ziemniaki 106.48g; mąka pszenna, typ 500 66.23g; ser twarogowy półtłusty 56.77g; jaja kurze całe 13.96g; cebula 9.46g Ryba po grecku szpital (4, 9) Składniki: marchew 70.00g; makrela, świeża 70.00g; pietruszka, korzeń 30.00g; seler korzeniowy 20.00g; por 10.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; babka biszkoptowa 80.00g; (1, 3) chleb pszenny 75.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;</p>
<p>Dekada 21-30.12.23 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)</p> <p>Razem E: 2074.7 kcal B 74.3 g T 55.6 g W 341.3 g SFA 20.7 g Cukry 84.8 g Sól 5.3 g Błonnik 44.3 g</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; (1) ser twarogowy półtłusty 60.00g; (7) rzodkiewka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Barszcz biały szpital (3, 7, 9) Składniki: woda 259.66g; jaja kurze całe 59.00g; Barszcz biały WINIARY 15.00g; marchew 14.80g; pietruszka, korzeń 14.20g; seler korzeniowy 12.40g; chrzan 10.00g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.00g; por 1.16g Ryż z jabłkami szpital (7) Składniki: jabłko 200.00g; ryż biały 70.00g; śmietana, 18% tłuszczu 60.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;</p>	<p>Barszcz czerwony szpital (9) Składniki: woda 346.21g; ziemniaki 100.00g; burak 80.00g; marchew 15.05g; pietruszka, korzeń 15.05g; seler korzeniowy 15.05g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 7.53g; por 1.11g Pierogi z kapustą i pieczarkami szpital (1, 3) Składniki: kapusta kiszona 150.00g; mąka pszenna, typ 500 70.00g; pieczarka biała 18.00g; jaja kurze całe 14.75g Ryba po grecku szpital (4, 9) Składniki: marchew 70.00g; makrela, świeża 70.00g; pietruszka, korzeń 30.00g; seler korzeniowy 20.00g; por 10.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;</p>

Poniedziałek 2023-12-25

	śniadanie	obiad	kolacja
<p>Dekada 21-30.12.23 Dieta podstawowa</p> <p>Razem E: 1957.0 kcal B 92.1 g T 49.3 g W 300.3 g SFA 16.1 g Cukry 64.8 g Sól 7.2 g Błonnik 29.2 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; chleb żytni razowy 75.00g; (1) ogórek kiszony 50.00g; szynka wieprzowa, gotowana 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 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; mięso z ud kurczaka, bez skóry 140.00g; makaron nitki (GLUTENEX) 25.00g; (1)</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; Danio 130.00g; chleb żytni razowy 75.00g; (1) szynka wieprzowa, gotowana 50.00g; papryka czerwona, słodka 50.00g; chleb pszenny 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g; herbatniki 10.00g; (1, 6, 7)</p>
<p>Dekada 21-30.12.23 Dieta lekkostrawna</p> <p>Razem E: 1880.6 kcal B 91.5 g T 48.1 g W 279.7 g SFA 15.9 g Cukry 62.1 g Sól 5.7 g Błonnik 18.8 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; chleb pszenny 75.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; szynka wieprzowa, gotowana 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 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; mięso z ud kurczaka, bez skóry 140.00g; makaron nitki (GLUTENEX) 30.00g; (1)</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; Danio 130.00g; chleb pszenny 75.00g; (1) szynka wieprzowa, gotowana 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g; herbatniki 10.00g; (1, 6, 7)</p>
<p>Dekada 21-30.12.23 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)</p> <p>Razem E: 1752.6 kcal B 81.7 g T 43.9 g W 273.6 g SFA 12.4 g Cukry 61.8 g Sól 7.3 g Błonnik 33.3 g</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; (1) ogórek kiszony 50.00g; szynka wieprzowa, gotowana 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 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; mięso z ud kurczaka, bez skóry 140.00g; makaron nitki (GLUTENEX) 25.00g; (1)</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; papryka czerwona, słodka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; herbatniki 10.00g; (1, 6, 7)</p>

Wtorek 2023-12-26

	śniadanie	obiad	kolacja
<p>Dekada 21-30.12.23 Dieta podstawowa</p> <p>Razem E: 1953.8 kcal B 85.0 g T 60.6 g W 283.0 g SFA 16.1 g Cukry 85.0 g Sól 7.8 g Błonnik 33.4 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 75.00g; (1) szynka z piersi kurczaka 50.00g; chleb pszenny 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;</p>	<p>Zupa pomidorowa z ryżem szpital (9) Składniki: woda 300.00g; pietruszka, korzeń 20.00g; seler korzeniowy 20.00g; marchew 20.00g; ryż biały 20.00g; koncentrat pomidorowy, 30% 13.00g; por 10.00g; włoszczyzna suszona (Kucharek) 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.00g Bitki ze schabu szpital Składniki: wieprzowina, schab surowy bez kości 90.00g; olej rzepakowy uniwersalny 10.00g; cebula 10.00g Surówka z ogórków szpital Składniki: ogórek kiszony 100.00g; marchew 20.00g; cebula 10.00g; olej rzepakowy uniwersalny 8.00g ziemniaki 300.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; jabłko 188.00g; chleb żytni razowy 75.00g; (1) kiełbasa krakowska, sucha 50.00g; (10) pomidory, czerwone 50.00g; chleb pszenny 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;</p>
<p>Dekada 21-30.12.23 Dieta lekkostrawna</p> <p>Razem E: 1783.2 kcal B 80.8 g T 48.3 g W 268.9 g SFA 16.5 g Cukry 88.5 g Sól 5.5 g Błonnik 26.1 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 pszenny 75.00g; (1) szynka z piersi kurczaka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;</p>	<p>Zupa pomidorowa z ryżem szpital (9) Składniki: woda 300.00g; pietruszka, korzeń 20.00g; seler korzeniowy 20.00g; marchew 20.00g; ryż biały 20.00g; koncentrat pomidorowy, 30% 13.00g; por 10.00g; włoszczyzna suszona (Kucharek) 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.00g Bitki ze schabu szpital Składniki: wieprzowina, schab surowy bez kości 90.00g; olej rzepakowy uniwersalny 10.00g; cebula 10.00g ziemniaki 300.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; marchew, gotowana, zasmażana 120.00g; (1, 7)</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; jabłko 188.00g; chleb pszenny 75.00g; (1) szynka z piersi kurczaka 50.00g; pomidory, czerwone 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>
<p>Dekada 21-30.12.23 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)</p> <p>Razem E: 1781.6 kcal B 74.0 g T 55.6 g W 264.1 g SFA 13.1 g Cukry 73.5 g Sól 7.8 g Błonnik 37.4 g</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; (1) szynka z piersi kurczaka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;</p>	<p>Zupa pomidorowa z ryżem szpital (9) Składniki: woda 300.00g; pietruszka, korzeń 20.00g; seler korzeniowy 20.00g; marchew 20.00g; ryż biały 20.00g; koncentrat pomidorowy, 30% 13.00g; por 10.00g; włoszczyzna suszona (Kucharek) 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.00g Bitki ze schabu szpital Składniki: wieprzowina, schab surowy bez kości 90.00g; olej rzepakowy uniwersalny 10.00g; cebula 10.00g Surówka z ogórków szpital Składniki: ogórek kiszony 100.00g; marchew 20.00g; cebula 10.00g; olej rzepakowy uniwersalny 8.00g ziemniaki 300.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; jabłko 188.00g; chleb żytni razowy 110.00g; (1) kiełbasa krakowska, sucha 50.00g; (10) pomidory, czerwone 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>

Środa 2023-12-27

	śniadanie	obiad	kolacja
<p>Dekada 21-30.12.23 Dieta podstawowa</p> <p>Razem E: 1951.0 kcal B 94.7 g T 58.9 g W 278.2 g SFA 19.2 g Cukry 61.8 g Sól 4.9 g Błonnik 39.9 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 żytni razowy 75.00g; (1) papryka czerwona, słodka 50.00g; chleb pszenny 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Kapuśniak z pomidorami szpital (9) Składniki: woda 300.00g; kapusta biała 100.00g; 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</p> <p>Kotlet mielony szpital (1, 3) Składniki: wieprzowina, łopatka 90.00g; jaja kurze całe 14.75g; cebula 10.00g; bułka tarta 10.00g</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;</p>	<p>pomarańcza 150.00g; ser twarogowy półtłusty 80.00g; (7) chleb żytni razowy 75.00g; (1) chleb pszenny 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 12.00g; (7) szczypiorek 3.00g;</p>
<p>Dekada 21-30.12.23 Dieta lekkostrawna</p> <p>Razem E: 1880.4 kcal B 93.3 g T 59.9 g W 253.0 g SFA 20.5 g Cukry 70.8 g Sól 4.2 g Błonnik 25.7 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 pszenny 75.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Zupa jarzynowa szpital (7, 9) Składniki: woda 332.50g; ziemniaki 96.07g; brokuły, różyczki, mrożone 64.03g; fasola szparagowa zielona, mrożona 38.42g; marchew 18.95g; pietruszka, korzeń 18.18g; seler korzeniowy 15.88g; śmietana, 18% tłuszczu 12.81g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 7.68g; por 1.49g</p> <p>Kotlet mielony szpital (1, 3) Składniki: wieprzowina, łopatka 90.00g; jaja kurze całe 14.75g; cebula 10.00g; bułka tarta 10.00g</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;</p>	<p>pomarańcza 150.00g; 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 21-30.12.23 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)</p> <p>Razem E: 1779.2 kcal B 84.3 g T 54.2 g W 258.8 g SFA 16.3 g Cukry 50.3 g Sól 4.8 g Błonnik 44.1 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>Kapuśniak z pomidorami szpital (9) Składniki: woda 300.00g; kapusta biała 100.00g; 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</p> <p>Kotlet mielony szpital (1, 3) Składniki: wieprzowina, łopatka 90.00g; jaja kurze całe 14.75g; cebula 10.00g; bułka tarta 10.00g</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;</p>	<p>pomarańcza 150.00g; chleb żytni razowy 110.00g; (1) ser twarogowy półtłusty 80.00g; (7) Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 12.00g; (7) szczypiorek 3.00g;</p>

Czwartek 2023-12-28

	śniadanie	obiad	kolacja
<p>Dekada 21-30.12.23 Dieta podstawowa</p> <p>Razem E: 1970.8 kcal B 83.0 g T 54.9 g W 302.9 g SFA 17.3 g Cukry 95.8 g Sól 5.6 g Błonnik 31.1 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 żytni razowy 75.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; Indyk w galarecie LUX 50.00g; chleb pszenny 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Zupa ryżowa szpital (9) Składniki: woda 300.00g; pietruszka, korzeń 20.00g; seler korzeniowy 20.00g; marchew 20.00g; ryż biały 20.00g; por 10.00g; włoszczyzna suszona (Kucharek) 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.00g 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 8.00g;</p>	<p>Pasta z kurczaka z kukurydzą szpital (7) Składniki: mięso z ud kurczaka, bez skóry 80.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 23.00g; kukurydza żółta, ziarna, w puszcze, po odsączeniu 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 75.00g; (1) papryka czerwona, słodka 50.00g; chleb pszenny 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;</p>
<p>Dekada 21-30.12.23 Dieta lekkostrawna</p> <p>Razem E: 1901.0 kcal B 76.3 g T 56.4 g W 283.9 g SFA 17.7 g Cukry 94.7 g Sól 5.1 g Błonnik 21.4 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) pomidory, czerwone 50.00g; Indyk w galarecie LUX 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Zupa ryżowa szpital (9) Składniki: woda 300.00g; pietruszka, korzeń 20.00g; seler korzeniowy 20.00g; marchew 20.00g; ryż biały 20.00g; por 10.00g; włoszczyzna suszona (Kucharek) 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.00g Makaron z twarogiem szpital (1, 7) Składniki: ser twarogowy półtłusty, bez laktozy 77.70g; makaron świderki (GLUTENEX) 68.00g; margaryna miękka, 80% tłuszczu 9.71g Marchew z jabłkiem szpital Składniki: marchew 120.00g; jabłko 20.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; olej rzepakowy uniwersalny 8.00g;</p>	<p>Pasta z kurczaka z kukurydzą szpital (7) Składniki: mięso z ud kurczaka, bez skóry 80.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 23.00g 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; sałata masłowa 12.00g;</p>
<p>Dekada 21-30.12.23 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)</p> <p>Razem E: 1799.2 kcal B 72.4 g T 49.7 g W 283.4 g SFA 14.3 g Cukry 84.2 g Sól 5.3 g Błonnik 33.7 g</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; Indyk w galarecie LUX 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Zupa ryżowa szpital (9) Składniki: woda 300.00g; pietruszka, korzeń 20.00g; seler korzeniowy 20.00g; marchew 20.00g; ryż biały 20.00g; por 10.00g; włoszczyzna suszona (Kucharek) 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.00g 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 8.00g;</p>	<p>Pasta z kurczaka z kukurydzą szpital (7) Składniki: mięso z ud kurczaka, bez skóry 80.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 23.00g; kukurydza żółta, ziarna, w puszcze, po odsączeniu 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) papryka czerwona, słodka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>

Piątek 2023-12-29

	śniadanie	obiad	kolacja
<p>Dekada 21-30.12.23 Dieta podstawowa</p> <p>Razem E: 2060.5 kcal B 79.1 g T 69.6 g W 296.5 g SFA 20.5 g Cukry 80.6 g Sól 6.2 g Błonnik 37.9 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; parówki z kurczaka 90.00g; chleb żytni razowy 75.00g; (1) chleb pszenny 25.00g; (1)Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;</p>	<p>Zupa koperkowa szpital (9) Składniki: woda 300.00g; ziemniaki 100.00g; seler korzeniowy 20.00g; marchew 20.00g; koper ogrodowy 20.00g; pietruszka, korzeń 20.00g; por 10.00g; włoszczyzna suszona (Kucharek) 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.00g 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 3.67g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 3.67g; szczypiorek 2.94g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; kiwi 162.00g; chleb żytni razowy 75.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; chleb pszenny 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;</p>
<p>Dekada 21-30.12.23 Dieta lekkostrawna</p> <p>Razem E: 2011.2 kcal B 84.4 g T 71.5 g W 269.1 g SFA 21.9 g Cukry 74.2 g Sól 6.0 g Błonnik 24.8 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; parówki z kurczaka 90.00g; chleb pszenny 75.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;</p>	<p>Zupa koperkowa szpital (9) Składniki: woda 300.00g; ziemniaki 100.00g; seler korzeniowy 20.00g; marchew 20.00g; koper ogrodowy 20.00g; pietruszka, korzeń 20.00g; por 10.00g; włoszczyzna suszona (Kucharek) 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.00g 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 3.67g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 3.67g; szczypiorek 2.94g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; (7) chleb pszenny 75.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; biszkopty 10.00g; (1, 3)</p>
<p>Dekada 21-30.12.23 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)</p> <p>Razem E: 2002.2 kcal B 73.7 g T 75.2 g W 276.0 g SFA 19.6 g Cukry 64.7 g Sól 6.5 g Błonnik 38.8 g</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; (1) parówki z kurczaka 90.00g; Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;</p>	<p>Zupa koperkowa szpital (9) Składniki: woda 300.00g; ziemniaki 100.00g; seler korzeniowy 20.00g; marchew 20.00g; koper ogrodowy 20.00g; pietruszka, korzeń 20.00g; por 10.00g; włoszczyzna suszona (Kucharek) 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.00g Kotlet rybny szpital (1, 3, 4) Składniki: morszczuk, świeży 84.18g; jaja kurze całe 13.80g; bułka tarta 10.29g; olej rzepakowy uniwersalny 7.48g 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 3.67g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 3.67g; szczypiorek 2.94g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; (7) chleb żytni razowy 110.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; biszkopty 10.00g; (1, 3)</p>

Sobota 2023-12-30

	śniadanie	obiad	kolacja
<p>Dekada 21-30.12.23 Dieta podstawowa</p> <p>Razem E: 1947.4 kcal B 73.7 g T 55.7 g W 306.5 g SFA 16.5 g Cukry 100.1 g Sól 4.8 g Błonnik 36.0 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) ser twarogowy półtłusty 60.00g; (7) rzodkiewka 50.00g; chleb pszenny 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 12.00g; (7)</p>	<p>Zupa porowa szpital (7, 9) Składniki: woda 300.00g; ziemniaki 100.00g; por 55.00g; pietruszką, korzeń 20.00g; marchew 20.00g; seler korzeniowy 20.00g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g; włoszczyzna suszona (Kucharek) 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.00g Risotto w sosie pomidorowym szpital (9) Składniki: ryż biały 70.00g; wieprzowina, topatka 60.00g; marchew 20.00g; pietruszka, korzeń 20.00g; seler korzeniowy 20.00g; olej rzepakowy uniwersalny 15.00g; przecier pomidorowy (sos) z częstkami pomidorów, w puszcze 15.00g; cebula 10.00g Marchew z jabłkiem szpital Składniki: marchew 120.00g; jabłko 20.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; banan 115.00g; chleb żytni razowy 75.00g; (1) szynka wieprzowa, gotowana 50.00g; chleb pszenny 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g; herbatniki 10.00g; (1, 6, 7)</p>
<p>Dekada 21-30.12.23 Dieta lekkostrawna</p> <p>Razem E: 1980.5 kcal B 73.6 g T 54.7 g W 312.3 g SFA 16.4 g Cukry 134.4 g Sól 4.2 g Błonnik 26.2 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) ser twarogowy półtłusty 60.00g; (7) dżem truskawkowy, niskosłodzony 45.00g; Margaryna smakowita 20.00g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 12.00g; (7)</p>	<p>Zupa porowa szpital (7, 9) Składniki: woda 300.00g; ziemniaki 100.00g; por 55.00g; pietruszką, korzeń 20.00g; marchew 20.00g; seler korzeniowy 20.00g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g; włoszczyzna suszona (Kucharek) 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.00g Risotto w sosie pomidorowym szpital (9) Składniki: ryż biały 70.00g; wieprzowina, topatka 60.00g; marchew 20.00g; pietruszka, korzeń 20.00g; seler korzeniowy 20.00g; olej rzepakowy uniwersalny 15.00g; przecier pomidorowy (sos) z częstkami pomidorów, w puszcze 15.00g; cebula 10.00g Marchew z jabłkiem szpital Składniki: marchew 120.00g; jabłko 20.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; banan 172.50g; chleb pszenny 75.00g; (1) szynka wieprzowa, gotowana 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g; herbatniki 10.00g; (1, 6, 7)</p>
<p>Dekada 21-30.12.23 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)</p> <p>Razem E: 1787.9 kcal B 64.3 g T 50.7 g W 289.8 g SFA 13.4 g Cukry 79.6 g Sól 4.8 g Błonnik 41.4 g</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; (1) ser twarogowy półtłusty 60.00g; (7) rzodkiewka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 12.00g; (7) herbatniki 10.00g; (1, 6, 7)</p>	<p>Zupa porowa szpital (7, 9) Składniki: woda 300.00g; ziemniaki 100.00g; por 55.00g; pietruszką, korzeń 20.00g; marchew 20.00g; seler korzeniowy 20.00g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g; włoszczyzna suszona (Kucharek) 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.00g Risotto w sosie pomidorowym szpital (9) Składniki: ryż biały 70.00g; wieprzowina, topatka 60.00g; marchew 20.00g; pietruszka, korzeń 20.00g; seler korzeniowy 20.00g; olej rzepakowy uniwersalny 15.00g; przecier pomidorowy (sos) z częstkami pomidorów, w puszcze 15.00g; cebula 10.00g Marchew z jabłkiem szpital Składniki: marchew 120.00g; jabłko 20.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; pomarańcza 150.00g; chleb żytni razowy 110.00g; (1) szynka wieprzowa, gotowana 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;</p>