

Niedziela 2023-12-31

	śniadanie	obiad	kolacja
<p>Dekada 31.12-9.01.24 Dieta podstawowa</p> <p>Razem E: 1977.4 kcal   B 93.0 g   T 62.3 g   W 276.5 g   SFA 24.3 g   Cukry 71.1 g   Sól 7.6 g   Błonnik 32.1 g</p>	<p>Kasza jęczmienna na mleku szpital <b>(1, 7)</b> Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; kasza jęczmienna, perłowa 20.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; jaja kurze całe 118.00g; <b>(3)</b> chleb żytni razowy 75.00g; <b>(1)</b> papryka czerwona, słodka 50.00g; chleb pszenny 25.00g; <b>(1)</b> Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Zupa z kaszy manny szpital <b>(1, 9)</b> 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 <b>(1, 7)</b> 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; Serek Hochland 90.00g; chleb żytni razowy 75.00g; <b>(1)</b> szynka delikatesowa z kurczaka 50.00g; chleb pszenny 25.00g; <b>(1)</b> Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;</p>
<p>Dekada 31.12-9.01.24 Dieta lekkostrawna</p> <p>Razem E: 1802.3 kcal   B 89.0 g   T 49.7 g   W 260.0 g   SFA 16.9 g   Cukry 79.4 g   Sól 4.9 g   Błonnik 22.3 g</p>	<p>Kasza jęczmienna na mleku szpital <b>(1, 7)</b> Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; kasza jęczmienna, perłowa 20.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; jaja kurze całe 118.00g; <b>(3)</b> chleb pszenny 75.00g; <b>(1)</b> pomidory, czerwone 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Zupa z kaszy manny szpital <b>(1, 9)</b> 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 <b>(1, 7)</b> 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; jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu 150.00g; <b>(7)</b> chleb pszenny 75.00g; <b>(1)</b> szynka delikatesowa z kurczaka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;</p>
<p>Dekada 31.12-9.01.24 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)</p> <p>Razem E: 1678.7 kcal   B 80.2 g   T 46.8 g   W 250.7 g   SFA 14.5 g   Cukry 55.5 g   Sól 5.5 g   Błonnik 35.4 g</p>	<p>herbata czarna, parzona, bezkofeinowa, napar bez cukru 250.00g; jaja kurze całe 118.00g; <b>(3)</b> chleb żytni razowy 110.00g; <b>(1)</b> papryka czerwona, słodka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Zupa z kaszy manny szpital <b>(1, 9)</b> 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 <b>(1, 7)</b> 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; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; <b>(7)</b> chleb żytni razowy 110.00g; <b>(1)</b> szynka delikatesowa z kurczaka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;</p>

Poniedziałek 2024-01-01

	śniadanie	obiad	kolacja
<p>Dekada 31.12-9.01.24 Dieta podstawowa</p> <p>Razem E: 1908.3 kcal   B 82.7 g   T 57.5 g   W 282.6 g   SFA 19.0 g   Cukry 80.6 g   Sól 6.7 g   Błonnik 37.3 g</p>	<p>Płatki owsiane na mleku szpital <b>(1, 7)</b> Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; płatki owsiane 20.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; paprykarz "szczeciński" 90.00g; <b>(4)</b> chleb żytni razowy 75.00g; <b>(1)</b> ogórek kiszony 50.00g; chleb pszenny 25.00g; <b>(1)</b> Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Zupa kalafiorowa szpital <b>(7, 9)</b> Składniki: woda 300.00g; kalafior, mrożony 80.00g; seler korzeniowy 20.00g; marchew 20.00g; pietruszka, korzeń 20.00g; por 10.00g; włoszczyzna suszona (Kucharek) 10.00g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.00g Karkówka z kapustą kiszona i papryką szpital <b>(1)</b> Składniki: kapusta kiszona 120.00g; wieprzowina, karkówka 90.00g; papryka czerwona, słodka 20.00g; mąka pszenna, typ 550 10.00g ziemniaki 300.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; pomarańcza 150.00g; ser twarogowy półtłusty 80.00g; <b>(7)</b> chleb żytni razowy 75.00g; <b>(1)</b> rzodkiewka 50.00g; chleb pszenny 25.00g; <b>(1)</b> Margaryna smakowita 20.00g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 12.00g; <b>(7)</b> czosnek 3.00g;</p>
<p>Dekada 31.12-9.01.24 Dieta lekkostrawna</p> <p>Razem E: 1767.4 kcal   B 84.0 g   T 51.1 g   W 256.0 g   SFA 18.6 g   Cukry 96.4 g   Sól 5.0 g   Błonnik 26.5 g</p>	<p>Płatki owsiane na mleku szpital <b>(1, 7)</b> Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; płatki owsiane 20.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb pszenny 75.00g; <b>(1)</b> pomidory, czerwone 50.00g; szynka z piersi kurczaka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Zupa kalafiorowa szpital <b>(7, 9)</b> Składniki: woda 300.00g; kalafior, mrożony 80.00g; seler korzeniowy 20.00g; marchew 20.00g; pietruszka, korzeń 20.00g; por 10.00g; włoszczyzna suszona (Kucharek) 10.00g; śmietana, 18% tłuszczu 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; wieprzowina, karkówka 90.00g;</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; pomarańcza 150.00g; ser twarogowy półtłusty 80.00g; <b>(7)</b> chleb pszenny 75.00g; <b>(1)</b> dżem truskawkowy, niskostodzony 30.00g; Margaryna smakowita 20.00g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 12.00g; <b>(7)</b></p>
<p>Dekada 31.12-9.01.24 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)</p> <p>Razem E: 1735.5 kcal   B 71.7 g   T 51.6 g   W 265.1 g   SFA 15.8 g   Cukry 69.0 g   Sól 6.7 g   Błonnik 40.5 g</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; <b>(1)</b> paprykarz "szczeciński" 90.00g; <b>(4)</b> ogórek kiszony 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Zupa kalafiorowa szpital <b>(7, 9)</b> Składniki: woda 300.00g; kalafior, mrożony 80.00g; seler korzeniowy 20.00g; marchew 20.00g; pietruszka, korzeń 20.00g; por 10.00g; włoszczyzna suszona (Kucharek) 10.00g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.00g Karkówka z kapustą kiszona i papryką szpital <b>(1)</b> Składniki: kapusta kiszona 120.00g; wieprzowina, karkówka 90.00g; papryka czerwona, słodka 20.00g; mąka pszenna, typ 550 10.00g 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 110.00g; <b>(1)</b> ser twarogowy półtłusty 80.00g; <b>(7)</b> rzodkiewka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 12.00g; <b>(7)</b> czosnek 3.00g;</p>

Wtorek 2024-01-02

	śniadanie	obiad	kolacja
<p>Dekada 31.12-9.01.24 Dieta podstawowa</p> <p>Razem E: 1923.1 kcal   B 74.9 g   T 60.4 g   W 284.8 g   SFA 18.9 g   Cukry 72.0 g   Sól 5.7 g   Błonnik 31.0 g</p>	<p>Makaron na mleku szpital <b>(1, 3, 7)</b> Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; makaron dwujajeczny 20.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; jaja kurze całe 118.00g; <b>(3)</b> chleb żytni razowy 75.00g; <b>(1)</b> szpinak, mrożony 50.00g; chleb pszenny 25.00g; <b>(1)</b> Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Krupnik szpital <b>(1, 7, 9)</b> Składniki: woda 300.00g; pietruszka, korzeń 20.00g; seler korzeniowy 20.00g; marchew 20.00g; kasza jęczmienna, perłowa 20.00g; por 10.00g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.00g Kotlet z jajek szpital <b>(1, 3)</b> Składniki: jaja kurze całe 44.25g; bułka tarta 16.50g 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; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; <b>(7)</b> chleb żytni razowy 75.00g; <b>(1)</b> Indyk w galarecie LUX 50.00g; chleb pszenny 25.00g; <b>(1)</b> Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g; biszkopty bez dodatku cukru 10.00g; <b>(1, 3)</b></p>
<p>Dekada 31.12-9.01.24 Dieta lekkostrawna</p> <p>Razem E: 1923.5 kcal   B 88.9 g   T 64.0 g   W 257.8 g   SFA 20.9 g   Cukry 70.6 g   Sól 5.0 g   Błonnik 20.9 g</p>	<p>Makaron na mleku szpital <b>(1, 3, 7)</b> Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; makaron dwujajeczny 20.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; jaja kurze całe 118.00g; <b>(3)</b> chleb pszenny 75.00g; <b>(1)</b> szpinak, mrożony 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Krupnik szpital <b>(1, 7, 9)</b> Składniki: woda 300.00g; pietruszka, korzeń 20.00g; seler korzeniowy 20.00g; marchew 20.00g; kasza jęczmienna, perłowa 20.00g; por 10.00g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.00g 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 Kotlet mielony szpital <b>(1, 3)</b> Składniki: wieprzowina, łopatka 90.00g; jaja kurze całe 14.75g; cebula 10.00g; 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; <b>(7)</b> chleb pszenny 75.00g; <b>(1)</b> Indyk w galarecie LUX 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g; biszkopty bez dodatku cukru 10.00g; <b>(1, 3)</b></p>
<p>Dekada 31.12-9.01.24 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)</p> <p>Razem E: 1750.9 kcal   B 63.9 g   T 55.3 g   W 265.9 g   SFA 15.9 g   Cukry 60.5 g   Sól 5.6 g   Błonnik 35.0 g</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; jaja kurze całe 118.00g; <b>(3)</b> chleb żytni razowy 110.00g; <b>(1)</b> szpinak, mrożony 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Krupnik szpital <b>(1, 7, 9)</b> Składniki: woda 300.00g; pietruszka, korzeń 20.00g; seler korzeniowy 20.00g; marchew 20.00g; kasza jęczmienna, perłowa 20.00g; por 10.00g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.00g Kotlet z jajek szpital <b>(1, 3)</b> Składniki: jaja kurze całe 44.25g; bułka tarta 16.50g 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; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; <b>(7)</b> chleb żytni razowy 110.00g; <b>(1)</b> Indyk w galarecie LUX 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g; biszkopty bez dodatku cukru 10.00g; <b>(1, 3)</b></p>

Środa 2024-01-03

	śniadanie	obiad	kolacja
<p>Dekada 31.12-9.01.24 Dieta podstawowa</p> <p>Razem E: 2079.8 kcal   B 89.0 g   T 53.1 g   W 329.4 g   SFA 17.3 g   Cukry 98.0 g   Sól 5.1 g   Błonnik 39.5 g</p>	<p>Ryż na mleku szpital <b>(7)</b> Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; ryż biały 20.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 75.00g; <b>(1)</b> pomidory, czerwone 50.00g; szynka z piersi kurczaka 50.00g; chleb pszenny 25.00g; <b>(1)</b> Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Zupa ziemniaczana szpital <b>(7, 9)</b> 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 6.00g Kotlet mielony szpital <b>(1, 3)</b> Składniki: wieprzowina, łopatka 90.00g; jaja kurze całe 14.75g; cebula 10.00g; bułka tarta 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; kisiel w proszku 30.00g;</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; kiwi 162.00g; ser twarogowy półtłusty 80.00g; <b>(7)</b> chleb żytni razowy 75.00g; <b>(1)</b> papryka czerwona, słodka 50.00g; chleb pszenny 25.00g; <b>(1)</b> Margaryna smakowita 20.00g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 12.00g; <b>(7)</b></p>
<p>Dekada 31.12-9.01.24 Dieta lekkostrawna</p> <p>Razem E: 2024.0 kcal   B 87.3 g   T 51.7 g   W 315.1 g   SFA 17.0 g   Cukry 116.2 g   Sól 4.5 g   Błonnik 29.2 g</p>	<p>Ryż na mleku szpital <b>(7)</b> Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; ryż biały 20.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb pszenny 75.00g; <b>(1)</b> pomidory, czerwone 50.00g; szynka z piersi kurczaka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Zupa ziemniaczana szpital <b>(7, 9)</b> 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 6.00g Kotlet mielony szpital <b>(1, 3)</b> Składniki: wieprzowina, łopatka 90.00g; jaja kurze całe 14.75g; cebula 10.00g; bułka tarta 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; kisiel w proszku 30.00g;</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; jabłko 188.00g; ser twarogowy półtłusty 80.00g; <b>(7)</b> chleb pszenny 75.00g; <b>(1)</b> dżem truskawkowy, niskostodzony 30.00g; Margaryna smakowita 20.00g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 12.00g; <b>(7)</b></p>
<p>Dekada 31.12-9.01.24 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)</p> <p>Razem E: 1943.2 kcal   B 79.3 g   T 49.4 g   W 314.3 g   SFA 14.3 g   Cukry 94.8 g   Sól 5.0 g   Błonnik 41.8 g</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; <b>(1)</b> pomidory, czerwone 50.00g; szynka z piersi kurczaka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Zupa ziemniaczana szpital <b>(7, 9)</b> 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 6.00g Kotlet mielony szpital <b>(1, 3)</b> Składniki: wieprzowina, łopatka 90.00g; jaja kurze całe 14.75g; cebula 10.00g; bułka tarta 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; kisiel w proszku 30.00g;</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; jabłko 188.00g; ser twarogowy półtłusty 80.00g; <b>(7)</b> chleb żytni razowy 75.00g; <b>(1)</b> papryka czerwona, słodka 50.00g; chleb pszenny 25.00g; <b>(1)</b> Margaryna smakowita 20.00g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 12.00g; <b>(7)</b> herbatniki 11.00g; <b>(1, 6, 7)</b></p>

Czwartek 2024-01-04

	śniadanie	obiad	kolacja
<p>Dekada 31.12-9.01.24 Dieta podstawowa</p> <p>Razem E: 1921.1 kcal   B 83.6 g   T 53.7 g   W 289.4 g   SFA 23.9 g   Cukry 79.9 g   Sól 5.7 g   Błonnik 29.0 g</p>	<p>Kasza kukurydziana na mleku szpital <b>(7)</b> Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; kasza kukurydziana 20.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 75.00g; <b>(1)</b> szynka wieprzowa, gotowana 50.00g; chleb pszenny 25.00g; <b>(1)</b> Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;</p>	<p>Zupa pieczarkowa szpital <b>(7, 9)</b> Składniki: woda 259.66g; ziemniaki 100.00g; seler korzeniowy 11.29g; marchew 11.29g; pietruszka, korzeń 11.29g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g; pieczarka biała 9.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 5.64g; por 0.83g Gołąbki szpital Składniki: kapusta biała 200.00g; wieprzowina, łopatka 70.00g; ryż biały 50.00g Sos pomidorowy szpital <b>(7)</b> Składniki: woda 130.00g; śmietana, 18% tłuszczu 20.00g; koncentrat pomidorowy, 30% 13.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; ziemniaki 150.00g;</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; jogurt truskawkowy, 1.5% tłuszczu 150.00g; <b>(7)</b> chleb żytni razowy 75.00g; <b>(1)</b> ser, gouda tłusty 50.00g; <b>(7)</b> pomidory, czerwone 50.00g; chleb pszenny 25.00g; <b>(1)</b> Margaryna smakowita 20.00g;</p>
<p>Dekada 31.12-9.01.24 Dieta lekkostrawna</p> <p>Razem E: 1719.8 kcal   B 73.6 g   T 50.7 g   W 252.5 g   SFA 15.3 g   Cukry 78.6 g   Sól 5.3 g   Błonnik 19.5 g</p>	<p>Kasza kukurydziana na mleku szpital <b>(7)</b> Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; kasza kukurydziana 20.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb pszenny 75.00g; <b>(1)</b> szynka wieprzowa, gotowana 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;</p>	<p>Zupa jarzynowa szpital <b>(7, 9)</b> Składniki: woda 229.90g; ziemniaki 66.40g; brokuły, różyczki, mrożone 44.30g; fasola szparagowa zielona, mrożona 26.60g; marchew 13.10g; pietruszka, korzeń 12.60g; seler korzeniowy 11.00g; śmietana, 18% tłuszczu 8.85g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 5.31g; por 1.03g Risotto w sosie pomidorowym szpital <b>(9)</b> Składniki: ryż biały 64.90g; wieprzowina, łopatka 55.70g; marchew 18.60g; pietruszka, korzeń 18.60g; seler korzeniowy 18.60g; olej rzepakowy uniwersalny 13.90g; przecier pomidorowy (sos) z cząstkami pomidorów, w puszcze 13.90g; cebula 9.28g 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; jogurt truskawkowy, 1.5% tłuszczu 150.00g; <b>(7)</b> chleb pszenny 75.00g; <b>(1)</b> szynka z piersi kurczaka 50.00g; pomidory, czerwone 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>
<p>Dekada 31.12-9.01.24 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)</p> <p>Razem E: 1749.3 kcal   B 73.3 g   T 48.9 g   W 269.9 g   SFA 20.9 g   Cukry 68.4 g   Sól 5.6 g   Błonnik 33.2 g</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; <b>(1)</b> szynka wieprzowa, gotowana 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;</p>	<p>Zupa pieczarkowa szpital <b>(7, 9)</b> Składniki: woda 259.66g; ziemniaki 100.00g; seler korzeniowy 11.29g; marchew 11.29g; pietruszka, korzeń 11.29g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g; pieczarka biała 9.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 5.64g; por 0.83g Gołąbki szpital Składniki: kapusta biała 200.00g; wieprzowina, łopatka 70.00g; ryż biały 50.00g Sos pomidorowy szpital <b>(7)</b> Składniki: woda 130.00g; śmietana, 18% tłuszczu 20.00g; koncentrat pomidorowy, 30% 13.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; ziemniaki 150.00g;</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; jogurt truskawkowy, 1.5% tłuszczu 150.00g; <b>(7)</b> chleb żytni razowy 110.00g; <b>(1)</b> ser, gouda tłusty 50.00g; <b>(7)</b> pomidory, czerwone 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>

Piątek 2024-01-05

	śniadanie	obiad	kolacja
<p>Dekada 31.12-9.01.24 Dieta podstawowa</p> <p>Razem E: 2223.1 kcal   B 79.9 g   T 79.4 g   W 315.5 g   SFA 21.2 g   Cukry 84.9 g   Sól 6.6 g   Błonnik 39.0 g</p>	<p>Płatki jęczmienne na mleku szpital <b>(1, 7)</b> Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; płatki jęczmienne 20.00g parówki z kurczaka 90.00g; chleb żytni razowy 75.00g; <b>(1)</b> ogórek 50.00g; chleb pszenny 25.00g; <b>(1)</b> Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Kotlet rybny szpital <b>(1, 3, 4)</b> Składniki: morszczuk, świeży 90.00g; jaja kurze całe 14.75g; bułka tarta 11.00g; olej rzepakowy uniwersalny 8.00g Zupa pomidorowa z ryżem szpital <b>(9)</b> 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 Surówka z kapusty kiszzonej szpital Składniki: kapusta kiszona 120.00g; jabłko 20.00g; marchew 20.00g; olej rzepakowy uniwersalny 10.00g ziemniaki 300.00g; kisiel w proszku 30.00g;</p>	<p>Pasta z jajek z groszkiem i szczypiorem szpital <b>(3, 7)</b> 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; chleb żytni razowy 75.00g; <b>(1)</b> papryka czerwona, słodka 50.00g; chleb pszenny 25.00g; <b>(1)</b> Margaryna smakowita 20.00g; biszkopty 10.00g; <b>(1, 3)</b></p>
<p>Dekada 31.12-9.01.24 Dieta lekkostrawna</p> <p>Razem E: 1993.6 kcal   B 74.4 g   T 65.0 g   W 291.5 g   SFA 19.5 g   Cukry 84.3 g   Sól 5.3 g   Błonnik 28.7 g</p>	<p>Płatki jęczmienne na mleku szpital <b>(1, 7)</b> Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; płatki jęczmienne 20.00g parówki z kurczaka 90.00g; chleb pszenny 75.00g; <b>(1)</b> Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;</p>	<p>Kotlet rybny szpital <b>(1, 3, 4)</b> Składniki: morszczuk, świeży 90.00g; jaja kurze całe 14.75g; bułka tarta 11.00g; olej rzepakowy uniwersalny 8.00g Zupa pomidorowa z ryżem szpital <b>(9)</b> 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 ziemniaki 300.00g; marchew 120.00g; kisiel w proszku 30.00g;</p>	<p>Pasta z jajek szpital <b>(3, 7)</b> Składniki: jaja kurze całe 55.90g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 21.80g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; jabłko 188.00g; chleb pszenny 75.00g; <b>(1)</b> pomidory, czerwone 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; biszkopty 10.00g; <b>(1, 3)</b></p>
<p>Dekada 31.12-9.01.24 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)</p> <p>Razem E: 2054.0 kcal   B 69.3 g   T 74.2 g   W 296.8 g   SFA 18.1 g   Cukry 73.3 g   Sól 6.2 g   Błonnik 41.6 g</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; <b>(1)</b> parówki z kurczaka 90.00g; ogórek 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Kotlet rybny szpital <b>(1, 3, 4)</b> Składniki: morszczuk, świeży 90.00g; jaja kurze całe 14.75g; bułka tarta 11.00g; olej rzepakowy uniwersalny 8.00g Zupa pomidorowa z ryżem szpital <b>(9)</b> 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 Surówka z kapusty kiszzonej szpital Składniki: kapusta kiszona 120.00g; jabłko 20.00g; marchew 20.00g; olej rzepakowy uniwersalny 10.00g ziemniaki 300.00g; kisiel w proszku 30.00g;</p>	<p>Pasta z jajek z groszkiem i szczypiorem szpital <b>(3, 7)</b> 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; chleb żytni razowy 110.00g; <b>(1)</b> papryka czerwona, słodka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; biszkopty 10.00g; <b>(1, 3)</b></p>



Sobota 2024-01-06

	śniadanie	obiad	kolacja
<p>Dekada 31.12-9.01.24 Dieta podstawowa</p> <p>Razem E: 1888.8 kcal   B 84.4 g   T 49.3 g   W 291.6 g   SFA 20.1 g   Cukry 83.8 g   Sól 6.5 g   Błonnik 33.1 g</p>	<p>Kasza manna na mleku szpital <b>(1, 7)</b> Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; kasza manna 15.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 75.00g; <b>(1)</b> ser twarogowy półtłusty 60.00g; <b>(7)</b> rzodkiewka 50.00g; chleb pszenny 25.00g; <b>(1)</b> Margaryna smakowita 20.00g; czosnek 3.00g;</p>	<p>Zupa z zielonego groszku szpital <b>(7, 9)</b> 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 Parówka w sosie szpital <b>(1, 7, 10)</b> Składniki: kiełbasa zwyczajna 90.00g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g; mąka pszenna typ 550, z witaminami 5.00g 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; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; <b>(7)</b> chleb żytni razowy 75.00g; <b>(1)</b> szynka wiejska 50.00g; pomidory, czerwone 50.00g; chleb pszenny 25.00g; <b>(1)</b> Margaryna smakowita 20.00g; herbatniki 10.00g; <b>(1, 6, 7)</b></p>
<p>Dekada 31.12-9.01.24 Dieta lekkostrawna</p> <p>Razem E: 1838.6 kcal   B 83.4 g   T 48.1 g   W 277.2 g   SFA 19.9 g   Cukry 98.3 g   Sól 5.9 g   Błonnik 22.0 g</p>	<p>Kasza manna na mleku szpital <b>(1, 7)</b> Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; kasza manna 15.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb pszenny 75.00g; <b>(1)</b> ser twarogowy półtłusty 60.00g; <b>(7)</b> dżem truskawkowy, niskosłodzony 30.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Zupa z zielonego groszku szpital <b>(7, 9)</b> 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 Parówka w sosie szpital <b>(1, 7, 10)</b> Składniki: kiełbasa zwyczajna 90.00g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g; mąka pszenna typ 550, z witaminami 5.00g 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; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; <b>(7)</b> chleb pszenny 75.00g; <b>(1)</b> szynka wiejska 50.00g; pomidory, czerwone 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; herbatniki 10.00g; <b>(1, 6, 7)</b></p>
<p>Dekada 31.12-9.01.24 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)</p> <p>Razem E: 1739.0 kcal   B 74.5 g   T 44.6 g   W 276.5 g   SFA 17.2 g   Cukry 72.4 g   Sól 6.5 g   Błonnik 37.2 g</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; <b>(1)</b> ser twarogowy półtłusty 60.00g; <b>(7)</b> rzodkiewka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; czosnek 3.00g;</p>	<p>Zupa z zielonego groszku szpital <b>(7, 9)</b> 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 Parówka w sosie szpital <b>(1, 7, 10)</b> Składniki: kiełbasa zwyczajna 90.00g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g; mąka pszenna typ 550, z witaminami 5.00g 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; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; <b>(7)</b> chleb żytni razowy 110.00g; <b>(1)</b> szynka wiejska 50.00g; pomidory, czerwone 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; herbatniki 10.00g; <b>(1, 6, 7)</b></p>

Niedziela 2024-01-07

	śniadanie	obiad	kolacja
<p>Dekada 31.12-9.01.24 Dieta podstawowa</p> <p>Razem E: 1934.6 kcal   B 88.7 g   T 55.0 g   W 289.2 g   SFA 16.2 g   Cukry 82.6 g   Sól 6.0 g   Błonnik 36.4 g</p>	<p>Lane kluski na mleku szpital <b>(1, 3, 7)</b> Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; kluski lane 20.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; jaja kurze całe 118.00g; <b>(3)</b> chleb żytni razowy 75.00g; <b>(1)</b> papryka czerwona, słodka 50.00g; chleb pszenny 25.00g; <b>(1)</b> Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Zupa ryżowa szpital <b>(9)</b> Składniki: woda 300.00g; pietruszka, korzeń 20.00g; seler korzeniowy 20.00g; marchew 20.00g; ryż biały 20.00g; por 10.00g; włośzczyzna suszona (Kucharek) 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.00g Potrawka z kurczaka z brokułem szpital <b>(1, 7)</b> 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>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; pomarańcza 150.00g; chleb żytni razowy 75.00g; <b>(1)</b> szynka delikatesowa z kurczaka 50.00g; pomidory, czerwone 50.00g; chleb pszenny 25.00g; <b>(1)</b> Margaryna smakowita 20.00g; biszkopty 10.00g; <b>(1, 3)</b></p>
<p>Dekada 31.12-9.01.24 Dieta lekkostrawna</p> <p>Razem E: 1838.0 kcal   B 87.9 g   T 53.7 g   W 263.7 g   SFA 16.0 g   Cukry 78.5 g   Sól 5.4 g   Błonnik 25.7 g</p>	<p>Lane kluski na mleku szpital <b>(1, 3, 7)</b> Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; kluski lane 20.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; jaja kurze całe 118.00g; <b>(3)</b> chleb pszenny 75.00g; <b>(1)</b> Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;</p>	<p>Zupa ryżowa szpital <b>(9)</b> Składniki: woda 300.00g; pietruszka, korzeń 20.00g; seler korzeniowy 20.00g; marchew 20.00g; ryż biały 20.00g; por 10.00g; włośzczyzna suszona (Kucharek) 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.00g Potrawka z kurczaka z brokułem szpital <b>(1, 7)</b> 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>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; pomarańcza 150.00g; chleb pszenny 75.00g; <b>(1)</b> szynka delikatesowa z kurczaka 50.00g; pomidory, czerwone 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; biszkopty 10.00g; <b>(1, 3)</b></p>
<p>Dekada 31.12-9.01.24 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)</p> <p>Razem E: 1816.2 kcal   B 79.1 g   T 50.0 g   W 282.5 g   SFA 13.2 g   Cukry 71.2 g   Sól 5.9 g   Błonnik 40.9 g</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; jaja kurze całe 118.00g; <b>(3)</b> chleb żytni razowy 110.00g; <b>(1)</b> papryka czerwona, słodka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Zupa ryżowa szpital <b>(9)</b> Składniki: woda 300.00g; pietruszka, korzeń 20.00g; seler korzeniowy 20.00g; marchew 20.00g; ryż biały 20.00g; por 10.00g; włośzczyzna suszona (Kucharek) 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.00g Potrawka z kurczaka z brokułem szpital <b>(1, 7)</b> 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>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; pomarańcza 150.00g; chleb żytni razowy 110.00g; <b>(1)</b> szynka delikatesowa z kurczaka 50.00g; pomidory, czerwone 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; biszkopty 10.00g; <b>(1, 3)</b></p>



Poniedziałek 2024-01-08

	śniadanie	obiad	kolacja
<p>Dekada 31.12-9.01.24 Dieta podstawowa</p> <p>Razem E: 2074.6 kcal   B 98.4 g   T 67.5 g   W 283.0 g   SFA 21.7 g   Cukry 84.4 g   Sól 7.4 g   Błonnik 33.1 g</p>	<p>Kasza jęczmienna na mleku szpital <b>(1, 7)</b> Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; kasza jęczmienna, perłowa 20.00g</p> <p>Pasta z ryby wędzonej z jajkiem szpital <b>(3, 4)</b> 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; <b>(1)</b> ogórek kiszony 50.00g; chleb pszenny 25.00g; <b>(1)</b> Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Zupa brokułowa szpital <b>(7, 9)</b> Składniki: woda 259.66g; ziemniaki 100.00g; brokuły 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</p> <p>Bitki ze schabu szpital Składniki: wieprzowina, schab surowy bez kości 90.00g; olej rzepakowy uniwersalny 10.00g; cebula 10.00g</p> <p>Surówka z czarnej rzodkwi <b>(1, 7)</b> Składniki: rzodkiew japońska (daikon), surowa 120.00g; jabłko 20.00g; marchew z groszkiem, gotowana 20.00g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g</p> <p>ziemniaki 300.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; kiwi 162.00g; ser twarogowy półtłusty 80.00g; <b>(7)</b> chleb żytni razowy 75.00g; <b>(1)</b> pomidory, czerwone 50.00g; chleb pszenny 25.00g; <b>(1)</b> Margaryna smakowita 20.00g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 12.00g; <b>(7)</b></p>
<p>Dekada 31.12-9.01.24 Dieta lekkostrawna</p> <p>Razem E: 1782.1 kcal   B 83.1 g   T 46.0 g   W 270.1 g   SFA 15.0 g   Cukry 103.3 g   Sól 4.3 g   Błonnik 24.4 g</p>	<p>Kasza jęczmienna na mleku szpital <b>(1, 7)</b> Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; kasza jęczmienna, perłowa 20.00g</p> <p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb pszenny 75.00g; <b>(1)</b> szynka z piersi kurczaka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;</p>	<p>Zupa brokułowa szpital <b>(7, 9)</b> Składniki: woda 259.66g; ziemniaki 100.00g; brokuły 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</p> <p>Bitki ze schabu szpital Składniki: wieprzowina, schab surowy bez kości 90.00g; olej rzepakowy uniwersalny 10.00g; cebula 10.00g</p> <p>ziemniaki 300.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; marchew 120.00g;</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; jabłko 188.00g; ser twarogowy półtłusty 80.00g; <b>(7)</b> chleb pszenny 75.00g; <b>(1)</b> dżem truskawkowy, niskostodzony 30.00g; Margaryna smakowita 20.00g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 12.00g; <b>(7)</b></p>
<p>Dekada 31.12-9.01.24 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)</p> <p>Razem E: 1906.8 kcal   B 87.7 g   T 62.5 g   W 264.7 g   SFA 18.6 g   Cukry 77.9 g   Sól 7.3 g   Błonnik 36.8 g</p>	<p>Pasta z ryby wędzonej z jajkiem szpital <b>(3, 4)</b> 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; <b>(1)</b> ogórek kiszony 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Zupa brokułowa szpital <b>(7, 9)</b> Składniki: woda 259.66g; ziemniaki 100.00g; brokuły 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</p> <p>Bitki ze schabu szpital Składniki: wieprzowina, schab surowy bez kości 90.00g; olej rzepakowy uniwersalny 10.00g; cebula 10.00g</p> <p>Surówka z czarnej rzodkwi <b>(1, 7)</b> Składniki: rzodkiew japońska (daikon), surowa 120.00g; jabłko 20.00g; marchew z groszkiem, gotowana 20.00g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g</p> <p>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; <b>(1)</b> ser twarogowy półtłusty 80.00g; <b>(7)</b> pomidory, czerwone 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 12.00g; <b>(7)</b></p>

Wtorek 2024-01-09

	śniadanie	obiad	kolacja
<p>Dekada 31.12-9.01.24 Dieta podstawowa</p> <p>Razem E: 2199.2 kcal   B 108.4 g   T 54.0 g   W 334.0 g   SFA 19.0 g   Cukry 81.5 g   Sól 5.3 g   Błonnik 40.1 g</p>	<p>Płatki owsiane na mleku szpital <b>(1, 7)</b> Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; płatki owsiane 20.00g</p> <p>Jajecznica szpital <b>(3)</b> Składniki: jaja kurze całe 118.00g; olej rzepakowy uniwersalny 8.00g</p> <p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 75.00g; <b>(1)</b> papryka czerwona, słodka 50.00g; chleb pszenny 25.00g; <b>(1)</b></p>	<p>Barszcz czerwony z fasolą szpital <b>(9)</b> Składniki: woda 346.21g; ziemniaki 100.00g; burak 80.00g; fasola półksiężycowata (limeriska), dojrzałe nasiona 80.00g; pietruszka, korzeń 15.05g; seler korzeniowy 15.05g; marchew 15.05g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 7.53g; por 1.11g</p> <p>Naleśniki z serem i sosem owocowym szpital <b>(1, 3, 7)</b> Składniki: ser twarogowy półtłusty 100.00g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 100.00g; mąka pszenna, typ 500 70.00g; truskawki, mrożone 50.00g; jaja kurze całe 14.75g</p> <p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; Danio 130.00g; chleb żytni razowy 75.00g; <b>(1)</b> Indyk w galarecie LUX 50.00g; chleb pszenny 25.00g; <b>(1)</b> Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;</p>
<p>Dekada 31.12-9.01.24 Dieta lekkostrawna</p> <p>Razem E: 2051.7 kcal   B 95.9 g   T 48.7 g   W 317.9 g   SFA 16.5 g   Cukry 78.0 g   Sól 4.7 g   Błonnik 32.0 g</p>	<p>Płatki owsiane na mleku szpital <b>(1, 7)</b> Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; płatki owsiane 20.00g</p> <p>Jajecznica szpital <b>(3)</b> Składniki: jaja kurze całe 118.00g; olej rzepakowy uniwersalny 8.00g</p> <p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb pszenny 75.00g; <b>(1)</b> pomidory, czerwone 50.00g;</p>	<p>Barszcz czerwony z fasolą szpital <b>(9)</b> Składniki: woda 346.21g; ziemniaki 100.00g; burak 80.00g; fasola półksiężycowata (limeriska), dojrzałe nasiona 80.00g; pietruszka, korzeń 15.05g; seler korzeniowy 15.05g; marchew 15.05g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 7.53g; por 1.11g</p> <p>Marchew z jabłkiem szpital Składniki: marchew 120.00g; jabłko 20.00g</p> <p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; ser twarogowy półtłusty 80.00g; <b>(7)</b> makaron świderki (GLUTENEX) 70.00g; <b>(1)</b></p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; Danio 130.00g; chleb pszenny 75.00g; <b>(1)</b> Indyk w galarecie LUX 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;</p>
<p>Dekada 31.12-9.01.24 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)</p> <p>Razem E: 1988.3 kcal   B 96.9 g   T 47.3 g   W 309.2 g   SFA 15.2 g   Cukry 78.3 g   Sól 5.4 g   Błonnik 43.3 g</p>	<p>Jajecznica szpital <b>(3)</b> Składniki: jaja kurze całe 118.00g; olej rzepakowy uniwersalny 8.00g</p> <p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; <b>(1)</b> papryka czerwona, słodka 50.00g;</p>	<p>Barszcz czerwony z fasolą szpital <b>(9)</b> Składniki: woda 346.21g; ziemniaki 100.00g; burak 80.00g; fasola półksiężycowata (limeriska), dojrzałe nasiona 80.00g; pietruszka, korzeń 15.05g; seler korzeniowy 15.05g; marchew 15.05g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 7.53g; por 1.11g</p> <p>Naleśniki z serem i sosem owocowym szpital <b>(1, 3, 7)</b> Składniki: ser twarogowy półtłusty 100.00g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 100.00g; mąka pszenna, typ 500 70.00g; truskawki, mrożone 50.00g; jaja kurze całe 14.75g</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; <b>(7)</b> chleb żytni razowy 110.00g; <b>(1)</b> Indyk w galarecie LUX 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;</p>