

JADŁOSPIS DEKADOWY

1-10.11.23

Środa 2023-11-01

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
<p>Dekada 1-10.11.23</p> <p>Razem E: 1798.3 kcal B 99.1 g T 50.4 g W 252.6 g SFA 16.2 g Cukry 66.8 g Sól 5.8 g Błonnik 31.4 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) ogórek 50.00g; szynka konserwowa 50.00g; chleb zwykły 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; włoszczyzna suszona (Kucharek) 5.00g Buraczki szpital Składniki: buraki gotowane, odsączone, bez soli 120.00g; cebula 10.00g; olej rzepakowy uniwersalny 5.00g ziemniaki 300.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; mięso z ud kurczaka, bez skóry 200.00g;</p>		<p>Pasta z twarogu z ziołami i czosnkiem (7) Składniki: ser twarogowy półtłusty 80.00g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 24.00g; czosnek 3.00g; zioła prowansalskie 2.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 75.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;</p>
<p>Dekada 1-10.11.23 Dieta Lekkostrawna</p> <p>Razem E: 1698.8 kcal B 96.2 g T 49.0 g W 228.8 g SFA 16.1 g Cukry 64.9 g Sól 7.1 g Błonnik 22.0 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 zwykły 75.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; szynka konserwowa 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; włoszczyzna suszona (Kucharek) 5.00g Buraczki szpital Składniki: buraki gotowane, odsączone, bez soli 120.00g; cebula 10.00g; olej rzepakowy uniwersalny 5.00g ziemniaki 300.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; mięso z ud kurczaka, bez skóry 200.00g;</p>		<p>Pasta z twarogu szpital (7) Składniki: ser twarogowy półtłusty 82.26g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 24.68g; sól biała 2.06g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb zwykły 75.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;</p>
<p>Dekada 1-10.11.23 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)</p> <p>Razem E: 1682.4 kcal B 90.7 g T 45.4 g W 244.9 g SFA 13.2 g Cukry 55.0 g Sól 5.9 g Błonnik 35.0 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>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; włoszczyzna suszona (Kucharek) 5.00g Buraczki szpital Składniki: buraki gotowane, odsączone, bez soli 120.00g; cebula 10.00g; olej rzepakowy uniwersalny 5.00g ziemniaki 300.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; mięso z ud kurczaka, bez skóry 200.00g;</p>		<p>Pasta z twarogu z ziołami i czosnkiem (7) Składniki: ser twarogowy półtłusty 80.00g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 24.00g; czosnek 3.00g; zioła prowansalskie 2.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>

JADŁOSPIS DEKADOWY

1-10.11.23

Czwartek 2023-11-02

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
<p>Dekada 1-10.11.23</p> <p>Razem E: 1798.7 kcal B 79.1 g T 46.0 g W 282.6 g SFA 17.3 g Cukry 72.1 g Sól 4.9 g Błonnik 31.7 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 wieprzowa, gotowana 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Zupa pieczarkowa szpital (7, 9) 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, topatka 70.00g; ryż biały 50.00g Sos pomidorowy szpital (7) 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>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; chleb żytni razowy 75.00g; (1) chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;</p>
<p>Dekada 1-10.11.23 Dieta Lekkostrawna</p> <p>Razem E: 1941.0 kcal B 77.6 g T 63.9 g W 277.7 g SFA 17.1 g Cukry 71.6 g Sól 4.4 g Błonnik 25.0 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; chleb zwykły 75.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; szynka wieprzowa, gotowana 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Krupnik szpital (1, 7, 9) Składniki: woda 309.61g; pietruszka, korzeń 20.64g; seler korzeniowy 20.64g; marchew 20.64g; kasza jęczmienna, perlowa 20.64g; por 10.32g; śmietana, 18% tłuszczu 10.32g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.19g Risotto w sosie pomidorowym szpital (9) Składniki: ryż biały 97.39g; wieprzowina, topatka 83.48g; marchew 27.83g; pietruszka, korzeń 27.83g; seler korzeniowy 27.83g; olej rzepakowy uniwersalny 20.87g; przecier pomidorowy (sos) z cząstkami pomidorów, w puszcze 20.87g; cebula 13.91g Marchew z jabłkiem szpital Składniki: marchew 120.00g; jabłko 20.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;</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; chleb zwykły 75.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;</p>
<p>Dekada 1-10.11.23 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów (cukrzykowa)</p> <p>Razem E: 1629.6 kcal B 69.8 g T 40.8 g W 262.2 g SFA 14.2 g Cukry 60.0 g Sól 4.6 g Błonnik 33.6 g</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; (1) papryka czerwona, słodka 50.00g; szynka wieprzowa, gotowana 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Zupa pieczarkowa szpital (7, 9) 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, topatka 70.00g; ryż biały 50.00g Sos pomidorowy szpital (7) 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>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; chleb żytni razowy 110.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;</p>

JADŁOSPIS DEKADOWY

1-10.11.23

Piątek 2023-11-03	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
<p>Dekada 1-10.11.23</p> <p>Razem E: 2082.3 kcal B 85.6 g T 63.2 g W 309.6 g SFA 17.3 g Cukry 95.5 g Sól 6.0 g Błonnik 38.6 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) szynka wieprzowa, gotowana 50.00g; chleb zwykły 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; olej rzepakowy uniwersalny 8.00g Surówka z kapusty kiszanej 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>jabłko 188.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 180.00g; (7)</p>	<p>Pasta z jajek z groszkiem i szcypiorem 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; szcypiorek 8.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 75.00g; (1) chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;</p>
<p>Dekada 1-10.11.23 Dieta Lekkostrawna</p> <p>Razem E: 1970.0 kcal B 85.1 g T 58.1 g W 290.2 g SFA 17.0 g Cukry 93.7 g Sól 5.4 g Błonnik 30.7 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 zwykły 75.00g; (1) szynka wieprzowa, gotowana 50.00g; 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 90.00g; jaja kurze całe 14.75g; bułka tarta 11.00g; olej rzepakowy uniwersalny 8.00g Buraczki szpital Składniki: buraki gotowane, odsączone, bez soli 151.11g; cebula 12.59g; olej rzepakowy uniwersalny 6.30g ziemniaki 300.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;</p>	<p>jabłko 188.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 180.00g; (7)</p>	<p>Pasta z jajek szpital (3, 7) Składniki: jaja kurze całe 83.82g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 32.68g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb zwykły 75.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;</p>
<p>Dekada 1-10.11.23 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów (cukrzykowa)</p> <p>Razem E: 1913.0 kcal B 76.5 g T 58.5 g W 289.2 g SFA 14.3 g Cukry 83.5 g Sól 6.1 g Błonnik 42.1 g</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; (1) szynka wieprzowa, gotowana 50.00g; 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 90.00g; jaja kurze całe 14.75g; bułka tarta 11.00g; olej rzepakowy uniwersalny 8.00g Surówka z kapusty kiszanej 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>jabłko 188.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 180.00g; (7)</p>	<p>Pasta z jajek z groszkiem i szcypiorem 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; szcypiorek 8.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;</p>

JADŁOSPIS DEKADOWY

1-10.11.23

Sobota 2023-11-04

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
<p>Dekada 1-10.11.23</p> <p>Razem E: 2157.2 kcal B 86.9 g T 84.1 g W 281.0 g SFA 29.8 g Cukry 75.8 g Sól 5.5 g Błonnik 36.9 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 twarogu z ziołami i czosnkiem (7) Składniki: ser twarogowy półtłusty 80.00g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 24.00g; czosnek 3.00g; zioła prowansalskie 2.00g</p> <p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 75.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Zupa porowa szpital (7, 9) Składniki: woda 300.00g; ziemniaki 100.00g; por 55.00g; pietruszka, 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</p> <p>Parówka w sosie szpital (1, 7) Składniki: śmietana, 18% tłuszczu 150.00g; Parówka zwyczajna 90.00g; mąka pszenna typ 550, z witaminami 5.00g</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; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;</p>		<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 75.00g; (1) ogórek 50.00g; szynka z piersi kurczaka 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;</p>
<p>Dekada 1-10.11.23 Dieta Lekkostrawna</p> <p>Razem E: 2024.5 kcal B 80.9 g T 82.1 g W 251.2 g SFA 29.4 g Cukry 87.0 g Sól 6.7 g Błonnik 22.2 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 twarogu szpital (7) Składniki: ser twarogowy półtłusty 82.26g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 24.68g; sól biała 2.06g</p> <p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb zwykły 75.00g; (1) dżem truskawkowy, niskosłodzony 30.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Zupa jarzynowa szpital (7, 9) Składniki: woda 221.27g; ziemniaki 63.93g; fasola szparagowa zielona, mrożona 25.56g; marchew 12.61g; pietruszka, korzeń 12.10g; seler korzeniowy 10.57g; śmietana, 18% tłuszczu 8.52g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 5.11g; por 0.99g</p> <p>Parówka w sosie szpital (1, 7) Składniki: śmietana, 18% tłuszczu 150.00g; Parówka zwyczajna 90.00g; mąka pszenna typ 550, z witaminami 5.00g</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; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;</p>		<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb zwykły 75.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; szynka z piersi kurczaka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>
<p>Dekada 1-10.11.23 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów (cukrzykowa)</p> <p>Razem E: 1986.9 kcal B 77.1 g T 78.2 g W 262.5 g SFA 26.6 g Cukry 63.8 g Sól 5.5 g Błonnik 39.3 g</p>	<p>Pasta z twarogu z ziołami i czosnkiem (7) Składniki: ser twarogowy półtłusty 80.00g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 24.00g; czosnek 3.00g; zioła prowansalskie 2.00g</p> <p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Zupa porowa szpital (7, 9) Składniki: woda 300.00g; ziemniaki 100.00g; por 55.00g; pietruszka, 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</p> <p>Parówka w sosie szpital (1, 7) Składniki: śmietana, 18% tłuszczu 150.00g; Parówka zwyczajna 90.00g; mąka pszenna typ 550, z witaminami 5.00g</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; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;</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>

JADŁOSPIS DEKADOWY

1-10.11.23

Niedziela 2023-11-05

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
<p>Dekada 1-10.11.23</p> <p>Razem E: 1814.9 kcal B 83.6 g T 48.5 g W 277.5 g SFA 15.7 g Cukry 73.7 g Sól 5.3 g Błonnik 35.0 g</p>	<p>Kasza manna na mleku szpital (1, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; kasza manna 15.00g</p> <p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; jaja gotowane 118.00g; (3) chleb żytni razowy 75.00g; (1) papryka czerwona, sódka 50.00g; chleb zwykły 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</p> <p>Potrąwka 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</p> <p>Marchew z jabłkiem szpital Składniki: marchew 120.00g; jabłko 20.00g</p> <p>ziemniaki 300.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;</p>		<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 75.00g; (1) szynka delikatesowa z kurczaka 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;</p>
<p>Dekada 1-10.11.23 Dieta Lekkostrawna</p> <p>Razem E: 1713.3 kcal B 80.3 g T 47.1 g W 254.1 g SFA 15.5 g Cukry 70.5 g Sól 4.5 g Błonnik 25.8 g</p>	<p>Kasza manna na mleku szpital (1, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; kasza manna 15.00g</p> <p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; jaja gotowane 118.00g; (3) chleb zwykły 75.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;</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</p> <p>Potrąwka 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</p> <p>Marchew z jabłkiem szpital Składniki: marchew 120.00g; jabłko 20.00g</p> <p>ziemniaki 300.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;</p>		<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb zwykły 75.00g; (1) szynka delikatesowa z kurczaka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;</p>
<p>Dekada 1-10.11.23 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)</p> <p>Razem E: 1667.6 kcal B 74.8 g T 43.9 g W 261.5 g SFA 12.7 g Cukry 61.8 g Sól 5.3 g Błonnik 38.4 g</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; jaja gotowane 118.00g; (3) chleb żytni razowy 110.00g; (1) papryka czerwona, sódka 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</p> <p>Potrąwka 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</p> <p>Marchew z jabłkiem szpital Składniki: marchew 120.00g; jabłko 20.00g</p> <p>ziemniaki 300.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;</p>		<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; (1) szynka delikatesowa z kurczaka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;</p>

JADŁOSPIS DEKADOWY

1-10.11.23

Poniedziałek 2023-11-06

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
Dekada 1-10.11.23	<p>Ryż na mleku szpital (7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; ryż biały 20.00g</p> <p>Pasta z ryby wędzonej z jajkiem szpital (3, 4, 7) Składniki: makrela, wędzona 90.00g; jaja kurze całe 40.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 23.00g; szczypiorek 4.50g</p> <p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 75.00g; (1) ogórek kiszony 50.00g; chleb zwykły 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</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 kapusty czerwonej szpital Składniki: kapusta czerwona 120.00g; jabłko 20.00g; marchew 20.00g; olej rzepakowy uniwersalny 10.00g</p> <p>ziemniaki 300.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;</p>		<p>Pasta z twarogu z ziołami i czosnkiem (7) Składniki: ser twarogowy półtłusty 80.00g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 24.00g; czosnek 3.00g; zioła prowansalskie 2.00g</p> <p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 75.00g; (1) rzodkiewka 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;</p>
Dekada 1-10.11.23 Dieta Lekkostrawna	<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; chleb zwykły 75.00g; (1) szynka z piersi kurczaka 50.00g; pomidory, czerwone 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</p> <p>Bitki ze schabu szpital Składniki: wieprzowina, schab surowy bez kości 90.00g; olej rzepakowy uniwersalny 10.00g; cebula 10.00g</p> <p>Buraczki szpital Składniki: buraki gotowane, odsączone, bez soli 151.11g; cebula 12.59g; olej rzepakowy uniwersalny 6.30g</p> <p>ziemniaki 300.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;</p>		<p>Pasta z twarogu szpital (7) Składniki: ser twarogowy półtłusty 82.26g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 24.68g; sól biała 2.06g</p> <p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb zwykły 75.00g; (1) dżem z czarnych porzeczek, niskosłodzony 30.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>
Dekada 1-10.11.23 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów (cukrzykowa)	<p>Pasta z ryby wędzonej z jajkiem szpital (3, 4, 7) Składniki: makrela, wędzona 90.00g; jaja kurze całe 40.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 23.00g; 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>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</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 kapusty czerwonej szpital Składniki: kapusta czerwona 120.00g; jabłko 20.00g; marchew 20.00g; olej rzepakowy uniwersalny 10.00g</p> <p>ziemniaki 300.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;</p>		<p>Pasta z twarogu z ziołami i czosnkiem (7) Składniki: ser twarogowy półtłusty 80.00g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 24.00g; czosnek 3.00g; zioła prowansalskie 2.00g</p> <p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; (1) rzodkiewka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>

JADŁOSPIS DEKADOWY

1-10.11.23

Wtorek 2023-11-07

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
<p>Dekada 1-10.11.23</p> <p>Razem E: 2071.5 kcal B 83.0 g T 54.1 g W 326.8 g SFA 16.2 g Cukry 80.4 g Sól 5.7 g Błonnik 44.2 g</p>	<p>Kasza jęczmienna na mleku szpital (1, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; kasza jęczmienna, perlowa 20.00g Jajecznicza szpital (3) Składniki: jaja kurze całe 118.00g; olej rzepakowy uniwersalny 8.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 75.00g: (1) pomidory, czerwone 50.00g; chleb zwykły 25.00g: (1) Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Barszcz czerwony z fasolą szpital (9) 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 Łazanki z kapustą białą szpital (1, 10) Składniki: kapusta biała 250.00g; makaron łazanki (GLUTENEX) 70.00g; kielbasa zwyczajna 40.00g; cebula 10.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;</p>		<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 75.00g: (1) Indyk w galarecie LUX 50.00g; chleb zwykły 25.00g: (1) Margaryna smakowita 20.00g; sałata mastowa 12.00g;</p>
<p>Dekada 1-10.11.23 Dieta Lekkostrawna</p> <p>Razem E: 2337.6 kcal B 88.8 g T 75.0 g W 337.0 g SFA 23.2 g Cukry 71.2 g Sól 4.7 g Błonnik 19.7 g</p>	<p>Kasza jęczmienna na mleku szpital (1, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; kasza jęczmienna, perlowa 20.00g Jajecznicza szpital (3) Składniki: jaja kurze całe 118.00g; olej rzepakowy uniwersalny 8.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb zwykły 75.00g: (1) pomidory, czerwone 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Barszcz czerwony szpital (9) Składniki: woda 393.96g; ziemniaki 113.79g; burak 91.03g; marchew 17.13g; pietruszka, korzeń 17.13g; seler korzeniowy 17.13g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 8.57g; por 1.26g Makaron z twarogiem szpital (1, 7) Składniki: ser twarogowy półtłusty, bez laktozy 185.00g; makaron świderki (GLUTENEX) 161.88g; margaryna miękka, 80% tłuszczu 23.13g 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; chleb zwykły 75.00g: (1) Indyk w galarecie LUX 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; sałata mastowa 12.00g;</p>
<p>Dekada 1-10.11.23 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)</p> <p>Razem E: 1909.4 kcal B 74.2 g T 49.2 g W 307.3 g SFA 13.3 g Cukry 68.5 g Sól 5.8 g Błonnik 46.8 g</p>	<p>Jajecznicza szpital (3) Składniki: jaja kurze całe 118.00g; olej rzepakowy uniwersalny 8.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g: (1) pomidory, czerwone 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Barszcz czerwony z fasolą szpital (9) 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 Łazanki z kapustą białą szpital (1, 10) Składniki: kapusta biała 250.00g; makaron łazanki (GLUTENEX) 70.00g; kielbasa zwyczajna 40.00g; cebula 10.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;</p>		<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g: (1) Indyk w galarecie LUX 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; sałata mastowa 12.00g;</p>

JADŁOSPIS DEKADOWY

1-10.11.23

Środa 2023-11-08

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
<p>Dekada 1-10.11.23</p> <p>Razem E: 1798.7 kcal B 84.1 g T 49.1 g W 270.5 g SFA 18.1 g Cukry 66.7 g Sól 6.0 g Błonnik 32.6 g</p>	<p>Makaron na mleku szpital (1, 3, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 231.50g; makaron dwujajeczny 18.50g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 75.00g; (1) ogórek 50.00g; szynka wiejska 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Zupa ogórkowa szpital (7, 9) Składniki: woda 300.00g; ziemniaki 100.00g; ogórek kiszony 40.00g; 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 Gulasz szpital (1, 7) Składniki: wieprzowina, topatka 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>Pasta z twarogu z ziołami i czosnkiem (7) Składniki: ser twarogowy półtłusty 80.00g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 24.00g; czosnek 3.00g; zioła prowansalskie 2.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 75.00g; (1) rzodkiewka 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;</p>
<p>Dekada 1-10.11.23 Dieta Lekkostrawna</p> <p>Razem E: 1766.2 kcal B 80.9 g T 47.7 g W 263.5 g SFA 17.9 g Cukry 91.8 g Sól 7.3 g Błonnik 22.4 g</p>	<p>Makaron na mleku szpital (1, 3, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 231.50g; makaron dwujajeczny 18.50g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb zwykły 75.00g; (1) szynka wiejska 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;</p>	<p>Zupa ogórkowa szpital (7, 9) Składniki: woda 300.00g; ziemniaki 100.00g; ogórek kiszony 40.00g; 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 Gulasz szpital (1, 7) Składniki: wieprzowina, topatka 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>Pasta z twarogu szpital (7) Składniki: ser twarogowy półtłusty 82.26g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 24.68g; sól biała 2.06g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb zwykły 75.00g; (1) dżem śliwkowy, niskosłodzony 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>
<p>Dekada 1-10.11.23 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów (cukrzyowa)</p> <p>Razem E: 1644.0 kcal B 75.1 g T 44.5 g W 252.6 g SFA 15.3 g Cukry 55.7 g Sól 6.0 g Błonnik 35.9 g</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; (1) ogórek 50.00g; szynka wiejska 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Zupa ogórkowa szpital (7, 9) Składniki: woda 300.00g; ziemniaki 100.00g; ogórek kiszony 40.00g; 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 Gulasz szpital (1, 7) Składniki: wieprzowina, topatka 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>Pasta z twarogu z ziołami i czosnkiem (7) Składniki: ser twarogowy półtłusty 80.00g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 24.00g; czosnek 3.00g; zioła prowansalskie 2.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; (1) rzodkiewka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>

JADŁOSPIS DEKADOWY

1-10.11.23

Czwartek 2023-11-09

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
<p>Dekada 1-10.11.23</p> <p>Razem E: 1656.1 kcal B 80.0 g T 44.0 g W 247.0 g SFA 16.0 g Cukry 68.0 g Sól 5.4 g Błonnik 27.5 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; szynka wiejska 50.00g; chleb żytni razowy 30.00g; (1) chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;</p>	<p>Zupa pieczarkowa szpital (7, 9) 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 pieczeń rzymska szpital (1, 3) Składniki: wieprzowina, topatka 90.00g; jaja kurze całe 14.75g; bułka tarta 10.00g Marchew z jabłkiem szpital Składniki: marchew 120.00g; jabłko 20.00g ziemniaki 300.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;</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; chleb żytni razowy 75.00g; (1) ogórek kiszony 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;</p>
<p>Dekada 1-10.11.23 Dieta Lekkostrawna</p> <p>Razem E: 1705.7 kcal B 80.8 g T 43.2 g W 259.9 g SFA 15.8 g Cukry 71.3 g Sól 4.4 g Błonnik 26.2 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 zwykły 75.00g; (1) szynka wiejska 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;</p>	<p>Zupa ziemniaczana szpital (7, 9) Składniki: woda 230.22g; ziemniaki 115.11g; seler korzeniowy 15.35g; marchew 15.35g; pietruszka, korzeń 15.35g; por 7.67g; śmietana, 18% tłuszczu 7.67g; włoszczyzna suszona (Kucharek) 7.67g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 4.60g Pulpet w sosie szpital (1, 3) Składniki: wieprzowina, topatka 90.00g; jaja kurze całe 14.75g; bułka tarta 10.00g Marchew z jabłkiem szpital Składniki: marchew 120.00g; jabłko 20.00g ziemniaki 300.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;</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; chleb zwykły 75.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>
<p>Dekada 1-10.11.23 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów (cukrzykowa)</p> <p>Razem E: 1588.9 kcal B 73.5 g T 40.1 g W 249.6 g SFA 13.2 g Cukry 56.7 g Sól 6.0 g Błonnik 34.7 g</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; (1) szynka wiejska 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;</p>	<p>Zupa pieczarkowa szpital (7, 9) 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 pieczeń rzymska szpital (1, 3) Składniki: wieprzowina, topatka 90.00g; jaja kurze całe 14.75g; bułka tarta 10.00g Marchew z jabłkiem szpital Składniki: marchew 120.00g; jabłko 20.00g ziemniaki 300.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;</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; chleb żytni razowy 110.00g; (1) ogórek kiszony 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>

JADŁOSPIS DEKADOWY

1-10.11.23

Piątek 2023-11-10

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
<p>Dekada 1-10.11.23</p> <p>Razem E: 1932.2 kcal B 79.8 g T 59.7 g W 285.6 g SFA 15.6 g Cukry 67.8 g Sól 7.3 g Błonnik 37.5 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; szynka z piersi kurczaka 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) 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 6.00g Kotlet rybny szpital (1, 3, 4) Składniki: morszczuk, świeży 90.00g; jaja kurze całe 14.75g; bułka tarta 11.00g; olej rzepakowy uniwersalny 8.00g 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; chleb żytni razowy 75.00g; (1) ogórek kiszony 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;</p>
<p>Dekada 1-10.11.23 Dieta Lekkostrawna</p> <p>Razem E: 1820.4 kcal B 79.1 g T 54.7 g W 266.6 g SFA 15.4 g Cukry 67.3 g Sól 5.8 g Błonnik 29.8 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 zwykły 75.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; szynka z piersi kurczaka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Zupa ziemniaczana szpital (7, 9) Składniki: woda 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 rybny szpital (1, 3, 4) Składniki: morszczuk, świeży 90.00g; jaja kurze całe 14.75g; bułka tarta 11.00g; olej rzepakowy uniwersalny 8.00g Buraczki szpital Składniki: buraki gotowane, odsączone, bez soli 151.11g; cebula 12.59g; olej rzepakowy uniwersalny 6.30g ziemniaki 300.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;</p>		<p>Pasta z jajek szpital (3, 7) Składniki: jaja kurze całe 83.82g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 32.68g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb zwykły 75.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>
<p>Dekada 1-10.11.23 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)</p> <p>Razem E: 1763.1 kcal B 70.4 g T 54.6 g W 265.1 g SFA 12.5 g Cukry 55.7 g Sól 7.0 g Błonnik 39.4 g</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; szynka z piersi kurczaka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Zupa ziemniaczana szpital (7, 9) Składniki: woda 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 rybny szpital (1, 3, 4) Składniki: morszczuk, świeży 90.00g; jaja kurze całe 14.75g; bułka tarta 11.00g; olej rzepakowy uniwersalny 8.00g 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; chleb żytni razowy 110.00g; (1) ogórek kiszony 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>