

# JADŁOSPIS DEKADOWY

## 11-20.11.23

Sobota 2023-11-11	śniadanie	obiad	kolacja
<p>Dekada 11-20.11.23 Dieta Podstawowa</p> <p>Razem E: 1825.9 kcal   B 75.5 g   T 53.9 g   W 275.5 g   SFA 16.3 g   Cukry 74.9 g   Sól 4.9 g   Błonnik 31.9 g</p>	<p>Lane kluski na mleku szpital <b>(1, 3, 7)</b> Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; kluski lane 20.00g</p> <p>Pasta z twarogu z ziołami i czosnkiem <b>(7)</b> 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; <b>(1)</b> papryka czerwona, słodka 50.00g; chleb zwykły 25.00g; <b>(1)</b> 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</p> <p>Risotto w sosie pomidorowym szpital <b>(9)</b> Składniki: ryż biały 70.00g; wieprzowina, łopatka 60.00g; marchew 20.00g; pietruszka, korzeń 20.00g; seler korzeniowy 20.00g; olej rzepakowy uniwersalny 15.00g; przecier pomidorowy (sos) z cząstkami pomidorów, w puszcze 15.00g; cebula 10.00g</p> <p>Marchew z jabłkiem szpital Składniki: marchew 120.00g; jabłko 20.00g</p> <p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 75.00g; <b>(1)</b> szynka z piersi kurczaka 50.00g; chleb zwykły 25.00g; <b>(1)</b> Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;</p>
<p>Dekada 11-20.11.23 Dieta Lekkostrawna</p> <p>Razem E: 1724.0 kcal   B 72.5 g   T 52.5 g   W 251.4 g   SFA 16.1 g   Cukry 72.7 g   Sól 6.2 g   Błonnik 22.1 g</p>	<p>Lane kluski na mleku szpital <b>(1, 3, 7)</b> Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; kluski lane 20.00g</p> <p>Pasta z twarogu szpital <b>(7)</b> 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; <b>(1)</b> pomidory, czerwone 50.00g; 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</p> <p>Risotto w sosie pomidorowym szpital <b>(9)</b> Składniki: ryż biały 70.00g; wieprzowina, łopatka 60.00g; marchew 20.00g; pietruszka, korzeń 20.00g; seler korzeniowy 20.00g; olej rzepakowy uniwersalny 15.00g; przecier pomidorowy (sos) z cząstkami pomidorów, w puszcze 15.00g; cebula 10.00g</p> <p>Marchew z jabłkiem szpital Składniki: marchew 120.00g; jabłko 20.00g</p> <p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb zwykły 75.00g; <b>(1)</b> szynka z piersi kurczaka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;</p>
<p>Dekada 11-20.11.23 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)</p> <p>Razem E: 1746.4 kcal   B 67.1 g   T 53.0 g   W 267.9 g   SFA 14.5 g   Cukry 63.0 g   Sól 5.0 g   Błonnik 35.5 g</p>	<p>Pasta z twarogu z ziołami i czosnkiem <b>(7)</b> 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; <b>(1)</b> papryka czerwona, słodka 50.00g; Margaryna smakowita 25.00g;</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</p> <p>Risotto w sosie pomidorowym szpital <b>(9)</b> Składniki: ryż biały 70.00g; wieprzowina, łopatka 60.00g; marchew 20.00g; pietruszka, korzeń 20.00g; seler korzeniowy 20.00g; olej rzepakowy uniwersalny 15.00g; przecier pomidorowy (sos) z cząstkami pomidorów, w puszcze 15.00g; cebula 10.00g</p> <p>Marchew z jabłkiem szpital Składniki: marchew 120.00g; jabłko 20.00g</p> <p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; <b>(1)</b> szynka z piersi kurczaka 50.00g; Margaryna smakowita 25.00g; sałata masłowa 12.00g;</p>

Niedziela 2023-11-12

	śniadanie	obiad	kolacja
<p>Dekada 11-20.11.23 Dieta Podstawowa</p> <p>Razem E: 1844.2 kcal   B 86.1 g   T 54.7 g   W 267.4 g   SFA 16.3 g   Cukry 66.1 g   Sól 5.7 g   Błonnik 32.4 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; jaja gotowane 118.00g; <b>(3)</b> chleb żytni razowy 75.00g; <b>(1)</b> pomidory, czerwone 50.00g; chleb zwykły 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 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; chleb żytni razowy 75.00g; <b>(1)</b> papryka czerwona, słodka 50.00g; szynka delikatesowa z kurczaka 50.00g; chleb zwykły 25.00g; <b>(1)</b> Margaryna smakowita 20.00g;</p>
<p>Dekada 11-20.11.23 Dieta Lekkostrawna</p> <p>Razem E: 1834.7 kcal   B 83.4 g   T 54.0 g   W 266.3 g   SFA 16.1 g   Cukry 82.5 g   Sól 5.0 g   Błonnik 26.7 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; jaja gotowane 118.00g; <b>(3)</b> chleb zwykły 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 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; jabłko 188.00g; chleb zwykły 75.00g; <b>(1)</b> szynka delikatesowa z kurczaka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>
<p>Dekada 11-20.11.23 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)</p> <p>Razem E: 1710.3 kcal   B 76.3 g   T 52.8 g   W 249.0 g   SFA 14.4 g   Cukry 54.1 g   Sól 5.8 g   Błonnik 34.8 g</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; jaja gotowane 118.00g; <b>(3)</b> chleb żytni razowy 110.00g; <b>(1)</b> pomidory, czerwone 50.00g; Margaryna smakowita 25.00g;</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 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; chleb żytni razowy 110.00g; <b>(1)</b> papryka czerwona, słodka 50.00g; szynka delikatesowa z kurczaka 50.00g; Margaryna smakowita 25.00g;</p>

Poniedziałek 2023-11-13

	śniadanie	obiad	kolacja
<p>Dekada 11-20.11.23 Dieta Podstawowa</p> <p>Razem E: 1951.0 kcal   B 80.0 g   T 54.8 g   W 299.8 g   SFA 17.9 g   Cukry 75.3 g   Sól 6.6 g   Błonnik 34.1 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; paprykarz "szczeciński" 90.00g; <b>(4)</b> chleb żytni razowy 75.00g; <b>(1)</b> ogórek kiszony 50.00g; chleb zwykły 25.00g; <b>(1)</b> Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>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 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; kisiel w proszku 30.00g;</p>	<p>Pasta z twarogu z ziołami i czosnkiem <b>(7)</b> 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; <b>(1)</b> rzodkiewka 50.00g; chleb zwykły 25.00g; <b>(1)</b> Margaryna smakowita 20.00g;</p>
<p>Dekada 11-20.11.23 Dieta Lekkostrawna</p> <p>Razem E: 1756.4 kcal   B 83.6 g   T 43.5 g   W 268.8 g   SFA 17.3 g   Cukry 81.3 g   Sól 7.0 g   Błonnik 25.0 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; szynka z piersi kurczaka 80.00g; chleb zwykły 75.00g; <b>(1)</b> Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;</p>	<p>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 Marchew z jabłkiem szpital Składniki: marchew 120.00g; jabłko 20.00g ziemniaki 300.00g; wieprzowina, karkówka 90.00g; kisiel w proszku 30.00g;</p>	<p>Pasta z twarogu szpital <b>(7)</b> 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; <b>(1)</b> pomidory, czerwone 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>
<p>Dekada 11-20.11.23 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)</p> <p>Razem E: 1818.1 kcal   B 70.9 g   T 54.1 g   W 279.4 g   SFA 16.2 g   Cukry 63.3 g   Sól 6.7 g   Błonnik 37.5 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 25.00g;</p>	<p>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 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; kisiel w proszku 30.00g;</p>	<p>Pasta z twarogu z ziołami i czosnkiem <b>(7)</b> 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; <b>(1)</b> rzodkiewka 50.00g; Margaryna smakowita 25.00g;</p>

Wtorek 2023-11-14

	śniadanie	obiad	kolacja
<p>Dekada 11-20.11.23 Dieta Podstawowa</p> <p>Razem E: 1983.4 kcal   B 76.2 g   T 65.0 g   W 288.4 g   SFA 18.5 g   Cukry 73.0 g   Sól 5.3 g   Błonnik 31.0 g</p>	<p>Płatki jęczmienne na mleku szpital <b>(1, 7)</b> Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; płatki jęczmienne 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 zwykły 25.00g; <b>(1)</b> Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Zupa z kukini szpital <b>(7, 9)</b> Składniki: woda 259.66g; ziemniaki 100.00g; cukinia 90.00g; 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>Pierogi ruskie szpital <b>(1, 3, 7)</b> Składniki: ziemniaki 112.53g; mąka pszenna, typ 500 70.00g; ser twarogowy półtłusty 60.00g; jaja kurze całe 14.75g; 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>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 75.00g; <b>(1)</b> pomidory, czerwone 50.00g; Indyk w galarecie LUX 50.00g; chleb zwykły 25.00g; <b>(1)</b> Margaryna smakowita 20.00g;</p>
<p>Dekada 11-20.11.23 Dieta Lekkostrawna</p> <p>Razem E: 1878.9 kcal   B 70.9 g   T 68.3 g   W 255.0 g   SFA 20.0 g   Cukry 61.4 g   Sól 5.4 g   Błonnik 18.6 g</p>	<p>Płatki jęczmienne na mleku szpital <b>(1, 7)</b> Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; płatki jęczmienne 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 zwykły 75.00g; <b>(1)</b> pomidory, czerwone 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Zupa z kukini szpital <b>(7, 9)</b> Składniki: woda 259.66g; ziemniaki 100.00g; cukinia 90.00g; 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>Makaron z twarogiem szpital <b>(1, 7)</b> Składniki: ser twarogowy półtłusty, bez laktozy 89.10g; makaron świderki (GLUTENEX) 78.00g; margaryna miękka, 80% tłuszczu 11.10g</p> <p>Buraczki szpital Składniki: buraki gotowane, odsączone, bez soli 151.11g; cebula 12.59g; olej rzepakowy uniwersalny 6.30g</p> <p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb zwykły 75.00g; <b>(1)</b> pomidory, czerwone 50.00g; Indyk w galarecie LUX 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>
<p>Dekada 11-20.11.23 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)</p> <p>Razem E: 1850.7 kcal   B 66.9 g   T 63.8 g   W 268.0 g   SFA 16.7 g   Cukry 61.0 g   Sól 5.0 g   Błonnik 32.9 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;</p> <p>chleb żytni razowy 110.00g; <b>(1)</b> papryka czerwona, słodka 50.00g; Margaryna smakowita 25.00g;</p>	<p>Zupa z kukini szpital <b>(7, 9)</b> Składniki: woda 259.66g; ziemniaki 100.00g; cukinia 90.00g; 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>Pierogi ruskie szpital <b>(1, 3, 7)</b> Składniki: ziemniaki 112.53g; mąka pszenna, typ 500 70.00g; ser twarogowy półtłusty 60.00g; jaja kurze całe 14.75g; 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>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;</p> <p>chleb żytni razowy 110.00g; <b>(1)</b> pomidory, czerwone 50.00g; Indyk w galarecie LUX 50.00g; Margaryna smakowita 25.00g;</p>

Środa 2023-11-15

	śniadanie	obiad	kolacja
<p>Dekada 11-20.11.23 Dieta Podstawowa</p> <p>Razem E: 1920.9 kcal   B 99.1 g   T 53.4 g   W 276.5 g   SFA 16.3 g   Cukry 81.0 g   Sól 6.9 g   Błonnik 32.6 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> ogórek 50.00g; szynka konserwowa 50.00g; chleb zwykły 25.00g; <b>(1)</b> Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Rosół szpital <b>(1, 3, 9)</b> 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 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; mięso z ud kurczaka, bez skóry 200.00g;</p>	<p>Pasta z twarogu z ziołami i czosnkiem <b>(7)</b> 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; pomarańcza 150.00g; chleb żytni razowy 75.00g; <b>(1)</b> papryka czerwona, słodka 50.00g; chleb zwykły 25.00g; <b>(1)</b> Margaryna smakowita 20.00g;</p>
<p>Dekada 11-20.11.23 Dieta Lekkostrawna</p> <p>Razem E: 1839.9 kcal   B 97.5 g   T 49.1 g   W 263.9 g   SFA 16.0 g   Cukry 94.0 g   Sól 7.1 g   Błonnik 24.8 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 zwykły 75.00g; <b>(1)</b> szynka konserwowa 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;</p>	<p>Rosół szpital <b>(1, 3, 9)</b> 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 122.67g; cebula 10.22g; olej rzepakowy uniwersalny 5.11g 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 <b>(7)</b> Składniki: ser twarogowy półtłusty 82.26g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 24.68g; sól biała 2.06g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; pomarańcza 150.00g; chleb zwykły 75.00g; <b>(1)</b> dżem truskawkowy, niskosłodzony 30.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>
<p>Dekada 11-20.11.23 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)</p> <p>Razem E: 1874.0 kcal   B 98.5 g   T 54.9 g   W 263.7 g   SFA 16.0 g   Cukry 71.3 g   Sól 7.1 g   Błonnik 36.5 g</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; <b>(1)</b> ogórek 50.00g; szynka konserwowa 50.00g; Margaryna smakowita 25.00g;</p>	<p>Rosół szpital <b>(1, 3, 9)</b> 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 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; mięso z ud kurczaka, bez skóry 200.00g;</p>	<p>Pasta z twarogu z ziołami i czosnkiem <b>(7)</b> Składniki: ser twarogowy półtłusty 120.00g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 36.00g; czosnek 4.50g; zioła prowansalskie 3.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; pomarańcza 150.00g; chleb żytni razowy 110.00g; <b>(1)</b> papryka czerwona, słodka 50.00g; Margaryna smakowita 25.00g;</p>

Czwartek 2023-11-16

	śniadanie	obiad	kolacja
<p>Dekada 11-20.11.23 Dieta Podstawowa</p> <p>Razem E: 1980.8 kcal   B 77.1 g   T 52.5 g   W 316.4 g   SFA 22.7 g   Cukry 96.4 g   Sól 5.4 g   Błonnik 34.3 g</p>	<p>Kasza jęczmienna na mleku szpital <b>(1, 7)</b> Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; kasza jęczmienna, perłowa 20.00g</p> <p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 75.00g; <b>(1)</b> papryka czerwona, słodka 50.00g; szynka wieprzowa, gotowana 50.00g; chleb zwykły 25.00g; <b>(1)</b> Margaryna smakowita 20.00g;</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</p> <p>Gotówki szpital Składniki: kapusta biała 200.00g; wieprzowina, łopatka 70.00g; ryż biały 50.00g</p> <p>Sos pomidorowy szpital <b>(7)</b> Składniki: woda 130.00g; śmietana, 18% tłuszczu 20.00g; koncentrat pomidorowy, 30% 13.00g</p> <p>ziemniaki 150.00g; kisiel w proszku 30.00g;</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; jabłko 188.00g; chleb żytni razowy 75.00g; <b>(1)</b> ser, gouda tłusty 50.00g; <b>(7)</b> chleb zwykły 25.00g; <b>(1)</b> Margaryna smakowita 20.00g;</p>
<p>Dekada 11-20.11.23 Dieta Lekkostrawna</p> <p>Razem E: 1945.0 kcal   B 78.9 g   T 46.5 g   W 319.5 g   SFA 17.3 g   Cukry 98.2 g   Sól 4.5 g   Błonnik 34.7 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 żytni razowy 75.00g; <b>(1)</b> papryka czerwona, słodka 50.00g; szynka wieprzowa, gotowana 50.00g; chleb zwykły 25.00g; <b>(1)</b> Margaryna smakowita 20.00g;</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</p> <p>Gotówki szpital Składniki: kapusta biała 200.00g; wieprzowina, łopatka 70.00g; ryż biały 50.00g</p> <p>Sos pomidorowy szpital <b>(7)</b> Składniki: woda 130.00g; śmietana, 18% tłuszczu 20.00g; koncentrat pomidorowy, 30% 13.00g</p> <p>ziemniaki 150.00g; kisiel w proszku 30.00g;</p>	<p>Pasta z kurczaka z kukurydzą szpital <b>(7)</b> 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</p> <p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; jabłko 188.00g; chleb żytni razowy 75.00g; <b>(1)</b> chleb zwykły 25.00g; <b>(1)</b> Margaryna smakowita 20.00g;</p>
<p>Dekada 11-20.11.23 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)</p> <p>Razem E: 1855.1 kcal   B 68.4 g   T 51.6 g   W 296.8 g   SFA 21.0 g   Cukry 84.4 g   Sól 5.5 g   Błonnik 36.8 g</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; <b>(1)</b> papryka czerwona, słodka 50.00g; szynka wieprzowa, gotowana 50.00g; Margaryna smakowita 25.00g;</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</p> <p>Gotówki szpital Składniki: kapusta biała 200.00g; wieprzowina, łopatka 70.00g; ryż biały 50.00g</p> <p>Sos pomidorowy szpital <b>(7)</b> Składniki: woda 130.00g; śmietana, 18% tłuszczu 20.00g; koncentrat pomidorowy, 30% 13.00g</p> <p>ziemniaki 150.00g; kisiel w proszku 30.00g;</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; jabłko 188.00g; chleb żytni razowy 110.00g; <b>(1)</b> ser, gouda tłusty 50.00g; <b>(7)</b> Margaryna smakowita 25.00g;</p>

Piątek 2023-11-17

	śniadanie	obiad	kolacja
<p>Dekada 11-20.11.23 Dieta Podstawowa</p> <p>Razem E: 2070.6 kcal   B 87.1 g   T 61.4 g   W 309.6 g   SFA 16.6 g   Cukry 94.1 g   Sól 6.4 g   Błonnik 37.5 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; banan 80.00g; chleb żytni razowy 75.00g; <b>(1)</b> szynka z piersi kurczaka 50.00g; ogórek 50.00g; chleb zwykły 25.00g; <b>(1)</b> Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Zupa koperkowa szpital <b>(9)</b> 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 <b>(1, 3, 4)</b> 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; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 180.00g; <b>(7)</b></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; chleb żytni razowy 75.00g; <b>(1)</b> papryka czerwona, słodka 50.00g; chleb zwykły 25.00g; <b>(1)</b> Margaryna smakowita 20.00g;</p>
<p>Dekada 11-20.11.23 Dieta Lekkostrawna</p> <p>Razem E: 2031.8 kcal   B 86.7 g   T 56.9 g   W 308.3 g   SFA 16.3 g   Cukry 108.2 g   Sól 5.7 g   Błonnik 32.7 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; banan 80.00g; chleb zwykły 75.00g; <b>(1)</b> szynka z piersi kurczaka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;</p>	<p>Zupa koperkowa szpital <b>(9)</b> 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 <b>(1, 3, 4)</b> 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; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 180.00g; <b>(7)</b></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 zwykły 75.00g; <b>(1)</b> Margaryna smakowita 20.00g;</p>
<p>Dekada 11-20.11.23 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)</p> <p>Razem E: 2046.8 kcal   B 84.8 g   T 65.3 g   W 298.8 g   SFA 16.4 g   Cukry 89.5 g   Sól 6.6 g   Błonnik 41.7 g</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; banan 115.00g; chleb żytni razowy 110.00g; <b>(1)</b> szynka z piersi kurczaka 50.00g; ogórek 50.00g; Margaryna smakowita 25.00g;</p>	<p>Zupa koperkowa szpital <b>(9)</b> 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 <b>(1, 3, 4)</b> 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; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 180.00g; <b>(7)</b></p>	<p>Pasta z jajek z groszkiem i szczypiorem szpital <b>(3, 7)</b> Składniki: jaja kurze całe 132.80g; groszek zielony, w puszcze, bez soli, po odsączeniu 15.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 15.00g; szczypiorek 12.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; <b>(1)</b> papryka czerwona, słodka 50.00g; Margaryna smakowita 25.00g;</p>

Sobota 2023-11-18

	śniadanie	obiad	kolacja
<p>Dekada 11-20.11.23 Dieta Podstawowa</p> <p>Razem E: 2142.5 kcal   B 84.7 g   T 79.9 g   W 289.2 g   SFA 30.1 g   Cukry 83.1 g   Sól 4.9 g   Błonnik 38.1 g</p>	<p>Makaron na mleku szpital <b>(1, 3, 7)</b> Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; makaron dwujajeczny 20.00g</p> <p>Pasta z twarogu z ziołami i czosnkiem <b>(7)</b> 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; <b>(1)</b> rzodkiewka 50.00g; chleb zwykły 25.00g; <b>(1)</b> Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Zupa porowa szpital <b>(7, 9)</b> 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 <b>(1, 7)</b> Składniki: śmietana, 18% tłuszczu 150.00g; Parówka zwyczajna 90.00g; mąka pszenna typ 550, z witaminami 5.00g</p> <p>Marchew z jabłkiem szpital Składniki: marchew 120.00g; jabłko 20.00g</p> <p>ziemniaki 300.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 75.00g; <b>(1)</b> pomidory, czerwone 50.00g; szynka wiejska 50.00g; chleb zwykły 25.00g; <b>(1)</b> Margaryna smakowita 20.00g;</p>
<p>Dekada 11-20.11.23 Dieta Lekkostrawna</p> <p>Razem E: 2098.7 kcal   B 83.3 g   T 79.3 g   W 278.9 g   SFA 30.1 g   Cukry 82.6 g   Sól 4.5 g   Błonnik 33.9 g</p>	<p>Makaron na mleku szpital <b>(1, 3, 7)</b> Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; makaron dwujajeczny 20.00g</p> <p>Pasta z twarogu z ziołami i czosnkiem <b>(7)</b> 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; <b>(1)</b> rzodkiewka 50.00g; chleb zwykły 25.00g; <b>(1)</b> Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Zupa porowa szpital <b>(7, 9)</b> 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 <b>(1, 7)</b> Składniki: śmietana, 18% tłuszczu 150.00g; Parówka zwyczajna 90.00g; mąka pszenna typ 550, z witaminami 5.00g</p> <p>Marchew z jabłkiem szpital Składniki: marchew 120.00g; jabłko 20.00g</p> <p>ziemniaki 300.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb zwykły 75.00g; <b>(1)</b> pomidory, czerwone 50.00g; szynka wiejska 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>
<p>Dekada 11-20.11.23 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)</p> <p>Razem E: 2009.2 kcal   B 74.9 g   T 78.9 g   W 269.3 g   SFA 28.4 g   Cukry 71.2 g   Sól 4.9 g   Błonnik 41.4 g</p>	<p>Pasta z twarogu z ziołami i czosnkiem <b>(7)</b> 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; <b>(1)</b> rzodkiewka 50.00g; Margaryna smakowita 25.00g;</p>	<p>Zupa porowa szpital <b>(7, 9)</b> 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 <b>(1, 7)</b> Składniki: śmietana, 18% tłuszczu 150.00g; Parówka zwyczajna 90.00g; mąka pszenna typ 550, z witaminami 5.00g</p> <p>Marchew z jabłkiem szpital Składniki: marchew 120.00g; jabłko 20.00g</p> <p>ziemniaki 300.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; <b>(1)</b> pomidory, czerwone 50.00g; szynka wiejska 50.00g; Margaryna smakowita 25.00g;</p>

Niedziela 2023-11-19

	śniadanie	obiad	kolacja
<p>Dekada 11-20.11.23 Dieta Podstawowa</p> <p>Razem E: 1868.0 kcal   B 86.0 g   T 53.6 g   W 276.3 g   SFA 16.0 g   Cukry 66.9 g   Sól 5.8 g   Błonnik 33.9 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; jaja kurze całe 118.00g; <b>(3)</b> chleb żytni razowy 75.00g; <b>(1)</b> papryka czerwona, słodka 50.00g; chleb zwykły 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; włoszczyzna suszona (Kucharek) 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.00g 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 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; chleb żytni razowy 75.00g; <b>(1)</b> szynka delikatesowa z kurczaka 50.00g; chleb zwykły 25.00g; <b>(1)</b> Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;</p>
<p>Dekada 11-20.11.23 Dieta Lekkostrawna</p> <p>Razem E: 1773.0 kcal   B 83.0 g   T 52.2 g   W 254.3 g   SFA 15.9 g   Cukry 65.0 g   Sól 5.0 g   Błonnik 25.1 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; jaja kurze całe 118.00g; <b>(3)</b> chleb zwykły 75.00g; <b>(1)</b> pomidory, czerwone 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; włoszczyzna suszona (Kucharek) 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.00g 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 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; chleb zwykły 75.00g; <b>(1)</b> szynka delikatesowa z kurczaka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;</p>
<p>Dekada 11-20.11.23 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)</p> <p>Razem E: 1735.1 kcal   B 76.8 g   T 52.9 g   W 255.9 g   SFA 14.4 g   Cukry 55.0 g   Sól 5.9 g   Błonnik 37.3 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 25.00g;</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; włoszczyzna suszona (Kucharek) 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.00g 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 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; chleb żytni razowy 110.00g; <b>(1)</b> szynka delikatesowa z kurczaka 50.00g; Margaryna smakowita 25.00g; sałata masłowa 12.00g;</p>

Poniedziałek 2023-11-20

	śniadanie	obiad	kolacja
<p>Dekada 11-20.11.23 Dieta Podstawowa</p> <p>Razem E: 1839.0 kcal   B 84.9 g   T 47.7 g   W 282.2 g   SFA 15.4 g   Cukry 76.1 g   Sól 4.6 g   Błonnik 32.5 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; chleb żytni razowy 75.00g; <b>(1)</b> pomidory, czerwone 50.00g; szynka wieprzowa, gotowana 50.00g; chleb zwykły 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 Kotlet z piersi kurczaka szpital <b>(1, 3)</b> Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry 90.00g; jaja kurze całe 15.00g; mąka pszenna, typ 500 10.00g; bułka tarta 10.00g Surówka z kapusty pekińskiej szpital Składniki: kapusta pekińska 120.00g; marchew 20.00g; papryka czerwona, słodka 20.00g; kukurydza żółta, ziarna, w puszcze, po odsączeniu 10.00g; olej rzepakowy uniwersalny 10.00g ziemniaki 300.00g; kisiel w proszku 30.00g;</p>	<p>Pasta z twarogu z ziołami i czosnkiem <b>(7)</b> 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; <b>(1)</b> rzodkiewka 50.00g; chleb zwykły 25.00g; <b>(1)</b> Margaryna smakowita 20.00g;</p>
<p>Dekada 11-20.11.23 Dieta Lekkostrawna</p> <p>Razem E: 1721.0 kcal   B 80.6 g   T 36.1 g   W 277.8 g   SFA 14.5 g   Cukry 102.6 g   Sól 5.9 g   Błonnik 22.3 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; chleb zwykły 75.00g; <b>(1)</b> pomidory, czerwone 50.00g; szynka wieprzowa, gotowana 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 Kotlet z piersi kurczaka szpital <b>(1, 3)</b> Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry 90.00g; jaja kurze całe 15.00g; mąka pszenna, typ 500 10.00g; bułka tarta 10.00g ziemniaki 300.00g; marchew, gotowana, odsączona, bez soli 120.00g; kisiel w proszku 30.00g;</p>	<p>Pasta z twarogu szpital <b>(7)</b> 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; <b>(1)</b> dżem truskawkowy, niskosłodzony 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>
<p>Dekada 11-20.11.23 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)</p> <p>Razem E: 1759.5 kcal   B 76.5 g   T 46.8 g   W 274.6 g   SFA 13.6 g   Cukry 64.3 g   Sól 4.7 g   Błonnik 36.2 g</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; <b>(1)</b> pomidory, czerwone 50.00g; szynka wieprzowa, gotowana 50.00g; Margaryna smakowita 25.00g;</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 Kotlet z piersi kurczaka szpital <b>(1, 3)</b> Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry 90.00g; jaja kurze całe 15.00g; mąka pszenna, typ 500 10.00g; bułka tarta 10.00g Surówka z kapusty pekińskiej szpital Składniki: kapusta pekińska 120.00g; marchew 20.00g; papryka czerwona, słodka 20.00g; kukurydza żółta, ziarna, w puszcze, po odsączeniu 10.00g; olej rzepakowy uniwersalny 10.00g ziemniaki 300.00g; kisiel w proszku 30.00g;</p>	<p>Pasta z twarogu z ziołami i czosnkiem <b>(7)</b> 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; <b>(1)</b> rzodkiewka 50.00g; Margaryna smakowita 25.00g;</p>