

JADŁOSPIS DEKADOWY

30.01-08.02.24

Wtorek 2024-01-30

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
<p>Dekada 30.01-8.02.24 Dieta Podstawowa</p> <p>Razem E: 1956.7 kcal B 79.0 g T 58.3 g W 291.7 g SFA 24.7 g Cukry 71.5 g Sól 9.7 g Błonnik 28.8 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 100.00g; (1) chleb żytni razowy 75.00g; (1) papryka czerwona, słodka 50.00g; szynka konserwowa 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Barszcz biały szpital (3, 7, 9) Składniki: woda 259.66g; jaja kurze całe 59.00g; Barszcz biały WINIARY 15.00g; marchew 14.80g; pietruszka, korzeń 14.20g; seler korzeniowy 12.40g; chrzan 10.00g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.00g; por 1.16g 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>Serek Hochland 90.00g;</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 75.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; Indyk w galarecie LUX 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;</p>
<p>Dekada 30.01-8.02.24 Dieta Lekkostrawna</p> <p>Razem E: 1743.1 kcal B 69.3 g T 46.3 g W 272.8 g SFA 16.3 g Cukry 85.9 g Sól 6.8 g Błonnik 24.9 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) papryka czerwona, słodka 50.00g; szynka konserwowa 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Zupa ziemniaczana szpital (7, 9) Składniki: woda 221.00g; ziemniaki 110.50g; seler korzeniowy 14.73g; marchew 14.73g; pietruszka, korzeń 14.73g; por 7.37g; śmietana, 18% tłuszczu 7.37g; włoszczyzna suszona (Kucharek) 7.37g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 4.42g Łazanki z kapustą białą szpital (1, 10) Składniki: kapusta biała 250.00g; makaron łazanki (GLUTENEX) 70.00g; kielbasa zwyczajna 40.00g; cebula 10.00g Buraczki szpital Składniki: buraki gotowane, odsączone, bez soli 120.00g; cebula 10.00g; olej rzepakowy uniwersalny 5.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;</p>	<p>jogurt naturalny, 2% tłuszczu 180.00g; (7) herbatniki 10.00g; (1, 6, 7)</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb zwykły 75.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; Indyk w galarecie LUX 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;</p>
<p>Dekada 30.01-8.02.24 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)</p> <p>Razem E: 1651.1 kcal B 66.0 g T 52.4 g W 241.9 g SFA 21.4 g Cukry 58.6 g Sól 9.0 g Błonnik 29.3 g</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; (1) papryka czerwona, słodka 50.00g; szynka konserwowa 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Barszcz biały szpital (3, 7, 9) Składniki: woda 259.66g; jaja kurze całe 59.00g; Barszcz biały WINIARY 15.00g; marchew 14.80g; pietruszka, korzeń 14.20g; seler korzeniowy 12.40g; chrzan 10.00g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.00g; por 1.16g 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>Serek Hochland 90.00g;</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; Indyk w galarecie LUX 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;</p>

Środa 2024-01-31

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
<p>Dekada 30.01-8.02.24 Dieta Podstawowa</p> <p>Razem E: 2072.1 kcal B 90.3 g T 70.4 g W 286.8 g SFA 21.2 g Cukry 86.3 g Sól 6.0 g Błonnik 37.4 g</p>	<p>Kasza jęczmienna na mleku szpital (1, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; kasza jęczmienna, 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) papryka czerwona, słodka 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Zupa kalafiorowa szpital (7, 9) 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 Kotlet mielony szpital (1, 3) Składniki: wieprzowina, topatka 90.00g; jaja kurze całe 14.75g; cebula 10.00g; bułka tarta 10.00g Surówka z ogórków szpital Składniki: ogórek kiszony 100.00g; marchew 20.00g; cebula 10.00g; olej rzepakowy uniwersalny 8.00g ziemniaki 300.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;</p>	<p>kiwi 162.00g;</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) ogórek 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;</p>
<p>Dekada 30.01-8.02.24 Dieta Lekkostrawna</p> <p>Razem E: 1937.4 kcal B 87.0 g T 60.6 g W 275.4 g SFA 20.4 g Cukry 105.5 g Sól 5.7 g Błonnik 30.4 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>Zupa kalafiorowa szpital (7, 9) 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 Kotlet mielony szpital (1, 3) Składniki: wieprzowina, topatka 90.00g; jaja kurze całe 14.75g; cebula 10.00g; bułka tarta 10.00g Marchew z jabłkiem szpital Składniki: marchew 118.29g; jabłko 19.71g ziemniaki 300.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;</p>	<p>pomarańcza 150.00g;</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 truskawkowy, niskosłodzony 30.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>
<p>Dekada 30.01-8.02.24 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)</p> <p>Razem E: 1910.0 kcal B 81.5 g T 65.5 g W 267.3 g SFA 18.2 g Cukry 74.4 g Sól 6.1 g Błonnik 40.0 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) papryka czerwona, słodka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Zupa kalafiorowa szpital (7, 9) 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 Kotlet mielony szpital (1, 3) Składniki: wieprzowina, topatka 90.00g; jaja kurze całe 14.75g; cebula 10.00g; bułka tarta 10.00g Surówka z ogórków szpital Składniki: ogórek kiszony 100.00g; marchew 20.00g; cebula 10.00g; olej rzepakowy uniwersalny 8.00g ziemniaki 300.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;</p>	<p>kiwi 162.00g;</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) ogórek 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>

JADŁOSPIS DEKADOWY

30.01-08.02.24

Czwartek 2024-02-01

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
<p>Dekada 30.01-8.02.24 Dieta Podstawowa</p> <p>Razem E: 2001.5 kcal B 85.4 g T 56.2 g W 303.1 g SFA 24.9 g Cukry 85.9 g Sól 6.6 g Błonnik 30.5 g</p>	<p>Płatki owsiane na mleku szpital (1, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; płatki owsiane 20.00g</p> <p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 75.00g; (1) pomidory, czerwone 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</p> <p>Gołąbki szpital Składniki: kapusta biała 200.00g; wieprzowina, łopatką 70.00g; ryż biały 50.00g</p> <p>Sos pomidorowy szpital (7) Składniki: woda 130.00g; śmietana, 18% tłuszczu 20.00g; koncentrat pomidorowy, 30% 13.00g ziemniaki 150.00g; kisiel w proszku 30.00g;</p>	<p>jogurt naturalny, 2% tłuszczu 180.00g; (7)</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 75.00g; (1) ogórek kiszony 50.00g; ser, gouda tłusty 50.00g; (7) chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;</p>
<p>Dekada 30.01-8.02.24 Dieta Lekkostrawna</p> <p>Razem E: 1792.7 kcal B 80.1 g T 43.1 g W 280.8 g SFA 16.7 g Cukry 95.1 g Sól 5.1 g Błonnik 22.8 g</p>	<p>Płatki owsiane na mleku szpital (1, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; płatki owsiane 20.00g</p> <p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb zwykły 75.00g; (1) pomidory, czerwone 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</p> <p>Pulpet w sosie szpital (1, 3) Składniki: wieprzowina, łopatką 83.70g; jaja kurze całe 13.70g; bułka tarta 9.30g ziemniaki 300.00g; kisiel w proszku 30.00g;</p>	<p>jogurt naturalny, 2% tłuszczu 180.00g; (7)</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; jabłko 188.00g; chleb zwykły 75.00g; (1) szynka z piersi kurczaka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>
<p>Dekada 30.01-8.02.24 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)</p> <p>Razem E: 1831.2 kcal B 75.6 g T 50.3 g W 284.7 g SFA 21.7 g Cukry 73.9 g Sól 6.6 g Błonnik 32.9 g</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; (1) pomidory, czerwone 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</p> <p>Gołąbki szpital Składniki: kapusta biała 200.00g; wieprzowina, łopatką 70.00g; ryż biały 50.00g</p> <p>Sos pomidorowy szpital (7) Składniki: woda 130.00g; śmietana, 18% tłuszczu 20.00g; koncentrat pomidorowy, 30% 13.00g ziemniaki 150.00g; kisiel w proszku 30.00g;</p>	<p>jogurt naturalny, 2% tłuszczu 180.00g; (7)</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; (1) ogórek kiszony 50.00g; ser, gouda tłusty 50.00g; (7) Margaryna smakowita 20.00g;</p>

JADŁOSPIS DEKADOWY

30.01-08.02.24

Piątek 2024-02-02

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
<p>Dekada 30.01-8.02.24 Dieta Podstawowa</p> <p>Razem E: 2137.3 kcal B 78.8 g T 77.4 g W 299.1 g SFA 21.0 g Cukry 81.0 g Sól 6.1 g Błonnik 39.0 g</p>	<p>Ryż na mleku szpital (7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; ryż biały 20.00g</p> <p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; parówki z kurczaka 90.00g; chleb żytni razowy 75.00g; (1) papryka czerwona, słodka 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;</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</p> <p>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</p> <p>Surówka z kapusty kiszzonej szpital Składniki: kapusta kiszona 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>pomarańcza 150.00g;</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</p> <p>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 30.01-8.02.24 Dieta Lekkostrawna</p> <p>Razem E: 1951.8 kcal B 74.8 g T 65.7 g W 278.6 g SFA 20.3 g Cukry 80.8 g Sól 4.7 g Błonnik 29.5 g</p>	<p>Ryż na mleku szpital (7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; ryż biały 20.00g</p> <p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; parówki z kurczaka 90.00g; chleb zwykły 75.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</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</p> <p>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</p> <p>ziemniaki 300.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; marchew, gotowana, odsączona, bez soli 120.00g;</p>	<p>pomarańcza 150.00g;</p>	<p>Pasta z jajek szpital (3, 7) Składniki: jaja kurze całe 83.82g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 32.68g</p> <p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb zwykły 75.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;</p>
<p>Dekada 30.01-8.02.24 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)</p> <p>Razem E: 1973.4 kcal B 70.0 g T 72.8 g W 278.8 g SFA 18.0 g Cukry 69.2 g Sól 6.2 g Błonnik 42.3 g</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; (1) parówki z kurczaka 90.00g; papryka czerwona, słodka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</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</p> <p>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</p> <p>Surówka z kapusty kiszzonej szpital Składniki: kapusta kiszona 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>pomarańcza 150.00g;</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</p> <p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;</p>

Sobota 2024-02-03

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
<p>Dekada 30.01-8.02.24 Dieta Podstawowa</p> <p>Razem E: 2279.0 kcal B 93.6 g T 88.1 g W 293.2 g SFA 32.6 g Cukry 83.0 g Sól 5.5 g Błonnik 33.6 g</p>	<p>Makaron na mleku szpital (1, 3, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; makaron dwujajeczny 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) rzodkiewka 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Zupa z zielonego groszku szpital (7, 9) Składniki: woda 259.66g; ziemniaki 150.00g; groszek zielony, w puszcze, bez soli, po odsączeniu 20.00g; marchew 11.29g; pietruszka, korzeń 11.29g; seler korzeniowy 11.29g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 5.64g; por 0.83g</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>jogurt naturalny, 2% tłuszczu 180.00g; (7)</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 75.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; szynka wiejska 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;</p>
<p>Dekada 30.01-8.02.24 Dieta Lekkostrawna</p> <p>Razem E: 2184.1 kcal B 90.9 g T 86.8 g W 270.2 g SFA 32.5 g Cukry 82.2 g Sól 6.8 g Błonnik 23.6 g</p>	<p>Makaron na mleku szpital (1, 3, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; makaron dwujajeczny 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) pomidory, czerwone 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Zupa z zielonego groszku szpital (7, 9) Składniki: woda 259.66g; ziemniaki 150.00g; groszek zielony, w puszcze, bez soli, po odsączeniu 20.00g; marchew 11.29g; pietruszka, korzeń 11.29g; seler korzeniowy 11.29g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 5.64g; por 0.83g</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>jogurt naturalny, 2% tłuszczu 180.00g; (7)</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb zwykły 75.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; szynka wiejska 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>
<p>Dekada 30.01-8.02.24 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)</p> <p>Razem E: 2109.3 kcal B 83.8 g T 83.2 g W 273.3 g SFA 29.5 g Cukry 71.1 g Sól 5.6 g Błonnik 36.8 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) rzodkiewka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Zupa z zielonego groszku szpital (7, 9) Składniki: woda 259.66g; ziemniaki 150.00g; groszek zielony, w puszcze, bez soli, po odsączeniu 20.00g; marchew 11.29g; pietruszka, korzeń 11.29g; seler korzeniowy 11.29g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 5.64g; por 0.83g</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>jogurt naturalny, 2% tłuszczu 180.00g; (7)</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; szynka wiejska 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>

Niedziela 2024-02-04

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
<p>Dekada 30.01-8.02.24 Dieta Podstawowa</p> <p>Razem E: 1939.4 kcal B 85.2 g T 49.4 g W 306.5 g SFA 15.8 g Cukry 94.9 g Sól 5.3 g Błonnik 39.3 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; jaja kurze całe 118.00g; (3) chleb żytni razowy 75.00g; (1) papryka czerwona, słodka 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 Potrawka z kurczaka z brokułem 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 Marchew z jabłkiem szpital Składniki: marchew 120.00g; jabłko 20.00g ziemniaki 300.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;</p>	<p>jabłko 188.00g;</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 75.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; szynka delikatesowa z kurczaka 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;</p>
<p>Dekada 30.01-8.02.24 Dieta Lekkostrawna</p> <p>Razem E: 1851.9 kcal B 82.5 g T 48.2 g W 286.0 g SFA 15.7 g Cukry 93.9 g Sól 4.6 g Błonnik 30.9 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; jaja kurze całe 118.00g; (3) chleb zwykły 75.00g; (1) papryka czerwona, słodka 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 Potrawka z kurczaka z brokułem 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 Marchew z jabłkiem szpital Składniki: marchew 120.00g; jabłko 20.00g ziemniaki 300.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;</p>	<p>jabłko 188.00g;</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb zwykły 75.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; szynka delikatesowa z kurczaka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;</p>
<p>Dekada 30.01-8.02.24 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)</p> <p>Razem E: 1770.1 kcal B 76.0 g T 44.7 g W 286.0 g SFA 12.9 g Cukry 83.0 g Sól 5.3 g Błonnik 42.8 g</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; jaja kurze całe 118.00g; (3) chleb żytni razowy 110.00g; (1) papryka czerwona, słodka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Zupa ryżowa szpital (9) Składniki: woda 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 brokułem 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 Marchew z jabłkiem szpital Składniki: marchew 120.00g; jabłko 20.00g ziemniaki 300.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;</p>	<p>jabłko 188.00g;</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; szynka delikatesowa z kurczaka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;</p>

Poniedziałek 2024-02-05

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
<p>Dekada 30.01-8.02.24 Dieta Podstawowa</p> <p>Razem E: 2154.2 kcal B 92.0 g T 66.6 g W 315.4 g SFA 19.1 g Cukry 107.6 g Sól 6.9 g Błonnik 39.3 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; paprykarz "szczeciński" 80.00g; (4) chleb żytni razowy 75.00g; (1) ogórek kiszony 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Zupa jarzynowa szpital (7, 9) Składniki: woda 259.66g; ziemniaki 75.02g; fasola szparagowa zielona, mrożona 30.00g; marchew 14.80g; pietruszka, korzeń 14.20g; seler korzeniowy 12.40g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.00g; por 1.16g Bitki ze schabu szpital Składniki: wieprzowina, schab surowy bez kości 90.00g; olej rzepakowy uniwersalny 10.00g; cebula 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>kefir, 2% tłuszczu 230.00g; (7) pomarańcza 150.00g;</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; jabłko 188.00g; chleb żytni razowy 75.00g; (1) chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;</p>
<p>Dekada 30.01-8.02.24 Dieta Lekkostrawna</p> <p>Razem E: 1963.2 kcal B 89.6 g T 57.4 g W 285.7 g SFA 18.3 g Cukry 106.7 g Sól 7.1 g Błonnik 29.3 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) szynka z udźca kurczaka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;</p>	<p>Zupa jarzynowa szpital (7, 9) Składniki: woda 259.66g; ziemniaki 75.02g; fasola szparagowa zielona, mrożona 30.00g; marchew 14.80g; pietruszka, korzeń 14.20g; seler korzeniowy 12.40g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.00g; por 1.16g Bitki ze schabu szpital Składniki: wieprzowina, schab surowy bez kości 90.00g; olej rzepakowy uniwersalny 10.00g; cebula 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>jogurt naturalny, 2% tłuszczu 180.00g; (7) pomarańcza 150.00g;</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; jabłko 188.00g; chleb zwykły 75.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;</p>
<p>Dekada 30.01-8.02.24 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)</p> <p>Razem E: 1985.1 kcal B 82.7 g T 61.4 g W 295.0 g SFA 16.0 g Cukry 95.6 g Sól 6.6 g Błonnik 41.2 g</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; (1) paprykarz "szczeciński" 80.00g; (4) ogórek kiszony 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Zupa jarzynowa szpital (7, 9) Składniki: woda 259.66g; ziemniaki 75.02g; fasola szparagowa zielona, mrożona 30.00g; marchew 14.80g; pietruszka, korzeń 14.20g; seler korzeniowy 12.40g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.00g; por 1.16g Bitki ze schabu szpital Składniki: wieprzowina, schab surowy bez kości 90.00g; olej rzepakowy uniwersalny 10.00g; cebula 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>kefir, 2% tłuszczu 230.00g; (7) pomarańcza 150.00g;</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; jabłko 188.00g; chleb żytni razowy 110.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;</p>

JADŁOSPIS DEKADOWY

30.01-08.02.24

Wtorek 2024-02-06

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
<p>Dekada 30.01-8.02.24 Dieta Podstawowa</p> <p>Razem E: 2046.0 kcal B 82.9 g T 67.9 g W 289.7 g SFA 20.4 g Cukry 77.5 g Sól 6.0 g Błonnik 28.5 g</p>	<p>Kasza manna na mleku szpital (1, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; kasza manna 15.00g</p> <p>Jajecznicza szpital (3) 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: (1) szpinak, mrożony 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</p> <p>Pierogi ruskie szpital (1, 3, 7) 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>jogurt naturalny, 2% tłuszczu 180.00g: (7)</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 masłowa 12.00g;</p>
<p>Dekada 30.01-8.02.24 Dieta Lekkostrawna</p> <p>Razem E: 2194.3 kcal B 86.2 g T 72.0 g W 311.5 g SFA 23.6 g Cukry 78.1 g Sól 4.9 g Błonnik 21.7 g</p>	<p>Kasza manna na mleku szpital (1, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; kasza manna 15.00g</p> <p>Jajecznicza szpital (3) 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: (1) szpinak, mrożony 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Zupa ziemniaczana szpital (7, 9) Składniki: woda 269.42g; ziemniaki 134.71g; seler korzeniowy 17.96g; marchew 17.96g; pietruszka, korzeń 17.96g; por 8.98g; śmietana, 18% tłuszczu 8.98g; włoszczyzna suszona (Kucharek) 8.98g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 5.39g</p> <p>Makaron z twarogiem szpital (1, 7) Składniki: ser twarogowy półtłusty, bez laktozy 133.64g; makaron świderki (GLUTENEX) 116.93g; margaryna miękka, 80% tłuszczu 16.70g</p> <p>Marchew z jabłkiem szpital Składniki: marchew 145.71g; jabłko 24.29g</p> <p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;</p>	<p>jogurt naturalny, 2% tłuszczu 180.00g: (7)</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 masłowa 12.00g;</p>
<p>Dekada 30.01-8.02.24 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)</p> <p>Razem E: 1898.7 kcal B 74.1 g T 63.2 g W 273.6 g SFA 17.5 g Cukry 65.6 g Sól 6.0 g Błonnik 31.9 g</p>	<p>Jajecznicza szpital (3) 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: (1) szpinak, mrożony 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</p> <p>Pierogi ruskie szpital (1, 3, 7) 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>jogurt naturalny, 2% tłuszczu 180.00g: (7)</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 masłowa 12.00g;</p>

Środa 2024-02-07

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
<p>Dekada 30.01-8.02.24 Dieta Podstawowa</p> <p>Razem E: 2015.9 kcal B 100.2 g T 56.7 g W 292.7 g SFA 16.9 g Cukry 92.0 g Sól 5.9 g Błonnik 35.2 g</p>	<p>Lane kluski na mleku szpital (1, 3, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; kluski lane 20.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 75.00g; (1) papryka czerwona, słodka 50.00g; szynka wiejska 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 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; mięso z ud kurczaka, bez skóry 200.00g; kisiel w proszku 30.00g;</p>	<p>kiwi 162.00g;</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) ogórek kiszony 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;</p>
<p>Dekada 30.01-8.02.24 Dieta Lekkostrawna</p> <p>Razem E: 1976.2 kcal B 100.9 g T 51.7 g W 290.8 g SFA 16.5 g Cukry 121.0 g Sól 7.2 g Błonnik 28.9 g</p>	<p>Lane kluski na mleku szpital (1, 3, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; kluski lane 20.00g pomidory, czerwone 250.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb zwykły 75.00g; (1) szynka wiejska 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 160.00g; cebula 13.33g; olej rzepakowy uniwersalny 6.67g ziemniaki 300.00g; mięso z ud kurczaka, bez skóry 200.00g; kisiel w proszku 30.00g;</p>	<p>pomarańcza 162.00g;</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 truskawkowy, niskosłodzony 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>
<p>Dekada 30.01-8.02.24 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)</p> <p>Razem E: 1900.0 kcal B 91.8 g T 51.7 g W 285.0 g SFA 13.8 g Cukry 80.2 g Sól 5.9 g Błonnik 38.8 g</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; (1) papryka czerwona, słodka 50.00g; szynka wiejska 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 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; mięso z ud kurczaka, bez skóry 200.00g; kisiel w proszku 30.00g;</p>	<p>kiwi 162.00g;</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) ogórek kiszony 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>

JADŁOSPIS DEKADOWY

30.01-08.02.24

Czwartek 2024-02-08

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
<p>Dekada 30.01-8.02.24 Dieta Podstawowa</p> <p>Razem E: 2184.8 kcal B 90.0 g T 48.1 g W 369.5 g SFA 17.2 g Cukry 96.9 g Sól 4.9 g Błonnik 46.1 g</p>	<p>Makaron na mleku szpital (1, 3, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; makaron dwujajeczny 20.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 75.00g; (1) ogórek 50.00g; szynka wieprzowa, gotowana 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 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 Marchew z jabłkiem szpital Składniki: marchew 120.00g; jabłko 20.00g ziemniaki 300.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; kasza jęczmienna, perłowa 70.00g; (1)</p>	<p>jabłko 188.00g;</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) papryka czerwona, słodka 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;</p>
<p>Dekada 30.01-8.02.24 Dieta Lekkostrawna</p> <p>Razem E: 2084.7 kcal B 86.9 g T 46.7 g W 346.4 g SFA 17.1 g Cukry 94.3 g Sól 4.1 g Błonnik 37.2 g</p>	<p>Makaron na mleku szpital (1, 3, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; makaron dwujajeczny 20.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb zwykły 75.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; szynka wieprzowa, gotowana 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 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 Marchew z jabłkiem szpital Składniki: marchew 120.00g; jabłko 20.00g ziemniaki 300.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; kasza jęczmienna, perłowa 70.00g; (1)</p>	<p>jabłko 188.00g;</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; salata masłowa 12.00g;</p>
<p>Dekada 30.01-8.02.24 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)</p> <p>Razem E: 2015.1 kcal B 80.2 g T 43.1 g W 349.6 g SFA 14.2 g Cukry 85.0 g Sól 4.9 g Błonnik 49.3 g</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; (1) ogórek 50.00g; szynka wieprzowa, gotowana 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Zupa 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 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 Marchew z jabłkiem szpital Składniki: marchew 120.00g; jabłko 20.00g ziemniaki 300.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; kasza jęczmienna, perłowa 70.00g; (1)</p>	<p>jabłko 188.00g;</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) papryka czerwona, słodka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>