

Sobota 2024-03-30

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
30.03.-8.04.24 Dekada dieta podstawowa	<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) rzodkiewka 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Barszcz biały szpital (3, 7, 9) Składniki: woda 259.66g; jaja kurze całe 59.00g; Barszcz biały WINIARY 15.00g; marchew 14.80g; pietruszka, korzeń 14.20g; seler korzeniowy 12.40g; chrzan 10.00g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.00g; por 1.16g</p> <p>Ryż z jabłkami szpital (7) Składniki: jabłko 200.00g; ryż biały 70.00g; śmietana, 18% tłuszczu 60.00g</p> <p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;</p>	<p>pomarańcza 300.00g;</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 75.00g; (1) ogórek 50.00g; Kurczak gotowany 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;</p>
30.03.-8.04.24 Dekada dieta lekkostrawna	<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 śliwkowy, niskosłodzony 30.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Zupa ziemniaczana szpital (7, 9) Składniki: woda 442.00g; ziemniaki 221.00g; seler korzeniowy 29.50g; marchew 29.50g; pietruszka, korzeń 29.50g; por 14.70g; śmietana, 18% tłuszczu 14.70g; włoszczyzna suszona (Kucharek) 14.70g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 8.84g</p> <p>Ryż z jabłkami szpital (7) Składniki: jabłko 200.00g; ryż biały 70.00g; śmietana, 18% tłuszczu 60.00g</p> <p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;</p>	<p>pomarańcza 300.00g;</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb zwykły 75.00g; (1) Kurczak gotowany 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; sałata lodowa 15.00g;</p>
30.03.-8.04.24 Dekada dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)	<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>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</p> <p>Ryż z jabłkami szpital (7) Składniki: jabłko 200.00g; ryż biały 70.00g; śmietana, 18% tłuszczu 60.00g</p> <p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;</p>	<p>pomarańcza 300.00g;</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; (1) ogórek 50.00g; Kurczak gotowany 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>

Niedziela 2024-03-31

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
30.03.-8.04.24 Dekada dieta podstawowa Razem E: 2100.0 kcal B 90.3 g T 67.7 g W 299.9 g SFA 20.9 g Cukry 95.2 g Sól 8.1 g Błonnik 36.4 g	Ryż na mleku szpital (7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; ryż biały 20.00g Sos chrzanowy (3, 7, 10, 12) Składniki: jogurt grecki, 10% tłuszczu 6.69g; majonez domowy z olejem rzepakowym 2.50g; sok ze świeżej cytryny 0.38g; chrzan tarty, w słoiku 0.38g; pieprz czarny 0.06g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; biała kielbasa 90.00g; (10) chleb żytni razowy 75.00g; (1) jaja kurze całe 59.00g; (3) papryka czerwona, słodka 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;	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 Bitki ze schabu szpital Składniki: wieprzowina, schab surowy bez kości 90.00g; olej rzepakowy uniwersalny 10.00g; cebula 10.00g Marchew z jabłkiem szpital Składniki: marchew 120.00g; jabłko 20.00g ziemniaki 300.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;	banan 115.00g;	herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; sałata lodowa 75.00g; chleb żytni razowy 75.00g; (1) szynka staropolska 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;
30.03.-8.04.24 Dekada dieta lekkostrawna Razem E: 1915.7 kcal B 78.3 g T 59.7 g W 279.7 g SFA 18.2 g Cukry 92.9 g Sól 4.6 g Błonnik 27.7 g	Ryż na mleku szpital (7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; ryż biały 20.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb zwykły 75.00g; (1) parówki z kurczaka 60.00g; jaja kurze całe 59.00g; (3) pomidory, czerwone 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;	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 Bitki ze schabu szpital Składniki: wieprzowina, schab surowy bez kości 90.00g; olej rzepakowy uniwersalny 10.00g; cebula 10.00g Marchew z jabłkiem szpital Składniki: marchew 120.00g; jabłko 20.00g ziemniaki 300.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;	banan 115.00g;	herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; sałata lodowa 75.00g; chleb zwykły 75.00g; (1) szynka staropolska 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;
30.03.-8.04.24 Dekada dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa) Razem E: 1918.5 kcal B 81.2 g T 63.5 g W 275.3 g SFA 17.9 g Cukry 80.9 g Sól 8.2 g Błonnik 41.5 g	Sos chrzanowy (3, 7, 10, 12) Składniki: jogurt grecki, 10% tłuszczu 6.69g; majonez domowy z olejem rzepakowym 2.50g; sok ze świeżej cytryny 0.38g; chrzan tarty, w słoiku 0.38g; pieprz czarny 0.06g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; (1) biała kielbasa 90.00g; (10) jaja kurze całe 59.00g; (3) papryka czerwona, słodka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;	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 Bitki ze schabu szpital Składniki: wieprzowina, schab surowy bez kości 90.00g; olej rzepakowy uniwersalny 10.00g; cebula 10.00g Marchew z jabłkiem szpital Składniki: marchew 120.00g; jabłko 20.00g ziemniaki 300.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;	jabłko 188.00g;	herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; (1) sałata lodowa 75.00g; szynka staropolska 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;

Poniedziałek 2024-04-01

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
30.03.-8.04.24 Dekada dieta podstawowa	<p>Kasza kukurydziana na mleku (7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 230.00g; kasza kukurydziana 20.00g</p> <p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 75.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; Schab nie ze wsi 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</p> <p>Udko pieczone szpital (10) Składniki: mięso z ud kurczaka, ze skórą 200.00g; olej rzepakowy uniwersalny 10.00g; cebula 5.00g; curry w proszku 2.00g</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>jabłko 188.00g; biszkopty 10.00g; (1, 3)</p>	<p>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; kiełbasa krakowska, sucha 5.00g; (10)</p>
30.03.-8.04.24 Dekada dieta lekkostrawna	<p>Kasza kukurydziana na mleku (7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 230.00g; kasza kukurydziana 20.00g</p> <p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb zwykły 75.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; Schab nie ze wsi 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</p> <p>Udko pieczone szpital (10) Składniki: mięso z ud kurczaka, ze skórą 200.00g; olej rzepakowy uniwersalny 10.00g; cebula 5.00g; curry w proszku 2.00g</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>jabłko 188.00g; biszkopty 10.00g; (1, 3)</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb zwykły 75.00g; (1) ogórek 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; szynka konserwowa 5.00g;</p>
30.03.-8.04.24 Dekada dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; Schab nie ze wsi 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</p> <p>Udko pieczone szpital (10) Składniki: mięso z ud kurczaka, ze skórą 200.00g; olej rzepakowy uniwersalny 10.00g; cebula 5.00g; curry w proszku 2.00g</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>jabłko 188.00g; biszkopty 10.00g; (1, 3)</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; (1) ogórek 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; kiełbasa krakowska, sucha 5.00g; (10)</p>
Razem E: 2018.1 kcal B 83.1 g T 65.7 g W 290.8 g SFA 17.0 g Cukry 84.2 g Sól 5.8 g Błonnik 35.8 g				
Razem E: 1921.0 kcal B 79.8 g T 63.6 g W 270.3 g SFA 16.5 g Cukry 83.2 g Sól 5.0 g Błonnik 27.4 g				
Razem E: 1859.0 kcal B 74.6 g T 61.4 g W 271.3 g SFA 14.3 g Cukry 73.2 g Sól 5.8 g Błonnik 39.3 g				

Wtorek 2024-04-02

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
30.03.-8.04.24 Dekada dieta podstawowa	<p>Płatki jęczmienne na mleku szpital (1, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; płatki jęczmienne 20.00g</p> <p>Jajecznica 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) papryka czerwona, słodka 50.00g; chleb zwykły 25.00g: (1) Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Zupa brokułowa szpital (7, 9) Składniki: woda 259.66g; ziemniaki 100.00g; brokuły 20.00g; marchew 11.29g; pietruszka, korzeń 11.29g; seler korzeniowy 11.29g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 5.64g; por 0.83g</p> <p>Spaghetti (penne) szpital Składniki: wieprzowina, topatka 90.00g; makaron penne (Incola) 70.00g; przecier pomidorowy (sos) z cząstkami pomidorów, w puszcze 50.00g; koncentrat pomidorowy, 30% 13.00g; cebula 10.00g</p> <p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;</p>	<p>Danio 130.00g; herbatniki 10.00g: (1, 6, 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 lodowa 15.00g;</p>
30.03.-8.04.24 Dekada dieta lekkostrawna	<p>Płatki jęczmienne na mleku szpital (1, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; płatki jęczmienne 20.00g</p> <p>Jajecznica 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) pomidory, czerwone 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Zupa brokułowa szpital (7, 9) Składniki: woda 259.66g; ziemniaki 100.00g; brokuły 20.00g; marchew 11.29g; pietruszka, korzeń 11.29g; seler korzeniowy 11.29g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 5.64g; por 0.83g</p> <p>Makaron z twarogiem szpital (1, 7) Składniki: ser twarogowy półtłusty, bez laktozy 116.50g; makaron świderki (GLUTENEX) 101.94g; margaryna miękka, 80% tłuszczu 14.56g</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>Danio 130.00g; herbatniki 10.00g: (1, 6, 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 lodowa 15.00g;</p>
30.03.-8.04.24 Dekada dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)	<p>Jajecznica 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) papryka czerwona, słodka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Zupa brokułowa szpital (7, 9) Składniki: woda 259.66g; ziemniaki 100.00g; brokuły 20.00g; marchew 11.29g; pietruszka, korzeń 11.29g; seler korzeniowy 11.29g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 5.64g; por 0.83g</p> <p>Spaghetti (penne) szpital Składniki: wieprzowina, topatka 90.00g; makaron penne (Incola) 70.00g; przecier pomidorowy (sos) z cząstkami pomidorów, w puszcze 50.00g; koncentrat pomidorowy, 30% 13.00g; cebula 10.00g</p> <p>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 żytni razowy 110.00g: (1) Indyk w galarecie LUX 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; sałata lodowa 15.00g;</p>
Razem E: 1982.7 kcal B 80.9 g T 63.5 g W 285.2 g SFA 21.1 g Cukry 66.8 g Sól 5.6 g Błonnik 25.3 g	Razem E: 2125.4 kcal B 80.8 g T 71.0 g W 300.2 g SFA 23.5 g Cukry 68.4 g Sól 4.9 g Błonnik 18.0 g	Razem E: 1793.6 kcal B 72.3 g T 58.1 g W 259.3 g SFA 17.7 g Cukry 64.9 g Sól 5.4 g Błonnik 27.2 g		

Środa 2024-04-03

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
30.03.-8.04.24 Dekada dieta podstawowa Razem E: 1940.1 kcal B 91.3 g T 55.5 g W 285.9 g SFA 19.2 g Cukry 81.9 g Sól 7.0 g Błonnik 31.4 g	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) pomidory, czerwone 50.00g; szynka z piersi kurczaka 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;	Zupa pomidorowa z makaronem szpital (1, 3, 9) Składniki: woda 300.00g; pietruszka, korzeń 20.00g; seler korzeniowy 20.00g; marchew 20.00g; makaron dwujajeczny 20.00g; koncentrat pomidorowy, 30% 13.00g; por 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 Surówka z ogórków szpital Składniki: ogórek kiszony 100.00g; marchew 20.00g; cebula 10.00g; olej rzepakowy uniwersalny 8.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; kasza jęczmienna, perłowa 70.00g; (1)	jogurt naturalny, 2% tłuszczu 180.00g; (7) biszkoty 10.00g; (1, 3)	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;
30.03.-8.04.24 Dekada dieta lekkostrawna Razem E: 1871.2 kcal B 90.1 g T 51.4 g W 275.5 g SFA 18.9 g Cukry 96.8 g Sól 7.2 g Błonnik 23.4 g	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 z piersi kurczaka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;	Zupa pomidorowa z makaronem szpital (1, 3, 9) Składniki: woda 300.00g; pietruszka, korzeń 20.00g; seler korzeniowy 20.00g; marchew 20.00g; makaron dwujajeczny 20.00g; koncentrat pomidorowy, 30% 13.00g; por 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 Buraczki szpital Składniki: buraki gotowane, odsączone, bez soli 122.67g; cebula 10.22g; olej rzepakowy uniwersalny 5.11g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; kasza jęczmienna, perłowa 70.00g; (1)	jogurt naturalny, 2% tłuszczu 180.00g; (7) biszkoty 10.00g; (1, 3)	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;
30.03.-8.04.24 Dekada dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa) Razem E: 1824.2 kcal B 82.9 g T 50.5 g W 278.3 g SFA 16.1 g Cukry 70.0 g Sól 7.0 g Błonnik 35.1 g	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;	Zupa pomidorowa z makaronem szpital (1, 3, 9) Składniki: woda 300.00g; pietruszka, korzeń 20.00g; seler korzeniowy 20.00g; marchew 20.00g; makaron dwujajeczny 20.00g; koncentrat pomidorowy, 30% 13.00g; por 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 Surówka z ogórków szpital Składniki: ogórek kiszony 100.00g; marchew 20.00g; cebula 10.00g; olej rzepakowy uniwersalny 8.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; kasza jęczmienna, perłowa 70.00g; (1)	jogurt naturalny, 2% tłuszczu 180.00g; (7) biszkoty 10.00g; (1, 3)	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;

Czwartek 2024-04-04

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
30.03.-8.04.24 Dekada dieta podstawowa	<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; chleb żytni razowy 75.00g; (1) ogórek 50.00g; szynka konserwowa 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>Bitki ze schabu szpital Składniki: wieprzowina, schab surowy bez kości 90.00g; olej rzepakowy uniwersalny 10.00g; cebula 10.00g</p> <p>Surówka z marchwi, selera i jabłka szpital (7, 9) Składniki: seler korzeniowy 60.00g; marchew 60.00g; jabłko 20.00g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g ziemniaki 300.00g; kisiel w proszku 30.00g;</p>	kiwi 162.00g;	herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 75.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; ser, gouda tusty 50.00g; (7) chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;
30.03.-8.04.24 Dekada dieta lekkostrawna	<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; chleb zwykły 75.00g; (1) szynka konserwowa 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; sałata lodowa 15.00g;</p>	<p>Zupa kalafiorowa szpital (7, 9) Składniki: woda 309.04g; kalafior, mrożony 82.41g; seler korzeniowy 20.60g; marchew 20.60g; pietruszka, korzeń 20.60g; por 10.30g; włoścyczna suszona (Kucharek) 10.30g; śmietana, 18% tłuszczu 10.30g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.18g</p> <p>Bitki ze schabu szpital Składniki: wieprzowina, schab surowy bez kości 90.00g; olej rzepakowy uniwersalny 10.00g; cebula 10.00g</p> <p>Marchew z jabłkiem szpital Składniki: marchew 128.57g; jabłko 21.43g ziemniaki 300.00g; kisiel w proszku 30.00g;</p>	pomarańcza 300.00g;	herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb zwykły 75.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; Kurczak gotowany 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;
30.03.-8.04.24 Dekada dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; (1) ogórek 50.00g; szynka konserwowa 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Zupa 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>Bitki ze schabu szpital Składniki: wieprzowina, schab surowy bez kości 90.00g; olej rzepakowy uniwersalny 10.00g; cebula 10.00g</p> <p>Surówka z marchwi, selera i jabłka szpital (7, 9) Składniki: seler korzeniowy 60.00g; marchew 60.00g; jabłko 20.00g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g ziemniaki 300.00g; kisiel w proszku 30.00g;</p>	pomarańcza 300.00g;	herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; ser, gouda tusty 50.00g; (7) Margaryna smakowita 20.00g;

Piątek 2024-04-05

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
30.03.-8.04.24 Dekada dieta podstawowa Razem E: 2149.1 kcal B 80.9 g T 71.4 g W 314.3 g SFA 22.4 g Cukry 96.7 g Sól 5.5 g Błonnik 41.6 g	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; 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;	Kapuśniak z pomidorami szpital (9) Składniki: woda 300.00g; kapusta biała 100.00g; ziemniaki 100.00g; marchew 20.00g; pietruszka, korzeń 20.00g; seler korzeniowy 20.00g; koncentrat pomidorowy, 30% 10.00g; pomidory, czerwone, w puszcze, w soku pomidorowym 10.00g; por 10.00g; włoszczyzna suszona (Kucharek) 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.00g 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 czarnej rzodkwi (1, 7) Składniki: rzodkiew japońska (daikon), surowa 120.00g; jabłko 20.00g; marchew z groszkiem, gotowana 20.00g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g ziemniaki 300.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;	jabłko 188.00g;	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) chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g; sałata lodowa 15.00g;
30.03.-8.04.24 Dekada dieta lekkostrawna Razem E: 2007.8 kcal B 72.7 g T 65.7 g W 295.5 g SFA 20.6 g Cukry 88.4 g Sól 4.7 g Błonnik 31.8 g	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; parówki z kurczaka 90.00g; chleb zwykły 75.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;	Zupa ziemniaczana szpital (7, 9) Składniki: woda 332.97g; ziemniaki 166.48g; seler korzeniowy 22.20g; marchew 22.20g; pietruszka, korzeń 22.20g; por 11.10g; śmietana, 18% tłuszczu 11.10g; włoszczyzna suszona (Kucharek) 11.10g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.66g 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 ziemniaki 300.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; marchew, gotowana, odsączona, bez soli 120.00g;	jabłko 188.00g;	Pasta z jajek szpital (3, 7) Składniki: jaja kurze całe 55.90g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 21.80g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb zwykły 75.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g; sałata lodowa 15.00g;
30.03.-8.04.24 Dekada dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa) Razem E: 1979.4 kcal B 71.1 g T 66.4 g W 294.4 g SFA 19.3 g Cukry 84.8 g Sól 5.5 g Błonnik 44.8 g	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;	Kapuśniak z pomidorami szpital (9) Składniki: woda 300.00g; kapusta biała 100.00g; ziemniaki 100.00g; marchew 20.00g; pietruszka, korzeń 20.00g; seler korzeniowy 20.00g; koncentrat pomidorowy, 30% 10.00g; pomidory, czerwone, w puszcze, w soku pomidorowym 10.00g; por 10.00g; włoszczyzna suszona (Kucharek) 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.00g 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 czarnej rzodkwi (1, 7) Składniki: rzodkiew japońska (daikon), surowa 120.00g; jabłko 20.00g; marchew z groszkiem, gotowana 20.00g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g ziemniaki 300.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;	jabłko 188.00g;	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) Margaryna smakowita 20.00g; sałata lodowa 15.00g;

Cyframi oznaczono substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji: 1 - zboża zawierające gluten, 2 - skorupiaki i produkty pochodne, 3 - jaja i produkty pochodne, 4 - ryby i produkty pochodne, 5 - orzeszki ziemne i produkty pochodne, 6 - soja i produkty pochodne, 7 - mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8 - orzechy i produkty pochodne, 9 - seler i produkty pochodne, 10 - gorczyca i produkty pochodne, 11 - nasiona sezamu i produkty pochodne, 12 - dwutlenek siarki i siarczyny, 13 - tulin i produkty pochodne, 14 - mączki i produkty pochodne

Sobota 2024-04-06

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
30.03.-8.04.24 Dekada diety podstawowa	<p>Kasza jęczmienna na mleku szpital (1, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; kasza jęczmienna, perłowa 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>Razem E: 1990.2 kcal B 76.8 g T 55.2 g W 316.7 g SFA 16.7 g Cukry 100.2 g Sól 4.5 g Błonnik 39.1 g</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>Risotto w sosie pomidorowym szpital (9) 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>banan 115.00g;</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 75.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; szynka staropolska 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;</p>
30.03.-8.04.24 Dekada diety lekkostrawna	<p>Kasza jęczmienna na mleku szpital (1, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; kasza jęczmienna, perłowa 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 z czarnych porzeczek, niskosłodzony 30.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p> <p>Razem E: 1876.6 kcal B 73.1 g T 54.2 g W 289.7 g SFA 16.8 g Cukry 115.7 g Sól 5.9 g Błonnik 28.9 g</p>	<p>Zupa kalafiorowa szpital (7, 9) Składniki: woda 340.97g; kalafior, mrożony 90.92g; seler korzeniowy 22.73g; marchew 22.73g; pietruszka, korzeń 22.73g; por 11.37g; włoszczyzna suszona (Kucharek) 11.37g; śmietana, 18% tłuszczu 11.37g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.82g</p> <p>Risotto w sosie pomidorowym szpital (9) 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>banan 115.00g;</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb zwykły 75.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; szynka staropolska 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>
30.03.-8.04.24 Dekada diety z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)	<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>Razem E: 1857.5 kcal B 69.5 g T 50.6 g W 304.1 g SFA 13.7 g Cukry 92.3 g Sól 4.6 g Błonnik 45.4 g</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>Risotto w sosie pomidorowym szpital (9) 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>pomarańcza 300.00g;</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; szynka staropolska 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>

Niedziela 2024-04-07

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
30.03.-8.04.24 Dekada dieta podstawowa	<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; 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 z kaszy manny szpital (1, 9) 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</p> <p>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</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>	pomarańcza 150.00g;	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 lodowa 15.00g;
30.03.-8.04.24 Dekada dieta lekkostrawna	<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; jaja kurze całe 118.00g; (3) chleb zwykły 75.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Zupa z kaszy manny szpital (1, 9) 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</p> <p>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</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>	pomarańcza 150.00g;	herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb zwykły 75.00g; (1) szynka delikatesowa z kurczaka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; sałata lodowa 15.00g;
30.03.-8.04.24 Dekada dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)	<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 z kaszy manny szpital (1, 9) 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</p> <p>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</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>	pomarańcza 150.00g;	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 lodowa 15.00g;
Razem E: 1908.3 kcal B 87.1 g T 55.0 g W 283.0 g SFA 16.3 g Cukry 78.0 g Sól 5.8 g Błonnik 34.8 g				
Razem E: 1813.3 kcal B 84.1 g T 53.6 g W 261.0 g SFA 16.1 g Cukry 76.1 g Sól 5.0 g Błonnik 26.0 g				
Razem E: 1738.0 kcal B 77.3 g T 49.1 g W 264.6 g SFA 13.1 g Cukry 66.0 g Sól 5.8 g Błonnik 37.2 g				

Poniedziałek 2024-04-08

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
30.03.-8.04.24 Dekada diety podstawowej	Ryż na mleku szpital (7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; ryż biały 20.00g 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 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;	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 z piersi kurczaka szpital (1, 3) 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 czerwonej szpital Składniki: kapusta czerwona 120.00g; jabłko 20.00g; marchew 20.00g; olej rzepakowy uniwersalny 10.00g ziemniaki 300.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;	kefir, 2% tłuszczu 420.00g; (7) biszkoty 10.00g; (1, 3)	Pasta z twarogu z koncentratem i bazylią (7) Składniki: ser twarogowy półtłusty 80.00g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 24.00g; koncentrat pomidorowy, 30% 13.00g; bazylia suszona 2.00g; sól biała 1.00g; pieprz czarny 1.00g 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;
30.03.-8.04.24 Dekada diety lekkostrawnej	Ryż na mleku szpital (7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; ryż biały 20.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb zwykły 75.00g; (1) szynka z piersi kurczaka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; sałata lodowa 15.00g;	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 z piersi kurczaka szpital (1, 3) Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry 90.00g; jaja kurze całe 15.00g; mąka pszenna, typ 500 10.00g; bułka tarta 10.00g 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; (7) biszkoty 10.00g; (1, 3)	Pasta z twarogu z koncentratem i bazylią (7) Składniki: ser twarogowy półtłusty 80.00g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 24.00g; koncentrat pomidorowy, 30% 13.00g; bazylia suszona 2.00g; sól biała 1.00g; pieprz czarny 1.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb zwykły 75.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g; sałata lodowa 15.00g;
30.03.-8.04.24 Dekada diety z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)	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 herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; (1) ogórek kiszony 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;	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 z piersi kurczaka szpital (1, 3) 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 czerwonej szpital Składniki: kapusta czerwona 120.00g; jabłko 20.00g; marchew 20.00g; olej rzepakowy uniwersalny 10.00g ziemniaki 300.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;	jogurt naturalny, 2% tłuszczu 180.00g; (7) biszkoty 10.00g; (1, 3)	Pasta z twarogu z koncentratem i bazylią (7) Składniki: ser twarogowy półtłusty 80.00g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 24.00g; koncentrat pomidorowy, 30% 13.00g; bazylia suszona 2.00g; sól biała 1.00g; pieprz czarny 1.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; (1) ogórek 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;

Cyframi oznaczono substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji: 1 - zboża zawierające gluten, 2 - skorupiaki i produkty pochodne, 3 - jaja i produkty pochodne, 4 - ryby i produkty pochodne, 5 - orzeszki ziemne i produkty pochodne, 6 - soja i produkty pochodne, 7 - mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8 - orzechy i produkty pochodne, 9 - seler i produkty pochodne, 10 - gorczyca i produkty pochodne, 11 - nasiona sezamu i produkty pochodne, 12 - dwutlenek siarki i siarczyny, 13 - tulin i produkty pochodne, 14 - miedzaki i produkty pochodne