

Piątek 2024-06-28

	śniadanie	II śniadanie	obiad	kolacja
28.06. - 07.07.24 dekada diety podstawowa Razem E: 2133.8 kcal B 81.4 g T 70.2 g W 312.6 g SFA 19.9 g Cukry 93.5 g Sól 6.0 g Błonnik 38.9 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; parówki z kurczaka 80.00g; chleb żytni razowy 75.00g; (1) chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;	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 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;	arbus 300.00g;	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) pomidory, czerwone 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;
28.06. - 07.07.24 dekada diety lekkostrawna Razem E: 2032.6 kcal B 73.9 g T 67.7 g W 295.2 g SFA 20.1 g Cukry 88.4 g Sól 5.1 g Błonnik 29.0 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; parówki z kurczaka 80.00g; chleb zwykły 75.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;	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 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;	arbus 300.00g;	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) pomidory, czerwone 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;
28.06. - 07.07.24 dekada diety z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych (cukrzycowa) Razem E: 1993.4 kcal B 71.9 g T 66.3 g W 298.9 g SFA 17.1 g Cukry 86.4 g Sól 6.0 g Błonnik 46.6 g	herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; (1) parówki z kurczaka 80.00g; Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;	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 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;	jabłko 263.00g;	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) pomidory, czerwone 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;

JADŁOSPIS DEKADOWY

28.06-07.07.2024

Sobota 2024-06-29

	śniadanie	II śniadanie	obiad	kolacja
<p>28.06. - 07.07.24 dekada diety podstawowa</p> <p>Razem E: 1974.2 kcal B 78.2 g T 56.2 g W 309.7 g SFA 16.8 g Cukry 94.3 g Sól 4.5 g Błonnik 40.7 g</p>	<p>Płatki owsiane na mleku szpital (1, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; płatki owsiane 20.00g</p> <p>Pasta z twarogu z ziołami i czosnkiem (7) Składniki: ser twarogowy półtłusty 80.00g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 24.00g; czosnek 3.00g; zioła prowansalskie 2.00g</p> <p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 75.00g; (1) rzodkiewka 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Zupa porowa szpital (7, 9) Składniki: woda 300.00g; ziemniaki 100.00g; por 55.00g; pietruszka, korzeń 20.00g; marchew 20.00g; seler korzeniowy 20.00g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g; włoszczyzna suszona (Kucharek) 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.00g</p> <p>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 200.00g;</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 75.00g; (1) szynka staropolska 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;</p>
<p>28.06. - 07.07.24 dekada diety lekkostrawna</p> <p>Razem E: 1866.3 kcal B 74.4 g T 55.2 g W 284.3 g SFA 16.8 g Cukry 109.7 g Sól 3.8 g Błonnik 30.7 g</p>	<p>Płatki owsiane na mleku szpital (1, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; płatki owsiane 20.00g</p> <p>Pasta z twarogu z ziołami i czosnkiem (7) Składniki: ser twarogowy półtłusty 80.00g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 24.00g; czosnek 3.00g; zioła prowansalskie 2.00g</p> <p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb zwykły 75.00g; (1) dżem śliwkowy, niskosłodzony 30.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</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>pomarańcza 200.00g;</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb zwykły 75.00g; (1) szynka staropolska 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;</p>
<p>28.06. - 07.07.24 dekada diety z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych (cukrzycowa)</p> <p>Razem E: 1803.9 kcal B 68.4 g T 50.3 g W 291.3 g SFA 13.6 g Cukry 82.3 g Sól 4.6 g Błonnik 43.1 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 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 200.00g;</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; (1) szynka staropolska 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;</p>

JADŁOSPIS DEKADOWY

28.06-07.07.2024

Niedziela 2024-06-30

	śniadanie	II śniadanie	obiad	kolacja
<p>28.06. - 07.07.24 dekada diety podstawowej</p> <p>Razem E: 1867,4 kcal B 85,5 g T 54,0 g W 275,4 g SFA 16,3 g Cukry 81,3 g Sól 5,8 g Błonnik 32,5 g</p>	<p>Lane kluski na mleku szpital (1, 3, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; kluski lane 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>Potrąwka z kurczaka z groszkiem szpital (1, 7) Składniki: mięso z ud kurczaka, bez skóry 120.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 23.00g; marchew 20.00g; groszek zielony, w puszcze, bez soli, po odsączeniu 15.00g; mąka pszenna, typ 550 10.00g</p> <p>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>banan 80.00g;</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;</p>
<p>28.06. - 07.07.24 dekada diety lekkostrawnej</p> <p>Razem E: 1772,4 kcal B 82,6 g T 52,6 g W 253,4 g SFA 16,1 g Cukry 79,4 g Sól 5,0 g Błonnik 23,7 g</p>	<p>Lane kluski na mleku szpital (1, 3, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; kluski lane 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>Potrąwka z kurczaka z groszkiem szpital (1, 7) Składniki: mięso z ud kurczaka, bez skóry 120.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 23.00g; marchew 20.00g; groszek zielony, w puszcze, bez soli, po odsączeniu 15.00g; mąka pszenna, typ 550 10.00g</p> <p>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>banan 80.00g;</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;</p>
<p>28.06. - 07.07.24 dekada diety z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych (cukrzycowa)</p> <p>Razem E: 1805,4 kcal B 77,3 g T 49,9 g W 280,8 g SFA 13,2 g Cukry 81,7 g Sól 5,8 g Błonnik 40,0 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 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>Potrąwka z kurczaka z groszkiem szpital (1, 7) Składniki: mięso z ud kurczaka, bez skóry 120.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 23.00g; marchew 20.00g; groszek zielony, w puszcze, bez soli, po odsączeniu 15.00g; mąka pszenna, typ 550 10.00g</p> <p>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 263.00g;</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;</p>

Poniedziałek 2024-07-01

	śniadanie	II śniadanie	obiad	kolacja
28.06. - 07.07.24 dekada diety podstawowa	<p>Kasza manna na mleku szpital (1, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; kasza manna 15.00g</p> <p>Pasta z ryby wędzonej z jajkiem szpital (3, 4, 7) Składniki: makrela, wędzona 90.00g; jaja kurze całe 40.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 23.00g; szczypiorek 4.50g 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>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>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</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; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;</p>	kefir, 2% tłuszczu 420.00g: (7) herbatniki 10.00g: (1, 6, 7)	<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>
28.06. - 07.07.24 dekada diety 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 żytni razowy 75.00g: (1) pomidory, czerwone 50.00g; Kurczak gotowany 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>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</p> <p>Marchew z jabłkiem szpital Składniki: marchew 128.57g; jabłko 21.43g ziemniaki 300.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;</p>	jogurt naturalny, 2% tłuszczu 180.00g: (7) herbatniki 10.00g: (1, 6, 7)	<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 wiśniowy, niskostodzony 30.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>
28.06. - 07.07.24 dekada diety z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych (cukrzycowa)	<p>Pasta z ryby wędzonej z jajkiem szpital (3, 4, 7) Składniki: makrela, wędzona 90.00g; jaja kurze całe 40.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 23.00g; szczypiorek 4.50g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g: (1) ogórek kiszony 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>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</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; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;</p>	kefir, 2% tłuszczu 420.00g: (7) herbatniki 10.00g: (1, 6, 7)	<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>

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 - mięczaki i produkty pochodne

JADŁOSPIS DEKADOWY

28.06-07.07.2024

Wtorek 2024-07-02

	śniadanie	II śniadanie	obiad	kolacja
<p>28.06. - 07.07.24 dekada diety podstawowej</p> <p>Razem E: 1928.8 kcal B 81.8 g T 64.5 g W 268.1 g SFA 24.1 g Cukry 71.8 g Sól 5.4 g Błonnik 24.1 g</p>	<p>Makaron na mleku szpital (1, 3, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; makaron dwujajeczny 20.00g</p> <p>Jajecznicza ze szpinakiem szpital (3, 7) Składniki: jaja kurze całe 118.00g; szpinak, mrożony 50.00g; masło śmietankowe 7.50g; olej rzepakowy uniwersalny 5.00g; czosnek 3.00g</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;</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</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)</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>28.06. - 07.07.24 dekada diety lekkostrawnej</p> <p>Razem E: 1863.4 kcal B 73.4 g T 66.1 g W 252.1 g SFA 24.6 g Cukry 72.0 g Sól 4.6 g Błonnik 15.9 g</p>	<p>Makaron na mleku szpital (1, 3, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; makaron dwujajeczny 20.00g</p> <p>Jajecznicza ze szpinakiem szpital (3, 7) Składniki: jaja kurze całe 118.00g; szpinak, mrożony 50.00g; masło śmietankowe 7.50g; olej rzepakowy uniwersalny 5.00g; czosnek 3.00g</p> <p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb zwykły 75.00g; (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</p> <p>Makaron z twarogiem szpital (1, 7) Składniki: ser twarogowy półtłusty, bez laktozy 77.70g; makaron świderki (GLUTENEX) 68.00g; margaryna miękka, 80% tłuszczu 9.71g</p> <p>Marchew z jabłkiem szpital Składniki: marchew 85.71g; jabłko 14.29g</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>28.06. - 07.07.24 dekada diety z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych (cukrzycowa)</p> <p>Razem E: 1759.1 kcal B 72.0 g T 59.5 g W 248.2 g SFA 21.1 g Cukry 59.9 g Sól 5.4 g Błonnik 27.4 g</p>	<p>Jajecznicza ze szpinakiem szpital (3, 7) Składniki: jaja kurze całe 118.00g; szpinak, mrożony 50.00g; masło śmietankowe 7.50g; olej rzepakowy uniwersalny 5.00g; czosnek 3.00g</p> <p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; (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</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)</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>

JADŁOSPIS DEKADOWY

28.06-07.07.2024

Środa 2024-07-03

	śniadanie	II śniadanie	obiad	kolacja
28.06. - 07.07.24 dekada diety podstawowa	<p>Kasza jęczmienna na mleku szpital (1, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; kasza jęczmienna, perlowa 20.00g</p> <p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 75.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; szynka z piersi kurczaka 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Zupa ziemniaczana szpital (7, 9) Składniki: woda 300.00g; ziemniaki 150.00g; seler korzeniowy 20.00g; marchew 20.00g; pietruszka, korzeń 20.00g; por 10.00g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g; włoszczyzna suszona (Kucharek) 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.00g</p> <p>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</p> <p>Surówka z kapusty czerwonej szpital Składniki: kapusta czerwona 120.00g; jabłko 20.00g; marchew 20.00g; olej rzepakowy uniwersalny 10.00g</p> <p>ziemniaki 300.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;</p>	<p>banan 115.00g;</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>
28.06. - 07.07.24 dekada diety lekkostrawna	<p>Kasza jęczmienna na mleku szpital (1, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; kasza jęczmienna, perlowa 20.00g</p> <p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb zwykły 75.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; szynka z piersi kurczaka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>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</p> <p>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</p> <p>Buraczki szpital Składniki: buraki gotowane, odsączone, bez soli 151.11g; cebula 12.59g; olej rzepakowy uniwersalny 6.30g</p> <p>ziemniaki 300.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;</p>	<p>banan 115.00g;</p>	<p>Pasta z twarogu szpital (7) Składniki: ser twarogowy półtłusty 82.26g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 24.68g; sól biała 2.06g</p> <p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb zwykły 75.00g; (1) dżem truskawkowy, niskosłodzony 30.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>
28.06. - 07.07.24 dekada diety z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych (cukrzycowa)	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; szynka z piersi kurczaka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Zupa ziemniaczana szpital (7, 9) Składniki: woda 300.00g; ziemniaki 150.00g; seler korzeniowy 20.00g; marchew 20.00g; pietruszka, korzeń 20.00g; por 10.00g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g; włoszczyzna suszona (Kucharek) 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.00g</p> <p>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</p> <p>Surówka z kapusty czerwonej szpital Składniki: kapusta czerwona 120.00g; jabłko 20.00g; marchew 20.00g; olej rzepakowy uniwersalny 10.00g</p> <p>ziemniaki 300.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;</p>	<p>pomarańcza 200.00g;</p>	<p>Pasta z twarogu z ziołami i czosnkiem (7) Składniki: ser twarogowy półtłusty 80.00g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 24.00g; czosnek 3.00g; zioła prowansalskie 2.00g</p> <p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; (1) rzodkiewka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>

JADŁOSPIS DEKADOWY

28.06-07.07.2024

Czwartek 2024-07-04

	śniadanie	II śniadanie	obiad	kolacja
<p>28.06. - 07.07.24 dekada diety podstawowa</p> <p>Razem E: 1956.2 kcal B 83.5 g T 55.0 g W 299.1 g SFA 22.9 g Cukry 96.2 g Sól 7.0 g Błonnik 37.8 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 żytni razowy 75.00g; (1) papryka czerwona, słodka 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>Kotlet mielony szpital (1, 3) Składniki: wieprzowina, topatka 90.00g; jaja kurze całe 14.75g; cebula 10.00g; bułka tarta 10.00g</p> <p>Surówka z marchwi, ogórka konserwowego i pora szpital (7, 10) Składniki: marchew 70.00g; por 50.00g; ogórki, konserwowe 20.00g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g</p> <p>ziemniaki 300.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;</p>	<p>jabłko 263.00g;</p>	<p>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;</p>
<p>28.06. - 07.07.24 dekada diety lekkostrawna</p> <p>Razem E: 1784.3 kcal B 79.4 g T 43.0 g W 283.8 g SFA 15.9 g Cukry 97.2 g Sól 4.3 g Błonnik 30.9 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 konserwowa 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Zupa brokułowa szpital (7, 9) Składniki: woda 296.10g; ziemniaki 114.03g; brokuły 22.81g; marchew 12.87g; pietruszka, korzeń 12.87g; seler korzeniowy 12.87g; śmietana, 18% tłuszczu 11.40g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.43g; por 0.95g</p> <p>Pulpet w sosie szpital (1, 3) Składniki: wieprzowina, topatka 97.84g; jaja kurze całe 16.04g; bułka tarta 10.87g</p> <p>Marchew z jabłkiem szpital Składniki: marchew 128.57g; jabłko 21.43g</p> <p>ziemniaki 300.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;</p>	<p>jabłko 263.00g;</p>	<p>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;</p>
<p>28.06. - 07.07.24 dekada diety z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych (cukrzycowa)</p> <p>Razem E: 1785.9 kcal B 73.7 g T 49.1 g W 280.7 g SFA 19.7 g Cukry 84.2 g Sól 7.0 g Błonnik 40.2 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>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>Kotlet mielony szpital (1, 3) Składniki: wieprzowina, topatka 90.00g; jaja kurze całe 14.75g; cebula 10.00g; bułka tarta 10.00g</p> <p>Surówka z marchwi, ogórka konserwowego i pora szpital (7, 10) Składniki: marchew 70.00g; por 50.00g; ogórki, konserwowe 20.00g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g</p> <p>ziemniaki 300.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;</p>	<p>jabłko 263.00g;</p>	<p>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;</p>

JADŁOSPIS DEKADOWY

28.06-07.07.2024

Piątek 2024-07-05

	śniadanie	II śniadanie	obiad	kolacja
<p>28.06. - 07.07.24 dekada diety podstawowa</p> <p>Razem E: 2293.3 kcal B 101.9 g T 63.0 g W 346.0 g SFA 17.1 g Cukry 89.5 g Sól 6.5 g Błonnik 48.5 g</p>	<p>Kasza kukurydziana na mleku szpital (7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; kasza kukurydziana 20.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 75.00g; (1) ogórek 50.00g; Schab nie ze wsi 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Barszcz czerwony z fasolą szpital (9) Składniki: woda 346.21g; ziemniaki 100.00g; burak 80.00g; fasola półksiężycowata (limeriska), dojrzałe nasiona 80.00g; pietruszka, korzeń 15.05g; seler korzeniowy 15.05g; marchew 15.05g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 7.53g; por 1.11g Kotlet rybny szpital (1, 3, 4) Składniki: morszczuk, świeży 90.00g; jaja kurze całe 14.75g; bułka tarta 11.00g; olej rzepakowy uniwersalny 8.00g Surówka z kapusty kiszanej szpital Składniki: kapusta kiszona 120.00g; jabłko 20.00g; marchew 20.00g; olej rzepakowy uniwersalny 10.00g ziemniaki 300.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;</p>	<p>jogurt naturalny, 2% tłuszczu 180.00g; (7) biszkopty 10.00g; (1, 3)</p>	<p>Pasta z jajek z groszkiem i szczypiorem szpital (3, 7) Składniki: jaja kurze całe 88.50g; groszek zielony, w puszcze, bez soli, po odsączeniu 10.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 10.00g; szczypiorek 8.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 75.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;</p>
<p>28.06. - 07.07.24 dekada diety lekkostrawna</p> <p>Razem E: 1859.0 kcal B 81.5 g T 51.1 g W 279.1 g SFA 16.3 g Cukry 83.9 g Sól 5.1 g Błonnik 24.9 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; chleb zwykły 75.00g; (1) Schab nie ze wsi 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;</p>	<p>Barszcz czerwony szpital (9) Składniki: woda 393.96g; ziemniaki 113.79g; burak 91.03g; marchew 17.13g; pietruszka, korzeń 17.13g; seler korzeniowy 17.13g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 8.57g; por 1.26g 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;</p>	<p>jogurt naturalny, 2% tłuszczu 180.00g; (7) biszkopty 10.00g; (1, 3)</p>	<p>Pasta z jajek szpital (3, 7) Składniki: jaja kurze całe 83.82g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 32.68g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb zwykły 75.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>
<p>28.06. - 07.07.24 dekada diety z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych (cukrzycowa)</p> <p>Razem E: 2124.0 kcal B 92.8 g T 58.3 g W 325.5 g SFA 14.1 g Cukry 77.6 g Sól 6.5 g Błonnik 51.9 g</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; (1) ogórek 50.00g; Schab nie ze wsi 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Barszcz czerwony z fasolą szpital (9) Składniki: woda 346.21g; ziemniaki 100.00g; burak 80.00g; fasola półksiężycowata (limeriska), dojrzałe nasiona 80.00g; pietruszka, korzeń 15.05g; seler korzeniowy 15.05g; marchew 15.05g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 7.53g; por 1.11g Kotlet rybny szpital (1, 3, 4) Składniki: morszczuk, świeży 90.00g; jaja kurze całe 14.75g; bułka tarta 11.00g; olej rzepakowy uniwersalny 8.00g Surówka z kapusty kiszanej szpital Składniki: kapusta kiszona 120.00g; jabłko 20.00g; marchew 20.00g; olej rzepakowy uniwersalny 10.00g ziemniaki 300.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;</p>	<p>jogurt naturalny, 2% tłuszczu 180.00g; (7) biszkopty 10.00g; (1, 3)</p>	<p>Pasta z jajek z groszkiem i szczypiorem szpital (3, 7) Składniki: jaja kurze całe 88.50g; groszek zielony, w puszcze, bez soli, po odsączeniu 10.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 10.00g; szczypiorek 8.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>

JADŁOSPIS DEKADOWY

28.06-07.07.2024

Sobota 2024-07-06

	śniadanie	II śniadanie	obiad	kolacja
<p>28.06. - 07.07.24 dekada diety podstawowa</p> <p>Razem E: 2021.0 kcal B 83.5 g T 59.4 g W 304.4 g SFA 15.4 g Cukry 91.8 g Sól 5.8 g Błonnik 34.9 g</p>	<p>Ryż na mleku szpital (7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; ryż biały 20.00g</p> <p>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; bazylika suszona 2.00g; sól biała 1.00g; pieprz czarny 1.00g</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: Parówka zwyczajna 90.00g; śmietana, 18% tłuszczu 15.00g; 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>arbuż 300.00g;</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>
<p>28.06. - 07.07.24 dekada diety lekkostrawna</p> <p>Razem E: 1967.3 kcal B 81.3 g T 58.4 g W 289.7 g SFA 15.5 g Cukry 105.4 g Sól 6.3 g Błonnik 24.0 g</p>	<p>Ryż na mleku szpital (7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; ryż biały 20.00g</p> <p>Pasta z twarogu szpital (7) Składniki: ser twarogowy półtłusty 91.32g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 27.40g; sól biała 2.28g</p> <p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb zwykły 75.00g; (1) dżem wiśniowy, niskosłodzony 30.00g; 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: Parówka zwyczajna 90.00g; śmietana, 18% tłuszczu 15.00g; 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>arbuż 300.00g;</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>
<p>28.06. - 07.07.24 dekada diety z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych (cukrzycowa)</p> <p>Razem E: 1880.6 kcal B 74.0 g T 55.6 g W 290.7 g SFA 12.6 g Cukry 84.7 g Sól 5.8 g Błonnik 42.5 g</p>	<p>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; bazylika suszona 2.00g; sól biała 1.00g; pieprz czarny 1.00g</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: Parówka zwyczajna 90.00g; śmietana, 18% tłuszczu 15.00g; 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>jabłko 263.00g;</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>

JADŁOSPIS DEKADOWY

28.06-07.07.2024

Niedziela 2024-07-07

	śniadanie	II śniadanie	obiad	kolacja
<p>28.06. - 07.07.24 dekada diety podstawowa</p> <p>Razem E: 1929.9 kcal B 86.4 g T 50.2 g W 302.0 g SFA 15.9 g Cukry 91.2 g Sól 5.3 g Błonnik 39.7 g</p>	<p>Płatki owsiane na mleku szpital (1, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; płatki owsiane 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 295.60g; pietruszka, korzeń 19.70g; seler korzeniowy 19.70g; marchew 19.70g; ryż biały 19.70g; por 9.85g; włoszczyzna suszona (Kucharek) 9.85g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 5.91g 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>pomarańcza 200.00g;</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 75.00g; (1) szynka delikatesowa z kurczaka 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;</p>
<p>28.06. - 07.07.24 dekada diety lekkostrawna</p> <p>Razem E: 1834.9 kcal B 83.4 g T 48.8 g W 280.0 g SFA 15.8 g Cukry 89.3 g Sól 4.6 g Błonnik 30.9 g</p>	<p>Płatki owsiane na mleku szpital (1, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; płatki owsiane 20.00g 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 ryżowa szpital (9) Składniki: woda 295.60g; pietruszka, korzeń 19.70g; seler korzeniowy 19.70g; marchew 19.70g; ryż biały 19.70g; por 9.85g; włoszczyzna suszona (Kucharek) 9.85g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 5.91g 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>pomarańcza 200.00g;</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb zwykły 75.00g; (1) szynka delikatesowa z kurczaka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;</p>
<p>28.06. - 07.07.24 dekada diety z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych (cukrzycowa)</p> <p>Razem E: 1759.6 kcal B 76.6 g T 44.3 g W 283.6 g SFA 12.8 g Cukry 79.1 g Sól 5.3 g Błonnik 42.1 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 295.60g; pietruszka, korzeń 19.70g; seler korzeniowy 19.70g; marchew 19.70g; ryż biały 19.70g; por 9.85g; włoszczyzna suszona (Kucharek) 9.85g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 5.91g 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>pomarańcza 200.00g;</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; (1) szynka delikatesowa z kurczaka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;</p>