

Piątek 2024-09-06

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
06-15.09.24 Dekada dieta podstawowa  Razem E: 2053,6 kcal   B 84,0 g   T 69,5 g   W 290,5 g   SFA 21,0 g   Cukry 70,7 g   Sól 5,8 g   Błonnik 37,6 g	Lane kluski na mleku szpital <b>(1, 3, 7)</b> Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; kluski lane 20.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 75.00g; <b>(1)</b> parówki z kurczaka 60.00g; pomidory, czerwone 50.00g; chleb zwykły 25.00g; <b>(1)</b> Margaryna smakowita 20.00g;	Kapuśniak z pomidorami szpital <b>(9)</b> 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 <b>(1, 3, 4)</b> Składniki: morszczuk, świeży 90.00g; jaja kurze całe 14.75g; bułka tarta 11.00g; olej rzepakowy uniwersalny 8.00g Buraczki szpital Składniki: buraki gotowane, odsączone, bez soli 120.00g; cebula 10.00g; olej rzepakowy uniwersalny 5.00g ziemniaki 300.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;	Danio 130.00g;	Pasta z jajek z groszkiem i szczypiorem szpital <b>(3, 7)</b> Składniki: jaja kurze całe 88.50g; groszek zielony, w puszcze, bez soli, po odsączeniu 10.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 10.00g; szczypiorek 8.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 75.00g; <b>(1)</b> chleb zwykły 25.00g; <b>(1)</b> Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;
06-15.09.24 Dekada dieta lekkostrawna  Razem E: 1862,1 kcal   B 75,9 g   T 67,6 g   W 250,8 g   SFA 21,4 g   Cukry 67,1 g   Sól 5,0 g   Błonnik 27,3 g	Lane kluski na mleku szpital <b>(1, 3, 7)</b> Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; kluski lane 20.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb zwykły 75.00g; <b>(1)</b> parówki z kurczaka 60.00g; pomidory, czerwone 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;	Zupa kalafiorowa szpital <b>(7, 9)</b> Składniki: woda 381.93g; kalafior, mrożony 101.85g; seler korzeniowy 25.46g; marchew 25.46g; pietruszka, korzeń 25.46g; por 12.73g; włoszczyzna suszona (Kucharek) 12.73g; śmietana, 18% tłuszczu 12.73g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 7.64g Kotlet rybny szpital <b>(1, 3, 4)</b> Składniki: morszczuk, świeży 90.00g; jaja kurze całe 14.75g; bułka tarta 11.00g; olej rzepakowy uniwersalny 8.00g Buraczki szpital Składniki: buraki gotowane, odsączone, bez soli 120.00g; cebula 10.00g; olej rzepakowy uniwersalny 5.00g ziemniaki 300.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;	Danio 130.00g;	Pasta z jajek szpital <b>(3, 7)</b> Składniki: jaja kurze całe 55.90g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 21.80g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb zwykły 75.00g; <b>(1)</b> Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;
06-15.09.24 Dekada dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwoprzyswajalnych  Razem E: 1901,5 kcal   B 75,9 g   T 64,1 g   W 273,6 g   SFA 17,6 g   Cukry 68,7 g   Sól 5,9 g   Błonnik 39,4 g	herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; <b>(1)</b> parówki z kurczaka 60.00g; pomidory, czerwone 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;	Kapuśniak z pomidorami szpital <b>(9)</b> 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 <b>(1, 3, 4)</b> Składniki: morszczuk, świeży 90.00g; jaja kurze całe 14.75g; bułka tarta 11.00g; olej rzepakowy uniwersalny 8.00g Buraczki szpital Składniki: buraki gotowane, odsączone, bez soli 120.00g; cebula 10.00g; olej rzepakowy uniwersalny 5.00g ziemniaki 300.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;	jogurt naturalny, 2% tłuszczu 180.00g; <b>(7)</b>	Pasta z jajek z groszkiem i szczypiorem szpital <b>(3, 7)</b> Składniki: jaja kurze całe 88.50g; groszek zielony, w puszcze, bez soli, po odsączeniu 10.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 10.00g; szczypiorek 8.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 75.00g; <b>(1)</b> chleb zwykły 25.00g; <b>(1)</b> Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;

Sobota 2024-09-07

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
06-15.09.24 Dekada dieta podstawowa  Razem E: 1978.8 kcal   B 77.6 g   T 55.1 g   W 313.0 g   SFA 16.6 g   Cukry 101.3 g   Sól 4.5 g   Błonnik 38.4 g	Kasza manna na mleku szpital <b>(1, 7)</b> Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; kasza manna 15.00g  Pasta z twarogu z ziołami i czosnkiem <b>(7)</b> Składniki: ser twarogowy półtłusty 80.00g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 24.00g; zioła prowansalskie 5.00g; czosnek 2.00g  herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 75.00g; <b>(1)</b> rzodkiewka 50.00g; chleb zwykły 25.00g; <b>(1)</b> Margaryna smakowita 20.00g;	Zupa porowa szpital <b>(7, 9)</b> Składniki: woda 300.00g; ziemniaki 100.00g; por 55.00g; pietruszka, korzeń 20.00g; marchew 20.00g; seler korzeniowy 20.00g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g; włoszczyzna suszona (Kucharek) 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.00g  Risotto w sosie pomidorowym szpital <b>(9)</b> Składniki: ryż biały 70.00g; wieprzowina, topatka 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  Marchew z jabłkiem szpital Składniki: marchew 120.00g; jabłko 20.00g  herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;	arbuz 300.00g;	herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 75.00g; <b>(1)</b> pomidory, czerwone 50.00g; szynka staropolska 50.00g; chleb zwykły 25.00g; <b>(1)</b> Margaryna smakowita 20.00g;
06-15.09.24 Dekada dieta lekkostrawna  Razem E: 2005.4 kcal   B 76.7 g   T 54.5 g   W 317.0 g   SFA 16.9 g   Cukry 117.3 g   Sól 5.9 g   Błonnik 29.6 g	Kasza manna na mleku szpital <b>(1, 7)</b> Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; kasza manna 15.00g  Pasta z twarogu szpital <b>(7)</b> Składniki: ser twarogowy półtłusty 83.77g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 25.13g; sól biała 2.09g  herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb zwykły 75.00g; <b>(1)</b> dżem truskawkowy, niskosłodzony 30.00g; Margaryna smakowita 20.00g;	Zupa ziemniaczana szpital <b>(7, 9)</b> Składniki: woda 396.30g; ziemniaki 198.20g; seler korzeniowy 26.40g; marchew 26.40g; pietruszka, korzeń 26.40g; por 13.20g; śmietana, 18% tłuszczu 13.20g; włoszczyzna suszona (Kucharek) 13.20g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 7.93g  Risotto w sosie pomidorowym szpital <b>(9)</b> Składniki: ryż biały 70.00g; wieprzowina, topatka 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  Marchew z jabłkiem szpital Składniki: marchew 120.00g; jabłko 20.00g  herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;	arbuz 300.00g;	herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb zwykły 75.00g; <b>(1)</b> pomidory, czerwone 50.00g; szynka staropolska 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;
06-15.09.24 Dekada dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych  Razem E: 1801.3 kcal   B 68.4 g   T 50.3 g   W 290.5 g   SFA 13.7 g   Cukry 83.9 g   Sól 4.4 g   Błonnik 42.8 g	Pasta z twarogu z ziołami i czosnkiem <b>(7)</b> Składniki: ser twarogowy półtłusty 80.00g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 24.00g; zioła prowansalskie 5.00g; czosnek 2.00g  herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; <b>(1)</b> rzodkiewka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;	Zupa porowa szpital <b>(7, 9)</b> Składniki: woda 300.00g; ziemniaki 100.00g; por 55.00g; pietruszka, korzeń 20.00g; marchew 20.00g; seler korzeniowy 20.00g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g; włoszczyzna suszona (Kucharek) 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.00g  Risotto w sosie pomidorowym szpital <b>(9)</b> Składniki: ryż biały 70.00g; wieprzowina, topatka 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  Marchew z jabłkiem szpital Składniki: marchew 120.00g; jabłko 20.00g  herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;	pomarańcza 200.00g;	herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 75.00g; <b>(1)</b> pomidory, czerwone 50.00g; szynka staropolska 50.00g; chleb zwykły 25.00g; <b>(1)</b> Margaryna smakowita 20.00g;

Niedziela 2024-09-08

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
06-15.09.24 Dekada dieta podstawowa  Razem E: 1968.6 kcal   B 87.1 g   T 54.8 g   W 299.2 g   SFA 16.2 g   Cukry 92.2 g   Sól 5.8 g   Błonnik 36.5 g	Makaron na mleku szpital <b>(1, 3, 7)</b> Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; makaron dwujajeczny 20.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; jaja kurze całe 118.00g; <b>(3)</b> chleb żytni razowy 75.00g; <b>(1)</b> papryka czerwona, słodka 50.00g; chleb zwykły 25.00g; <b>(1)</b> Margaryna smakowita 20.00g;	Zupa z kaszy manny szpital <b>(1, 9)</b> Składniki: woda 259.66g; pietruszka, korzeń 20.00g; seler korzeniowy 20.00g; marchew 20.00g; kasza manna 20.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 5.64g; por 0.83g Potrawka z kurczaka z groszkiem szpital <b>(1, 7)</b> Składniki: mięso z ud kurczaka, bez skóry 120.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 23.00g; marchew 20.00g; groszek zielony, w puszcze, bez soli, po odsączeniu 15.00g; mąka pszenna, typ 550 10.00g Buraczki szpital Składniki: buraki gotowane, odsączone, bez soli 120.00g; cebula 10.00g; olej rzepakowy uniwersalny 5.00g ziemniaki 300.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;	jabłko 250.00g;	herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 75.00g; <b>(1)</b> pomidory, czerwone 50.00g; szynka delikatesowa z kurczaka 50.00g; chleb zwykły 25.00g; <b>(1)</b> Margaryna smakowita 20.00g;
06-15.09.24 Dekada dieta lekkostrawna  Razem E: 1873.6 kcal   B 84.1 g   T 53.4 g   W 277.2 g   SFA 16.1 g   Cukry 90.3 g   Sól 5.0 g   Błonnik 27.7 g	Makaron na mleku szpital <b>(1, 3, 7)</b> Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; makaron dwujajeczny 20.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; jaja kurze całe 118.00g; <b>(3)</b> chleb zwykły 75.00g; <b>(1)</b> pomidory, czerwone 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;	Zupa z kaszy manny szpital <b>(1, 9)</b> Składniki: woda 259.66g; pietruszka, korzeń 20.00g; seler korzeniowy 20.00g; marchew 20.00g; kasza manna 20.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 5.64g; por 0.83g Potrawka z kurczaka z groszkiem szpital <b>(1, 7)</b> Składniki: mięso z ud kurczaka, bez skóry 120.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 23.00g; marchew 20.00g; groszek zielony, w puszcze, bez soli, po odsączeniu 15.00g; mąka pszenna, typ 550 10.00g Buraczki szpital Składniki: buraki gotowane, odsączone, bez soli 120.00g; cebula 10.00g; olej rzepakowy uniwersalny 5.00g ziemniaki 300.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;	jabłko 250.00g;	herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb zwykły 75.00g; <b>(1)</b> pomidory, czerwone 50.00g; szynka delikatesowa z kurczaka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;
06-15.09.24 Dekada dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwoprzyswajalnych  Razem E: 1782.7 kcal   B 76.7 g   T 49.6 g   W 275.4 g   SFA 13.2 g   Cukry 80.1 g   Sól 5.6 g   Błonnik 37.9 g	herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; jaja kurze całe 118.00g; <b>(3)</b> chleb żytni razowy 110.00g; <b>(1)</b> papryka czerwona, słodka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;	Zupa z kaszy manny szpital <b>(1, 9)</b> Składniki: woda 259.66g; pietruszka, korzeń 20.00g; seler korzeniowy 20.00g; marchew 20.00g; kasza manna 20.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 5.64g; por 0.83g Potrawka z kurczaka z groszkiem szpital <b>(1, 7)</b> Składniki: mięso z ud kurczaka, bez skóry 120.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 23.00g; marchew 20.00g; groszek zielony, w puszcze, bez soli, po odsączeniu 15.00g; mąka pszenna, typ 550 10.00g Buraczki szpital Składniki: buraki gotowane, odsączone, bez soli 120.00g; cebula 10.00g; olej rzepakowy uniwersalny 5.00g ziemniaki 300.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;	jabłko 250.00g;	herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 75.00g; <b>(1)</b> pomidory, czerwone 50.00g; szynka delikatesowa z kurczaka 50.00g; chleb zwykły 25.00g; <b>(1)</b> Margaryna smakowita 20.00g;

Poniedziałek 2024-09-09

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
06-15.09.24 Dekada dieta podstawowa  Razem E: 2287,4 kcal   B 112,6 g   T 72,8 g   W 313,2 g   SFA 24,4 g   Cukry 95,6 g   Sól 8,8 g   Błonnik 36,3 g	Kasza jęczmienna na mleku szpital <b>(1, 7)</b> Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; kasza jęczmienna, perlowa 20.00g Pasta z ryby wędzonej z jajkiem szpital <b>(3, 4, 7)</b> 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; <b>(1)</b> ogórek kiszony 50.00g; chleb zwykły 25.00g; <b>(1)</b> Margaryna smakowita 20.00g;	Zupa koperkowa szpital <b>(9)</b> Składniki: woda 300.00g; ziemniaki 100.00g; seler korzeniowy 20.00g; marchew 20.00g; koper ogrodowy 20.00g; pietruszka, korzeń 20.00g; por 10.00g; włoszczyzna suszona (Kucharek) 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.00g Bitki ze schabu szpital Składniki: wieprzowina, schab surowy bez kości 90.00g; olej rzepakowy uniwersalny 10.00g; cebula 10.00g Sałata lodowa z rzodkiewką szpital <b>(7)</b> Składniki: sałata lodowa 120.00g; rzodkiewka 20.00g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g; szczypiorek 10.00g ziemniaki 300.00g; kisiel w proszku 30.00g;	kefir, 2% tłuszczu 350.00g; <b>(7)</b> biszkopty 10.00g; <b>(1, 3)</b>	Pasta z twarogu z koncentratem i bazylią <b>(7)</b> 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; <b>(1)</b> rzodkiewka 50.00g; chleb zwykły 25.00g; <b>(1)</b> Margaryna smakowita 20.00g;
06-15.09.24 Dekada dieta lekkostrawna  Razem E: 2033,2 kcal   B 89,6 g   T 62,5 g   W 289,6 g   SFA 17,4 g   Cukry 102,0 g   Sól 4,1 g   Błonnik 24,8 g	Kasza jęczmienna na mleku szpital <b>(1, 7)</b> Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; kasza jęczmienna, perlowa 20.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb zwykły 75.00g; <b>(1)</b> Kurczak gotowany 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;	Zupa koperkowa szpital <b>(9)</b> Składniki: woda 300.00g; ziemniaki 100.00g; seler korzeniowy 20.00g; marchew 20.00g; koper ogrodowy 20.00g; pietruszka, korzeń 20.00g; por 10.00g; włoszczyzna suszona (Kucharek) 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.00g Bitki ze schabu szpital Składniki: wieprzowina, schab surowy bez kości 90.00g; olej rzepakowy uniwersalny 10.00g; cebula 10.00g Sałata z olejem szpital Składniki: sałata masłowa 26.70g; olej rzepakowy tłoczony na zimno 13.30g ziemniaki 300.00g; kisiel w proszku 30.00g;	jogurt naturalny, 2% tłuszczu 180.00g; <b>(7)</b> biszkopty 10.00g; <b>(1, 3)</b>	Pasta z twarogu z koncentratem i bazylią <b>(7)</b> 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; <b>(1)</b> dżem wiśniowy, niskosłodzony 30.00g; Margaryna smakowita 20.00g;
06-15.09.24 Dekada dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwoprzyswajalnych  Razem E: 2109,1 kcal   B 103,3 g   T 67,6 g   W 289,8 g   SFA 21,3 g   Cukry 83,4 g   Sól 8,7 g   Błonnik 37,0 g	Pasta z ryby wędzonej z jajkiem szpital <b>(3, 4, 7)</b> 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; <b>(1)</b> ogórek kiszony 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;	Zupa koperkowa szpital <b>(9)</b> Składniki: woda 300.00g; ziemniaki 100.00g; seler korzeniowy 20.00g; marchew 20.00g; koper ogrodowy 20.00g; pietruszka, korzeń 20.00g; por 10.00g; włoszczyzna suszona (Kucharek) 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.00g Bitki ze schabu szpital Składniki: wieprzowina, schab surowy bez kości 90.00g; olej rzepakowy uniwersalny 10.00g; cebula 10.00g Sałata lodowa z rzodkiewką szpital <b>(7)</b> Składniki: sałata lodowa 120.00g; rzodkiewka 20.00g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g; szczypiorek 10.00g ziemniaki 300.00g; kisiel w proszku 30.00g;	kefir, 2% tłuszczu 350.00g; <b>(7)</b> biszkopty 10.00g; <b>(1, 3)</b>	Pasta z twarogu z koncentratem i bazylią <b>(7)</b> 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; <b>(1)</b> rzodkiewka 50.00g; chleb zwykły 25.00g; <b>(1)</b> 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 - fubin i produkty pochodne, 14 - miedzaki i produkty pochodne

Wtorek 2024-09-10

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
06-15.09.24 Dekada dieta podstawowa  Razem E: 2059.0 kcal   B 73.5 g   T 59.3 g   W 324.7 g   SFA 21.7 g   Cukry 84.0 g   Sól 5.3 g   Błonnik 38.7 g	<p>Płatki owsiane na mleku szpital <b>(1, 7)</b> Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; płatki owsiane 20.00g</p> <p>Jajecznicza ze szpinakiem szpital <b>(3, 7)</b> 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; <b>(1)</b> chleb zwykły 25.00g; <b>(1)</b> Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Zupa z kukini szpital <b>(7, 9)</b> Składniki: woda 259.66g; ziemniaki 100.00g; cukinia 90.00g; marchew 11.29g; pietruszka, korzeń 11.29g; seler korzeniowy 11.29g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 5.64g; por 0.83g</p> <p>Kluski śląskie z mięsem szpital Składniki: ziemniaki 300.00g; mąka ziemniaczana 50.00g; wieprzowina, topatka 40.00g; cebula 5.00g</p> <p>Surówka z marchwi, ogórka konserwowego i pora szpital <b>(7, 10)</b> Składniki: marchew 70.00g; por 50.00g; ogórki, konserwowe 20.00g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g</p> <p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;</p>	<p>kiwi 162.00g;</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 75.00g; <b>(1)</b> Indyk w galarecie LUX 50.00g; chleb zwykły 25.00g; <b>(1)</b> Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;</p>
06-15.09.24 Dekada dieta lekkostrawna  Razem E: 2541.8 kcal   B 93.1 g   T 83.0 g   W 367.5 g   SFA 28.5 g   Cukry 92.7 g   Sól 4.6 g   Błonnik 23.7 g	<p>Płatki owsiane na mleku szpital <b>(1, 7)</b> Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; płatki owsiane 20.00g</p> <p>Jajecznicza ze szpinakiem szpital <b>(3, 7)</b> 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; <b>(1)</b> Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Zupa z kukini szpital <b>(7, 9)</b> Składniki: woda 259.66g; ziemniaki 100.00g; cukinia 90.00g; marchew 11.29g; pietruszka, korzeń 11.29g; seler korzeniowy 11.29g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 5.64g; por 0.83g</p> <p>Makaron z twarogiem szpital <b>(1, 7)</b> Składniki: ser twarogowy półtłusty, bez laktozy 197.50g; makaron świderki (GLUTENEX) 172.81g; margaryna miękka, 80% tłuszczu 24.69g</p> <p>Marchew z jabłkiem szpital Składniki: marchew 128.57g; jabłko 21.43g</p> <p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;</p>	<p>jabłko 250.00g;</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb zwykły 75.00g; <b>(1)</b> Indyk w galarecie LUX 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;</p>
06-15.09.24 Dekada dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwoprzyswajalnych  Razem E: 1900.3 kcal   B 62.7 g   T 53.3 g   W 310.2 g   SFA 18.4 g   Cukry 83.3 g   Sól 5.2 g   Błonnik 40.8 g	<p>Jajecznicza ze szpinakiem szpital <b>(3, 7)</b> 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; <b>(1)</b> Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Zupa z kukini szpital <b>(7, 9)</b> Składniki: woda 259.66g; ziemniaki 100.00g; cukinia 90.00g; marchew 11.29g; pietruszka, korzeń 11.29g; seler korzeniowy 11.29g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 5.64g; por 0.83g</p> <p>Kluski śląskie z mięsem szpital Składniki: ziemniaki 300.00g; mąka ziemniaczana 50.00g; wieprzowina, topatka 40.00g; cebula 5.00g</p> <p>Surówka z marchwi, ogórka konserwowego i pora szpital <b>(7, 10)</b> Składniki: marchew 70.00g; por 50.00g; ogórki, konserwowe 20.00g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g</p> <p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;</p>	<p>jabłko 250.00g;</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 75.00g; <b>(1)</b> Indyk w galarecie LUX 50.00g; chleb zwykły 25.00g; <b>(1)</b> Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;</p>

Środa 2024-09-11

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
06-15.09.24 Dekada dieta podstawowa  Razem E: 1942.5 kcal   B 86.8 g   T 52.5 g   W 296.6 g   SFA 17.2 g   Cukry 90.0 g   Sól 5.6 g   Błonnik 35.8 g	Kasza kukurydziana na mleku szpital <b>(7)</b> Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; kasza kukurydziana 20.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 75.00g; <b>(1)</b> pomidory, czerwone 50.00g; szynka z piersi kurczaka 50.00g; chleb zwykły 25.00g; <b>(1)</b> Margaryna smakowita 20.00g;	Zupa ogórkowa szpital <b>(7, 9)</b> 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 Kotlet mielony szpital <b>(1, 3)</b> Składniki: wieprzowina, topatka 90.00g; jaja kurze całe 14.75g; cebula 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;	pomarańcza 200.00g;	Pasta z twarogu ze szczypiorkiem <b>(7)</b> Składniki: ser twarogowy półtłusty 80.00g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 24.00g; szczypiorek 2.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 75.00g; <b>(1)</b> rzodkiewka 50.00g; chleb zwykły 25.00g; <b>(1)</b> Margaryna smakowita 20.00g;
06-15.09.24 Dekada dieta lekkostrawna  Razem E: 1817.8 kcal   B 84.4 g   T 42.3 g   W 286.2 g   SFA 16.7 g   Cukry 101.6 g   Sól 6.3 g   Błonnik 26.5 g	Kasza kukurydziana na mleku szpital <b>(7)</b> Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; kasza kukurydziana 20.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb zwykły 75.00g; <b>(1)</b> pomidory, czerwone 50.00g; szynka z piersi kurczaka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;	Zupa brokułowa szpital <b>(7, 9)</b> 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 Pulpet w sosie szpital <b>(1, 3)</b> Składniki: wieprzowina, topatka 97.84g; jaja kurze całe 16.04g; bułka tarta 10.87g ziemniaki 300.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; marchew, gotowana, odsączona, bez soli 120.00g;	pomarańcza 200.00g;	Pasta z twarogu szpital <b>(7)</b> Składniki: ser twarogowy półtłusty 80.00g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 24.00g; sól biała 2.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb zwykły 75.00g; <b>(1)</b> dżem śliwkowy, niskosłodzony 30.00g; Margaryna smakowita 20.00g;
06-15.09.24 Dekada dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwoprzyswajalnych  Razem E: 1757.0 kcal   B 77.1 g   T 47.6 g   W 272.3 g   SFA 14.2 g   Cukry 77.9 g   Sól 5.5 g   Błonnik 37.3 g	herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; <b>(1)</b> pomidory, czerwone 50.00g; szynka z piersi kurczaka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;	Zupa ogórkowa szpital <b>(7, 9)</b> 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 Kotlet mielony szpital <b>(1, 3)</b> Składniki: wieprzowina, topatka 90.00g; jaja kurze całe 14.75g; cebula 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;	pomarańcza 200.00g;	Pasta z twarogu ze szczypiorkiem <b>(7)</b> Składniki: ser twarogowy półtłusty 80.00g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 24.00g; szczypiorek 2.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 75.00g; <b>(1)</b> rzodkiewka 50.00g; chleb zwykły 25.00g; <b>(1)</b> Margaryna smakowita 20.00g;

Czwartek 2024-09-12

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
06-15.09.24 Dekada dieta podstawowa  Razem E: 1954.4 kcal   B 83.5 g   T 55.1 g   W 295.4 g   SFA 25.0 g   Cukry 69.8 g   Sól 5.9 g   Błonnik 29.6 g	Ryż na mleku szpital <b>(7)</b> Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; ryż biały 20.00g  herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 75.00g; <b>(1)</b> ogórek 50.00g; szynka konserwowa 50.00g; chleb zwykły 25.00g; <b>(1)</b> Margaryna smakowita 20.00g;	Zupa pieczarkowa szpital <b>(7, 9)</b> Składniki: woda 259.66g; ziemniaki 100.00g; seler korzeniowy 11.29g; marchew 11.29g; pietruszka, korzeń 11.29g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g; pieczarka biała 9.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 5.64g; por 0.83g  Gołąbki szpital Składniki: kapusta biała 200.00g; wieprzowina, fopatka 70.00g; ryż biały 50.00g  Sos pomidorowy szpital <b>(7)</b> Składniki: woda 130.00g; śmietana, 18% tłuszczu 20.00g; koncentrat pomidorowy, 30% 13.00g  herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; ziemniaki 150.00g;	Danio 130.00g;	herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 75.00g; <b>(1)</b> pomidory, czerwone 50.00g; ser, gouda tusty 50.00g; <b>(7)</b> chleb zwykły 25.00g; <b>(1)</b> Margaryna smakowita 20.00g;
06-15.09.24 Dekada dieta lekkostrawna  Razem E: 2176.3 kcal   B 85.0 g   T 64.5 g   W 330.0 g   SFA 19.2 g   Cukry 76.0 g   Sól 4.5 g   Błonnik 32.4 g	Ryż na mleku szpital <b>(7)</b> Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; ryż biały 20.00g  herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb zwykły 75.00g; <b>(1)</b> szynka konserwowa 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;	Zupa ziemniaczana szpital <b>(7, 9)</b> Składniki: woda 460.40g; ziemniaki 230.20g; seler korzeniowy 30.70g; marchew 30.70g; pietruszka, korzeń 30.70g; por 15.30g; śmietana, 18% tłuszczu 15.30g; włoszczyzna suszona (Kucharek) 15.30g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 9.21g  Risotto w sosie pomidorowym szpital <b>(9)</b> Składniki: ryż biały 97.39g; wieprzowina, fopatka 83.48g; marchew 27.83g; pietruszka, korzeń 27.83g; seler korzeniowy 27.83g; olej rzepakowy uniwersalny 20.87g; przecier pomidorowy (sos) z cząstkami pomidorów, w puszcze 20.87g; cebula 13.91g  Marchew z jabłkiem szpital Składniki: marchew 120.00g; jabłko 20.00g  herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;	Danio 130.00g;	herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb zwykły 75.00g; <b>(1)</b> pomidory, czerwone 50.00g; Kurczak gotowany 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;
06-15.09.24 Dekada dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwoprzyswajalnych  Razem E: 1754.3 kcal   B 75.1 g   T 50.1 g   W 265.8 g   SFA 21.7 g   Cukry 67.8 g   Sól 6.0 g   Błonnik 31.0 g	herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; <b>(1)</b> ogórek 50.00g; szynka konserwowa 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;	Zupa pieczarkowa szpital <b>(7, 9)</b> Składniki: woda 259.66g; ziemniaki 100.00g; seler korzeniowy 11.29g; marchew 11.29g; pietruszka, korzeń 11.29g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g; pieczarka biała 9.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 5.64g; por 0.83g  Gołąbki szpital Składniki: kapusta biała 200.00g; wieprzowina, fopatka 70.00g; ryż biały 50.00g  Sos pomidorowy szpital <b>(7)</b> Składniki: woda 130.00g; śmietana, 18% tłuszczu 20.00g; koncentrat pomidorowy, 30% 13.00g  herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; ziemniaki 150.00g;	jogurt naturalny, 2% tłuszczu 180.00g; <b>(7)</b>	herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 75.00g; <b>(1)</b> pomidory, czerwone 50.00g; ser, gouda tusty 50.00g; <b>(7)</b> chleb zwykły 25.00g; <b>(1)</b> Margaryna smakowita 20.00g;

Piątek 2024-09-13

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
06-15.09.24 Dekada dieta podstawowa  Razem E: 2264.6 kcal   B 94.6 g   T 60.1 g   W 355.6 g   SFA 15.2 g   Cukry 103.3 g   Sól 6.4 g   Błonnik 54.7 g	Płatki jęczmienne na mleku szpital <b>(1, 7)</b> Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; płatki jęczmienne 20.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 75.00g; <b>(1)</b> pomidory, czerwone 50.00g; Schab nie ze wsi 50.00g; chleb zwykły 25.00g; <b>(1)</b> Margaryna smakowita 20.00g;	Barszcz czerwony z fasolą szpital <b>(9)</b> 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 <b>(1, 3, 4)</b> Składniki: morszczuk, świeży 90.00g; jaja kurze całe 14.75g; bułka tarta 11.00g; olej rzepakowy uniwersalny 8.00g Surówka z kapusty 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;	jabłko 250.00g;	Pasta z jajek z groszkiem i szczypiorem szpital <b>(3, 7)</b> Składniki: jaja kurze całe 88.50g; groszek zielony, w puszcze, bez soli, po odsączeniu 10.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 10.00g; szczypiorek 8.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 75.00g; <b>(1)</b> chleb zwykły 25.00g; <b>(1)</b> Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;
06-15.09.24 Dekada dieta lekkostrawna  Razem E: 1789.8 kcal   B 70.4 g   T 45.3 g   W 289.1 g   SFA 13.4 g   Cukry 97.7 g   Sól 4.9 g   Błonnik 31.3 g	Płatki jęczmienne na mleku szpital <b>(1, 7)</b> Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; płatki jęczmienne 20.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb zwykły 75.00g; <b>(1)</b> pomidory, czerwone 50.00g; Schab nie ze wsi 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;	Barszcz czerwony szpital <b>(9)</b> 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 <b>(1, 3, 4)</b> 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 250.00g;	Pasta z jajek szpital <b>(3, 7)</b> Składniki: jaja kurze całe 55.90g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 21.80g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb zwykły 75.00g; <b>(1)</b> Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;
06-15.09.24 Dekada dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwoprzyswajalnych  Razem E: 2079.3 kcal   B 84.6 g   T 54.6 g   W 331.4 g   SFA 12.1 g   Cukry 91.1 g   Sól 6.0 g   Błonnik 54.7 g	herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; <b>(1)</b> pomidory, czerwone 50.00g; Schab nie ze wsi 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;	Barszcz czerwony z fasolą szpital <b>(9)</b> 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 <b>(1, 3, 4)</b> Składniki: morszczuk, świeży 90.00g; jaja kurze całe 14.75g; bułka tarta 11.00g; olej rzepakowy uniwersalny 8.00g Surówka z kapusty 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;	jabłko 250.00g;	Pasta z jajek z groszkiem i szczypiorem szpital <b>(3, 7)</b> Składniki: jaja kurze całe 88.50g; groszek zielony, w puszcze, bez soli, po odsączeniu 10.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 10.00g; szczypiorek 8.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 75.00g; <b>(1)</b> chleb zwykły 25.00g; <b>(1)</b> Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;



# JADŁOSPIS DEKADOWY

## 06-15.09.2024

Sobota 2024-09-14

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
06-15.09.24 Dekada dieta podstawowa	<p>Lane kluski na mleku szpital <b>(1, 3, 7)</b> Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; kluski lane 20.00g</p> <p>Pasta z twarogu z ziołami i czosnkiem <b>(7)</b> Składniki: ser twarogowy półtłusty 80.00g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 24.00g; zioła prowansalskie 5.00g; czosnek 2.00g</p> <p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 75.00g; <b>(1)</b> rzodkiewka 50.00g; chleb zwykły 25.00g; <b>(1)</b> Margaryna smakowita 20.00g;</p> <p>Razem E: 1970.4 kcal   B 82.6 g   T 59.8 g   W 291.7 g   SFA 15.5 g   Cukry 90.9 g   Sól 4.8 g   Błonnik 35.2 g</p>	<p>Zupa z zielonego groszku szpital <b>(7, 9)</b> Składniki: woda 259.66g; ziemniaki 150.00g; groszek zielony, w puszcze, bez soli, po odsączeniu 20.00g; marchew 11.29g; pietruszka, korzeń 11.29g; seler korzeniowy 11.29g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 5.64g; por 0.83g</p> <p>Parówka w sosie szpital <b>(1, 7)</b> 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>arbuz 300.00g;</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 75.00g; <b>(1)</b> pomidory, czerwone 50.00g; szynka staropolska 50.00g; chleb zwykły 25.00g; <b>(1)</b> Margaryna smakowita 20.00g;</p>
06-15.09.24 Dekada dieta lekkostrawna	<p>Lane kluski na mleku szpital <b>(1, 3, 7)</b> Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; kluski lane 20.00g</p> <p>Pasta z twarogu szpital <b>(7)</b> Składniki: ser twarogowy półtłusty 83.77g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 25.13g; sól biała 2.09g</p> <p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb zwykły 75.00g; <b>(1)</b> dżem wiśniowy, niskosłodzony 30.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p> <p>Razem E: 1908.2 kcal   B 79.5 g   T 58.4 g   W 276.7 g   SFA 15.4 g   Cukry 105.1 g   Sól 6.1 g   Błonnik 23.6 g</p>	<p>Zupa z zielonego groszku szpital <b>(7, 9)</b> Składniki: woda 259.66g; ziemniaki 150.00g; groszek zielony, w puszcze, bez soli, po odsączeniu 20.00g; marchew 11.29g; pietruszka, korzeń 11.29g; seler korzeniowy 11.29g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 5.64g; por 0.83g</p> <p>Parówka w sosie szpital <b>(1, 7)</b> 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>arbuz 300.00g;</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb zwykły 75.00g; <b>(1)</b> pomidory, czerwone 50.00g; szynka staropolska 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>
06-15.09.24 Dekada dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwoprzyswajalnych	<p>Pasta z twarogu z ziołami i czosnkiem <b>(7)</b> Składniki: ser twarogowy półtłusty 80.00g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 24.00g; zioła prowansalskie 5.00g; czosnek 2.00g</p> <p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; <b>(1)</b> rzodkiewka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p> <p>Razem E: 1855.3 kcal   B 72.8 g   T 55.3 g   W 285.3 g   SFA 12.5 g   Cukry 82.3 g   Sól 4.6 g   Błonnik 41.1 g</p>	<p>Zupa z zielonego groszku szpital <b>(7, 9)</b> Składniki: woda 259.66g; ziemniaki 150.00g; groszek zielony, w puszcze, bez soli, po odsączeniu 20.00g; marchew 11.29g; pietruszka, korzeń 11.29g; seler korzeniowy 11.29g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 5.64g; por 0.83g</p> <p>Parówka w sosie szpital <b>(1, 7)</b> 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 250.00g;</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 75.00g; <b>(1)</b> pomidory, czerwone 50.00g; szynka staropolska 50.00g; chleb zwykły 25.00g; <b>(1)</b> Margaryna smakowita 20.00g;</p>

# JADŁOSPIS DEKADOWY

## 06-15.09.2024

Niedziela 2024-09-15

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
<p>06-15.09.24 Dekada dieta podstawowa</p> <p>Razem E: 1916.5 kcal   B 85.7 g   T 49.0 g   W 301.8 g   SFA 15.8 g   Cukry 92.5 g   Sól 5.3 g   Błonnik 39.3 g</p>	<p>Kasza manna na mleku szpital <b>(1, 7)</b> Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; kasza manna 15.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; jaja kurze całe 118.00g; <b>(3)</b> chleb żytni razowy 75.00g; <b>(1)</b> papryka czerwona, słodka 50.00g; chleb zwykły 25.00g; <b>(1)</b> Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Zupa ryżowa szpital <b>(9)</b> Składniki: woda 300.00g; pietruszka, korzeń 20.00g; seler korzeniowy 20.00g; marchew 20.00g; ryż biały 20.00g; por 10.00g; włoszczyzna suszona (Kucharek) 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.00g Potrawka z kurczaka z brokułem szpital <b>(1, 7)</b> Składniki: mięso z ud kurczaka, bez skóry 120.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 23.00g; marchew 20.00g; groszek zielony, w puszcze, bez soli, po odsączeniu 15.00g; mąka pszenna, typ 550 10.00g Marchew z jabłkiem szpital Składniki: marchew 122.40g; jabłko 20.40g 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; <b>(1)</b> pomidory, czerwone 50.00g; szynka delikatesowa z kurczaka 50.00g; chleb zwykły 25.00g; <b>(1)</b> Margaryna smakowita 20.00g;</p>
<p>06-15.09.24 Dekada dieta lekkostrawna</p> <p>Razem E: 1821.5 kcal   B 82.7 g   T 47.6 g   W 279.8 g   SFA 15.6 g   Cukry 90.6 g   Sól 4.6 g   Błonnik 30.5 g</p>	<p>Kasza manna na mleku szpital <b>(1, 7)</b> Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; kasza manna 15.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; jaja kurze całe 118.00g; <b>(3)</b> chleb zwykły 75.00g; <b>(1)</b> pomidory, czerwone 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Zupa ryżowa szpital <b>(9)</b> Składniki: woda 300.00g; pietruszka, korzeń 20.00g; seler korzeniowy 20.00g; marchew 20.00g; ryż biały 20.00g; por 10.00g; włoszczyzna suszona (Kucharek) 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.00g Potrawka z kurczaka z brokułem szpital <b>(1, 7)</b> Składniki: mięso z ud kurczaka, bez skóry 120.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 23.00g; marchew 20.00g; groszek zielony, w puszcze, bez soli, po odsączeniu 15.00g; mąka pszenna, typ 550 10.00g Marchew z jabłkiem szpital Składniki: marchew 122.40g; jabłko 20.40g 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; <b>(1)</b> pomidory, czerwone 50.00g; szynka delikatesowa z kurczaka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>
<p>06-15.09.24 Dekada dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwoprzyswajalnych</p> <p>Razem E: 1753.0 kcal   B 76.4 g   T 44.1 g   W 281.9 g   SFA 12.8 g   Cukry 80.5 g   Sól 5.2 g   Błonnik 40.8 g</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; jaja kurze całe 118.00g; <b>(3)</b> chleb żytni razowy 110.00g; <b>(1)</b> papryka czerwona, słodka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;</p>	<p>Zupa ryżowa szpital <b>(9)</b> Składniki: woda 300.00g; pietruszka, korzeń 20.00g; seler korzeniowy 20.00g; marchew 20.00g; ryż biały 20.00g; por 10.00g; włoszczyzna suszona (Kucharek) 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.00g Potrawka z kurczaka z brokułem szpital <b>(1, 7)</b> Składniki: mięso z ud kurczaka, bez skóry 120.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 23.00g; marchew 20.00g; groszek zielony, w puszcze, bez soli, po odsączeniu 15.00g; mąka pszenna, typ 550 10.00g Marchew z jabłkiem szpital Składniki: marchew 122.40g; jabłko 20.40g 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; <b>(1)</b> pomidory, czerwone 50.00g; szynka delikatesowa z kurczaka 50.00g; chleb zwykły 25.00g; <b>(1)</b> Margaryna smakowita 20.00g;</p>