

Wtorek 2024-11-05

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
05-14.11.24 Dekada diety podstawowej Razem E: 2022.1 kcal B 77.9 g T 62.7 g W 300.8 g SFA 20.9 g Cukry 82.1 g Sól 5.9 g Błonnik 29.6 g	Płatki owsiane na mleku szpital (1, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; płatki owsiane 20.00g Jajecznicza ze szpinakiem szpital (3, 7) Składniki: jajka kurze całe 64.31g; szpinak, mrożony 27.25g; masło śmietankowe 4.09g; olej rzepakowy uniwersalny 2.72g; czosnek 1.63g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 75.00g; (1) chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;	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 Pierogi ruskie szpital (1, 3, 7) Składniki: ziemniaki 112.53g; mąka pszenna, typ 500 70.00g; ser twarogowy półtłusty 60.00g; jajka kurze całe 14.75g; cebula 10.00g Surówka z kapusty czerwonej szpital Składniki: kapusta czerwona 120.00g; jabłko 20.00g; marchew 20.00g; olej rzepakowy uniwersalny 10.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;	jogurt naturalny, 2% tłuszczu 180.00g; (7) herbatniki 10.00g; (1, 6, 7)	herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 75.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; Indyk w galarecie LUX 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;
05-14.11.24 Dekada diety łatwostrawnej Razem E: 1902.3 kcal B 71.1 g T 60.4 g W 278.8 g SFA 22.2 g Cukry 80.6 g Sól 4.6 g Błonnik 19.6 g	Płatki owsiane na mleku szpital (1, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; płatki owsiane 20.00g Jajecznicza ze szpinakiem szpital (3, 7) Składniki: jajka kurze całe 64.31g; szpinak, mrożony 27.25g; masło śmietankowe 4.09g; olej rzepakowy uniwersalny 2.72g; czosnek 1.63g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb zwykły 75.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;	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 Makaron z twarogiem szpital (1, 7) Składniki: ser twarogowy półtłusty, bez laktozy 89.10g; makaron świderki (GLUTENEX) 78.00g; margaryna miękka, 80% tłuszczu 11.10g Marchew z jabłkiem szpital Składniki: marchew 145.71g; jabłko 24.29g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;	jogurt naturalny, 2% tłuszczu 180.00g; (7) herbatniki 10.00g; (1, 6, 7)	herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb zwykły 75.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; Indyk w galarecie LUX 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;
05-14.11.24 Dekada diety z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów Razem E: 1851.8 kcal B 68.1 g T 56.8 g W 282.4 g SFA 17.7 g Cukry 70.1 g Sól 5.9 g Błonnik 32.0 g	Jajecznicza ze szpinakiem szpital (3, 7) Składniki: jajka kurze całe 64.31g; szpinak, mrożony 27.25g; masło śmietankowe 4.09g; olej rzepakowy uniwersalny 2.72g; czosnek 1.63g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;	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 Pierogi ruskie szpital (1, 3, 7) Składniki: ziemniaki 112.53g; mąka pszenna, typ 500 70.00g; ser twarogowy półtłusty 60.00g; jajka kurze całe 14.75g; cebula 10.00g Surówka z kapusty czerwonej szpital Składniki: kapusta czerwona 120.00g; jabłko 20.00g; marchew 20.00g; olej rzepakowy uniwersalny 10.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;	jogurt naturalny, 2% tłuszczu 180.00g; (7) herbatniki 10.00g; (1, 6, 7)	herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; Indyk w galarecie LUX 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;

Środa 2024-11-06

05-14.11.24 Dekada diety podstawowej

Razem E: 2034,5 kcal | B 91,4 g | T 61,7 g | W 296,7 g | SFA 19,9 g | Cukry 103,6 g | Sól 3,9 g | Błonnik 35,2 g

śniadanie

Makaron na mleku szpital **(1, 3, 7)**
Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; makaron dwujajeczny 20.00g
herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;
chleb żytni razowy 75.00g; **(1)**
papryka czerwona, słodka 50.00g; Kurczak gotowany 50.00g;
chleb zwykły 25.00g; **(1)** Margaryna smakowita 20.00g;

Obiad

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
Pulpet w sosie szpital **(1, 3)**
Składniki: wieprzowina, łopatka 90.00g; jaja kurze całe 14.75g; bułka tarta 10.00g
Surówka z kapusty pekińskiej szpital
Składniki: kapusta pekińska 120.00g; marchew 20.00g; papryka czerwona, słodka 20.00g; kukurydza żółta, ziarna, w puszcze, po odsączeniu 10.00g; olej rzepakowy uniwersalny 10.00g
kompot z jabłek 250.00g; kasza jęczmienna, perłowa 60.00g; **(1)**

Podwieczorek

kiwi 162.00g;

kolacja

Pasta z twarogu z ziołami i czosnkiem **(7)**
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; **(1)** chleb zwykły 25.00g; **(1)**
Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;

05-14.11.24 Dekada diety łatwostrawnej

Razem E: 1877,3 kcal | B 84,2 g | T 50,9 g | W 285,6 g | SFA 17,6 g | Cukry 103,1 g | Sól 5,9 g | Błonnik 27,3 g

śniadanie

Makaron na mleku szpital **(1, 3, 7)**
Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; makaron dwujajeczny 20.00g
herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb zwykły 75.00g;
(1) pomidory, czerwone 50.00g; Kurczak gotowany 50.00g;
Margaryna smakowita 20.00g;

Obiad

Krupnik szpital **(1, 7, 9)**
Składniki: woda 300.00g; pietruszka, korzeń 20.00g; seler korzeniowy 20.00g; marchew 20.00g; kasza jęczmienna, perłowa 20.00g; por 10.00g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.00g
Pulpet w sosie szpital **(1, 3)**
Składniki: wieprzowina, łopatka 90.00g; jaja kurze całe 14.75g; bułka tarta 10.00g
Buraczki szpital
Składniki: buraki gotowane, odsączone, bez soli 160.00g; cebula 13.33g; olej rzepakowy uniwersalny 6.67g
kompot z jabłek 250.00g; kasza jęczmienna, perłowa 60.00g; **(1)**

Podwieczorek

mandarynki 190.00g;

kolacja

Pasta z twarogu szpital **(7)**
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;
(1) Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;

05-14.11.24 Dekada diety z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów

Razem E: 1853,1 kcal | B 81,2 g | T 56,3 g | W 275,6 g | SFA 16,7 g | Cukry 96,3 g | Sól 4,0 g | Błonnik 38,6 g

śniadanie

herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;
chleb żytni razowy 110.00g; **(1)**
papryka czerwona, słodka 50.00g; Kurczak gotowany 50.00g;
Margaryna smakowita 20.00g;

Obiad

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
Pulpet w sosie szpital **(1, 3)**
Składniki: wieprzowina, łopatka 90.00g; jaja kurze całe 14.75g; bułka tarta 10.00g
Surówka z kapusty pekińskiej szpital
Składniki: kapusta pekińska 120.00g; marchew 20.00g; papryka czerwona, słodka 20.00g; kukurydza żółta, ziarna, w puszcze, po odsączeniu 10.00g; olej rzepakowy uniwersalny 10.00g
kompot z jabłek 250.00g; kasza jęczmienna, perłowa 60.00g; **(1)**

Podwieczorek

mandarynki 190.00g;

kolacja

Pasta z twarogu z ziołami i czosnkiem **(7)**
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; **(1)** Margaryna smakowita 20.00g;
sałata masłowa 12.00g;

Czwartek 2024-11-07

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
05-14.11.24 Dekada diety podstawowa Razem E: 1930.8 kcal B 77.4 g T 51.4 g W 305.6 g SFA 22.5 g Cukry 91.8 g Sól 6.9 g Błonnik 33.0 g	Płatki jęczmienne na mleku szpital (1, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; płatki jęczmienne 20.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 75.00g; (11) pomidory, czerwone 50.00g; Schab nie ze wsi 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;	Zupa pieczarkowa szpital (7, 9) Składniki: woda 259.66g; ziemniaki 100.00g; seler korzeniowy 11.29g; marchew 11.29g; pietruszka, korzeń 11.29g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g; pieczarka biała 9.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 5.64g; por 0.83g Gotłębki szpital Składniki: kapusta biała 200.00g; wieprzowina, topatka 70.00g; ryż biały 50.00g Sos pomidorowy szpital (7) 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;	banan 115.00g;	herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 75.00g; (11) ogórek kiszony 50.00g; ser, gouda tłusty 50.00g; (7) chleb zwykły 25.00g; (11) Margaryna smakowita 20.00g;
05-14.11.24 Dekada diety łatwostrawna Razem E: 2072.6 kcal B 79.2 g T 69.4 g W 296.8 g SFA 20.8 g Cukry 89.9 g Sól 7.4 g Błonnik 26.3 g	Płatki jęczmienne na mleku szpital (1, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; płatki jęczmienne 20.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb zwykły 75.00g; (11) pomidory, czerwone 50.00g; Schab nie ze wsi 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;	Zupa koperkowa (7, 9) Składniki: bulion drobiowy 268.59g; ziemniaki 53.72g; marchew 45.66g; cebula 18.80g; koper ogrodowy 16.12g; śmietanka kremowa, 30% tłuszczu 10.74g; masło ekstra 4.03g; pieprz czarny 0.54g; sól biała 0.54g; gałka muszkatołowa, mielona 0.27g Risotto w sosie pomidorowym szpital (9) Składniki: ryż biały 97.39g; wieprzowina, topatka 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 gotowana szpital Składniki: marchew, gotowana, odsączona, z solą 120.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;	banan 115.00g;	herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb zwykły 75.00g; (11) szynka konserwowa 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;
05-14.11.24 Dekada diety z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów Razem E: 1775.2 kcal B 67.9 g T 46.9 g W 288.4 g SFA 19.4 g Cukry 83.9 g Sól 6.6 g Błonnik 37.9 g	herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; (11) pomidory, czerwone 50.00g; Schab nie ze wsi 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;	Zupa pieczarkowa szpital (7, 9) Składniki: woda 259.66g; ziemniaki 100.00g; seler korzeniowy 11.29g; marchew 11.29g; pietruszka, korzeń 11.29g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g; pieczarka biała 9.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 5.64g; por 0.83g Gotłębki szpital Składniki: kapusta biała 200.00g; wieprzowina, topatka 70.00g; ryż biały 50.00g Sos pomidorowy szpital (7) 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;	jabłko 250.00g;	herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; (11) ogórek kiszony 50.00g; ser, gouda tłusty 50.00g; (7) Margaryna smakowita 20.00g;

Piątek 2024-11-08

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
05-14.11.24 Dekada dieta podstawowa	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 żytni razowy 75.00g; (1) ogórek 50.00g; szynka z piersi kurczaka 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g; Razem E: 2343.7 kcal B 109.2 g T 66.2 g W 344.3 g SFA 19.5 g Cukry 93.1 g Sól 6.6 g Błonnik 47.9 g	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 kiszzonej szpital Składniki: kapusta kiszona 120.00g; jabłko 20.00g; marchew 20.00g; olej rzepakowy uniwersalny 10.00g ziemniaki 300.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;	kefir, 2% tłuszczu 420.00g; (7)	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 masłowa 12.00g;
05-14.11.24 Dekada dieta łatwostrawna	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) pomidory, czerwone 50.00g; szynka z piersi kurczaka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; Razem E: 1910.2 kcal B 88.5 g T 58.7 g W 268.8 g SFA 18.6 g Cukry 85.5 g Sól 5.7 g Błonnik 25.2 g	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 Pulpet rybny szpital (3, 4) Składniki: morszczuk, świeży 87.35g; jaja kurze całe 28.63g; olej rzepakowy uniwersalny 7.76g 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;	kefir, 2% tłuszczu 420.00g; (7)	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 masłowa 12.00g;
05-14.11.24 Dekada dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów	herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; (1) ogórek 50.00g; szynka z piersi kurczaka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; Razem E: 2179.8 kcal B 100.5 g T 61.6 g W 323.9 g SFA 16.5 g Cukry 81.2 g Sól 6.6 g Błonnik 51.2 g	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 kiszzonej szpital Składniki: kapusta kiszona 120.00g; jabłko 20.00g; marchew 20.00g; olej rzepakowy uniwersalny 10.00g ziemniaki 300.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;	kefir, 2% tłuszczu 420.00g; (7)	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 masłowa 12.00g;

Sobota 2024-11-09

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
05-14.11.24 Dekada diety podstawowej	Kasza kukurydziana na mleku szpital (7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; kasza kukurydziana 20.00g Pasta z twarogu z koncentratem i bazylią (7) Składniki: ser twarogowy półtłusty 82.60g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 24.80g; koncentrat pomidorowy, 30% 13.40g; bazyli suszona 2.07g; sól biała 1.03g; pieprz czarny 1.03g 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;	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 Parówka w sosie szpital (1, 7) Składniki: Parówka zwyczajna 90.00g; śmietana, 18% tłuszczu 15.00g; mąka pszenna typ 550, z witaminami 5.00g Marchew z jabłkiem szpital Składniki: marchew 120.00g; jabłko 20.00g ziemniaki 300.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;	pomarańcza 200.00g;	herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 75.00g; (1) papryka czerwona, słodka 50.00g; szynka staropolska 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;
05-14.11.24 Dekada diety łatwostrawnej	Kasza kukurydziana na mleku szpital (7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; kasza kukurydziana 20.00g Pasta z twarogu z koncentratem i bazylią (7) Składniki: ser twarogowy półtłusty 82.60g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 24.80g; koncentrat pomidorowy, 30% 13.40g; bazyli suszona 2.07g; sól biała 1.03g; pieprz czarny 1.03g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb zwykły 75.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;	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 Parówka w sosie szpital (1, 7) Składniki: Parówka zwyczajna 90.00g; śmietana, 18% tłuszczu 15.00g; mąka pszenna typ 550, z witaminami 5.00g Marchew z jabłkiem szpital Składniki: marchew 120.00g; jabłko 20.00g ziemniaki 300.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;	pomarańcza 200.00g;	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;
05-14.11.24 Dekada diety z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pasta z twarogu z koncentratem i bazylią (7) Składniki: ser twarogowy półtłusty 82.60g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 24.80g; koncentrat pomidorowy, 30% 13.40g; bazyli suszona 2.07g; sól biała 1.03g; pieprz czarny 1.03g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; (1) rzodkiewka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;	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 Parówka w sosie szpital (1, 7) Składniki: Parówka zwyczajna 90.00g; śmietana, 18% tłuszczu 15.00g; mąka pszenna typ 550, z witaminami 5.00g Marchew z jabłkiem szpital Składniki: marchew 120.00g; jabłko 20.00g ziemniaki 300.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;	pomarańcza 200.00g;	herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; (1) papryka czerwona, słodka 50.00g; szynka staropolska 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;

Niedziela 2024-11-10

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
05-14.11.24 Dekada diety podstawowej	Lane kluski na mleku szpital (1, 3, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; kluski lane 20.00g Jajko na miękko szpital (3) Składniki: jajka kurze całe 118.00g 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; Razem E: 1940.2 kcal B 92.1 g T 57.5 g W 279.7 g SFA 18.6 g Cukry 66.6 g Sól 5.9 g Błonnik 33.3 g	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 Potrąwka 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 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;	herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 75.00g; (1) ogórek 50.00g; szynka delikatesowa z kurczaka 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;
05-14.11.24 Dekada diety łatwostrawnej	Lane kluski na mleku szpital (1, 3, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; kluski lane 20.00g Jajko na miękko szpital (3) Składniki: jajka kurze całe 118.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb zwykły 75.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; Razem E: 1847.7 kcal B 89.2 g T 56.2 g W 258.1 g SFA 18.5 g Cukry 64.9 g Sól 5.1 g Błonnik 24.9 g	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 Potrąwka 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 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;	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;
05-14.11.24 Dekada diety z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Jajko na miękko szpital (3) Składniki: jajka kurze całe 118.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; Razem E: 1804.3 kcal B 84.5 g T 52.3 g W 266.6 g SFA 15.2 g Cukry 64.8 g Sól 6.1 g Błonnik 37.0 g	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 Potrąwka 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 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; (7)	herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; (1) ogórek 50.00g; szynka delikatesowa z kurczaka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;

Poniedziałek 2024-11-11

05-14.11.24 Dekada diety podstawowej

Razem E: 1983.2 kcal | B 81.6 g | T 56.4 g | W 307.8 g | SFA 16.6 g | Cukry 93.2 g | Sól 5.4 g | Błonnik 39.7 g

Śniadanie

Kasza manna na mleku szpital **(1, 7)**
Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; kasza manna 15.00g;
herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;
chleb żytni razowy 75.00g; **(1)** paprykarz "szczeciński" 60.00g; **(4)** ogórek kiszony 50.00g; chleb zwykły 25.00g; **(1)** Margaryna smakowita 20.00g;

Obiad

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
Bitki ze schabu szpital
Składniki: wieprzowina, schab surowy bez kości 90.00g; olej rzepakowy uniwersalny 10.00g; cebula 10.00g
Surówka z białej rzodkwi **(1, 7)**
Składniki: rzodkiew japońska (daikon), surowa 120.00g; jabłko 20.00g; marchew z groszkiem, gotowana 20.00g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g
Kisiel truskawkowy
Składniki: woda 148.81g; truskawki, mrożone 89.29g; skrobia ziemniaczana 5.95g; ksylitol 5.95g
ziemniaki 300.00g;

Podwieczorek

jabłko 250.00g;

Kolacja

Pasta z twarogu ze szczypiorkiem **(7)**
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; **(1)** rzodkiewka 50.00g;
chleb zwykły 25.00g; **(1)** Margaryna smakowita 20.00g;

05-14.11.24 Dekada diety łatwostrawnej

Razem E: 1741.6 kcal | B 84.4 g | T 36.7 g | W 285.8 g | SFA 14.1 g | Cukry 92.2 g | Sól 6.1 g | Błonnik 32.4 g

Śniadanie

Kasza manna na mleku szpital **(1, 7)**
Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; kasza manna 15.00g;
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;

Obiad

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
Schab gotowany szpital **(7)**
Składniki: wieprzowina, schab surowy bez kości 94.29g; marchew 10.48g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 5.24g
Marchew gotowana szpital
Składniki: marchew, gotowana, odsączona, z solą 170.00g
Kisiel truskawkowy
Składniki: woda 148.81g; truskawki, mrożone 89.29g; skrobia ziemniaczana 5.95g; ksylitol 5.95g
ziemniaki 300.00g;

Podwieczorek

jabłko 250.00g;

Kolacja

Pasta z twarogu szpital **(7)**
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;
(1) Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;

05-14.11.24 Dekada diety z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Razem E: 1835.9 kcal | B 72.9 g | T 51.7 g | W 291.7 g | SFA 13.7 g | Cukry 81.3 g | Sól 5.4 g | Błonnik 43.1 g

Śniadanie

herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;
chleb żytni razowy 110.00g; **(1)** paprykarz "szczeciński" 60.00g; **(4)** ogórek kiszony 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;

Obiad

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
Bitki ze schabu szpital
Składniki: wieprzowina, schab surowy bez kości 90.00g; olej rzepakowy uniwersalny 10.00g; cebula 10.00g
Surówka z białej rzodkwi **(1, 7)**
Składniki: rzodkiew japońska (daikon), surowa 120.00g; jabłko 20.00g; marchew z groszkiem, gotowana 20.00g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g
Kisiel truskawkowy
Składniki: woda 148.81g; truskawki, mrożone 89.29g; skrobia ziemniaczana 5.95g; ksylitol 5.95g
ziemniaki 300.00g;

Podwieczorek

jabłko 250.00g;

Kolacja

Pasta z twarogu ze szczypiorkiem **(7)**
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 110.00g; **(1)** rzodkiewka 50.00g;
Margaryna smakowita 20.00g;

Wtorek 2024-11-12

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
05-14.11.24 Dekada dieta podstawowa	Kasza jęczmienna na mleku szpital (1, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; kasza jęczmienna, perłowa 20.00g Jajecznicza ze szpinakiem szpital (3, 7) Składniki: jaja kurze całe 128.60g; szpinak, mrożony 54.50g; masło śmietankowe 8.17g; olej rzepakowy uniwersalny 5.45g; czosnek 3.27g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 75.00g; (1) chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;	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 Kluski śląskie z mięsem szpital Składniki: ziemniaki 300.00g; mąka ziemniaczana 50.00g; wieprzowina, łopatka 40.00g; cebula 5.00g 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 herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;	jogurt naturalny, 2% tłuszczu 180.00g; (7) biszkopty 10.00g; (1, 3)	herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 75.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; Indyk w galarecie LUX 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;
05-14.11.24 Dekada dieta łatwostrawna	Kasza jęczmienna na mleku szpital (1, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; kasza jęczmienna, perłowa 20.00g Jajecznicza ze szpinakiem szpital (3, 7) Składniki: jaja kurze całe 128.60g; szpinak, mrożony 54.50g; masło śmietankowe 8.17g; olej rzepakowy uniwersalny 5.45g; czosnek 3.27g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb zwykły 75.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;	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 Makaron z sosem mięsno pomidorowym szpital (1, 3, 9) Składniki: makaron dwujajeczny 80.10g; wieprzowina, łopatka 68.70g; marchew 22.90g; pietruszka, korzeń 22.90g; seler korzeniowy 22.90g; olej rzepakowy uniwersalny 17.20g; przecier pomidorowy (sos) z częstkami pomidorów, w puszcze 17.20g; cebula 11.40g Sałata z olejem szpital Składniki: sałata masłowa 25.00g; olej rzepakowy tłoczony na zimno 12.50g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;	jogurt naturalny, 2% tłuszczu 180.00g; (7) biszkopty 10.00g; (1, 3)	herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb zwykły 75.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; Indyk w galarecie LUX 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;
05-14.11.24 Dekada dieta z ograniczeniem łatwopryswajalnych węglowodanów	Jajecznicza ze szpinakiem szpital (3, 7) Składniki: jaja kurze całe 128.60g; szpinak, mrożony 54.50g; masło śmietankowe 8.17g; olej rzepakowy uniwersalny 5.45g; czosnek 3.27g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;	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 Kluski śląskie z mięsem szpital Składniki: ziemniaki 300.00g; mąka ziemniaczana 50.00g; wieprzowina, łopatka 40.00g; cebula 5.00g 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 herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;	jogurt naturalny, 2% tłuszczu 180.00g; (7) biszkopty 10.00g; (1, 3)	herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; Indyk w galarecie LUX 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;

Środa 2024-11-13

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
05-14.11.24 Dekada diety podstawowej	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; chleb żytni razowy 75.00g; (1) papryka czerwona, słodka 50.00g; Schab nie ze wsi 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;	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 Udko duszone szpital (10) Składniki: mięso z ud kurczaka, ze skórą 200.00g; olej rzepakowy uniwersalny 10.00g; cebula 5.00g; curry w proszku 2.00g Mizeria szpital (7) Składniki: ogórek 120.00g; śmietana, 18% tłuszczu 15.00g; cebula 10.00g ziemniaki 300.00g; kompot z jabłek 250.00g;	mandarynki 190.00g;	Pasta z twarogu z ziołami i czosnkiem (7) 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; (1) pomidory, czerwone 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;
05-14.11.24 Dekada diety łatwostrawnej	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; chleb zwykły 75.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; Schab nie ze wsi 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;	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 Udko gotowane szpital Składniki: mięso z ud kurczaka, ze skórą 206.67g; olej rzepakowy uniwersalny 10.33g Buraczki szpital Składniki: buraki gotowane, odsączone, bez soli 128.89g; cebula 10.74g; olej rzepakowy uniwersalny 5.37g ziemniaki 300.00g; kompot z jabłek 250.00g;	mandarynki 190.00g;	Pasta z twarogu szpital (7) 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; (1) dżem truskawkowy, niskosłodzony 30.00g; Margaryna smakowita 20.00g;
05-14.11.24 Dekada diety z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; (1) papryka czerwona, słodka 50.00g; Schab nie ze wsi 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;	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 Udko duszone szpital (10) Składniki: mięso z ud kurczaka, ze skórą 200.00g; olej rzepakowy uniwersalny 10.00g; cebula 5.00g; curry w proszku 2.00g Mizeria szpital (7) Składniki: ogórek 120.00g; śmietana, 18% tłuszczu 15.00g; cebula 10.00g ziemniaki 300.00g; kompot z jabłek 250.00g;	mandarynki 190.00g;	Pasta z twarogu z ziołami i czosnkiem (7) 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; (1) pomidory, czerwone 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;

Czwartek 2024-11-14

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
05-14.11.24 Dekada diety podstawowej	Makaron na mleku szpital (1, 3, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; makaron dwujajeczny 20.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 75.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; szynka konserwowa 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g; Razem E: 2031.3 kcal B 95.1 g T 64.9 g W 282.7 g SFA 22.7 g Cukry 87.1 g Sól 5.4 g Błonnik 29.7 g	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 Gulasz szpital (1, 7) Składniki: wieprzowina, łopatką 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 kapusty czerwonej szpital Składniki: kapusta czerwona 120.00g; jabłko 20.00g; marchew 20.00g; olej rzepakowy uniwersalny 10.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; kasza jęczmienna, perłowa 60.00g; (1)	kefir, 2% tłuszczu 420.00g; (7)	Pasta z kurczaka z kukurydzą szpital (7) Składniki: mięso z ud kurczaka, bez skóry 80.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 23.00g; kukurydza żółta, ziarna, w puszcze, po odsączeniu 10.00g; szczypiorek 8.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 75.00g; (1) chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;
05-14.11.24 Dekada diety łatwostrawnej	Makaron na mleku szpital (1, 3, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; makaron dwujajeczny 20.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb zwykły 75.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; szynka konserwowa 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; Razem E: 1862.4 kcal B 92.0 g T 53.9 g W 264.9 g SFA 21.9 g Cukry 88.2 g Sól 4.8 g Błonnik 22.9 g	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 Gulasz szpital (1, 7) Składniki: wieprzowina, łopatką 90.00g; marchew 10.00g; pietruszka, korzeń 10.00g; cebula 10.00g; mąka pszenna, typ 500 10.00g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g Marchew z jabłkiem szpital Składniki: marchew 145.71g; jabłko 24.29g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; kasza jęczmienna, perłowa 60.00g; (1)	kefir, 2% tłuszczu 420.00g; (7)	Pasta z kurczaka z warzywami szpital (7) Składniki: mięso z ud kurczaka, bez skóry 85.66g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 24.63g; marchew 10.71g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb zwykły 75.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;
05-14.11.24 Dekada diety z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; szynka konserwowa 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; Razem E: 1861.6 kcal B 85.3 g T 60.0 g W 262.8 g SFA 19.7 g Cukry 75.2 g Sól 5.4 g Błonnik 33.0 g	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 Gulasz szpital (1, 7) Składniki: wieprzowina, łopatką 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 kapusty czerwonej szpital Składniki: kapusta czerwona 120.00g; jabłko 20.00g; marchew 20.00g; olej rzepakowy uniwersalny 10.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; kasza jęczmienna, perłowa 60.00g; (1)	kefir, 2% tłuszczu 420.00g; (7)	Pasta z kurczaka z kukurydzą szpital (7) Składniki: mięso z ud kurczaka, bez skóry 80.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 23.00g; kukurydza żółta, ziarna, w puszcze, po odsączeniu 10.00g; szczypiorek 8.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;