

NIEDZIELA

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
15-24.12.24 Dekada diety podstawowej Razem E: 1915.6 kcal B 85.8 g T 55.5 g W 283.3 g SFA 18.0 g Cukry 64.5 g Sól 5.2 g Błonnik 31.5 g	Kasza jęczmienna na mleku szpital (1, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; kasza jęczmienna, perłowa 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;	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 Potrawka 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 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; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g; szynka delikatesowa z kurczaka 18.00g;
15-24.12.24 Dekada diety lekkostrawnej Razem E: 1823.1 kcal B 82.9 g T 54.2 g W 261.7 g SFA 17.9 g Cukry 62.8 g Sól 4.4 g Błonnik 23.0 g	Kasza jęczmienna na mleku szpital (1, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; kasza jęczmienna, perłowa 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;	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 Potrawka 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 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) Margaryna smakowita 20.00g; szynka delikatesowa z kurczaka 18.00g; sałata masłowa 12.00g;
15-24.12.24 Dekada diety z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów Razem E: 1654.0 kcal B 75.8 g T 49.8 g W 240.4 g SFA 14.6 g Cukry 62.1 g Sól 5.0 g Błonnik 31.1 g	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;	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 Potrawka 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 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 75.00g; (1) ogórek 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; szynka delikatesowa z kurczaka 18.00g;

JADŁOSPIS DEKADOWY

15-24.12.2024

PONIEDZIAŁEK

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
15-24.12.24 Dekada dieta podstawowa	Makaron na mleku szpital (1, 3, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; makaron dwujajeczny 20.00g Pasta z ryby wędzonej z jajkiem szpital (3, 4, 7) Składniki: makrela, wędzona 90.00g; jaja kurze całe 40.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 23.00g; szczypiorek 4.50g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 75.00g; (1) ogórek kiszony 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;	Żupa szczawiowa z ryżem szpital (9) Składniki: woda 259.66g; szcaw, gotowany, odsączony, bez soli 20.00g; ryż biały 20.00g; marchew 14.80g; pietruszka, korzeń 14.20g; seler korzeniowy 12.40g; por 11.60g; 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 Surówka z kapusty czerwonej szpital Składniki: kapusta czerwona 120.00g; jabłko 20.00g; marchew 20.00g; olej rzepakowy uniwersalny 10.00g Kisiel truskawkowy Składniki: woda 148.81g; truskawki, mrożone 89.29g; skrobia ziemniaczana 5.95g; ksylitol 5.95g ziemniaki 300.00g;	banan 115.00g;	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) rzodkiewka 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;
15-24.12.24 Dekada dieta lekkostrawna	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;	Żupa ryżowa szpital (9) Składniki: woda 265.02g; pietruszka, korzeń 17.67g; seler korzeniowy 17.67g; marchew 17.67g; ryż biały 17.67g; por 8.83g; włoszczyzna suszona (Kucharek) 8.83g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 5.30g Pulpet w sosie szpital (1, 3) Składniki: wieprzowina, łopatka 90.00g; jaja kurze całe 14.75g; bułka tarta 10.00g Salata z olejem szpital Składniki: sałata masłowa 22.70g; olej rzepakowy tłoczony na zimno 11.30g Kisiel truskawkowy Składniki: woda 148.81g; truskawki, mrożone 89.29g; skrobia ziemniaczana 5.95g; ksylitol 5.95g ziemniaki 300.00g;	banan 115.00g;	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 śliwkowy, niskosłodzony 30.00g; Margaryna smakowita 20.00g;
15-24.12.24 Dekada dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	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;	Żupa szczawiowa z ryżem szpital (9) Składniki: woda 259.66g; szcaw, gotowany, odsączony, bez soli 20.00g; ryż biały 20.00g; marchew 14.80g; pietruszka, korzeń 14.20g; seler korzeniowy 12.40g; por 11.60g; 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 Surówka z kapusty czerwonej szpital Składniki: kapusta czerwona 120.00g; jabłko 20.00g; marchew 20.00g; olej rzepakowy uniwersalny 10.00g Kisiel truskawkowy Składniki: woda 148.81g; truskawki, mrożone 89.29g; skrobia ziemniaczana 5.95g; ksylitol 5.95g ziemniaki 300.00g;	jabłko 250.00g;	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) rzodkiewka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;

WTOREK

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
15-24.12.24 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) papryka czerwona, słodka 50.00g; szynka konserwowa 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g; Razem E: 1783.2 kcal B 70.4 g T 47.6 g W 281.3 g SFA 18.1 g Cukry 76.7 g Sól 6.2 g Błonnik 25.2 g	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 twarogiem szpital (1, 7) Składniki: ser twarogowy półtłusty, bez laktozy 80.00g; makaron świderki (GLUTENEX) 70.00g; margaryna miękka, 80% tłuszczu 10.00g Marchew z jabłkiem szpital Składniki: marchew 120.00g; jabłko 20.00g 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 75.00g; (1) Indyk w galarecie LUX 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;
15-24.12.24 Dekada dieta lekkostrawna	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 konserwowa 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; Razem E: 1688.2 kcal B 67.4 g T 46.2 g W 259.3 g SFA 17.9 g Cukry 74.8 g Sól 5.5 g Błonnik 16.4 g	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 twarogiem szpital (1, 7) Składniki: ser twarogowy półtłusty, bez laktozy 80.00g; makaron świderki (GLUTENEX) 70.00g; margaryna miękka, 80% tłuszczu 10.00g Marchew z jabłkiem szpital Składniki: marchew 120.00g; jabłko 20.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;	jogurt naturalny, 2% tłuszczu 180.00g; (7)	herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb zwykły 75.00g; (1) Indyk w galarecie LUX 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;
15-24.12.24 Dekada dieta z ograniczeniem łatwopryswajalnych węglowodanów	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; Razem E: 1619.3 kcal B 61.6 g T 43.0 g W 261.0 g SFA 15.1 g Cukry 64.8 g Sól 6.3 g Błonnik 28.5 g	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 twarogiem szpital (1, 7) Składniki: ser twarogowy półtłusty, bez laktozy 80.00g; makaron świderki (GLUTENEX) 70.00g; margaryna miękka, 80% tłuszczu 10.00g Marchew z jabłkiem szpital Składniki: marchew 120.00g; jabłko 20.00g 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) Indyk w galarecie LUX 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;

ŚRODA

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
15-24.12.24 Dekada dieta podstawowa	Lane kluski na mleku szpital (1, 3, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; kluski lane 20.00g Jajecznicza ze szpinakiem szpital (3, 7) Składniki: jajka kurze całe 118.00g; szpinak, mrożony 50.00g; masło śmietankowe 7.50g; olej rzepakowy uniwersalny 5.00g; czosnek 3.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 75.00g; (1) chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g; Razem E: 2073.3 kcal B 80.9 g T 71.0 g W 295.1 g SFA 23.4 g Cukry 104.9 g Sól 6.3 g Błonnik 34.8 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, łopatka 90.00g; marchew 10.00g; pietruszka, korzeń 10.00g; cebula 10.00g; mąka pszenna, typ 500 10.00g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g Surówka z ogórków szpital Składniki: ogórek kiszony 100.00g; marchew 20.00g; cebula 10.00g; olej rzepakowy uniwersalny 8.00g kompot z jabłek 250.00g; kasza jęczmienna, perłowa 60.00g; (1)	pomarańcza 250.00g;	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;
15-24.12.24 Dekada dieta lekkostrawna	Lane kluski na mleku szpital (1, 3, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; kluski lane 20.00g Jajecznicza ze szpinakiem szpital (3, 7) Składniki: jajka kurze całe 118.00g; szpinak, mrożony 50.00g; masło śmietankowe 7.50g; olej rzepakowy uniwersalny 5.00g; czosnek 3.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb zwykły 75.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g; Razem E: 2004.4 kcal B 82.1 g T 65.9 g W 285.2 g SFA 23.0 g Cukry 105.8 g Sól 4.5 g Błonnik 31.3 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, łopatka 90.00g; marchew 10.00g; pietruszka, korzeń 10.00g; cebula 10.00g; mąka pszenna, typ 500 10.00g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g Buraczki szpital Składniki: buraki gotowane, odsączone, bez soli 122.67g; cebula 10.22g; olej rzepakowy uniwersalny 5.11g ziemniaki 300.00g; kompot z jabłek 250.00g;	pomarańcza 250.00g;	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;
15-24.12.24 Dekada dieta z ograniczeniem łatwopryswajalnych węglowodanów	Jajecznicza ze szpinakiem szpital (3, 7) Składniki: jajka kurze całe 118.00g; szpinak, mrożony 50.00g; masło śmietankowe 7.50g; olej rzepakowy uniwersalny 5.00g; czosnek 3.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;	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, łopatka 90.00g; marchew 10.00g; pietruszka, korzeń 10.00g; cebula 10.00g; mąka pszenna, typ 500 10.00g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g Surówka z ogórków szpital Składniki: ogórek kiszony 100.00g; marchew 20.00g; cebula 10.00g; olej rzepakowy uniwersalny 8.00g kompot z jabłek 250.00g; kasza jęczmienna, perłowa 60.00g; (1)	pomarańcza 250.00g;	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;

CZWARTEK

15-24.12.24 Dekada diety podstawowej

Razem E: 2108.7 kcal | B 97.7 g | T 63.8 g | W 301.9 g | SFA 28.3 g | Cukry 89.3 g | Sól 5.6 g | Błonnik 31.7 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; **(1)**
papryka czerwona, słodka 50.00g; ser, gouda tusty 50.00g; **(7)**
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
Gotówki 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;

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;

15-24.12.24 Dekada diety lekkostrawnej

Razem E: 2282.2 kcal | B 102.9 g | T 73.2 g | W 318.6 g | SFA 22.8 g | Cukry 90.6 g | Sól 6.0 g | Błonnik 30.0 g

Płatki jęczmienne na mleku szpital **(1, 7)**
Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; płatki jęczmienne 20.00g
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) pomidory, czerwone 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;

Zupa koperkowa szpital **(9)**
Składniki: woda 496.80g; ziemniaki 165.60g; seler korzeniowy 33.10g; marchew 33.10g; koper ogrodowy 33.10g; pietruszka, korzeń 33.10g; por 16.60g; włoszczyzna suszona (Kucharek) 16.60g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 9.94g
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 częstkami pomidorów, w puszcze 20.87g; cebula 13.91g
herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;

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;

15-24.12.24 Dekada diety z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Razem E: 1939.6 kcal | B 88.3 g | T 58.6 g | W 281.5 g | SFA 25.2 g | Cukry 77.3 g | Sól 5.3 g | Błonnik 33.6 g

herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;
chleb żytni razowy 110.00g; **(1)**
papryka czerwona, słodka 50.00g; ser, gouda tusty 50.00g; **(7)**
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
Gotówki 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;

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;

PIĄTEK

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
15-24.12.24 Dekada dieta podstawowa	Kasza kukurydziana na mleku szpital (7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; kasza kukurydziana 20.00g chleb żytni razowy 75.00g; (1) Schab nie ze wsi 50.00g; pomidory, czerwone 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;	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 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 kiszonej 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 (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) ogórek 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;
15-24.12.24 Dekada dieta lekkostrawna	Kasza kukurydziana na mleku szpital (7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; kasza kukurydziana 20.00g chleb zwykły 75.00g; (1) Schab nie ze wsi 50.00g; pomidory, czerwone 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;	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 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;	jabłko 250.00g;	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) Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;
15-24.12.24 Dekada dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów	chleb żytni razowy 110.00g; (1) Schab nie ze wsi 50.00g; pomidory, czerwone 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;	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 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 kiszonej 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 (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) ogórek 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;

SOBOTA

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
15-24.12.24 Dekada dieta podstawowa	Płatki owsiane na mleku szpital (1, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; płatki owsiane 20.00g 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; Razem E: 1984.9 kcal B 82.3 g T 55.1 g W 308.3 g SFA 14.9 g Cukry 100.7 g Sól 4.8 g Błonnik 39.8 g	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;	mandarynki 250.00g;	herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 75.00g; (1) papryka czerwona, słodka 50.00g; szynka z piersi kurczaka 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;
15-24.12.24 Dekada dieta lekkostrawna	Płatki owsiane na mleku szpital (1, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; płatki owsiane 20.00g 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) dżem śliwkowy, niskosłodzony 30.00g; Margaryna smakowita 20.00g; Razem E: 1925.8 kcal B 78.9 g T 53.6 g W 295.4 g SFA 14.7 g Cukry 114.6 g Sól 6.0 g Błonnik 29.9 g	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;	mandarynki 250.00g;	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;
15-24.12.24 Dekada dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów	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; Razem E: 1814.6 kcal B 72.5 g T 49.2 g W 289.9 g SFA 11.7 g Cukry 88.7 g Sól 4.8 g Błonnik 42.2 g	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;	mandarynki 250.00g;	herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; (1) papryka czerwona, słodka 50.00g; szynka z piersi kurczaka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;

NIEDZIELA

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
15-24.12.24 Dekada diety podstawowej Razem E: 1966.6 kcal B 92.2 g T 57.1 g W 287.0 g SFA 18.5 g Cukry 65.9 g Sól 5.9 g Błonnik 33.5 g	Kasza manna na mleku szpital (1, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; kasza manna 15.00g Jajko na miękko szpital (3) Składniki: jajka kurze całe 118.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 75.00g; (11) pomidory, czerwone 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (11) Margaryna smakowita 20.00g;	Zupa ryżowa szpital (9) Składniki: woda 300.00g; pietruszka, korzeni 20.00g; seler korzeniowy 20.00g; marchew 20.00g; ryż biały 20.00g; por 10.00g; włoszczyzna suszona (Kucharek) 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.00g Potrawka z kurczaka z brokułem szpital (1, 7) Składniki: mięso z ud kurczaka, bez skóry 120.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 23.00g; marchew 20.00g; groszek zielony, w puszcze, bez soli, po odsączeniu 15.00g; mąka pszenna, typ 550 10.00g 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; (11) szynka delikatesowa z kurczaka 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (11) Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;
15-24.12.24 Dekada diety lekkostrawnej Razem E: 1966.6 kcal B 92.2 g T 57.1 g W 287.0 g SFA 18.5 g Cukry 65.9 g Sól 5.9 g Błonnik 33.5 g	Kasza manna na mleku szpital (1, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; kasza manna 15.00g Jajko na miękko szpital (3) Składniki: jajka kurze całe 118.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 75.00g; (11) pomidory, czerwone 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (11) Margaryna smakowita 20.00g;	Zupa ryżowa szpital (9) Składniki: woda 300.00g; pietruszka, korzeni 20.00g; seler korzeniowy 20.00g; marchew 20.00g; ryż biały 20.00g; por 10.00g; włoszczyzna suszona (Kucharek) 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.00g Potrawka z kurczaka z brokułem szpital (1, 7) Składniki: mięso z ud kurczaka, bez skóry 120.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 23.00g; marchew 20.00g; groszek zielony, w puszcze, bez soli, po odsączeniu 15.00g; mąka pszenna, typ 550 10.00g 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; (11) szynka delikatesowa z kurczaka 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (11) Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;
15-24.12.24 Dekada diety z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów Razem E: 1799.2 kcal B 84.3 g T 52.3 g W 265.5 g SFA 15.2 g Cukry 64.2 g Sól 6.1 g Błonnik 36.9 g	Jajko na miękko szpital (3) Składniki: jajka kurze całe 118.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; (11) pomidory, czerwone 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;	Zupa ryżowa szpital (9) Składniki: woda 300.00g; pietruszka, korzeni 20.00g; seler korzeniowy 20.00g; marchew 20.00g; ryż biały 20.00g; por 10.00g; włoszczyzna suszona (Kucharek) 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.00g Potrawka z kurczaka z brokułem szpital (1, 7) Składniki: mięso z ud kurczaka, bez skóry 120.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 23.00g; marchew 20.00g; groszek zielony, w puszcze, bez soli, po odsączeniu 15.00g; mąka pszenna, typ 550 10.00g 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; (11) szynka delikatesowa z kurczaka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;

PONIEDZIAŁEK

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
15-24.12.24 Dekada dieta podstawowa	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) paprykarz "szczeciński" 60.00g; (4) ogórek kiszony 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;	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 Kotlet z piersi kurczaka szpital (1, 3) Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry 90.00g; jaja kurze całe 15.00g; mąka pszenna, typ 500 10.00g; bułka tarta 10.00g Surówka z kapusty czerwonej szpital Składniki: kapusta czerwona 120.00g; jabłko 20.00g; marchew 20.00g; olej rzepakowy uniwersalny 10.00g Kisiel truskawkowy Składniki: woda 148.80g; truskawki, mrożone 89.30g; skrobia ziemniaczana 5.95g; ksylitol 5.95g ziemniaki 300.00g;	kiwi 162.00g;	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;
15-24.12.24 Dekada dieta lekkostrawna	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) Schab nie ze wsi 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;	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 Pierś gotowana szpital (1) Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry 112.50g; mąka pszenna, typ 500 12.50g Marchew gotowana szpital Składniki: marchew, gotowana, odsączona, z solą 113.30g Kisiel truskawkowy Składniki: woda 148.80g; truskawki, mrożone 89.30g; skrobia ziemniaczana 5.95g; ksylitol 5.95g ziemniaki 300.00g;	jabłko 250.00g;	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;
15-24.12.24 Dekada dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów	herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 75.00g; (1) paprykarz "szczeciński" 60.00g; (4) ogórek kiszony 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;	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 Kotlet z piersi kurczaka szpital (1, 3) Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry 90.00g; jaja kurze całe 15.00g; mąka pszenna, typ 500 10.00g; bułka tarta 10.00g Surówka z kapusty czerwonej szpital Składniki: kapusta czerwona 120.00g; jabłko 20.00g; marchew 20.00g; olej rzepakowy uniwersalny 10.00g Kisiel truskawkowy Składniki: woda 148.80g; truskawki, mrożone 89.30g; skrobia ziemniaczana 5.95g; ksylitol 5.95g ziemniaki 300.00g;	jabłko 250.00g;	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;

WTOREK

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
15-24.12.24 Dekada dieta podstawowa	Kasza jęczmienna na mleku szpital (1, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; kasza jęczmienna, perłowa 20.00g Pasta z twarogu z koncentratem i bazylią (7) Składniki: ser twarogowy półtłusty 80.00g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 24.00g; koncentrat pomidorowy, 30% 13.00g; bazylia suszona 2.00g; sól biała 1.00g; pieprz czarny 1.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 75.00g; (1) ogórek 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;	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 Ryż zapiekany z jabłkiem (7) Składniki: jabłko 70.50g; ryż biały, krótkoziarnisty 26.25g; cukier, biały 10.00g; sok ze świeżej cytryny 3.00g; masło ekstra 2.50g; cynamon mielony 0.50g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;	pomarańcza 250.00g;	Barszcz czerwony szpital (9) Składniki: woda 149.23g; ziemniaki 43.10g; burak 34.48g; marchew 6.49g; pietruszka, korzeń 6.49g; seler korzeniowy 6.49g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 3.25g; por 0.48g Pierogi z kapustą i pieczarkami szpital (1, 3) Składniki: kapusta kiszona 150.00g; mąka pszenna, typ 500 70.00g; pieczarka biała 18.00g; jaja kurze całe 14.75g Ryba po grecku szpital (4, 9) Składniki: marchew 70.00g; makrela, świeża 70.00g; pietruszka, korzeń 30.00g; seler korzeniowy 20.00g; por 10.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 75.00g; (1) chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;
15-24.12.24 Dekada dieta lekkostrawna	Kasza jęczmienna na mleku szpital (1, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; kasza jęczmienna, perłowa 20.00g Pasta z twarogu z koncentratem i bazylią (7) Składniki: ser twarogowy półtłusty 80.00g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 24.00g; koncentrat pomidorowy, 30% 13.00g; bazylia suszona 2.00g; sól biała 1.00g; pieprz czarny 1.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb zwykły 75.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;	Zupa brokułowa szpital (7, 9) Składniki: woda 242.88g; ziemniaki 93.54g; brokuły 18.71g; marchew 10.56g; pietruszka, korzeń 10.56g; seler korzeniowy 10.56g; śmietana, 18% tłuszczu 9.35g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 5.28g; por 0.78g Ryż zapiekany z jabłkiem (7) Składniki: jabłko 70.50g; ryż biały, krótkoziarnisty 26.25g; cukier, biały 10.00g; sok ze świeżej cytryny 3.00g; masło ekstra 2.50g; cynamon mielony 0.50g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;	pomarańcza 250.00g;	Barszcz czerwony szpital (9) Składniki: woda 149.23g; ziemniaki 43.10g; burak 34.48g; marchew 6.49g; pietruszka, korzeń 6.49g; seler korzeniowy 6.49g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 3.25g; por 0.48g Pierogi ruskie szpital (1, 3, 7) Składniki: ziemniaki 106.41g; mąka pszenna, typ 500 66.19g; ser twarogowy półtłusty 56.74g; jaja kurze całe 13.95g; cebula 9.46g Ryba po grecku szpital (4, 9) Składniki: marchew 70.00g; makrela, świeża 70.00g; pietruszka, korzeń 30.00g; seler korzeniowy 20.00g; por 10.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 75.00g; (1) chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;
15-24.12.24 Dekada dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pasta z twarogu z koncentratem i bazylią (7) Składniki: ser twarogowy półtłusty 80.00g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 24.00g; koncentrat pomidorowy, 30% 13.00g; bazylia suszona 2.00g; sól biała 1.00g; pieprz czarny 1.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; (1) ogórek 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;	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 Ryż zapiekany z jabłkiem (7) Składniki: jabłko 70.50g; ryż biały, krótkoziarnisty 26.25g; cukier, biały 10.00g; sok ze świeżej cytryny 3.00g; masło ekstra 2.50g; cynamon mielony 0.50g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;	pomarańcza 250.00g;	Barszcz czerwony szpital (9) Składniki: woda 149.23g; ziemniaki 43.10g; burak 34.48g; marchew 6.49g; pietruszka, korzeń 6.49g; seler korzeniowy 6.49g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 3.25g; por 0.48g Pierogi z kapustą i pieczarkami szpital (1, 3) Składniki: kapusta kiszona 150.00g; mąka pszenna, typ 500 70.00g; pieczarka biała 18.00g; jaja kurze całe 14.75g Ryba po grecku szpital (4, 9) Składniki: marchew 70.00g; makrela, świeża 70.00g; pietruszka, korzeń 30.00g; seler korzeniowy 20.00g; por 10.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;