

JADŁOSPIS DEKADOWY

24.01-02.02.2025

Jaworskie Centrum Medyczne
ul. Szpitalna 3
59-400 Jawor

Piątek 2025-01-24

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
24.01-02.02..25 Dekada dieta podstawowa	Lane kluski na mleku szpital (1, 3, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu; kluski lane herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb żytni razowy; (1) parówki z kurczaka; rzodkiewka; chleb zwykły; (1) Margaryna smakowita;	Zupa ryżowa szpital (9) Składniki: woda; pietruszka, korzeń; seler korzeniowy; marchew; ryż biały; por; włoszczyzna suszona (Kucharek); mięso z ud kurczaka, ze skórą Pulpet rybny szpital (3, 4) Składniki: morszczuk, świeży; jaja kurze całe; olej rzepakowy uniwersalny Surówka z kapusty kiszzonej szpital Składniki: kapusta kiszona; jabłko; marchew; olej rzepakowy uniwersalny ziemniaki; kompot z jabłek;	banan;	Pasta z jajek szpital (3, 7) Składniki: jaja kurze całe; jogurt naturalny, 2% tłuszczu herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb żytni razowy; (1) chleb zwykły; (1) Margaryna smakowita; sałata masłowa;
24.01-02.02..25 Dekada dieta lekkostrawna	Lane kluski na mleku szpital (1, 3, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu; kluski lane herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb zwykły; (1) parówki z kurczaka; pomidory, czerwone; Margaryna smakowita;	Zupa ryżowa szpital (9) Składniki: woda; pietruszka, korzeń; seler korzeniowy; marchew; ryż biały; por; włoszczyzna suszona (Kucharek); mięso z ud kurczaka, ze skórą Pulpet rybny szpital (3, 4) Składniki: morszczuk, świeży; jaja kurze całe; olej rzepakowy uniwersalny Surówka z marchewki i jabłka (7) Składniki: marchew; jabłko; śmietana, 18% tłuszczu; sok ze świeżej cytryny; sól morsa jodowana; pieprz czarny ziemniaki; kompot z jabłek;	banan;	Pasta z jajek szpital (3, 7) Składniki: jaja kurze całe; jogurt naturalny, 2% tłuszczu herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb żytni razowy; (1) chleb zwykły; (1) Margaryna smakowita; sałata masłowa;
24.01-02.02..25 Dekada dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	herbata czarna, parzona, napar bez cukru; chleb żytni razowy; (1) parówki z kurczaka; rzodkiewka; Margaryna smakowita;	Zupa ryżowa szpital (9) Składniki: woda; pietruszka, korzeń; seler korzeniowy; marchew; ryż biały; por; włoszczyzna suszona (Kucharek); mięso z ud kurczaka, ze skórą Pulpet rybny szpital (3, 4) Składniki: morszczuk, świeży; jaja kurze całe; olej rzepakowy uniwersalny Surówka z kapusty kiszzonej szpital Składniki: kapusta kiszona; jabłko; marchew; olej rzepakowy uniwersalny ziemniaki; kompot z jabłek;	jogurt naturalny, 2% tłuszczu; (7)	Pasta z jajek szpital (3, 7) Składniki: jaja kurze całe; jogurt naturalny, 2% tłuszczu herbata czarna, parzona, napar bez cukru; chleb żytni razowy; (1) Margaryna smakowita; sałata masłowa;

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 - łubin i

JADŁOSPIS W TRAKCIE MOŻE ULEC ZMIANIE

JADŁOSPIS DEKADOWY
24.01-02.02.2025

Jaworskie Centrum Medyczne
ul. Szpitalna 3
59-400 Jawor

Sobota 2025-01-25

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
24.01-02.02..25 Dekada dieta podstawowa	Kasza kukurydziana na mleku szpital (7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu; kasza kukurydziana Pasta z twarogu szpital (7) Składniki: ser twarogowy półtłusty; mleko spożywcze, 2% tłuszczu; sól biała herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb żytni razowy; (1) pomidory, czerwone; chleb zwykły; (1) Margaryna smakowita;	Zupa ziemniaczana szpital (7, 9) Składniki: woda; ziemniaki; seler korzeniowy; marchew; pietruszka, korzeń; por; śmietana, 18% tłuszczu; włoszczyzna suszona (Kucharek); mięso z ud kurczaka, ze skórą Risotto w sosie pomidorowym szpital (9) Składniki: ryż biały; wieprzowina, łopatka; marchew; pietruszka, korzeń; seler korzeniowy; olej rzepakowy uniwersalny; przecier pomidorowy (sos) z cząstkami pomidorów, w puszcze; cebula Buraczki szpital Składniki: buraki gotowane, odsączone, bez soli; cebula; olej rzepakowy uniwersalny Herbata z żurawiną i suszonym jabłkiem (12) Składniki: herbata, napar bez cukru; żurawina suszona, słodzona; cytryna; imbir korzeń; jabłka, suszone; miód pszczeli; cynamon mielony	kefir, 1,5% tłuszczu; (7) herbatniki; (1, 6, 7)	herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb żytni razowy; (1) ogórek; szynka konserwowa; chleb zwykły; (1) Margaryna smakowita;
24.01-02.02..25 Dekada dieta lekkostrawna	Kasza kukurydziana na mleku szpital (7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu; kasza kukurydziana Pasta z twarogu szpital (7) Składniki: ser twarogowy półtłusty; mleko spożywcze, 2% tłuszczu herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb zwykły; (1) pomidory, czerwone; dżem truskawkowy, niskosłodzony; Margaryna smakowita;	Zupa ziemniaczana szpital (7, 9) Składniki: woda; ziemniaki; seler korzeniowy; marchew; pietruszka, korzeń; por; śmietana, 18% tłuszczu; włoszczyzna suszona (Kucharek); mięso z ud kurczaka, ze skórą Risotto w sosie pomidorowym szpital (9) Składniki: ryż biały; wieprzowina, łopatka; marchew; pietruszka, korzeń; seler korzeniowy; olej rzepakowy uniwersalny; przecier pomidorowy (sos) z cząstkami pomidorów, w puszcze; cebula Buraczki szpital Składniki: buraki gotowane, odsączone, bez soli; cebula; olej rzepakowy uniwersalny Herbata z żurawiną i suszonym jabłkiem (12) Składniki: herbata, napar bez cukru; żurawina suszona, słodzona; cytryna; imbir korzeń; jabłka, suszone; miód pszczeli; cynamon mielony	kefir, 1,5% tłuszczu; (7) herbatniki; (1, 6, 7)	herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb zwykły; (1) szynka konserwowa; Margaryna smakowita; sałata masłowa;
24.01-02.02..25 Dekada dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pasta z twarogu szpital (7) Składniki: ser twarogowy półtłusty; mleko spożywcze, 2% tłuszczu; sól biała herbata czarna, parzona, napar bez cukru; chleb żytni razowy; (1) pomidory, czerwone; Margaryna smakowita;	Zupa ziemniaczana szpital (7, 9) Składniki: woda; ziemniaki; seler korzeniowy; marchew; pietruszka, korzeń; por; śmietana, 18% tłuszczu; włoszczyzna suszona (Kucharek); mięso z ud kurczaka, ze skórą Risotto w sosie pomidorowym szpital (9) Składniki: ryż biały; wieprzowina, łopatka; marchew; pietruszka, korzeń; seler korzeniowy; olej rzepakowy uniwersalny; przecier pomidorowy (sos) z cząstkami pomidorów, w puszcze; cebula Buraczki szpital Składniki: buraki gotowane, odsączone, bez soli; cebula; olej rzepakowy uniwersalny Herbata z żurawiną i suszonym jabłkiem (12) Składniki: herbata, napar bez cukru; żurawina suszona, słodzona; cytryna; imbir korzeń; jabłka, suszone; miód pszczeli; cynamon mielony	kefir, 1,5% tłuszczu; (7) herbatniki; (1, 6, 7)	herbata czarna, parzona, napar bez cukru; chleb żytni razowy; (1) ogórek; szynka konserwowa; Margaryna smakowita;

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 - łubin i

JADŁOSPIS W TRAKCIE MOŻE ULEC ZMIANIE

JADŁOSPIS DEKADOWY
24.01-02.02.2025

Jaworskie Centrum Medyczne
ul. Szpitalna 3
59-400 Jawor

Niedziela 2025-01-26

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
24.01-02.02..25 Dekada dieta podstawowa Razem E: 2065.7 kcal B 97.4 g T 55.3 g W 314.3 g SFA 17.6 g Cukry 95.9 g Sól 6.7 g Bionnik 41.9 g	Płatki jęczmienne na mleku szpital (1, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu; płatki jęczmienne Jajko na miękko szpital (3) Składniki: jaja kurze całe herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb żytni razowy; (1) papryka czerwona, słodka; chleb zwykły; (1) Margaryna smakowita;	Zupa pomidorowa z makaronem szpital (1, 3, 9) Składniki: woda; pietruszka, korzeń; seler korzeniowy; marchew; makaron dwujajeczny; koncentrat pomidorowy, 30%; por; włoszczyzna suszona (Kucharek); mięso z ud kurczaka, ze skórą Potrawka z kurczaka z groszkiem szpital (1, 7) Składniki: mięso z ud kurczaka, bez skóry; jogurt naturalny, 2% tłuszczu; marchew; groszek zielony, w puszcze, bez soli, po odsączeniu; mąka pszenna, typ 550 Marchew gotowana szpital Składniki: marchew, gotowana, odsączona, z solą ziemniaki; herbata czarna, parzona, napar z cukrem;	pomarańcza;	herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb żytni razowy; (1) pomidory, czerwone; szynka delikatesowa z kurczaka; chleb zwykły; (1) Margaryna smakowita;
24.01-02.02..25 Dekada dieta lekkostrawna Razem E: 1964.1 kcal B 94.2 g T 53.9 g W 290.9 g SFA 17.4 g Cukry 92.7 g Sól 6.0 g Bionnik 32.6 g	Płatki jęczmienne na mleku szpital (1, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu; płatki jęczmienne Jajko na miękko szpital (3) Składniki: jaja kurze całe herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb zwykły; (1) Margaryna smakowita; sałata masłowa;	Zupa pomidorowa z makaronem szpital (1, 3, 9) Składniki: woda; pietruszka, korzeń; seler korzeniowy; marchew; makaron dwujajeczny; koncentrat pomidorowy, 30%; por; włoszczyzna suszona (Kucharek); mięso z ud kurczaka, ze skórą Potrawka z kurczaka z groszkiem szpital (1, 7) Składniki: mięso z ud kurczaka, bez skóry; jogurt naturalny, 2% tłuszczu; marchew; groszek zielony, w puszcze, bez soli, po odsączeniu; mąka pszenna, typ 550 Marchew gotowana szpital Składniki: marchew, gotowana, odsączona, z solą ziemniaki; herbata czarna, parzona, napar z cukrem;	pomarańcza;	herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb zwykły; (1) pomidory, czerwone; szynka delikatesowa z kurczaka; Margaryna smakowita;
24.01-02.02..25 Dekada dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów Razem E: 1801.6 kcal B 87.5 g T 50.2 g W 270.4 g SFA 14.5 g Cukry 58.9 g Sól 6.3 g Bionnik 43.7 g	Jajko na miękko szpital (3) Składniki: jaja kurze całe herbata czarna, parzona, napar bez cukru; chleb żytni razowy; (1) papryka czerwona, słodka; Margaryna smakowita;	Zupa pomidorowa z makaronem szpital (1, 3, 9) Składniki: woda; pietruszka, korzeń; seler korzeniowy; marchew; makaron dwujajeczny; koncentrat pomidorowy, 30%; por; włoszczyzna suszona (Kucharek); mięso z ud kurczaka, ze skórą Potrawka z kurczaka z groszkiem szpital (1, 7) Składniki: mięso z ud kurczaka, bez skóry; jogurt naturalny, 2% tłuszczu; marchew; groszek zielony, w puszcze, bez soli, po odsączeniu; mąka pszenna, typ 550 Marchew gotowana szpital Składniki: marchew, gotowana, odsączona, z solą ziemniaki; herbata czarna, parzona, napar z cukrem;	pomarańcza;	herbata czarna, parzona, napar bez cukru; chleb żytni razowy; (1) pomidory, czerwone; szynka delikatesowa z kurczaka; Margaryna smakowita;

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 - łubin i

JADŁOSPIS W TRAKCIE MOŻE ULEC ZMIANIE

JADŁOSPIS DEKADOWY
24.01-02.02.2025

Jaworskie Centrum Medyczne
ul. Szpitalna 3
59-400 Jawor

Poniedziałek 2025-01-27

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
24.01-02.02..25 Dekada dieta podstawowa Razem E: 1975.7 kcal B 100.4 g T 65.3 g W 262.2 g SFA 22.8 g Cukry 89.3 g Sól 8.1 g Bionnik 29.8 g	Ryż na mleku szpital (7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu; ryż biały Pasta z ryby wędzonej z jajkiem szpital (3, 4, 7) Składniki: makrela, wędzona; jaja kurze całe; jogurt naturalny, 2% tłuszczu; szczypiorek herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb żytni razowy; (1) ogórek kiszony; chleb zwykły; (1) Margaryna smakowita;	Kapuśniak z pomidorami szpital (9) Składniki: woda; kapusta biała; ziemniaki; marchew; pietruszka, korzeń; seler korzeniowy; koncentrat pomidorowy, 30%; pomidory, czerwone, w puszcze, w soku pomidorowym; por; włoszczyzna suszona (Kucharek); mięso z ud kurczaka, ze skórą pieczeń rzymksa szpital (1, 3) Składniki: wieprzowina, łopatka; jaja kurze całe; bułka tarta Buraczki szpital Składniki: buraki gotowane, odsączone, bez soli; cebula; olej rzepakowy uniwersalny herbata czarna, parzona, napar z cukrem; kompot z jabłek;	Danio;	Pasta z twarogu ze szczypiorkiem (7) Składniki: ser twarogowy półtłusty; mleko spożywcze, 2% tłuszczu; szczypiorek herbata czarna, parzona, napar bez cukru; chleb żytni razowy; (1) pomidory, czerwone; chleb zwykły; (1) Margaryna smakowita;
24.01-02.02..25 Dekada dieta lekkostrawna Razem E: 1963.7 kcal B 90.5 g T 49.2 g W 303.8 g SFA 18.5 g Cukry 77.2 g Sól 7.1 g Bionnik 30.9 g	Ryż na mleku szpital (7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu; ryż biały herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb zwykły; (1) Schab nie ze wsi; kukinia; Margaryna smakowita;	Zupa koperkowa szpital (9) Składniki: woda; ziemniaki; seler korzeniowy; marchew; koper ogrodowy; pietruszka, korzeń; por; włoszczyzna suszona (Kucharek); mięso z ud kurczaka, ze skórą Pulpet w sosie szpital (1, 3) Składniki: wieprzowina, łopatka; jaja kurze całe; bułka tarta Buraczki szpital Składniki: buraki gotowane, odsączone, bez soli; cebula; olej rzepakowy uniwersalny ziemniaki; kompot z jabłek;	Danio;	Pasta z twarogu szpital (7) Składniki: ser twarogowy półtłusty; mleko spożywcze, 2% tłuszczu; sól biała herbata czarna, parzona, napar bez cukru; chleb zwykły; (1) pomidory, czerwone; Margaryna smakowita;
24.01-02.02..25 Dekada dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów Razem E: 2136.0 kcal B 106.8 g T 66.5 g W 296.8 g SFA 22.6 g Cukry 82.4 g Sól 8.5 g Bionnik 40.5 g	Pasta z ryby wędzonej z jajkiem szpital (3, 4, 7) Składniki: makrela, wędzona; jaja kurze całe; jogurt naturalny, 2% tłuszczu; szczypiorek herbata czarna, parzona, napar bez cukru; chleb żytni razowy; (1) ogórek kiszony; Margaryna smakowita;	Zupa koperkowa szpital (9) Składniki: woda; ziemniaki; seler korzeniowy; marchew; koper ogrodowy; pietruszka, korzeń; por; włoszczyzna suszona (Kucharek); mięso z ud kurczaka, ze skórą pieczeń rzymksa szpital (1, 3) Składniki: wieprzowina, łopatka; jaja kurze całe; bułka tarta Buraczki szpital Składniki: buraki gotowane, odsączone, bez soli; cebula; olej rzepakowy uniwersalny ziemniaki; kompot z jabłek; herbata czarna, parzona, napar z cukrem;	kefir, 2% tłuszczu; (7) sucharki; (1)	Pasta z twarogu ze szczypiorkiem (7) Składniki: ser twarogowy półtłusty; mleko spożywcze, 2% tłuszczu; szczypiorek herbata czarna, parzona, napar bez cukru; chleb żytni razowy; (1) pomidory, czerwone; Margaryna smakowita;

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 - łubin i

JADŁOSPIS W TRAKCIE MOŻE ULEC ZMIANIE

JADŁOSPIS DEKADOWY
24.01-02.02.2025

Jaworskie Centrum Medyczne
ul. Szpitalna 3
59-400 Jawor

Wtorek 2025-01-28

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
24.01-02.02..25 Dekada dieta podstawowa	Kasza manna na mleku szpital (1, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu; kasza manna Jajecznica ze szpinakiem szpital (3, 7) Składniki: jajka kurze całe; szpinak, mrożony; masło śmietankowe; olej rzepakowy uniwersalny; czosnek herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb żytni razowy; (1) chleb zwykły; (1) Margaryna smakowita;	Naleśniki z serem i sosem owocowym szpital (1, 3, 7) Składniki: ser twarogowy półtłusty; mleko spożywcze, 2% tłuszczu; mąka pszenna, typ 500; truskawki, mrożone; jajka kurze całe zupa z fasoli szparagowej; (1, 7, 9) herbata czarna, parzona, napar z cukrem;	jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu; (7)	herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb żytni razowy; (1) szynka staropolska; rzodkiewka; chleb zwykły; (1) Margaryna smakowita;
24.01-02.02..25 Dekada dieta lekkostrawna	Kasza manna na mleku szpital (1, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu; kasza manna Jajecznica ze szpinakiem szpital (3, 7) Składniki: jajka kurze całe; szpinak, mrożony; masło śmietankowe herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb zwykły; (1) Margaryna smakowita;	Makaron z twarogiem szpital (1, 7) Składniki: ser twarogowy półtłusty, bez laktozy; makaron świderki (GLUTENEX); margaryna miękka, 80% tłuszczu zupa z fasoli szparagowej; (1, 7, 9) herbata czarna, parzona, napar z cukrem; truskawki; jogurt naturalny, 2% tłuszczu; (7)	jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu; (7)	herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb zwykły; (1) szynka staropolska; pomidory, czerwone; Margaryna smakowita;
24.01-02.02..25 Dekada dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Jajecznica ze szpinakiem szpital (3, 7) Składniki: jajka kurze całe; szpinak, mrożony; masło śmietankowe; olej rzepakowy uniwersalny; czosnek herbata czarna, parzona, napar bez cukru; chleb żytni razowy; (1) Margaryna smakowita;	Makaron z twarogiem szpital (1, 7) Składniki: ser twarogowy półtłusty, bez laktozy; makaron świderki (GLUTENEX); margaryna miękka, 80% tłuszczu zupa z fasoli szparagowej; (1, 7, 9) herbata czarna, parzona, napar z cukrem; truskawki; jogurt naturalny, 2% tłuszczu; (7)	jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu; (7)	herbata czarna, parzona, napar bez cukru; chleb żytni razowy; (1) szynka staropolska; rzodkiewka; Margaryna smakowita;

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 - łubin i

JADŁOSPIS W TRAKCIE MOŻE ULEC ZMIANIE

JADŁOSPIS DEKADOWY

24.01-02.02.2025

Jaworskie Centrum Medyczne
ul. Szpitalna 3
59-400 Jawor

Środa 2025-01-29

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
24.01-02.02..25 Dekada dieta podstawowa Razem E: 2272.8 kcal B 84.8 g T 64.5 g W 358.6 g SFA 20.0 g Cukry 97.0 g Sól 6.6 g Błonnik 43.0 g	Platki owsiane na mleku szpital (1, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu; płatki owsiane herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb żytni razowy; (1) paprykarz "szczeciński"; (4) ogórek kiszony; chleb zwykły; (1) Margaryna smakowita;	Krupnik szpital (1, 7, 9) Składniki: woda; pietruszka, korzeń; seler korzeniowy; marchew; kasza jęczmienna, perłowa; por; śmietana, 18% tłuszczu; mięso z ud kurczaka, ze skórą Kotlet z piersi kurczaka szpital (1, 3) Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry; jaja kurze całe; mąka pszenna, typ 500; bułka tarta Surówka z kapusty czerwonej szpital Składniki: kapusta czerwona; jabłko; marchew; olej rzepakowy uniwersalny ziemniaki; herbata czarna, parzona, napar z cukrem; kasza jęczmienna, perłowa; (1)	jabłko;	herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb żytni razowy; (1) papryka czerwona, słodka; ser, gouda tłusty; (7) chleb zwykły; (1) Margaryna smakowita;
24.01-02.02..25 Dekada dieta lekkostrawna Razem E: 2004.6 kcal B 75.9 g T 38.9 g W 355.8 g SFA 14.4 g Cukry 110.2 g Sól 5.8 g Błonnik 36.3 g	Platki owsiane na mleku szpital (1, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu; płatki owsiane herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb zwykły; (1) Indyk w galarecie LUX; Margaryna smakowita;	Krupnik szpital (1, 7, 9) Składniki: woda; pietruszka, korzeń; seler korzeniowy; marchew; kasza jęczmienna, perłowa; por; śmietana, 18% tłuszczu; mięso z ud kurczaka, ze skórą Pierś gotowana szpital (1) Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry; mąka pszenna, typ 500 Surówka z marchewki i jabłka (7) Składniki: marchew; jabłko; śmietana, 18% tłuszczu; sok ze świeżej cytryny; sól morsa jodowana; pieprz czarny Herbata z żurawiną i suszonym jabłkiem (12) Składniki: herbata, napar bez cukru; żurawina suszona, słodzona; cytryna; imbir korzeń; jabłka, suszone; miód pszczeli; cynamon mielony ziemniaki; herbata czarna, parzona, napar z cukrem; kasza jęczmienna, perłowa; (1)	jabłko;	herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb zwykły; (1) papryka czerwona, słodka; Schab nie ze wsi; Margaryna smakowita;
24.01-02.02..25 Dekada dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów Razem E: 1965.8 kcal B 75.6 g T 56.2 g W 310.3 g SFA 16.4 g Cukry 60.0 g Sól 6.2 g Błonnik 44.8 g	herbata czarna, parzona, napar bez cukru; chleb żytni razowy; (1) ogórek kiszony; paprykarz "szczeciński"; (4) Margaryna smakowita;	Krupnik szpital (1, 7, 9) Składniki: woda; pietruszka, korzeń; seler korzeniowy; marchew; kasza jęczmienna, perłowa; por; śmietana, 18% tłuszczu; mięso z ud kurczaka, ze skórą Pierś gotowana szpital (1) Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry; mąka pszenna, typ 500 Surówka z kapusty czerwonej szpital Składniki: kapusta czerwona; jabłko; marchew; olej rzepakowy uniwersalny ziemniaki; herbata czarna, parzona, napar z cukrem; kasza jęczmienna, perłowa; (1)	jabłko;	herbata czarna, parzona, napar bez cukru; chleb żytni razowy; (1) papryka czerwona, słodka; ser, gouda tłusty; (7) Margaryna smakowita;

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 - łubin i

JADŁOSPIS W TRAKCIE MOŻE ULEC ZMIANIE

JADŁOSPIS DEKADOWY
24.01-02.02.2025

Jaworskie Centrum Medyczne
ul. Szpitalna 3
59-400 Jawor

Czwartek 2025-01-30

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
24.01-02.02..25 Dekada dieta podstawowa	Kasza jęczmienna na mleku szpital (1, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu; kasza jęczmienna, perlowa herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb żytni razowy; (1) szynka z piersi kurczaka; ogórek; chleb zwykły; (1) Margaryna smakowita;	Zupa ogórkowa szpital (7, 9) Składniki: woda; ziemniaki; ogórek kiszony; marchew; pietruszka, korzeń; seler korzeniowy; śmietana, 18% tłuszczu; mięso z ud kurczaka, ze skórą; por Kotlet mielony szpital (1, 3) Składniki: wieprzowina, łopatka; jaja kurze całe; cebula; bułka tarta Buraczki szpital Składniki: buraki gotowane, odsączone, bez soli; cebula; olej rzepakowy uniwersalny ziemniaki; herbata czarna, parzona, napar z cukrem;	kefir, 2% tłuszczu; (7) biszkopty; (1, 3)	herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb żytni razowy; (1) szynka konserwowa; chleb zwykły; (1) Margaryna smakowita; sałata masłowa;
24.01-02.02..25 Dekada dieta lekkostrawna	Kasza jęczmienna na mleku szpital (1, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu; kasza jęczmienna, perlowa herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb zwykły; (1) szynka z piersi kurczaka; pomidory, czerwone; Margaryna smakowita;	Zupa ogórkowa szpital (7, 9) Składniki: woda; ziemniaki; ogórek kiszony; marchew; pietruszka, korzeń; seler korzeniowy; śmietana, 18% tłuszczu; mięso z ud kurczaka, ze skórą; por Pulpet w sosie szpital (1, 3) Składniki: wieprzowina, łopatka; jaja kurze całe; bułka tarta Buraczki szpital Składniki: buraki gotowane, odsączone, bez soli; cebula; olej rzepakowy uniwersalny ziemniaki; herbata czarna, parzona, napar z cukrem;	kefir, 2% tłuszczu; (7) biszkopty; (1, 3)	herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb zwykły; (1) szynka konserwowa; Margaryna smakowita; sałata masłowa;
24.01-02.02..25 Dekada dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb żytni razowy; (1) szynka z piersi kurczaka; ogórek; Margaryna smakowita;	Zupa ogórkowa szpital (7, 9) Składniki: woda; ziemniaki; ogórek kiszony; marchew; pietruszka, korzeń; seler korzeniowy; śmietana, 18% tłuszczu; mięso z ud kurczaka, ze skórą; por Pulpet w sosie szpital (1, 3) Składniki: wieprzowina, łopatka; jaja kurze całe; bułka tarta Buraczki szpital Składniki: buraki gotowane, odsączone, bez soli; cebula; olej rzepakowy uniwersalny ziemniaki; herbata czarna, parzona, napar z cukrem;	kefir, 2% tłuszczu; (7) biszkopty; (1, 3)	herbata czarna, parzona, napar bez cukru; chleb żytni razowy; (1) szynka konserwowa; Margaryna smakowita; sałata masłowa;

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 - łubin i

JADŁOSPIS W TRAKCIE MOŻE ULEC ZMIANIE

JADŁOSPIS DEKADOWY
24.01-02.02.2025

Jaworskie Centrum Medyczne
ul. Szpitalna 3
59-400 Jawor

Piątek 2025-01-31

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
24.01-02.02..25 Dekada dieta podstawowa Razem E: 1913.1 kcal B 66.1 g T 46.3 g W 324.9 g SFA 14.3 g Cukry 120.7 g Sól 4.8 g Błonnik 36.9 g	Makaron na mleku szpital (1, 3, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu; makaron dwujajeczny Pasta z twarogu szpital (7) Składniki: ser twarogowy półtłusty; mleko spożywcze, 2% tłuszczu herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb żytni razowy; (1) dżem truskawkowy, niskosłodzony; chleb zwykły; (1) Margaryna smakowita;	Zupa brokułowa szpital (7, 9) Składniki: woda; ziemniaki; brokuły; marchew; pietruszka, korzeń; seler korzeniowy; śmietana, 18% tłuszczu; mięso z ud kurczaka, ze skórą; por Kotlet z jajek szpital (1, 3) Składniki: jaja kurze całe; bułka tarta Surówka z kapusty pekińskiej szpital Składniki: kapusta pekińska; marchew; papryka czerwona, słodka; kukurydza żółta, ziarna, w puszcze, po odsączeniu; olej rzepakowy uniwersalny ziemniaki; kompot z jabłek;	kiwi;	herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb żytni razowy; (1) pomidory, czerwone; szynka z piersi kurczaka; chleb zwykły; (1) Margaryna smakowita;
24.01-02.02..25 Dekada dieta lekkostrawna Razem E: 1907.9 kcal B 82.9 g T 47.9 g W 297.7 g SFA 14.8 g Cukry 116.4 g Sól 4.5 g Błonnik 25.5 g	Makaron na mleku szpital (1, 3, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu; makaron dwujajeczny Pasta z twarogu szpital (7) Składniki: ser twarogowy półtłusty; mleko spożywcze, 2% tłuszczu herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb zwykły; (1) dżem truskawkowy, niskosłodzony; Margaryna smakowita;	Zupa brokułowa szpital (7, 9) Składniki: woda; ziemniaki; brokuły; marchew; pietruszka, korzeń; seler korzeniowy; śmietana, 18% tłuszczu; mięso z ud kurczaka, ze skórą; por Schab gotowany szpital (7) Składniki: wieprzowina, schab surowy bez kości; marchew; jogurt naturalny, 2% tłuszczu Sałata z olejem szpital Składniki: sałata masłowa; olej rzepakowy tłoczony na zimno ziemniaki; kompot z jabłek;	kiwi;	herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb zwykły; (1) szynka z piersi kurczaka; pomidory, czerwone; Margaryna smakowita;
24.01-02.02..25 Dekada dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów Razem E: 1808.6 kcal B 69.8 g T 51.1 g W 286.1 g SFA 15.6 g Cukry 91.0 g Sól 4.6 g Błonnik 41.1 g	Pasta z twarogu szpital (7) Składniki: ser twarogowy półtłusty; mleko spożywcze, 2% tłuszczu herbata czarna, parzona, napar bez cukru; chleb żytni razowy; (1) dżem truskawkowy, niskosłodzony; Margaryna smakowita;	Zupa brokułowa szpital (7, 9) Składniki: woda; ziemniaki; brokuły; marchew; pietruszka, korzeń; seler korzeniowy; śmietana, 18% tłuszczu; mięso z ud kurczaka, ze skórą; por Karkówka gotowana szpital (1) Składniki: wieprzowina, karkówka; mąka pszenna, typ 550 Surówka z kapusty pekińskiej szpital Składniki: kapusta pekińska; marchew; papryka czerwona, słodka; kukurydza żółta, ziarna, w puszcze, po odsączeniu; olej rzepakowy uniwersalny ziemniaki; kompot z jabłek;	pomarańcza;	herbata czarna, parzona, napar bez cukru; chleb żytni razowy; (1) pomidory, czerwone; szynka z piersi kurczaka; Margaryna smakowita;

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 - łubin i

JADŁOSPIS W TRAKCIE MOŻE ULEC ZMIANIE

JADŁOSPIS DEKADOWY

24.01-02.02.2025

Jaworskie Centrum Medyczne
ul. Szpitalna 3
59-400 Jawor

Sobota 2025-02-01

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
24.01-02.02..25 Dekada dieta podstawowa	Kasza kukurydziana na mleku szpital (7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu; kasza kukurydziana herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb żytni razowy; (1) ser, gouda tłusty; (7) chleb zwykły; (1) Margaryna smakowita; sałata masłowa;	Zupa z zielonego groszku szpital (7, 9) Składniki: woda; ziemniaki; groszek zielony, w puszcze, bez soli, po odsączeniu; marchew; pietruszka, korzeń; seler korzeniowy; śmietana, 18% tłuszczu; mięso z ud kurczaka, ze skórą; por Marchew z jabłkiem szpital Składniki: marchew; jabłko Parówka w sosie szpital (1, 7) Składniki: Parówka zwyczajna; śmietana, 18% tłuszczu; mąka pszenna typ 550, z witaminami ziemniaki; herbata czarna, parzona, napar z cukrem;	sok pomidorowy;	Pasta z kurczaka z warzywami szpital (7) Składniki: mięso z ud kurczaka, bez skóry; jogurt naturalny, 2% tłuszczu; marchew herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb żytni razowy; (1) ogórek; chleb zwykły; (1) Margaryna smakowita;
24.01-02.02..25 Dekada dieta lekkostrawna	Kasza kukurydziana na mleku szpital (7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu; kasza kukurydziana herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb zwykły; (1) szynka staropolska; Margaryna smakowita; sałata masłowa;	Zupa z zielonego groszku szpital (7, 9) Składniki: woda; ziemniaki; groszek zielony, w puszcze, bez soli, po odsączeniu; marchew; pietruszka, korzeń; seler korzeniowy; śmietana, 18% tłuszczu; mięso z ud kurczaka, ze skórą; por Marchew z jabłkiem szpital Składniki: marchew; jabłko Parówka w sosie szpital (1, 7) Składniki: Parówka zwyczajna; śmietana, 18% tłuszczu; mąka pszenna typ 550, z witaminami ziemniaki; herbata czarna, parzona, napar z cukrem;	sok pomidorowy; sucharki; (1)	Pasta z kurczaka z warzywami szpital (7) Składniki: mięso z ud kurczaka, bez skóry; jogurt naturalny, 2% tłuszczu; marchew herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb zwykły; (1) Margaryna smakowita; sałata masłowa;
24.01-02.02..25 Dekada dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów	herbata czarna, parzona, napar bez cukru; chleb żytni razowy; (1) ser, gouda tłusty; (7) Margaryna smakowita; sałata masłowa;	Zupa z zielonego groszku szpital (7, 9) Składniki: woda; ziemniaki; groszek zielony, w puszcze, bez soli, po odsączeniu; marchew; pietruszka, korzeń; seler korzeniowy; śmietana, 18% tłuszczu; mięso z ud kurczaka, ze skórą; por Marchew z jabłkiem szpital Składniki: marchew; jabłko Parówka w sosie szpital (1, 7) Składniki: Parówka zwyczajna; śmietana, 18% tłuszczu; mąka pszenna typ 550, z witaminami ziemniaki; herbata czarna, parzona, napar z cukrem;	sok pomidorowy; sucharki; (1)	Pasta z kurczaka z warzywami szpital (7) Składniki: mięso z ud kurczaka, bez skóry; jogurt naturalny, 2% tłuszczu; marchew herbata czarna, parzona, napar bez cukru; chleb żytni razowy; (1) ogórek; Margaryna smakowita;

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 - łubin i

JADŁOSPIS W TRAKCIE MOŻE ULEC ZMIANIE

JADŁOSPIS DEKADOWY

24.01-02.02.2025

Jaworskie Centrum Medyczne
ul. Szpitalna 3
59-400 Jawor

Niedziela 2025-02-02

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
24.01-02.02..25 Dekada dieta podstawowa	Płatki jęczmienne na mleku (1, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu; płatki jęczmienne Jajko na miękko szpital (3) Składniki: jaja kurze całe herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb żytni razowy; (1) rzodkiewka; chleb zwykły; (1) Margaryna smakowita;	Zupa z kaszy manny szpital (1, 9) Składniki: woda; pietruszka, korzeń; seler korzeniowy; marchew; kasza manna; mięso z ud kurczaka, ze skórą; por Potrawka z kurczaka z brokułem szpital (1, 7) Składniki: mięso z ud kurczaka, bez skóry; jogurt naturalny, 2% tłuszczu; marchew; groszek zielony, w puszcze, bez soli, po odsączeniu; mąka pszenna, typ 550 Buraczki szpital Składniki: buraki gotowane, odsączone, bez soli; cebula; olej rzepakowy uniwersalny ziemniaki;	jogurt naturalny, 2% tłuszczu; (7) herbatniki; (1, 6, 7)	herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb żytni razowy; (1) pomidory, czerwone; szynka delikatesowa z kurczaka; chleb zwykły; (1) Margaryna smakowita;
24.01-02.02..25 Dekada dieta lekkostrawna	Płatki jęczmienne na mleku (1, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu; płatki jęczmienne Jajko na miękko szpital (3) Składniki: jaja kurze całe herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb zwykły; (1) cukinia; Margaryna smakowita;	Zupa z kaszy manny szpital (1, 9) Składniki: woda; pietruszka, korzeń; seler korzeniowy; marchew; kasza manna; mięso z ud kurczaka, ze skórą; por Potrawka z kurczaka z brokułem szpital (1, 7) Składniki: mięso z ud kurczaka, bez skóry; jogurt naturalny, 2% tłuszczu; marchew; groszek zielony, w puszcze, bez soli, po odsączeniu; mąka pszenna, typ 550 Buraczki szpital Składniki: buraki gotowane, odsączone, bez soli; cebula; olej rzepakowy uniwersalny ziemniaki;	jogurt naturalny, 2% tłuszczu; (7) herbatniki; (1, 6, 7)	herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb zwykły; (1) szynka delikatesowa z kurczaka; pomidory, czerwone; Margaryna smakowita;
24.01-02.02..25 Dekada dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Jajko na miękko szpital (3) Składniki: jaja kurze całe herbata czarna, parzona, napar bez cukru; chleb żytni razowy; (1) rzodkiewka; Margaryna smakowita;	Zupa z kaszy manny szpital (1, 9) Składniki: woda; pietruszka, korzeń; seler korzeniowy; marchew; kasza manna; mięso z ud kurczaka, ze skórą; por Potrawka z kurczaka z brokułem szpital (1, 7) Składniki: mięso z ud kurczaka, bez skóry; jogurt naturalny, 2% tłuszczu; marchew; groszek zielony, w puszcze, bez soli, po odsączeniu; mąka pszenna, typ 550 Buraczki szpital Składniki: buraki gotowane, odsączone, bez soli; cebula; olej rzepakowy uniwersalny ziemniaki;	jogurt naturalny, 2% tłuszczu; (7) herbatniki; (1, 6, 7)	herbata czarna, parzona, napar bez cukru; chleb żytni razowy; (1) pomidory, czerwone; szynka delikatesowa z kurczaka; Margaryna smakowita;

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 - łubin i

JADŁOSPIS W TRAKCIE MOŻE ULEC ZMIANIE