

Środa 2025-03-05

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
05.03-14.03.2025 Dekada dieta podstawowa Razem E: 2256.0 kcal B 88.9 g T 84.9 g W 302.7 g SFA 27.5 g Cukry 95.7 g Sól 5.3 g Błonnik 40.5 g	Jajecznica ze szpinakiem szpital (3, 7) Składniki: jaja kurze całe; szpinak, mrożony; masło śmietankowe; olej rzepakowy uniwersalny; czosnek Kasza manna na mleku szpital (1, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu; kasza manna herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb żytni razowy; (1) 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 Pulpet rybny szpital (3, 4) Składniki: morszczuk, świeży; jaja kurze całe; olej rzepakowy uniwersalny Surówka z kapusty czerwonej szpital Składniki: kapusta czerwona; jabłko; marchew; olej rzepakowy uniwersalny ziemniaki; herbata czarna, parzona, napar z cukrem;	mandarynki;	herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb żytni razowy; (1) ser, gouda tłusty; (7) chleb zwykły; (1) Margaryna smakowita; sałata masłowa;
05.03-14.03.2025 Dekada dieta lekkostrawna Razem E: 2103.3 kcal B 90.2 g T 68.3 g W 297.1 g SFA 19.1 g Cukry 92.2 g Sól 6.5 g Błonnik 32.8 g	Jajecznica ze szpinakiem szpital (3) Składniki: jaja kurze całe; szpinak, mrożony; olej rzepakowy uniwersalny Kasza manna na mleku szpital (1, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu; kasza manna herbata czarna, parzona, napar z cukrem; 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 Pulpet rybny szpital (3, 4) Składniki: morszczuk, świeży; jaja kurze całe; olej rzepakowy uniwersalny Buraczki szpital Składniki: buraki gotowane, odsączone, bez soli; cebula; olej rzepakowy uniwersalny ziemniaki; herbata czarna, parzona, napar z cukrem;	mandarynki;	Pasta z twarogu szpital (7) Składniki: ser twarogowy półtłusty; mleko spożywcze, 2% tłuszczu; sól biała herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb zwykły; (1) Margaryna smakowita; sałata masłowa;
05.03-14.03.2025 Dekada dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów Razem E: 2013.7 kcal B 79.6 g T 80.3 g W 263.1 g SFA 24.6 g Cukry 58.9 g Sól 5.2 g Błonnik 43.9 g	Jajecznica ze szpinakiem szpital (3, 7) Składniki: jaja kurze całe; szpinak, mrożony; masło śmietankowe; olej rzepakowy uniwersalny; czosnek herbata czarna, parzona, napar bez cukru; chleb żytni razowy; (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 Pulpet rybny szpital (3, 4) Składniki: morszczuk, świeży; jaja kurze całe; olej rzepakowy uniwersalny Surówka z kapusty czerwonej szpital Składniki: kapusta czerwona; jabłko; marchew; olej rzepakowy uniwersalny ziemniaki; herbata czarna, parzona, napar z cukrem;	mandarynki;	herbata czarna, parzona, napar bez cukru; chleb żytni razowy; (1) ser, gouda tłusty; (7) 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**

JADŁOSPIS W TRAKCIE MOŻE ULEC ZMIANIE

Czwartek 2025-03-06

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
05.03-14.03.2025 Dekada dieta podstawowa Razem E: 2311.1 kcal B 112.9 g T 91.4 g W 275.7 g SFA 19.8 g Cukry 78.2 g Sól 5.7 g Błonnik 34.4 g	Płatki jęczmienne na mleku szpital (1, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu; płatki jęczmienne herbata czarna, parzona, napar z cukrem; Parówka zwyczajna; chleb żytni razowy; (1) ogórek; chleb zwykły; (1) Margaryna smakowita;	Rosół szpital (1, 3, 9) Składniki: woda; pietruszka, korzeń; makaron dwujajeczny; seler korzeniowy; marchew; por; mięso z ud kurczaka, ze skórą; włoszczyzna suszona (Kucharek) Udko pieczone szpital (10) Składniki: mięso z ud kurczaka, ze skórą; olej rzepakowy uniwersalny; cebula; curry w proszku Surówka z kapusty pekińskiej szpital Składniki: kapusta pekińska; marchew; papryka czerwona, słodka; kukurydza żółta, ziarna, w puszcze, po odsączeniu; olej rzepakowy uniwersalny Herbata z żurawiną i suszonym jabłkiem Składniki: herbata, napar bez cukru; cynamon mielony ziemniaki;	jogurt pitny skyr, typu islandzkiego, truskawka (Fruvita, Biedronka); (7)	herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb żytni razowy; (1) Indyk w galarecie LUX; pomidory, czerwone; chleb zwykły; (1) Margaryna smakowita;
05.03-14.03.2025 Dekada dieta lekkostrawna Razem E: 2297.4 kcal B 111.1 g T 92.8 g W 265.9 g SFA 19.8 g Cukry 74.8 g Sól 5.2 g Błonnik 24.4 g	Płatki jęczmienne na mleku szpital (1, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu; płatki jęczmienne herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb zwykły; (1) Parówka zwyczajna; marchew; Margaryna smakowita;	Rosół szpital (1, 3, 9) Składniki: woda; pietruszka, korzeń; makaron dwujajeczny; seler korzeniowy; marchew; por; mięso z ud kurczaka, ze skórą; włoszczyzna suszona (Kucharek) Udko gotowane szpital Składniki: mięso z ud kurczaka, ze skórą; olej rzepakowy uniwersalny Herbata z żurawiną i suszonym jabłkiem Składniki: herbata, napar bez cukru; cynamon mielony Sałata z olejem szpital Składniki: sałata masłowa; olej rzepakowy tłoczony na zimno ziemniaki;	jogurt pitny skyr, typu islandzkiego, truskawka (Fruvita, Biedronka); (7)	herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb zwykły; (1) Indyk w galarecie LUX; pomidory, czerwone; Margaryna smakowita;
05.03-14.03.2025 Dekada dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów Razem E: 2141.0 kcal B 110.1 g T 94.8 g W 227.9 g SFA 16.7 g Cukry 41.0 g Sól 5.1 g Błonnik 34.4 g	herbata czarna, parzona, napar bez cukru; Parówka zwyczajna; chleb żytni razowy; (1) ogórek; Margaryna smakowita;	Rosół szpital (1, 3, 9) Składniki: woda; pietruszka, korzeń; makaron dwujajeczny; seler korzeniowy; marchew; por; mięso z ud kurczaka, ze skórą; włoszczyzna suszona (Kucharek) Udko pieczone szpital (10) Składniki: mięso z ud kurczaka, ze skórą; olej rzepakowy uniwersalny; cebula; curry w proszku Surówka z kapusty pekińskiej szpital Składniki: kapusta pekińska; marchew; papryka czerwona, słodka; kukurydza żółta, ziarna, w puszcze, po odsączeniu; olej rzepakowy uniwersalny Herbata z żurawiną i suszonym jabłkiem Składniki: herbata, napar bez cukru; cynamon mielony ziemniaki;	jogurt pitny skyr, typu islandzkiego, truskawka (Fruvita, Biedronka); (7)	herbata czarna, parzona, napar bez cukru; chleb żytni razowy; (1) pomidory, czerwone; Indyk w galarecie LUX; chleb zwykły; (1) 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

JADŁOSPIS W TRAKCIE MOŻE ULEC ZMIANIE

Piątek 2025-03-07

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
05.03-14.03.2025 Dekada dieta podstawowa Razem E: 1889.2 kcal B 69.0 g T 40.5 g W 327.4 g SFA 14.8 g Cukry 82.3 g Sól 4.9 g Błonnik 36.7 g	Ryż na mleku szpital (7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu; ryż biały herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb żytni razowy; (1) Kurczak gotowany; rzodkiewka; 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 czarnej rzepy (7) Składniki: rzepa; marchew; jabłko; śmietana, 12% tłuszczu ziemniaki; herbata czarna, parzona, napar z cukrem; makaron muszelki (GLUTENEX); (1)	gruszka;	herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb żytni razowy; (1) szynka konserwowa; chleb zwykły; (1) Margaryna smakowita; sałata masłowa;
05.03-14.03.2025 Dekada dieta lekkostrawna Razem E: 1899.4 kcal B 67.9 g T 41.1 g W 325.6 g SFA 15.5 g Cukry 86.2 g Sól 5.2 g Błonnik 28.0 g	Ryż na mleku szpital (7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu; ryż biały herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb zwykły; (1) Kurczak gotowany; cukinia; 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 marchewki i jabłka (7) Składniki: marchew; jabłko; śmietana, 18% tłuszczu; sok ze świeżej cytryny; sól morską jodowaną; pieprz czarny ziemniaki; herbata czarna, parzona, napar z cukrem; makaron muszelki (GLUTENEX); (1)	gruszka;	herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb zwykły; (1) szynka konserwowa; Margaryna smakowita; sałata masłowa;
05.03-14.03.2025 Dekada dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów Razem E: 1667.9 kcal B 60.9 g T 36.4 g W 290.9 g SFA 12.0 g Cukry 45.7 g Sól 4.9 g Błonnik 40.1 g	herbata czarna, parzona, napar bez cukru; chleb żytni razowy; (1) rzodkiewka; Kurczak gotowany; 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 czarnej rzepy (7) Składniki: rzepa; marchew; jabłko; śmietana, 12% tłuszczu ziemniaki; herbata czarna, parzona, napar z cukrem; makaron muszelki (GLUTENEX); (1)	gruszka; biszkopty bez dodatku cukru; (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

JADŁOSPIS W TRAKCIE MOŻE ULEC ZMIANIE

Sobota 2025-03-08

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
05.03-14.03.2025 Dekada dieta podstawowa	Pasta z twarogu z ziołami i czosnkiem (7) Składniki: ser twarogowy półtłusty; mleko spożywcze, 2% tłuszczu; zioła prowansalskie; czosnek 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) papryka żółta, słodka; chleb zwykły; (1) Margaryna smakowita;	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 zupa z fasoli szparagowej; (1, 7, 9) herbata czarna, parzona, napar z cukrem;	Danio;	herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb żytni razowy; (1) Schab nie ze wsi; pomidory, czerwone; chleb zwykły; (1) Margaryna smakowita;
05.03-14.03.2025 Dekada dieta lekkostrawna	Pasta z twarogu z ziołami szpital (7) Składniki: ser twarogowy półtłusty; mleko spożywcze, 2% tłuszczu; zioła prowansalskie Kasza jęczmienna na mleku szpital (1, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu; kasza jęczmienna, perlowa herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb zwykły; (1) marchew; Margaryna smakowita;	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; olej rzepakowy uniwersalny zupa z fasoli szparagowej; (1, 7, 9) herbata czarna, parzona, napar z cukrem;	Danio;	herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb zwykły; (1) Schab nie ze wsi; pomidory, czerwone; Margaryna smakowita;
05.03-14.03.2025 Dekada dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pasta z twarogu z ziołami i czosnkiem (7) Składniki: ser twarogowy półtłusty; mleko spożywcze, 2% tłuszczu; zioła prowansalskie; czosnek herbata czarna, parzona, napar bez cukru; chleb żytni razowy; (1) papryka żółta, słodka; Margaryna smakowita;	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 zupa z fasoli szparagowej; (1, 7, 9) herbata czarna, parzona, napar z cukrem;	kefir, 2% tłuszczu; (7) herbatniki; (1, 6, 7)	herbata czarna, parzona, napar bez cukru; chleb żytni razowy; (1) pomidory, czerwone; Schab nie ze wsi; 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

JADŁOSPIS W TRAKCIE MOŻE ULEC ZMIANIE

Niedziela 2025-03-09

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
05.03-14.03.2025 Dekada dieta podstawowa Razem E: 2058.4 kcal B 98.4 g T 61.3 g W 293.7 g SFA 20.0 g Cukry 92.4 g Sól 6.6 g Błonnik 32.4 g	Jajko na miękko szpital (3) Składniki: jajka kurze całe Płatki owsiane na mleku szpital (1, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu; płatki owsiane herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb żytni razowy; (1) ogórek; chleb zwykły; Margaryna smakowita;	Kluski lane na rosole (1, 3, 9) Składniki: bulion drobiowy; jajka kurze całe; mąka pszenna, typ 550; sól biała 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 Surówka z marchewki i jabłka (7) Składniki: marchew; jabłko; śmietana, 18% tłuszczu; sok ze świeżej cytryny; sól morska jodowana; pieprz czarny ziemniaki; herbata czarna, parzona, napar z cukrem;	banan;	herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb żytni razowy; (1) szynka delikatesowa z kurczaka; chleb zwykły; (1) Margaryna smakowita; sałata masłowa;
05.03-14.03.2025 Dekada dieta lekkostrawna Razem E: 2048.3 kcal B 97.6 g T 60.5 g W 290.4 g SFA 20.0 g Cukry 92.4 g Sól 6.1 g Błonnik 25.6 g	Jajko na miękko szpital (3) Składniki: jajka kurze całe Płatki owsiane na mleku szpital (1, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu; płatki owsiane herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb zwykły; (1) pomidory, czerwone; Margaryna smakowita;	Kluski lane na rosole (1, 3, 9) Składniki: bulion drobiowy; jajka kurze całe; mąka pszenna, typ 550; sól biała 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 Surówka z marchewki i jabłka (7) Składniki: marchew; jabłko; śmietana, 18% tłuszczu; sok ze świeżej cytryny; sól morska jodowana; pieprz czarny ziemniaki; herbata czarna, parzona, napar z cukrem;	banan;	herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb zwykły; (1) szynka delikatesowa z kurczaka; Margaryna smakowita; sałata masłowa;
05.03-14.03.2025 Dekada dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów Razem E: 1799.1 kcal B 89.2 g T 55.5 g W 253.0 g SFA 16.8 g Cukry 55.0 g Sól 6.5 g Błonnik 37.6 g	Jajko na miękko szpital (3) Składniki: jajka kurze całe herbata czarna, parzona, napar bez cukru; chleb żytni razowy; (1) ogórek; Margaryna smakowita;	Kluski lane na rosole (1, 3, 9) Składniki: bulion drobiowy; jajka kurze całe; mąka pszenna, typ 550; sól biała 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 Surówka z marchewki i jabłka (7) Składniki: marchew; jabłko; śmietana, 18% tłuszczu; sok ze świeżej cytryny; sól morska jodowana; pieprz czarny ziemniaki; herbata czarna, parzona, napar z cukrem;	pomarańcza;	herbata czarna, parzona, napar bez cukru; chleb żytni razowy; (1) szynka delikatesowa z kurczaka; 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

JADŁOSPIS W TRAKCIE MOŻE ULEC ZMIANIE

Poniedziałek 2025-03-10

Poniedziałek 2025-03-10	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
05.03-14.03.2025 Dekada diety podstawowej Razem E: 2373.7 kcal B 121.5 g T 84.8 g W 297.8 g SFA 24.9 g Cukry 97.4 g Sól 10.2 g Błonnik 34.0 g	Pasta z ryby wędzonej z jajkiem szpital (3, 4, 7) Składniki: makrela, wędzona; jaja kurze całe; jogurt naturalny, 2% tłuszczu; szczypiorek Makaron na mleku szpital (1, 3, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu; makaron dwujajeczny herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb żytni razowy; (1) ogórek kiszony; chleb zwykły; (1) Margaryna smakowita;	Zupa krem z dyni szpital Składniki: woda; dynia piżmowa, surowa; ziemniaki; pietruszka, korzeń; olej rzepakowy tłoczony na zimno; koper ogrodowy; sól morską jodowana Roladki ze schabu szpital (10) Składniki: wieprzowina, schab surowy bez kości; ogórki, konserwowe; cebula; olej rzepakowy uniwersalny; papryka czerwona, słodka Surówka z kapusty kiszzonej szpital Składniki: kapusta kiszona; jabłko; marchew; olej rzepakowy uniwersalny ziemniaki; kompot z jabłek;	serek wiejski produkt; (7)	Pasta z twarogu ze szczypiorkiem (7) Składniki: ser twarogowy półtłusty; mleko spożywcze, 2% tłuszczu; szczypiorek herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb żytni razowy; (1) rzodkiewka; chleb zwykły; (1) Margaryna smakowita;
05.03-14.03.2025 Dekada diety lekkostrawnej Razem E: 1992.4 kcal B 108.6 g T 50.1 g W 289.5 g SFA 20.9 g Cukry 96.7 g Sól 8.3 g Błonnik 25.6 g	Makaron na mleku szpital (1, 3, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu; makaron dwujajeczny herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb zwykły; (1) szynka z piersi kurczaka; cukinia; Margaryna smakowita;	Zupa krem z dyni szpital Składniki: woda; dynia piżmowa, surowa; ziemniaki; pietruszka, korzeń; olej rzepakowy tłoczony na zimno; koper ogrodowy; sól morską jodowana Schab gotowany szpital (7) Składniki: wieprzowina, schab surowy bez kości; marchew; jogurt naturalny, 2% tłuszczu Sos pomidorowy szpital (7) Składniki: woda; śmietana, 18% tłuszczu; koncentrat pomidorowy, 30% ziemniaki; kompot z jabłek; szpinak;	serek wiejski produkt; (7)	Pasta z twarogu szpital (7) Składniki: ser twarogowy półtłusty; mleko spożywcze, 2% tłuszczu; sól biała herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb zwykły; (1) pomidory, czerwone; Margaryna smakowita;
05.03-14.03.2025 Dekada diety z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów Razem E: 2109.0 kcal B 111.2 g T 79.9 g W 254.4 g SFA 21.9 g Cukry 60.6 g Sól 10.1 g Błonnik 37.3 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 krem z dyni szpital Składniki: woda; dynia piżmowa, surowa; ziemniaki; pietruszka, korzeń; olej rzepakowy tłoczony na zimno; koper ogrodowy; sól morską jodowana Roladki ze schabu szpital (10) Składniki: wieprzowina, schab surowy bez kości; ogórki, konserwowe; cebula; olej rzepakowy uniwersalny; papryka czerwona, słodka Surówka z kapusty kiszzonej szpital Składniki: kapusta kiszona; jabłko; marchew; olej rzepakowy uniwersalny ziemniaki; kompot z jabłek;	serek wiejski produkt; (7)	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) 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

JADŁOSPIS W TRAKCIE MOŻE ULEC ZMIANIE

Wtorek 2025-03-11

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
05.03-14.03.2025 Dekada dieta podstawowa Razem E: 1896.7 kcal B 70.8 g T 45.5 g W 317.1 g SFA 16.0 g Cukry 115.9 g Sól 4.6 g Błonnik 31.9 g	Kasza kukurydziana na mleku szpital (7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu; kasza kukurydziana herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb żytni razowy; (1) szynka staropolska; chleb zwykły; (1) Margaryna smakowita; sałata masłowa;	Zupa jarzynowa szpital (7, 9) Składniki: woda; ziemniaki; fasola szparagowa zielona, mrożona; marchew; pietruszka, korzeń; seler korzeniowy; śmietana, 18% tłuszczu; mięso z ud kurczaka, ze skórą; por Spaghetti (penne) szpital Składniki: wieprzowina, łopatka; makaron penne (Incola); przecier pomidorowy (sos) z cząstkami pomidorów, w puszcze; koncentrat pomidorowy, 30%; cebula sok marchwiowy; herbata czarna, parzona, napar z cukrem;	jabłko;	Pasta z jajek szpital (3, 7) Składniki: jaja kurze całe; jogurt naturalny, 2% tłuszczu herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb żytni razowy; (1) papryka czerwona, słodka; chleb zwykły; (1) Margaryna smakowita;
05.03-14.03.2025 Dekada dieta lekkostrawna Razem E: 1874.3 kcal B 69.5 g T 44.4 g W 311.3 g SFA 16.0 g Cukry 113.9 g Sól 4.1 g Błonnik 24.2 g	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 jarzynowa szpital (7, 9) Składniki: woda; ziemniaki; fasola szparagowa zielona, mrożona; marchew; pietruszka, korzeń; seler korzeniowy; śmietana, 18% tłuszczu; mięso z ud kurczaka, ze skórą; por Spaghetti (penne) szpital Składniki: wieprzowina, łopatka; makaron penne (Incola); przecier pomidorowy (sos) z cząstkami pomidorów, w puszcze; koncentrat pomidorowy, 30% sok marchwiowy; herbata czarna, parzona, napar z cukrem;	jabłko;	Pasta z jajek szpital (3, 7) Składniki: jaja kurze całe; jogurt naturalny, 2% tłuszczu herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb zwykły; (1) pomidory, czerwone; Margaryna smakowita;
05.03-14.03.2025 Dekada dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów Razem E: 1673.1 kcal B 62.5 g T 41.5 g W 280.4 g SFA 13.2 g Cukry 78.9 g Sól 4.6 g Błonnik 35.6 g	herbata czarna, parzona, napar bez cukru; chleb żytni razowy; (1) szynka staropolska; Margaryna smakowita; sałata masłowa;	Zupa jarzynowa szpital (7, 9) Składniki: woda; ziemniaki; fasola szparagowa zielona, mrożona; marchew; pietruszka, korzeń; seler korzeniowy; śmietana, 18% tłuszczu; mięso z ud kurczaka, ze skórą; por Spaghetti (penne) szpital Składniki: wieprzowina, łopatka; makaron penne (Incola); przecier pomidorowy (sos) z cząstkami pomidorów, w puszcze; koncentrat pomidorowy, 30%; cebula sok marchwiowy; herbata czarna, parzona, napar z cukrem;	jabłko; sucharki; (1)	Pasta z jajek szpital (3, 7) Składniki: jaja kurze całe; jogurt naturalny, 2% tłuszczu herbata czarna, parzona, napar bez cukru; chleb żytni razowy; (1) papryka czerwona, słodka; 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

JADŁOSPIS W TRAKCIE MOŻE ULEC ZMIANIE

Środa 2025-03-12

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
05.03-14.03.2025 Dekada dieta podstawowa Razem E: 1989.5 kcal B 93.9 g T 54.7 g W 292.4 g SFA 16.9 g Cukry 88.4 g Sól 7.0 g Błonnik 26.5 g	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) szynka konserwowa; ogórek; chleb zwykły; (1) Margaryna smakowita;	Barszcz biały szpital (3, 7, 9) Składniki: woda; jaja kurze całe; Barszcz biały WINIARY; marchew; pietruszka, korzeń; seler korzeniowy; chrzan; śmietana, 18% tłuszczu; mięso z ud kurczaka, ze skórą; por 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 ogórków szpital Składniki: ogórek kiszony; marchew; cebula; olej rzepakowy uniwersalny ziemniaki; kisiel w proszku;	Jogobella;	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;
05.03-14.03.2025 Dekada dieta lekkostrawna Razem E: 1961.9 kcal B 86.3 g T 49.0 g W 304.2 g SFA 13.7 g Cukry 90.2 g Sól 4.4 g Błonnik 22.8 g	Lane kluski na mleku szpital (1, 3, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu; kluski lane herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb zwykły; (1) szynka konserwowa; marchew; 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 Pierś gotowana szpital (1) Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry; mąka pszenna, typ 500 Sałata z olejem szpital Składniki: sałata masłowa; olej rzepakowy tłoczony na zimno ziemniaki; kisiel w proszku;	Jogobella;	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;
05.03-14.03.2025 Dekada dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów Razem E: 1843.2 kcal B 106.3 g T 52.4 g W 250.7 g SFA 18.3 g Cukry 48.1 g Sól 7.3 g Błonnik 31.3 g	herbata czarna, parzona, napar bez cukru; chleb żytni razowy; (1) ogórek; szynka konserwowa; Margaryna smakowita;	Barszcz biały szpital (3, 7, 9) Składniki: woda; jaja kurze całe; Barszcz biały WINIARY; marchew; pietruszka, korzeń; seler korzeniowy; chrzan; śmietana, 18% tłuszczu; mięso z ud kurczaka, ze skórą; por 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 ogórków szpital Składniki: ogórek kiszony; marchew; cebula; olej rzepakowy uniwersalny ziemniaki; kisiel w proszku;	jogurt pitny skyr, typu islandzkiego, naturalny (Piątnica); (7) biszkopty bez dodatku cukru; (1, 3)	Pasta z twarogu szpital (7) Składniki: ser twarogowy półtłusty; mleko spożywcze, 2% tłuszczu herbata czarna, parzona, napar bez cukru; chleb żytni razowy; (1) 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

JADŁOSPIS W TRAKCIE MOŻE ULEC ZMIANIE

Czwartek 2025-03-13

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
05.03-14.03.2025 Dekada dieta podstawowa Razem E: 1902.5 kcal B 79.9 g T 49.8 g W 299.4 g SFA 18.0 g Cukry 76.9 g Sól 5.5 g Błonnik 32.9 g	Kasza kukurydziana na mleku szpital (7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu; kasza kukurydziana herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb żytni razowy; (1) Schab nie ze wsi; pomidory, czerwone; chleb zwykły; (1) Margaryna smakowita;	Zupa z zielonego groszku szpital (7, 9) Składniki: woda; ziemniaki; groszek zielony, w puszcze, bez soli, po odsączeniu; marchew; pietruszką, korzeń; seler korzeniowy; śmietana, 18% tłuszczu; mięso z ud kurczaka, ze skórą; por Karkówka z kapustą kiszona i papryką szpital (1) Składniki: kapusta kiszona; wieprzowina, karkówka; papryka czerwona, słodka; mąka pszenna, typ 550 herbata czarna, parzona, napar z cukrem; kasza jęczmienna, perłowa; (1)	kiwi;	Pasta z kurczaka z kukurydzą szpital (7) Składniki: mięso z ud kurczaka, bez skóry; jogurt naturalny, 2% tłuszczu; kukurydza żółta, ziarna, w puszcze, po odsączeniu; szczypiorek herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb żytni razowy; (1) papryka żółta, słodka; chleb zwykły; (1) Margaryna smakowita;
05.03-14.03.2025 Dekada dieta lekkostrawna Razem E: 1928.4 kcal B 79.9 g T 53.7 g W 293.8 g SFA 18.3 g Cukry 75.9 g Sól 5.0 g Błonnik 25.8 g	Kasza kukurydziana na mleku szpital (7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu; kasza kukurydziana herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb zwykły; (1) Schab nie ze wsi; pomidory, czerwone; Margaryna smakowita;	Zupa z zielonego groszku szpital (7, 9) Składniki: woda; ziemniaki; groszek zielony, w puszcze, bez soli, po odsączeniu; marchew; pietruszką, korzeń; seler korzeniowy; śmietana, 18% tłuszczu; mięso z ud kurczaka, ze skórą; por Karkówka gotowana szpital (1) Składniki: wieprzowina, karkówka; mąka pszenna, typ 550 Buraczki szpital Składniki: buraki gotowane, odsączone, bez soli; olej rzepakowy uniwersalny herbata czarna, parzona, napar z cukrem; kasza jęczmienna, perłowa; (1)	kiwi;	Pasta z kurczaka z kukurydzą szpital (7) Składniki: mięso z ud kurczaka, bez skóry; jogurt naturalny, 2% tłuszczu; kukurydza żółta, ziarna, w puszcze, po odsączeniu herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb zwykły; (1) Margaryna smakowita; sałata masłowa;
05.03-14.03.2025 Dekada dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów Razem E: 1731.8 kcal B 71.3 g T 46.2 g W 275.6 g SFA 15.2 g Cukry 55.8 g Sól 5.6 g Błonnik 36.4 g	herbata czarna, parzona, napar bez cukru; chleb żytni razowy; (1) pomidory, czerwone; Schab nie ze wsi; Margaryna smakowita;	Zupa z zielonego groszku szpital (7, 9) Składniki: woda; ziemniaki; groszek zielony, w puszcze, bez soli, po odsączeniu; marchew; pietruszką, korzeń; seler korzeniowy; śmietana, 18% tłuszczu; mięso z ud kurczaka, ze skórą; por Karkówka z kapustą kiszona i papryką szpital (1) Składniki: kapusta kiszona; wieprzowina, karkówka; papryka czerwona, słodka; mąka pszenna, typ 550 herbata czarna, parzona, napar z cukrem; kasza jęczmienna, perłowa; (1)	kiwi; herbatniki; (1, 6, 7)	Pasta z kurczaka z kukurydzą szpital (7) Składniki: mięso z ud kurczaka, bez skóry; jogurt naturalny, 2% tłuszczu; kukurydza żółta, ziarna, w puszcze, po odsączeniu; szczypiorek herbata czarna, parzona, napar z cukrem; herbata czarna, parzona, napar bez cukru; chleb żytni razowy; (1) papryka żółta, słodka; 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

JADŁOSPIS W TRAKCIE MOŻE ULEC ZMIANIE

Piątek 2025-03-14

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
05.03-14.03.2025 Dekada dieta podstawowa Razem E: 2032.4 kcal B 88.6 g T 60.9 g W 298.2 g SFA 23.2 g Cukry 82.1 g Sól 6.5 g Błonnik 33.5 g	Zacierka na mleku szpital (7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu; Zacierka babunia herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb żytni razowy; (1) Indyk w galarecie LUX; papryka żółta, 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 ryba smażona szpital (1, 3, 4) Składniki: morschczuk, świeży; jaja kurze całe; bułka tarta; olej rzepakowy uniwersalny; mąka pszenna, typ 1850 Surówka z białej rzodkwi (1, 7) Składniki: rzodkiew japońska (daikon), surowa; jabłko; marchew z groszkiem, gotowana; śmietana, 18% tłuszczu ziemniaki; herbata czarna, parzona, napar z cukrem;	jogurt naturalny, 2% tłuszczu; (7) herbatniki; (1, 6, 7)	herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb żytni razowy; (1) ser, gouda tłusty; (7) rzodkiewka; chleb zwykły; (1) Margaryna smakowita;
05.03-14.03.2025 Dekada dieta lekkostrawna Razem E: 1860.5 kcal B 88.4 g T 48.6 g W 279.4 g SFA 15.3 g Cukry 80.2 g Sól 4.7 g Błonnik 25.4 g	Zacierka na mleku szpital (7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu; Zacierka babunia herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb zwykły; (1) Indyk w galarecie LUX; cukinia; 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 Pulpet rybny szpital (3, 4) Składniki: morschczuk, świeży; jaja kurze całe; olej rzepakowy uniwersalny ziemniaki; herbata czarna, parzona, napar z cukrem; brokuły;	jogurt naturalny, 2% tłuszczu; (7) herbatniki; (1, 6, 7)	herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb zwykły; (1) Kurczak gotowany; pomidory, czerwone; Margaryna smakowita;
05.03-14.03.2025 Dekada dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów Razem E: 1813.7 kcal B 77.6 g T 55.9 g W 267.6 g SFA 20.0 g Cukry 56.8 g Sól 6.5 g Błonnik 37.3 g	herbata czarna, parzona, napar bez cukru; chleb żytni razowy; (1) papryka żółta, słodka; Indyk w galarecie LUX; 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 ryba smażona szpital (1, 3, 4) Składniki: morschczuk, świeży; jaja kurze całe; bułka tarta; olej rzepakowy uniwersalny; mąka pszenna, typ 1850 Surówka z białej rzodkwi (1, 7) Składniki: rzodkiew japońska (daikon), surowa; jabłko; marchew z groszkiem, gotowana; śmietana, 18% tłuszczu ziemniaki; herbata czarna, parzona, napar z cukrem;	jogurt naturalny, 2% tłuszczu; (7) herbatniki; (1, 6, 7)	herbata czarna, parzona, napar z cukrem; herbata czarna, parzona, napar bez cukru; chleb żytni razowy; (1) rzodkiewka; 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

JADŁOSPIS W TRAKCIE MOŻE ULEC ZMIANIE