

Szpital Powiatowy w Kętrzynie		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2025-10-06 (kod:1) Dieta podstawowa</b>		
chleb pszenny 50 g ( <b>GLU</b> ), chleb razowy 30 g ( <b>GLU</b> ), masło extra 10 g ( <b>MLE</b> ), szynka wieprzowa 30 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), ser żółty 30 g ( <b>MLE</b> ), jogurt naturalny 150 ml ( <b>MLE</b> ), pomidory 50 g , roszponka 10 g , Herbata owocowa b/c 250 ml , papryka 50 g , pomarańcze 200 g ,	Zupa z brukselką i ziemniakami 350 ml ( <b>SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), Pulpeciki drobiowe duszone w sosie koperkowym 200 g ( <b>JAJ, MLE, GLU</b> ), Kasza pęczak 200 g , ( <b>GLU</b> ) Sur. z kapusty czerwonej 150 g , Kompot owocowy b/c 250 ml ,	chleb razowy 30 g ( <b>GLU</b> ), chleb pszenny 50 g ( <b>GLU</b> ) masło extra 5 g ( <b>MLE</b> ), wędlna drobiowa 45 g ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), ogórek św. 50 g , Ciasto drożdżowe 100 g ( <b>GLU, JAJ</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ), sałata 10 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2050,7 kcal; Białko ogółem: 105,3 g; Tłuszcz: 57,3 g; Węglowodany ogółem: 297 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 22,7 g; Cukry: 80,7 g; Błonnik pokarmowy: 32 g; Sól: 4,5 g		
<b>poniedziałek 2025-10-06 (kod: 2) Dieta lekkostrawna</b>		
chleb pszenny 100 g ( <b>GLU</b> ), masło extra 5 g ( <b>MLE</b> ), szynka wieprzowa 30 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), ser biały chudy 30 g ( <b>MLE</b> ), jogurt naturalny 150 ml ( <b>MLE</b> ), pomidory 50 g , roszponka 10 g , Herbata owocowa b/c 250 ml , pomarańcze 200 g ,	Zupa jarzynowa z ryżem 350 ml ( <b>SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), Pulpeciki drobiowe duszone w sosie koperkowym 200 g ( <b>JAJ, MLE, GLU</b> ), Ziemniaki gotowane 240 g , Buraczki gotowane 100 g , Kompot owocowy b/c 250 ml ,	chleb pszenny 75 g ( <b>GLU</b> ), masło extra 10 g ( <b>MLE</b> ), wędlna drobiowa 45 g ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), pomidory 50 g , sałata 10 g , Ciasto drożdżowe 100 g ( <b>GLU, JAJ</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 1998,5 kcal; Białko ogółem: 103,2 g; Tłuszcz: 45,1 g; Węglowodany ogółem: 280,2 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 15,5 g; Cukry: 80,1; Błonnik pokarmowy: 29 g; Sól 4,4 g		
<b>poniedziałek 2025-10-06 (kod:3) Lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b>		
chleb pszenny 100 g ( <b>GLU</b> ), masło extra 5 g ( <b>MLE</b> ), szynka wieprzowa 30 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), ser biały chudy 30 g ( <b>MLE</b> ), jogurt naturalny 150 ml ( <b>MLE</b> ), pomidory 50 g , roszponka 10 g , pomarańcze 200 g , Herbata owocowa b/c 250 ml ,	Zupa jarzynowa z ryżem 350 ml ( <b>SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), Pulpeciki drobiowe duszone w sosie koperkowym 200 g ( <b>JAJ, MLE, GLU</b> ), Ziemniaki gotowane 240 g , Buraczki gotowane 100 g , Kompot owocowy b/c 250 ml ,	chleb pszenny 75 g ( <b>GLU</b> ), masło extra 5 g ( <b>MLE</b> ), wędlna drobiowa 45 g ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), pomidory 50 g , sałata 10 g , Ciasto drożdżowe 100 g ( <b>GLU, JAJ</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 1992,7 kcal; Białko ogółem: 102,9 g; Tłuszcz: 53,5 g; Węglowodany ogółem: 285,8 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 15,9 g; Cukry: 80,1 g; Błonnik pokarmowy: 29 g; Sól: 4,3 g		
<b>poniedziałek 2025-10-06 (kod:9) Dieta bogatobiałkowa</b>		
chleb pszenny 75 g ( <b>GLU</b> ), masło extra 5 g ( <b>MLE</b> ), szynka wieprzowa 30 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), ser biały chudy 60 g ( <b>MLE</b> ), roszponka 10 g , pomidory 50 g , jogurt naturalny 150 ml ( <b>MLE</b> ), pomarańcze 200 g , Herbata owocowa b/c 250 ml ,	Zupa jarzynowa z ryżem 350 ml ( <b>SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), Pulpeciki drobiowe duszone w sosie koperkowym 200 g ( <b>JAJ, MLE, GLU</b> ), Ziemniaki gotowane 240 g , Buraczki gotowane 150 g , Kompot owocowy b/c 250 ml ,	chleb pszenny 75 g ( <b>GLU</b> ), masło extra 5 g ( <b>MLE</b> ), wędlna drobiowa 45 g ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), pomidory 50 g , sałata 10 g , Ciasto drożdżowe 100 g ( <b>GLU, JAJ</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 1951,6 kcal; Białko ogółem: 112,7 g; Tłuszcz: 40,9 g; Węglowodany ogółem: 308,1 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 23,4 g; Cukry: 88,4g; Błonnik pokarmowy: 41,6 g; Sól: 4,05 g		

poniedziałek 2025-10-06		(kod:6) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (5 posiłków)
<p>chleb razowy 90 g (<b>GLU</b>), masło extra 10 g (<b>MLE</b>), wędlina wieprzowa 30 g(<b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b>), ser żółty 30 g (<b>MLE</b>), roszponka 10 g , papryka 50 g , Herbata owocowa b/c 250 ml ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 150 ml (<b>MLE</b>), pomarańcze 200 g ,</p>	<p>Zupa z brukselką i ziemniakami 350 ml (<b>SOJ, MLE, SEL, GOR</b>), Pulpeciki drobiowe duszone w sosie koperkowym 200 g (<b>JAJ, MLE, GLU</b>), Kasza pęczak 200 g , (<b>GLU</b>) Sur. z kapusty czerwonej 150 g , Kompot owocowy b/c 250 ml ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b> Pieczywo chrupkie 24 g (<b>GLU</b>), sok pomidorowy 240 ml ,</p>	<p>chleb razowy 90 g (<b>GLU</b>), masło extra 5 g (<b>MLE</b>), wędlina drobiowa 45 g (<b>GLU, JAJ, SEL</b>), ogórek św. 50 g , sałata 10 g , Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<b>GLU, MLE</b>),</p>
<p><b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 1992,7 kcal; Białko ogółem: 102,9 g; Tłuszcz: 53,5 g; Węglowodany ogółem: 295,8 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 15,9 g; Cukry: 80,1 g; Błonnik pokarmowy: 29 g; Sól: 4,3 g</p>		

poniedziałek 2025-10-06		(kod:6/K) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6 posiłków)
<p>chleb razowy 90 g (<b>GLU</b>), masło extra 10 g (<b>MLE</b>), wędlina wieprzowa 30 g(<b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b>), ser żółty 30 g (<b>MLE</b>), roszponka 10 g , papryka 50 g , Herbata owocowa b/c 250 ml ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 150 ml (<b>MLE</b>), pomarańcze 200 g ,</p>	<p>Zupa z brukselką i ziemniakami 350 ml (<b>SOJ, MLE, SEL, GOR</b>), Pulpeciki drobiowe duszone w sosie koperkowym 200 g (<b>JAJ, MLE, GLU</b>), Kasza pęczak 200 g , (<b>GLU</b>), Sur. z kapusty czerwonej 150 g , Kompot owocowy b/c 250 ml ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b> Pieczywo chrupkie 24 g (<b>GLU</b>), sok pomidorowy 240 ml ,</p>	<p>chleb razowy 60 g (<b>GLU</b>), masło extra 5 g (<b>MLE</b>), wędlina drobiowa 30 g (<b>GLU, JAJ, SEL</b>), ogórek św. 50 g , sałata 10 g , Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<b>GLU, MLE</b>),</p> <p><b>Posiłek nocny:</b> Kanapka z serem żółtym 50 g (<b>GLU, MLE</b>),</p>
<p><b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2009,3 kcal; Białko ogółem: 103 g; Tłuszcz: 55,2 g; Węglowodany ogółem: 296,1 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 24,5 g; Cukry: 88,5 g; Błonnik pokarmowy: 41,8 g; Sól: 4,06 g</p>		

Szpital Powiatowy w Kętrzynie		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2025-10-06 Dzieci (kod: P2) Dieta lekkostrawna</b>		
chleb pszenny 50 g ( <i>GLU</i> ), masło extra 5 g ( <i>MLE</i> ), szynka wieprzowa 30 g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), Pomidor b/s 50 g , roszonek 10 g , Herbata owocowa b/c 250 ml ,  <b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 150 ml ( <i>MLE</i> ),	Zupa jarzynowa z ryżem 350 ml ( <i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), Pulpeciki drobiowe duszone w sosie koperkowym 200 g ( <i>JAJ, MLE, GLU</i> ), Ziemniaki gotowane 150 g , Marchew gotowana 100 g , Kompot owocowy b/c 250 ml ,  <b>Podwieczorek:</b> Ciasto drożdżowe 100 g ( <i>GLU, MLE, JAJ</i> ),	chleb pszenny 50 g ( <i>GLU</i> ), masło extra 10 g ( <i>MLE</i> ), wędlina drobiowa 30 g ( <i>GLU, JAJ, SEL</i> ), Pomidor b/s 50 g , Sałata 10 g, Herbata owocowa 250 ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 1989,3 kcal; Białko ogółem: 103 g; Tłuszcz: 53,5 g; Węglowodany ogółem: 295,8 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 15,9 g; Cukry: 79 g; Błonnik pokarmowy: 27 g, Sól: 4,02 g		
<b>poniedziałek 2025-10-06 Dzieci (kod:P1) Dieta podstawowa</b>		
chleb pszenny 25 g ( <i>GLU</i> ), chleb razowy 30 g ( <i>GLU</i> ), masło extra 10 g ( <i>MLE</i> ), wędlina wieprzowa 30 g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), ser żółty 30 g ( <i>MLE</i> ), papryka 50 g , Roszonek 10 g, Herbata owocowa b/c 250 ml ,  <b>II Śniadanie:</b> jogurt owocowy 150 ml ( <i>MLE</i> ), pomarańcze 200 g ,	Zupa jarzynowa z ryżem 350 ml ( <i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), Pulpeciki drobiowe duszone w sosie koperkowym 200 g ( <i>JAJ, MLE, GLU</i> ), Kasza pęczak 200 g ( <i>GLU</i> ), Sur. z kapusty czerwonej 150 g , Kompot owocowy b/c 250 ml ,  <b>Podwieczorek:</b> Ciasto drożdżowe 100 g ( <i>GLU, JAJ</i> ),	chleb razowy 30 g ( <i>GLU</i> ), chleb pszenny 25 g ( <i>GLU</i> ), masło extra 5 g ( <i>MLE</i> ), wędlina drobiowa 45 g ( <i>GLU, JAJ, SEL</i> ), ogórek św. 50 g , sałata 10 g , Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ( <i>GLU, MLE</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2009,3 kcal; Białko ogółem: 102,9 g; Tłuszcz: 53.83 g; Węglowodany ogółem: 289.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 15,9 g; Cukry: 80,1 g, Błonnik pokarmowy: 28 g, Sól: 4,05 g		

Szpital Powiatowy w Kętrzynie		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2025-10-07 (kod:1) Dieta podstawowa</b>		
Jajecznica na parze 140 g ( <b>JAJ, MLE</b> ), Bułka grahamka 90g 1 szt ( <b>GLU</b> ), chleb pszenny 25 g ( <b>GLU</b> ), masło extra 10 g ( <b>MLE</b> ), wędlina wieprzowa 30 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), roszponka 10 g , papryka 50 g , jogurt naturalny 150 ml ( <b>MLE</b> ), dżemik porcjowany 25 g , Herbata czarna bez cukru 250 ml ,	Zupa z soczewicy 350 ml ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), Zraz mielony z marchewką 200 g ( <b>SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), Ziemniaki gotowane 200 g , Sur. z białej kapusty 150 g , Kompot owocowy b/c 250 ml ,	chleb razowy 30 g ( <b>GLU</b> ), chleb pszenny 50 g ( <b>GLU</b> ), masło extra 10 g ( <b>MLE</b> ), Galaretka rybna 150 g ( <b>RYB</b> ), wędlina drobiowa 30 g ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), roszponka 10 g , rzodkiewka 30 g , Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2077,2 kcal; Białko ogółem: 157,4 g; Tłuszcz: 52,2 g; Węglowodany ogółem: 284,3 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 20,8 g; Cukry: 47,2 g; Błonnik pokarmowy: 32,2 g; Sól: 5,22 g		
<b>wtorek 2025-10-07 (kod:2) Dieta lekkostrawna</b>		
Jajecznica na parze 140 g ( <b>JAJ, MLE</b> ), chleb pszenny 25 g ( <b>GLU</b> ), Bułka pszenna 80g 1 szt ( <b>GLU</b> ), masło extra 10 g ( <b>MLE</b> ), wędlina wieprzowa 30 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), roszponka 10 g , pomidory 50 g , jogurt naturalny 150 ml ( <b>MLE</b> ), dżemik porcjowany 25 g , Herbata czarna bez cukru 250 ml ,	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 350 ml ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), Zraz mielony z marchewką 200 g ( <b>SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), Ziemniaki gotowane 240 g , Mieszanka gotowanych warzyw z masłem 150 g ( <b>MLE</b> ), Kompot owocowy b/c 250 ml ,	chleb pszenny 75 g ( <b>GLU</b> ), masło extra 10 g ( <b>MLE</b> ), Galaretka rybna 150 g ( <b>RYB</b> ), wędlina drobiowa 30 g ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), roszponka 10 g , pomidory 50 g , Pieczywo chrupkie 25 g ( <b>GLU</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2048,2 kcal; Białko ogółem: 106,6 g; Tłuszcz: 51 g; Węglowodany ogółem: 286,3 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 24,2 g; Cukry: 44,6 g; Błonnik pokarmowy: 22,1 g; Sól: 5,24 g		
<b>wtorek 2025-10-07 (KOD:3) Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b>		
Jajecznica na parze 100g ( <b>JAJ, MLE</b> ), chleb pszenny 25 g ( <b>GLU</b> ), Bułka pszenna 80g 1 szt ( <b>GLU</b> ), masło extra 5 g ( <b>MLE</b> ), wędlina wieprzowa 30 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), roszponka 10 g , pomidory 50 g , jogurt naturalny 150 ml ( <b>MLE</b> ), dżemik porcjowany 25 g , Herbata czarna bez cukru 250 ml ,	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 350 ml ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), Zraz mielony z marchewką 200 g ( <b>SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), Ziemniaki gotowane 300 g , Mieszanka gotowanych warzyw z masłem 150 g ( <b>MLE</b> ), Kompot owocowy b/c 250 ml ,	chleb pszenny 100 g ( <b>GLU</b> ), masło extra 5 g ( <b>MLE</b> ), wędlina drobiowa 30 g ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), Galaretka rybna 150 g ( <b>RYB</b> ), roszponka 10 g , pomidory 50 g , Pieczywo chrupkie 25 g ( <b>GLU</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2037,9 kcal; Białko ogółem: 108,7 g; Tłuszcz: 43,1 g; Węglowodany ogółem: 275,8g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 18,8 g; Cukry: 44,5 g; Błonnik pokarmowy: 22,8 g; Sól: 5,52 g		
<b>wtorek 2025-10-07 (kod:9) Dieta bogatobiałkowa</b>		
chleb przenny 25 g ( <b>GLU</b> ), Bułka pszenna 80g 1 szt ( <b>GLU</b> ), masło extra 5 g ( <b>MLE</b> ), wędlina wieprzowa 30 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), roszponka 10 g , pomidory 50 g , jogurt naturalny 150 ml ( <b>MLE</b> ), dżemik porcjowany 1 szt , Herbata czarna bez cukru 250 ml , Jajecznica na parze 140 g ( <b>JAJ, MLE</b> ),	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 350 ml ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), Zraz mielony z marchewką 200 g ( <b>SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), Ziemniaki gotowane 240 g , Mieszanka gotowanych warzyw z masłem 150 g ( <b>MLE</b> ), Kompot owocowy b/c 250 ml ,	chleb pszenny 75 g ( <b>GLU</b> ), masło extra 10 g ( <b>MLE</b> ), wędlina drobiowa 30 g ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), Galaretka rybna 150 g ( <b>RYB</b> ), Roszponka 10 g , pomidory 50 g , Pieczywo chrupkie 25 g ( <b>GLU</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2004,5 kcal; Białko ogółem: 109,9 g; Tłuszcz: 51,4 g; Węglowodany ogółem: 246,7 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 24,5 g; Cukry: 45,1 g; Błonnik pokarmowy: 22,8 g; Sól: 5,02 g		

wtorek 2025-10-07			(kod:6) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (5 posiłków)
Jajecznica na parze 140 g ( <i>JAJ, MLE</i> ), chleb razowy 30 g ( <i>GLU</i> ), Bułka grahamka 90g 1 szt ( <i>GLU</i> ), wędlina wieprzowa 30 g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), roszponka 10 g , papryka 50 g , Herbata czarna bez cukru 250 ml ,  <b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 150 ml ( <i>MLE</i> ),	Zupa z soczewicy 350 ml ( <i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), Zraz mielony z marchewką 200 g ( <i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), Ziemniaki gotowane 200 g , Sur. z białej kapusty 150 g , Kompot owocowy b/c250 ml ,  <b>Podwieczerek:</b> Ciastka zbożowe bez cukru 25 g ( <i>GLU</i> ),	chleb razowy 90 g ( <i>GLU</i> ), masło extra 5 g ( <i>MLE</i> ), Galaretką rybna 150 g ( <i>RYB</i> ), wędlina drobiowa 30 g ( <i>GLU, JAJ, SEL</i> ), rzodkiewka 30 g , Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ( <i>GLU, MLE</i> ),	<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2112,5 kcal; Białko ogółem: 108 g; Tłuszcz: 59,1 g; Węglowodany ogółem: 267,3 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 21,1 g; Cukry: 44,4 g; Błonnik pokarmowy: 42,5 g; Sól: 5,14 g
wtorek 2025-10-07			(kod:6/K) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6 posiłków)
Jajecznica na parze SZ5 140 g ( <i>JAJ, MLE</i> ), chleb razowy 30 g ( <i>GLU</i> ), Bułka grahamka 90g 1 szt ( <i>GLU</i> ), wędlina wieprzowa 30 g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), roszponka 10 g , papryka 50 g , Herbata czarna bez cukru 250 ml ,  <b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 150 ml ( <i>MLE</i> ),	Zupa z soczewicy 350 ml ( <i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), Zraz mielony z marchewką 200 g ( <i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), Ziemniaki gotowane 200 g , Sur. z białej kapusty 150 g , Kompot owocowy b/c250 ml ,  <b>Podwieczerek:</b> Ciastka zbożowe bez cukru 25 g ( <i>GLU</i> ),	chleb razowy 90 g ( <i>GLU</i> ), masło extra 5 g ( <i>MLE</i> ), Galaretką rybna 150 g ( <i>RYB</i> ), wędlina drobiowa 15 g ( <i>GLU, JAJ, SEL</i> ), rzodkiewka 30 g , Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ( <i>GLU, MLE</i> ),  <b>Posiłek nocny:</b> kanapka z wędliną 50 g ( <i>GLU</i> ),	<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2098,9 kcal; Białko ogółem: 111,9 g; Tłuszcz: 60,5 g; Węglowodany ogółem: 276,6 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 22,1 g; Cukry: 45,9 g; Błonnik pokarmowy: 45,5 g; Sól: 5,2 g

Szpital Powiatowy w Kętrzynie		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2025-10-07</b>		
<b>DZIECI (kod:P2) Dieta lekkostrawna</b>		
Jajecznica na parze 100 g ( <b>JAJ, MLE</b> ), Bułka pszenna 80g 1 szt ( <b>GLU</b> ), masło extra 5 g ( <b>MLE</b> ), wędlina wieprzowa 30 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), roszponka 10 g , Pomidor b/s 50 g , Herbata czarna bez cukru 250 ml ,  <b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 150 ml ( <b>MLE</b> ), dżemik porcjowany 25 g ,	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 350 ml ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), Zraz mielony z marchewką 200 g ( <b>SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), Ziemniaki gotowane 200 g , Marchew duszona 100 g , Kompot owocowy b/c 250 ml ,  <b>Podwieczorek:</b> chrupki kukurydziane 5 g ,	chleb pszenny 50 g ( <b>GLU</b> ), masło extra 10 g ( <b>MLE</b> ), wędlina drobiowa 30 g ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), roszponka 10 g , Pomidor b/s 50 g , Herbata owocowa 250 ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2004,5 kcal; Białko ogółem: 108,7 g; Tłuszcz: 43,1 g; Węglowodany ogółem: 245,8g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 24,5 g; Cukry: 55,1 g; Błonnik pokarmowy: 22,8 g; Sól: 4,98 g		
<b>wtorek 2025-10-07</b>		
<b>DZIECI (kod: P1) Dieta podstawowa</b>		
Jajecznica na parze 100 g ( <b>JAJ, MLE</b> ), Bułka grahamka 90g 1 szt ( <b>GLU</b> ), chleb pszenny 25 g ( <b>GLU</b> ), masło extra 10 g ( <b>MLE</b> ), wędlina wieprzowa 30 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), roszponka 10 g , papryka 50 g , Herbata czarna bez cukru 250 ml ,  <b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 150 ml ( <b>MLE</b> ), dżemik porcjowany 25 g ,	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 350 ml ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), Zraz mielony z marchewką 200 g ( <b>SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), Ziemniaki gotowane 200 g , Sur. z białej kapusty 100 g , Kompot owocowy b/c 250 ml ,	chleb razowy 30 g ( <b>GLU</b> ), chleb pszenny 25 g ( <b>GLU</b> ), masło extra 10 g ( <b>MLE</b> ), wędlina drobiowa 30 g ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), roszponka 10 g , rzodkiewka 30 g , Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2006,2 kcal; Białko ogółem: 107,4 g; Tłuszcz: 53,2 g; Węglowodany ogółem: 254,3 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 20,9 g; Cukry: 57,2 g; Błonnik pokarmowy: 24,2 g; Sól: 5,12 g		

Szpital Powiatowy w Kętrzynie		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2025-10-08 (kod:1) Dieta podstawowa</b>		
chleb pszenny 50 g ( <i>GLU</i> ), chleb razowy 30 g ( <i>GLU</i> ), masło extra 10 g ( <i>MLE</i> ), wędlina drobiowa 30 g ( <i>GLU, JAJ, SEL</i> ), ser żółty 15 g ( <i>MLE</i> ), sałata 10 g , ogórek św. 50 g , serek wiejski 200 g ( <i>MLE</i> ), mandarynka 140 g , dżemik porcjowany 25 g , Herbata owocowa b/c 250 ml ,	Zupa ogórkowa 350 ml ( <i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), Gulasz z indyka 250 g , Kasza jęczmienna 200 g ( <i>GLU</i> ), Surówka z selera i jabłka 150 g ( <i>MLE, GOR</i> ), Kompot owocowy b/c 250 ml ,	Ryż z pieczonym jabłkiem 350 g ( <i>MLE</i> ), chleb razowy 30 g ( <i>GLU</i> ), masło extra 5 g ( <i>MLE</i> ), chleb pszenny 25 g ( <i>GLU</i> ), wędlina wieprzowa 30 g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), pomidory 50 g , Herbata owocowa b/c 250 ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2055.98 kcal; Białko ogółem: 99.44 g; Tłuszcz: 57.99 g; Węglowodany ogółem: 266.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 21,1 g; Cukry: 55,6 g; Błonnik pokarmowy: 30,4 g; Sól: 4,64 g		
<b>środa 2025-10-08 (kod: 2) Dieta lekkostrawna</b>		
chleb pszenny 100 g ( <i>GLU</i> ), masło extra 5 g ( <i>MLE</i> ), wędlina drobiowa 45 g ( <i>GLU, JAJ, SEL</i> ), sałata 10 g , pomidory 50 g , serek wiejski 200 g ( <i>MLE</i> ), dżemik porcjowany 25 g , mandarynka 140 g , Herbata owocowa b/c 250 ml ,	Zupa ogórkowa 350 ml ( <i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), Gulasz z indyka 250 g , Kasza jęczmienna 200 g ( <i>GLU</i> ) Buraczki gotowane 100 g , Kompot owocowy b/c 250 ml ,	Ryż z pieczonym jabłkiem 350 g ( <i>MLE</i> ), chleb pszenny 50 g ( <i>GLU</i> ), masło extra 5 g ( <i>MLE</i> ), wędlina wieprzowa 30 g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), pomidory 50 g , Herbata owocowa b/c 250 ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 1993.05 kcal; Białko ogółem: 93.88 g; Tłuszcz: 44.89 g; Węglowodany ogółem: 294.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 18,2 g; Cukry: 57,8 g; Błonnik pokarmowy: 27,2 g; Sól: 4,0 g		
<b>środa 2025-10-08 (kod:3) Lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b>		
chleb pszenny 100 g ( <i>GLU</i> ), masło extra 5 g ( <i>MLE</i> ), wędlina drobiowa 45 g ( <i>GLU, JAJ, SEL</i> ), sałata 10 g , pomidory 50 g , serek wiejski 200 g ( <i>MLE</i> ), dżemik porcjowany 25 g , mandarynka 140 g , Herbata owocowa b/c 250 ml ,	Zupa ogórkowa 350 ml ( <i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), Gulasz z indyka 250 g , Kasza jęczmienna 200 g ( <i>GLU</i> ) Buraczki gotowane 100 g , Kompot owocowy b/c 250 ml ,	Ryż z pieczonym jabłkiem 350 g ( <i>MLE</i> ), chleb pszenny 50 g ( <i>GLU</i> ), masło extra 5 g ( <i>MLE</i> ), wędlina wieprzowa 30 g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), pomidory 50 g , Herbata owocowa b/c 250 ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 1993.05 kcal; Białko ogółem: 93.88 g; Tłuszcz: 44.89 g; Węglowodany ogółem: 294.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 15,4 g; Cukry: 47,7 g; Błonnik pokarmowy: 27,3 g; Sól: 4,02 g		
<b>środa 2025-10-08 (kod:9) Dieta bogatobiałkowa</b>		
chleb pszenny 100 g ( <i>GLU</i> ), masło extra 5 g ( <i>MLE</i> ), wędlina drobiowa 45 g ( <i>GLU, JAJ, SEL</i> ), sałata 10 g , pomidory 50 g , serek wiejski 200 g ( <i>MLE</i> ), dżemik porcjowany 25 g , mandarynka 140 g , Herbata owocowa b/c 250 ml ,	Zupa ogórkowa 350 ml ( <i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), Gulasz z indyka 280 g , Kasza jęczmienna 200 g ( <i>GLU</i> ) Buraczki gotowane 150 g , Kompot owocowy b/c 250 ml ,	Ryż z pieczonym jabłkiem 350 g ( <i>MLE</i> ), chleb pszenny 50 g ( <i>GLU</i> ), masło extra 5 g ( <i>MLE</i> ), wędlina wieprzowa 30 g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), pomidory 50 g , Herbata owocowa b/c 250 ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2042.68 kcal; Białko ogółem: 97.26 g; Tłuszcz: 51.93 g; Węglowodany ogółem: 299.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 19,6 g; Cukry: 58,3 g; Błonnik pokarmowy: 36,6 g; Sól: 4,01 g		

środa 2025-10-08			(kod:6) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (5 posiłków)
<p>chleb razowy 60 g (<b>GLU</b>), masło extra 10 g (<b>MLE</b>), wędlina drobiowa 30 g (<b>GLU, JAJ, SEL</b>), ser żółty 15 g (<b>MLE</b>), sałata 10 g , ogórek św. 50 g , mandarynka 140 g , Herbata owocowa b/c 250 ml ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b> serek wiejski 200 g (<b>MLE</b>), Ciastka zbożowe bez cukru 25 g (<b>GLU</b>),</p>	<p>Zupa ogórkowa 350 ml (<b>SOJ, MLE, SEL, GOR</b>), Gulasz z indyka 250 g , Kasza jęczmienna 200 g (<b>GLU</b>), Surówka z selera i jabłka 150 g (<b>MLE, GOR</b>), Kompot owocowy b/c 250 ml ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b> Kanapka z wędliną drobiową 50 g (<b>GLU, JAJ, SEL</b>),</p>	<p>Ryż z pieczonym jabłkiem 300 g (<b>MLE</b>), chleb razowy 60 g (<b>GLU</b>), masło extra 5 g (<b>MLE</b>), wędlina wieprzowa 30 g (<b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b>), pomidory 50 g , Herbata czarna bez cukru 250 ml ,</p>	
<p><b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 1996.18 kcal; Białko ogółem: 111.72 g; Tłuszcz: 82.55 g; Węglowodany ogółem: 263.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 27,3 g; Cukry: 54,4 g; Błonnik pokarmowy: 38,4 g; Sól: 5,54 g</p>			
środa 2025-10-08			(kod:6/K) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6 posiłków)
<p>chleb razowy 60 g (<b>GLU</b>), masło extra 10 g (<b>MLE</b>), wędlina drobiowa 30 g (<b>GLU, JAJ, SEL</b>), ser żółty 15 g (<b>MLE</b>), sałata 10 g , ogórek św. 50 g , mandarynka 140 g , Herbata owocowa b/c 250 ml ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b> serek wiejski 200 g (<b>MLE</b>), Ciastka zbożowe bez cukru 25 g (<b>GLU</b>),</p>	<p>Zupa ogórkowa 350 ml (<b>SOJ, MLE, SEL, GOR</b>), Gulasz z indyka 250 g , Kasza jęczmienna 200 g (<b>GLU</b>), Surówka z selera i jabłka 150 g (<b>MLE, GOR</b>), Kompot owocowy b/c 250 ml ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b> Kanapka z wędliną drobiową 50 g (<b>GLU, JAJ, SEL</b>),</p>	<p>Ryż z pieczonym jabłkiem 300 g (<b>MLE</b>), chleb razowy 60 g (<b>GLU</b>), masło extra 5 g (<b>MLE</b>), wędlina wieprzowa 30 g (<b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b>), pomidory 50 g , Herbata czarna bez cukru 250 ml ,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b> sok pomidorowy 250 ml ,</p>	
<p><b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2001.18 kcal; Białko ogółem: 113.72 g; Tłuszcz: 83.05 g; Węglowodany ogółem: 272.65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 27,4 g; Cukry: 50,6 g; Błonnik pokarmowy: 41,2 g; Sól: 6,78 g</p>			

Szpital Powiatowy w Kętrzynie		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2025-10-08 Dzieci (kod: P2) Dieta lekkostrawna</b>		
chleb pszenny 50 g ( <i>GLU</i> ), masło extra 5 g ( <i>MLE</i> ), wędlina drobiowa 45 g ( <i>GLU, JAJ, SEL</i> ), sałata 10 g , pomidory 50 g , Herbata owocowa b/c 250 ml ,  <b>II Śniadanie:</b> banany 130 g ,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350 ml ( <i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), Gulasz z indyka 250 g , Kasza jęczmienna 160 g ( <i>GLU</i> ) Marchew duszona SZ 100 g , Kompot owocowy b/c 250 ml ,  <b>Podwieczorek:</b> Biszkopcy bez cukru 25 g ( <i>GLU, JAJ</i> ),	Ryż z pieczonym jabłkiem 200 g ( <i>MLE</i> ), masło extra 5 g ( <i>MLE</i> ), chleb pszenny 50 g ( <i>GLU</i> ), wędlina wieprzowa 30 g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), Pomidor b/s 50 g , Herbata owocowa b/c 250 ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 1997.03 kcal; Białko ogółem: 74.06 g; Tłuszcz: 40.01 g; Węglowodany ogółem: 238.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 18,2 g; Cukry: 47,8 g; Błonnik pokarmowy: 27,2 g; Sól: 4,0 g		
<b>środa 2025-10-08 Dzieci (kod:P1) Dieta podstawowa</b>		
chleb pszenny 25 g ( <i>GLU</i> ), chleb razowy 30 g ( <i>GLU</i> ), masło extra 5 g ( <i>MLE</i> ), wędlina drobiowa 30 g ( <i>GLU, JAJ, SEL</i> ), ser żółty 15 g ( <i>MLE</i> ), ogórek św. 50 g , sałata 10 g , mandarynka 140 g , Herbata owocowa b/c 250 ml ,  <b>II Śniadanie:</b> serek wiejski 200 g ( <i>MLE</i> ), dżemik porcjowany 25 g ,	Zupa ogórkowa 350 ml ( <i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), Gulasz z indyka 250 g , Kasza jęczmienna 150 g ( <i>GLU</i> ), Surówka z selera i jabłka 100 g ( <i>MLE, GOR</i> ), Kompot owocowy b/c 250 ml ,  <b>Podwieczorek:</b> Biszkopcy bez cukru 25 g ( <i>GLU, JAJ</i> ),	Ryż z pieczonym jabłkiem 150 g ( <i>MLE</i> ), chleb pszenny 25 g ( <i>GLU</i> ), chleb razowy 30 g ( <i>GLU</i> ), masło extra 5 g ( <i>MLE</i> ), wędlina wieprzowa 30 g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), pomidory 50 g , Herbata owocowa b/c 250 ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2001.93 kcal; Białko ogółem: 91.13 g; Tłuszcz: 56.10 g; Węglowodany ogółem: 273.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 23,1 g; Cukry: 54,6 g; Błonnik pokarmowy: 33,4 g; Sól: 4,94 g		

Szpital Powiatowy w Kętrzynie		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłki nocny
<b>czwartek 2025-10-09 (kod:1) Dieta podstawowa</b>		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Bułka grahamka 90g 1 szt ( <b>GLU</b> ), chleb pszenny 25 g ( <b>GLU</b> ), masło extra 10 g ( <b>MLE</b> ), pasztet 30 g ( <b>GLU, SOJ, SEL</b> ), roszponka 10 g , papryka 50 g , Herbata czarna bez cukru 250 ml , banany 120 g , Pasta twarogowa z ziołami i rzodkiewka 50 g ( <b>MLE</b> ),	Zupa z brokułem 350 ml ( <b>SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), Udko pieczone z kurczaka 150 g , Ziemniaki gotowane 240 g , Sałata z pomidorem, ogórkiem i oliwkami 150 g Kompot owocowy b/c 250 ml ,	chleb razowy 30 g ( <b>GLU</b> ), chleb pszenny 50 g ( <b>GLU</b> ), masło extra 10 g ( <b>MLE</b> ), wędlina wieprzowa 30 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), ogórek św. 50 g , sałata 10 g , dżemik porcjowany 25 g , Kisiel truskawkowy 150 ml, serek wiejski 200 g ( <b>MLE</b> ), Herbata owocowa b/c 250 ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2051.80 kcal; Białko ogółem: 110.12 g; Tłuszcz: 59.59 g; Węglowodany ogółem: 264.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 18,8 g; Cukry: 56 g; Błonnik pokarmowy: 33,4 g; Sól: 4,84 g		
<b>czwartek 2025-10-09 (kod: 2) Dieta lekkostrawna</b>		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Bułka pszenna 80g 1 szt ( <b>GLU</b> ), chleb pszenny 25 g ( <b>GLU</b> ), masło extra 10 g ( <b>MLE</b> ), wędlina drobiowa 30 g ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), roszponka 10 g , Pomidory 50 g , Herbata czarna bez cukru 250 ml banany 120 g , Pasta twarogowa z ziołami i rzodkiewką 60 g ( <b>MLE</b> ),	Zupa z brokułem 350 ml ( <b>SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), Udko z kurczaka bez skóry gotowane 120 g , Ziemniaki gotowane 240 g , Marchew gotowana 150 g , Kompot owocowy b/c 250 ml ,	chleb pszenny 75 g ( <b>GLU</b> ), masło extra 10 g ( <b>MLE</b> ), wędlina wieprzowa 30 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), pomidory 50 g , sałata 10 g , dżemik porcjowany 25 g , Kisiel truskawkowy 150 ml, serek wiejski 200 g ( <b>MLE</b> ), Herbata owocowa b/c 250 ml
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2017.48 kcal; Białko ogółem: 102.81 g; Tłuszcz: 56.23 g; Węglowodany ogółem: 216.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 18,4 g; Cukry: 52 g; Błonnik pokarmowy: 23,2 g; Sól: 4,53 g		
<b>czwartek 2025-10-09 (kod:3) Lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b>		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Bułka pszenna 80g 1 szt ( <b>GLU</b> ), chleb pszenny 25 g ( <b>GLU</b> ), masło extra 5 g ( <b>MLE</b> ), wędlina drobiowa 30 g ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), roszponka 10 g , Pomidory 50 g , Herbata czarna bez cukru 250 ml banany 120 g , Pasta twarogowa z ziołami i rzodkiewką 60 g ( <b>MLE</b> ),	Zupa z brokułem 350 ml ( <b>SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), Udko z kurczaka bez skóry gotowane 120 g , Ziemniaki gotowane 240 g , Marchew gotowana 150 g , Kompot owocowy b/c 250 ml ,	chleb pszenny 75 g ( <b>GLU</b> ), masło extra 5 g ( <b>MLE</b> ), wędlina wieprzowa 30 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), pomidory 50 g , sałata 10 g , dżemik porcjowany 25 g , Kisiel truskawkowy 150 ml, serek wiejski 200 g ( <b>MLE</b> ), Herbata owocowa b/c 250 ml
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2042.68 kcal; Białko ogółem: 102.74 g; Tłuszcz: 41.98 g; Węglowodany ogółem: 206.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 15,6 g; Cukry: 41,9 g; Błonnik pokarmowy: 23,5 g; Sól: 4,57 g		
<b>czwartek 2025-10-09 (kod:9) Dieta bogatobiałkowa</b>		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Bułka pszenna 80g 1 szt ( <b>GLU</b> ), chleb pszenny 25 g ( <b>GLU</b> ), masło extra 10 g ( <b>MLE</b> ), wędlina drobiowa 30 g ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), roszponka 10 g , Pomidory 50 g , Herbata czarna bez cukru 250 ml banany 120 g , Pasta twarogowa z ziołami i rzodkiewką 70 g ( <b>MLE</b> ),	Zupa z brokułem 350 ml ( <b>SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), Udko z kurczaka bez skóry gotowane 120 g , Ziemniaki gotowane 240 g , Marchew gotowana 150 g , Kompot owocowy b/c 250 ml ,	chleb pszenny 75 g ( <b>GLU</b> ), masło extra 10 g ( <b>MLE</b> ), wędlina wieprzowa 30 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), pomidory 50 g , sałata 10 g , dżemik porcjowany 25 g , Kisiel truskawkowy 150 ml, serek wiejski 200 g ( <b>MLE</b> ), Herbata owocowa b/c 250 ml
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2039.51 kcal; Białko ogółem: 106.86 g; Tłuszcz: 56.67 g; Węglowodany ogółem: 216.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 18,4 g; Cukry: 51,6 g; Błonnik pokarmowy: 22,5 g; Sól: 4,67 g		

czwartek 2025-10-09 (kod:6) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (5 posiłków)		
<p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250 ml (<b>GLU, MLE</b>),            Bułka grahamka 90g 1 szt (<b>GLU</b>),            chleb pszenny 25 g (<b>GLU</b>),            masło extra 10 g (<b>MLE</b>),            paszтет 40 g (<b>GLU, SOJ, SEL</b>),            roszonek 10 g ,            papryka 50 g ,            Herbata czarna bez cukru 250 ml ,            banany 120 g ,            Pasta twarogowa z ziołami i rzodkiewka 50 g (<b>MLE</b>),</p> <p><b>II Śniadanie:</b>            Kanapka z wędliną drobiową 50 g (<b>GLU, JAJ, SEL</b>),</p>	<p>Zupa z brokułem 350 ml (<b>SOJ, MLE, SEL, GOR</b>),            Udka pieczone z kurczaka 150 g ,            Ziemniaki gotowane 240 g ,            Sałata z pomidorem, ogórkiem i oliwkami 150 g            Kompot owocowy b/c 250 ml ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b>            serek wiejski 200 g (<b>MLE</b>),            Pieczywo chrupkie 25 g (<b>GLU</b>),</p>	<p>chleb razowy 60 g (<b>GLU</b>),            masło extra 10 g (<b>MLE</b>),            wędlina wieprzowa 30 g (<b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b>),            ogórek św. 50 g ,            sałata 10 g ,            Kisiel truskawkowy 150 ml,            Herbata owocowa b/c 250 ml</p>
<p><b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2014.52 kcal; Białko ogółem: 102.78 g; Tłuszcz: 54.39 g; Węglowodany ogółem: 230.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 22,3 g; Cukry: 50,6 g; Błonnik pokarmowy: 43,5 g; Sól: 5,67 g</p>		
czwartek 2025-10-09 (kod:6/K) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6 posiłków)		
<p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250 ml (<b>GLU, MLE</b>),            Bułka grahamka 90g 1 szt (<b>GLU</b>),            chleb pszenny 25 g (<b>GLU</b>),            masło extra 10 g (<b>MLE</b>),            paszтет 40 g (<b>GLU, SOJ, SEL</b>),            roszonek 10 g ,            papryka 50 g ,            Herbata czarna bez cukru 250 ml ,            banany 120 g ,            Pasta twarogowa z ziołami i rzodkiewka 50 g (<b>MLE</b>),</p> <p><b>II Śniadanie:</b>            Kanapka z wędliną drobiową 50 g (<b>GLU, JAJ, SEL</b>),</p>	<p>Zupa z brokułem 350 ml (<b>SOJ, MLE, SEL, GOR</b>),            Udka pieczone z kurczaka 150 g ,            Ziemniaki gotowane 240 g ,            Sałata z pomidorem, ogórkiem i oliwkami 150 g            Kompot owocowy b/c 250 ml ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b>            serek wiejski 200 g (<b>MLE</b>),            Pieczywo chrupkie 25 g (<b>GLU</b>),</p>	<p>chleb razowy 60 g (<b>GLU</b>),            masło extra 10 g (<b>MLE</b>),            wędlina wieprzowa 30 g (<b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b>),            ogórek św. 50 g ,            sałata 10 g ,            Kisiel truskawkowy 150 ml,            Herbata owocowa b/c 250 ml</p> <p><b>Posiłek nocny:</b>            kanapka z wędliną 50 g (<b>GLU</b>),</p>
<p><b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2071.52 kcal; Białko ogółem: 105.53 g; Tłuszcz: 57.25 g; Węglowodany ogółem: 236.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 21,6 g; Cukry: 55,9 g; Błonnik pokarmowy: 43,5 g; Sól: 5,57 g</p>		

Szpital Powiatowy w Kętrzynie		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2025-10-09 Dzieci (kod: P2) Dieta lekkostrawna</b>		
Bułka pszenna 80g 1 szt ( <i>GLU</i> ), masło extra 10 g ( <i>MLE</i> ), wędlina drobiowa 30 g ( <i>GLU, JAJ, SEL</i> ), Pasta twarogowa z ziołami i rzodkiewką 30 g ( <i>MLE</i> ), Herbata czarna bez cukru 250 ml ,  <b>II Śniadanie:</b> banany 130 g ,	Zupa z brokułem 350 ml ( <i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), Udko z kurczaka bez skóry gotowane 120 g , Ziemniaki gotowane 200 g , Marchew gotowana 100 g , Kompot owocowy b/c 250 ml ,  <b>Podwieczorek:</b> Kisiel truskawkowy 150 ml,	chleb pszenny 50 g ( <i>GLU</i> ), masło extra 10 g ( <i>MLE</i> ), wędlina wieprzowa 30 g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), Pomidor b/s 50 g , sałata 10 g , Herbata owocowa b/c 250 ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 1970.40 kcal; Białko ogółem: 100.73 g; Tłuszcz: 46.49 g; Węglowodany ogółem: 217.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 19,4 g; Cukry: 51 g; Błonnik pokarmowy: 22,2 g; Sól: 4,43 g		
<b>czwartek 2025-10-09 Dzieci (kod:P1) Dieta podstawowa</b>		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250 ml ( <i>GLU, MLE</i> ), Bułka grahamka 90g 1 szt ( <i>GLU</i> ), masło extra 10 g ( <i>MLE</i> ), pasztet 30 g ( <i>GLU, SOJ, SEL</i> ), roszponka 10 g , papryka 50 g , ZPasta twarogowa z ziołami i rzodkiewką 30 g ( <i>MLE</i> ), Herbata czarna bez cukru 250 ml ,  <b>II Śniadanie:</b> banany 130 g ,	Zupa z brokułem 350 ml ( <i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), Udko pieczone z kurczaka 150 g , Ziemniaki gotowane 200 g , Sałata z pomidorem, ogórkiem i oliwkami 150 g Kompot owocowy b/c 250 ml ,  <b>Podwieczorek:</b> Kisiel truskawkowy 150 ml,	chleb razowy 30 g ( <i>GLU</i> ), chleb pszenny 25 g ( <i>GLU</i> ), masło extra 10 g ( <i>MLE</i> ), wędlina wieprzowa 30 g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), ogórek św. 50 g , sałata 10 g , dżemik porcjowany 25 g , Kisiel truskawkowy 150 ml, serek wiejski 200 g ( <i>MLE</i> ), Herbata owocowa b/c 250 ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2031.61 kcal; Białko ogółem: 105.62 g; Tłuszcz: 58.56 g; Węglowodany ogółem: 240.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 18,4 g; Cukry: 52 g; Błonnik pokarmowy: 23,2 g; Sól: 4,53 g		

Szpital Powiatowy w Kętrzynie		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2025-10-10 (kod:1) Dieta podstawowa</b>		
Kasza manna na mleku 250 ml ( <i>GLU, MLE</i> ), chleb pszenny 50 g ( <i>GLU</i> ), chleb razowy 30 g ( <i>GLU</i> ), Pasta jajeczna 50 g ( <i>JAJ, MLE</i> ), wędlina drobiowa 30 g ( <i>GLU, JAJ, SEL</i> ), sałata 10 g , ogórek św. 50 g , jabłka 120 g , Herbata czarna bez cukru 250 ml ,	Zupa fasolowa 350 ml ( <i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), Ryba pieczona po grecku 200 g ( <i>RYB</i> ), Ryż brązowy gotowany 200 g , Surówka z kapusty pekińskiej 100 g , Kompot owocowy b/c 250 ml ,	chleb pszenny 50 g ( <i>GLU</i> ), chleb razowy 30 g ( <i>GLU</i> ), masło extra 10 g ( <i>MLE</i> ), wędlina wieprzowa 45 g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), Pomidory 50 g , Ciasto marchewkowe 105 g ( <i>GLU, JAJ</i> ), jogurt naturalny 150 ml ( <i>MLE</i> ), Herbata owocowa b/c 250 ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2072.02 kcal; Białko ogółem: 110.78 g; Tłuszcz: 57.90 g; Węglowodany ogółem: 267.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 22,6 g; Cukry: 55,9 g; Błonnik pokarmowy: 29,5 g; Sól: 4,57 g		
<b>piątek 2025-10-10 (kod: 2) Dieta lekkostrawna</b>		
Kasza manna na mleku 250 ml ( <i>GLU, MLE</i> ), chleb pszenny 75 g ( <i>GLU</i> ), Pasta jajeczna 50 g ( <i>JAJ, MLE</i> ), wędlina drobiowa 30 g ( <i>GLU, JAJ, SEL</i> ), Sałata 10 g , pomidory 50 g , Jabłko pieczone 120 g , Herbata czarna bez cukru 250 ml ,	Zupa buraczkowa 350 ml ( <i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), Ryba pieczona po grecku 200 g ( <i>RYB</i> ), Ryż biały gotowany 200 g , Kompot owocowy b/c 250 ml ,	chleb pszenny 75 g ( <i>GLU</i> ), masło extra 10 g ( <i>MLE</i> ), wędlina wieprzowa 45 g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), pomidory 50 g , Ciasto marchewkowe 105 g ( <i>GLU, JAJ</i> ), jogurt naturalny 150ml ( <i>MLE</i> ), Herbata owocowa b/c 250 ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2009.73 kcal; Białko ogółem: 110.95 g; Tłuszcz: 57.54 g; Węglowodany ogółem: 245.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 24,6 g; Cukry: 58,9 g; Błonnik pokarmowy: 23,5 g; Sól: 4,07 g		
<b>piątek 2025-10-10 (kod:3) Lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b>		
Kasza manna na mleku 250 ml ( <i>GLU, MLE</i> ), chleb pszenny 75 g ( <i>GLU</i> ), Pasta jajeczna 50 g ( <i>JAJ, MLE</i> ), wędlina drobiowa 30 g ( <i>GLU, JAJ, SEL</i> ), sałata 10 g , pomidory 50 g , Jabłko pieczone 120 g , Herbata czarna bez cukru 250 ml ,	Zupa buraczkowa 350 ml ( <i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), Ryba pieczona po grecku 200 g ( <i>RYB</i> ), Ryż biały gotowany 200 g , Kompot owocowy b/c 250 ml ,	chleb przenny 75 g ( <i>GLU</i> ), masło extra 5 g ( <i>MLE</i> ), wędlina wieprzowa 45 g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), pomidory 50 g , Ciasto marchewkowe 105 g ( <i>GLU, JAJ</i> ), jogurt naturalny 150 ml ( <i>MLE</i> ), Herbata owocowa b/c 250 ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2092.33 kcal; Białko ogółem: 110.92 g; Tłuszcz: 53.42 g; Węglowodany ogółem: 245.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 25,6 g; Cukry: 57,9 g; Błonnik pokarmowy: 22,5 g; Sól: 4,07 g		
<b>piątek 2025-10-10 (kod:9) Dieta bogatobiałkowa</b>		
Kasza manna na mleku 250 ml ( <i>GLU, MLE</i> ), chleb pszenny 75 g ( <i>GLU</i> ), Pasta jajeczna 60 g ( <i>JAJ, MLE</i> ), wędlina drobiowa 45 g ( <i>GLU, JAJ, SEL</i> ), Sałata 10 g , pomidory 50 g , Jabłko pieczone 120 g , Herbata czarna bez cukru 250 ml ,	Zupa buraczkowa 350 ml ( <i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), Ryba pieczona po grecku 200 g ( <i>RYB</i> ), Ryż biały gotowany 200 g , Kompot owocowy b/c 250 ml ,	chleb przenny 75 g ( <i>GLU</i> ), masło extra 10 g ( <i>MLE</i> ), wędlina wieprzowa 45 g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), pomidory 50 g , Ciasto marchewkowe 105 g ( <i>GLU, JAJ</i> ), jogurt naturalny 150 ml ( <i>MLE</i> ), Herbata owocowa b/c 250 ml
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2092.38 kcal; Białko ogółem: 116.40 g; Tłuszcz: 56.01 g; Węglowodany ogółem: 246.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 25,6 g; Cukry: 55,9 g; Błonnik pokarmowy: 22,5 g; Sól: 4,07 g		

piątek 2025-10-10		(kod:6) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (5 posiłków)
<p>chleb razowy 90 g (<b>GLU</b>),            Pasta jajeczna 50 g (<b>JAJ, MLE</b>),            wędlina drobiowa 30 g (<b>GLU, JAJ, SEL</b>),            sałata 10 g ,            ogórek św. 50 g ,            jabłka 120 g ,            Herbata czarna bez cukru 250 ml ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b>            Kanapka z wędliną drobiową 50 g            (<b>GLU, JAJ, SEL</b>),</p>	<p>Zupa fasolowa 350 ml (<b>SOJ, MLE, SEL, GOR</b>),            Ryba pieczona po grecku 200 g (<b>RYB</b>),            Ryż brązowy gotowany 200 g ,            Surówka z kapusty pekińskiej 100 g ,            Kompot owocowy b/c 250 ml ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b>            jogurt naturalny 150 ml (<b>MLE</b>),            Pieczywo chrupkie 24 g (<b>GLU</b>),</p>	<p>chleb razowy 90 g (<b>GLU</b>),            masło extra 10 g (<b>MLE</b>),            pasztet 50 g (<b>GLU, SOJ, SEL</b>),            pomidory 50 g ,            Ciastka zbożowe bez cukru 25 g (<b>GLU</b>),            Herbata owocowa b/c 250 ml ,</p>
<p><b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2005.84 kcal; Białko ogółem: 93.85 g; Tłuszcz: 54.07 g; Węglowodany ogółem: 237.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 23,6 g; Cukry: 55,9 g; Błonnik pokarmowy: 34,5 g; Sól: 5,07 g</p>		
piątek 2025-10-10		(kod:6/K) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6 posiłków)
<p>chleb razowy 90 g (<b>GLU</b>),            Pasta jajeczna 50 g (<b>JAJ, MLE</b>),            wędlina drobiowa 30 g (<b>GLU, JAJ, SEL</b>),            sałata 10 g ,            ogórek św. 50 g ,            jabłka 120 g ,            Herbata czarna bez cukru 250 ml ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b>            Kanapka z wędliną drobiową 50 g            (<b>GLU, JAJ, SEL</b>),</p>	<p>Zupa fasolowa SZ 350 ml (<b>SOJ, MLE, SEL, GOR</b>),            Ryba pieczona po grecku 200 g (<b>RYB</b>),            Ryż brązowy gotowany 200 g ,            Surówka z kapusty pekińskiej 100 g ,            Kompot owocowy b/c 250 ml ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b>            jogurt naturalny 150 ml (<b>MLE</b>),            Pieczywo chrupkie 24 g (<b>GLU</b>),</p>	<p>chleb razowy 90 g (<b>GLU</b>),            masło extra 10 g (<b>MLE</b>),            pasztet 50 g (<b>GLU, SOJ, SEL</b>),            pomidory 50 g ,            Ciastka zbożowe bez cukru 25 g (<b>GLU</b>),            Herbata owocowa b/c 250 ml ,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b>            kanapka z wędliną 50 g (<b>GLU</b>),</p>
<p><b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2062.84 kcal; Białko ogółem: 96.60 g; Tłuszcz: 56.93 g; Węglowodany ogółem: 242.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 24,6 g; Cukry: 61,9 g; Błonnik pokarmowy: 35,5 g; Sól: 5,27 g</p>		

Szpital Powiatowy w Kętrzynie		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2025-10-10 Dzieci (kod: P2) Dieta lekkostrawna</b>		
chleb pszenny 50 g ( <i>GLU</i> ), Pasta jajeczna 50 g ( <i>JAJ, MLE</i> ), wędlina drobiowa 30 g ( <i>GLU, JAJ, SEL</i> ), sałata 10 g , Pomidor b/s 50 g , Herbata czarna bez cukru 250 ml ,  <b>II Śniadanie:</b> Jabłko pieczone 120 g ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350 ml ( <i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), paluszki rybne 120 g ( <i>GLU, RYB</i> ), Ryż biały gotowany 150 g , Marchew gotowana 100 g, Kompot owocowy b/c 250 ml ,  <b>Podwieczorek:</b> Ciasto marchewkowe 105 g ( <i>GLU, JAJ</i> ),	chleb pszenny 50 g ( <i>GLU</i> ), masło extra 10 g ( <i>MLE</i> ), wędlina wieprzowa 45 g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), Pomidor b/s 50 g , jogurt naturalny 150 ml ( <i>MLE</i> ), Herbata owocowa b/c 250 ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 1999.80 kcal; Białko ogółem: 108.25 g; Tłuszcz: 71.13 g; Węglowodany ogółem: 228.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 22,6 g; Cukry: 55,9 g; Błonnik pokarmowy: 24,5 g; Sól: 5,07 g		
<b>piątek 2025-10-10 Dzieci (kod:P1) Dieta podstawowa</b>		
Kasza manna na mleku 250 ml ( <i>GLU, MLE</i> ), chleb pszenny 25 g ( <i>GLU</i> ), chleb razowy 30 g ( <i>GLU</i> ), Pasta jajeczna 50 g ( <i>JAJ, MLE</i> ), wędlina drobiowa 30 g ( <i>GLU, JAJ, SEL</i> ), sałata 10 g , ogórek św. 50 g , Herbata czarna bez cukru 250 ml ,  <b>II Śniadanie:</b> jabłka 120 g ,	Zupa fasolowa 350 ml ( <i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), paluszki rybne 120 g ( <i>GLU, RYB</i> ), Ryż brązowy gotowany 150 g , Surówka z kapusty pekińskiej 100 g , Kompot owocowy b/c 250 ml ,  <b>Podwieczorek:</b> Ciasto marchewkowe 105 g ( <i>GLU, JAJ</i> ),	chleb pszenny 25 g ( <i>GLU</i> ), chleb razowy 30 g ( <i>GLU</i> ), masło extra 10 g ( <i>MLE</i> ), paszтет 50 g ( <i>GLU, SOJ, SEL</i> ), pomidory 50 g , jogurt naturalny 150 ml ( <i>MLE</i> ), Herbata owocowa b/c 250 ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2001.35 kcal; Białko ogółem: 110.35 g; Tłuszcz: 86.37 g; Węglowodany ogółem: 249.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 21,6 g; Cukry: 56,9 g; Błonnik pokarmowy: 29,5 g; Sól: 4,47 g		

Szpital Powiatowy w Kętrzynie		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłki nocny
<b>sobota 2025-10-11 (kod:1) Dieta podstawowa</b>		
chleb pszenny 50 g ( <i>GLU</i> ), chleb razowy 30 g ( <i>GLU</i> ), masło extra 10 g ( <i>MLE</i> ), wędlina wieprzowa 30 g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), Pasta twarogowa z ziołami 60 g ( <i>MLE</i> ), sałata 10 g , papryka 50 g , mandarynka 140 g , Herbata czarna bez cukru 250 ml ,	Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml ( <i>GLU, JAJ, MLE</i> ), Klopsiki wieprzowe duszone w sosie własnym 200 g ( <i>JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), Kasza jęczmienna 240 g ( <i>GLU</i> ), Buraczki gotowane 150 g , Kompot owocowy b/c 250 ml ,	chleb pszenny 50 g ( <i>GLU</i> ), chleb razowy 30 g ( <i>GLU</i> ), masło extra 10 g ( <i>MLE</i> ), wędlina drobiowa 45 g ( <i>GLU, JAJ, SEL</i> ), roszponka 10 g , pomidory 50 g , jogurt naturalny 150 ml ( <i>MLE</i> ), dżemik porcjowany 25 g , wafle ryżowe 27 g ( <i>SEZ</i> ), Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ( <i>GLU, MLE</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2096.97 kcal; Białko ogółem: 114.80 g; Tłuszcz: 54.01 g; Węglowodany ogółem: 266.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 24,6 g; Cukry: 57,9 g; Błonnik pokarmowy: 34,5 g; Sól: 5,00 g		
<b>sobota 2025-10-11 (kod: 2) Dieta lekkostrawna</b>		
chleb pszenny 100 g ( <i>GLU</i> ), masło extra 10 g ( <i>MLE</i> ), wędlina wieprzowa 30 g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), Pasta twarogowa z ziołami 60 g ( <i>MLE</i> ), sałata 10 g , pomidory 50 g , mandarynka 140 g , Herbata czarna bez cukru 250 ml ,	Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml ( <i>GLU, JAJ, MLE</i> ), Klopsiki wieprzowe duszone w sosie własnym 200 g ( <i>JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), Kasza jęczmienna 240 g ( <i>GLU</i> ), Buraczki gotowane 150 g , Kompot owocowy b/c 250 ml ,	chleb pszenny 75 g ( <i>GLU</i> ), masło extra 5 g ( <i>MLE</i> ), wędlina drobiowa 45 g ( <i>GLU, JAJ, SEL</i> ), roszponka 10 g , pomidory 50 g , jogurt naturalny 150 ml ( <i>MLE</i> ), dżemik porcjowany 25 g , wafle ryżowe 27 g ( <i>SEZ</i> ), Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ( <i>GLU, MLE</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2008.64 kcal; Białko ogółem: 15.68 g; Tłuszcz: 59.72 g; Węglowodany ogółem: 277.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 24,8 g; Cukry: 56,9 g; Błonnik pokarmowy: 28,5 g; Sól: 4,70 g		
<b>sobota 2025-10-11 (kod:3) Lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b>		
chleb pszenny 100 g ( <i>GLU</i> ), wędlina wieprzowa 30 g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), Pasta twarogowa z ziołami 60 g ( <i>MLE</i> ), sałata 10 g , pomidory 50 g , mandarynka 140 g , Herbata czarna bez cukru 250 ml ,	Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml ( <i>GLU, JAJ, MLE</i> ), Klopsiki wieprzowe duszone w sosie własnym 200g ( <i>JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), Kasza jęczmienna 240 g ( <i>GLU</i> ), Buraczki gotowane 150 g , Kompot owocowy b/c 250 ml ,	chleb pszenny 100 g ( <i>GLU</i> ), masło extra 5 g ( <i>MLE</i> ), wędlina drobiowa 45 g ( <i>GLU, JAJ, SEL</i> ), roszponka 10 g , pomidory 50 g , jogurt naturalny 150 ml ( <i>MLE</i> ), dżemik porcjowany 25 g , wafle ryżowe 27 g ( <i>SEZ</i> ), Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ( <i>GLU, MLE</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2007.09 kcal; Białko ogółem: 107.14 g; Tłuszcz: 41.80 g; Węglowodany ogółem: 261.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 25 g; Cukry: 54,1 g; Błonnik pokarmowy: 29,5 g; Sól: 4,90 g		
<b>sobota 2025-10-11 (kod:9) Dieta bogatobiałkowa</b>		
chleb pszenny 100 g ( <i>GLU</i> ), masło extra 10 g ( <i>MLE</i> ), wędlina wieprzowa 30 g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), Pasta twarogowa z ziołami 70 g ( <i>MLE</i> ), sałata 10 g , pomidory 50 g , mandarynka 140 g , Herbata czarna bez cukru 250 ml ,	Zupa pomidorowa z makaronem SZ 350 ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), Klopsiki wieprzowe duszone w sosie własnym SZ2 240 g ( <i>JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), Kasza jęczmienna SZ3 240 g ( <i>GLU</i> ), Buraczki gotowane SZ3 150 g , Kompot owocowy b/c 250 ml ,	chleb pszenny 100 g ( <i>GLU</i> ), masło extra 5 g ( <i>MLE</i> ), wędlina drobiowa 45 g ( <i>GLU, JAJ, SEL</i> ), roszponka 10 g , pomidory 50 g , jogurt naturalny 150 ml ( <i>MLE</i> ), dżemik porcjowany 25 g , wafle ryżowe 27 g ( <i>SEZ</i> ), Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ( <i>GLU, MLE</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2050.06 kcal; Białko ogółem: 115.16 g; Tłuszcz: 44.91 g; Węglowodany ogółem: 256.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 25,4 g; Cukry: 55,9 g; Błonnik pokarmowy: 28,5 g; Sól: 5,10 g		

sobota 2025-10-11		(kod:6) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (5 posiłków)
<p>chleb razowy 90 g (<b>GLU</b>), masło extra 10 g (<b>MLE</b>), wędlina wieprzowa 30 g (<b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b>), Pasta twarogowa z ziołami 60 g (<b>MLE</b>), sałata 10 g , papryka 50 g , mandarynka 140 g , Herbata czarna bez cukru 250 ml ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b> kefir 240 ml (<b>MLE</b>),</p>	<p>Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml (<b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b>), Klopsiki wieprzowe duszone w sosie własnym 200 g (<b>JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b>), Kasza gryczana 200 g , Surówka z czerwonej kapusty 150 g , Kompot owocowy b/c 250 ml ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b> jogurt naturalny 150 ml (<b>MLE</b>), Pieczywo chrupkie 18 g (<b>GLU</b>),</p>	<p>chleb razowy 90 g (<b>GLU</b>), masło extra 10 g (<b>MLE</b>), wędlina drobiowa 45 g (<b>GLU, JAJ, SEL</b>), roszponka 10 g , pomidory 50 g , Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<b>GLU, MLE</b>),</p>
<p><b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2016.85 kcal; Białko ogółem: 117.57 g; Tłuszcz: 53.84 g; Węglowodany ogółem: 269.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 24,5 g; Cukry: 59,9 g; Błonnik pokarmowy: 43,5 g; Sól: 5,60 g</p>		

sobota 2025-10-11		(kod:6/K) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6 posiłków)
<p>chleb razowy 90 g (<b>GLU</b>), masło extra 10 g (<b>MLE</b>), wędlina wieprzowa 30 g (<b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b>), Pasta twarogowa z ziołami 60 g (<b>MLE</b>), sałata 10 g , papryka 50 g , mandarynka 140 g , Herbata czarna bez cukru 250 ml ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b> kefir 240 ml (<b>MLE</b>),</p>	<p>Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml (<b>GLU, JAJ, MLE</b>), Klopsiki wieprzowe duszone w sosie własnym 200 g (<b>JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b>), Kasza gryczana 200 g , Surówka z czerwonej kapusty 150 g , Kompot owocowy b/c 250 ml ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b> jogurt naturalny 150 ml (<b>MLE</b>), Pieczywo chrupkie 18 g (<b>GLU</b>),</p>	<p>chleb razowy 90 g (<b>GLU</b>), masło extra 10 g (<b>MLE</b>), wędlina drobiowa 45 g (<b>GLU, JAJ, SEL</b>), roszponka 10 g , pomidory 50 g , Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<b>GLU, MLE</b>),</p> <p><b>Posiłek nocny:</b> kanapka z wędliną 50 g (<b>GLU</b>),</p>
<p><b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2091.78 kcal; Białko ogółem: 118.75 g; Tłuszcz: 52.50 g; Węglowodany ogółem: 220.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 25,8 g; Cukry: 60,9 g; Błonnik pokarmowy: 44,5 g; Sól: 5,90 g</p>		

Szpital Powiatowy w Kętrzynie		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2025-10-11 Dzieci (kod: P2) Dieta lekkostrawna</b>		
chleb pszenny 50 g ( <b>GLU</b> ), masło extra 10 g ( <b>MLE</b> ), wędlna wieprzowa 30 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), Pasta twarogowa z ziołami 30 g ( <b>MLE</b> ), sałata 10 g , pomidory 50 g , Herbata czarna bez cukru 250 ml ,  <b>II Śniadanie:</b> mus owocowy 100 g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), Klopsiki wieprzowe duszone w sosie własnym 200 g ( <b>JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), Kasza jęczmienna 240 g ( <b>GLU</b> ), Buraczki gotowane 150 g , Kompot owocowy b/c 250 ml ,  <b>Podwieczorek:</b> chrupki kukurydziane 5 g ,	chleb pszenny 50 g ( <b>GLU</b> ), masło extra 5 g ( <b>MLE</b> ), wędlna drobiowa 45 g ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), rozszponka 10 g , jogurt naturalny 150 ml ( <b>MLE</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 1926.35 kcal; Białko ogółem: 101.00 g; Tłuszcz: 51.25 g; Węglowodany ogółem: 255.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 24,8 g; Cukry: 66,9 g; Błonnik pokarmowy: 28,5 g; Sól: 5,70 g		
<b>sobota 2025-10-11 Dzieci (kod:P1) Dieta podstawowa</b>		
chleb pszenny 25 g ( <b>GLU</b> ), chleb razowy 30 g ( <b>GLU</b> ), masło extra 10 g ( <b>MLE</b> ), wędlna wieprzowa 30 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), Pasta twarogowa z ziołami 30 g ( <b>MLE</b> ), sałata 10 g , papryka 50 g , mandarynka 140 g , Herbata czarna bez cukru 250 ml ,  <b>II Śniadanie:</b> mus owocowy 100 g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), Klopsiki wieprzowe duszone w sosie własnym 200 g ( <b>JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), Kasza jęczmienna 240 g ( <b>GLU</b> ), Buraczki gotowane 150 g , Kompot owocowy b/c 250 ml ,  <b>Podwieczorek:</b> chrupki kukurydziane 5 g ,	chleb pszenny 50 g ( <b>GLU</b> ), chleb razowy 30 g ( <b>GLU</b> ), masło extra 10 g ( <b>MLE</b> ), wędlna drobiowa 45 g ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), rozszponka 10 g , pomidory 50 g , jogurt naturalny 150 ml ( <b>MLE</b> ), dżemik porcjowany 25 g , Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2015.48 kcal; Białko ogółem: 116.67 g; Tłuszcz: 52.30 g; Węglowodany ogółem: 241.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 23,6 g; Cukry: 63,9 g; Błonnik pokarmowy: 35,5 g; Sól: 5,60 g		

Szpital Powiatowy w Kętrzynie		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłki nocny
<b>niedziela 2025-10-12 (kod:1) Dieta podstawowa</b>		
chleb pszenny 50 g ( <i>GLU</i> ), chleb razowy 30 g ( <i>GLU</i> ), masło extra 10 g ( <i>MLE</i> ), szynka wieprzowa 30 g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), ser żółty 30 g ( <i>MLE</i> ), sałata 10 g , rzodkiewka 30 g , banany 130 g , kefir 150 ml ( <i>MLE</i> ), Herbata owocowa b/c 250 ml ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 350 ml ( <i>MLE</i> ), Pieczona rolada drobiowa z serem mozzarella szpinakiem 160 g ( <i>MLE</i> ), Ziemniaki gotowane 300 g , Surówka z kapusty pekińskiej 150 g , Kompot owocowy b/c 250 ml ,	chleb pszenny 50 g ( <i>GLU</i> ), chleb razowy 30 g ( <i>GLU</i> ), masło extra 10 g ( <i>MLE</i> ), wędlina drobiowa 45 g ( <i>GLU, JAJ, SEL</i> ), Budyń waniliowy bez cukru 200 g ( <i>GLU, SOJ, MLE</i> ), Biszkopty bez cukru na kg 25 g ( <i>GLU, JAJ</i> ), Herbata czarna bez cukru 250 ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 1998.18 kcal; Białko ogółem: 105.76 g; Tłuszcz: 50.87 g; Węglowodany ogółem: 249.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 21,8 g; Cukry: 55,9 g; Błonnik pokarmowy: 35,5 g; Sól: 4,90 g		
<b>niedziela 2025-10-12 (kod: 2) Dieta lekkostrawna</b>		
chleb pszenny 75 g ( <i>GLU</i> ), masło extra 10 g ( <i>MLE</i> ), szynka wieprzowa 30 g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), ser biały chudy 50 g ( <i>MLE</i> ), sałata 10 g , pomidory 50 g , banany 130 g , kefir 150 ml ( <i>MLE</i> ), Herbata owocowa b/c 250 ml ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 350 ml ( <i>MLE</i> ), Pieczona rolada drobiowa z serem mozzarella szpinakiem 160 g ( <i>MLE</i> ), Ziemniaki gotowane 300 g , Marchew gotowana 150 g , Kompot owocowy b/c 250 ml ,	chleb pszenny 75 g ( <i>GLU</i> ), masło extra 10 g ( <i>MLE</i> ), wędlina drobiowa 45 g ( <i>GLU, JAJ, SEL</i> ), Budyń waniliowy bez cukru 200 g ( <i>GLU, SOJ, MLE</i> ), Biszkopty bez cukru 25 g ( <i>GLU, JAJ</i> ), Herbata czarna bez cukru 250 ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 1995.42 kcal; Białko ogółem:116.75 g; Tłuszcz: 57.73 g; Węglowodany ogółem: 248.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 19,8 g; Cukry: 54,9 g; Błonnik pokarmowy: 29,5 g; Sól: 4,50 g		
<b>niedziela 2025-10-12 (kod:3) Lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b>		
chleb przenny 75 g ( <i>GLU</i> ), masło extra 5 g ( <i>MLE</i> ), szynka wieprzowa 30 g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), ser biały chudy 50 g ( <i>MLE</i> ), sałata 10 g , pomidory 50 g , banany 130 g , kefir 150 ml ( <i>MLE</i> ), Herbata owocowa b/c 250 ml ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 350 ml ( <i>MLE</i> ), Pieczona rolada drobiowa z serem mozzarella szpinakiem 200 g ( <i>MLE</i> ), Ziemniaki gotowane 300 g , Marchew gotowana 150 g , Kompot owocowy b/c 250 ml ,	chleb pszenny 100 g ( <i>GLU</i> ), masło extra 10 g ( <i>MLE</i> ), wędlina drobiowa 60 g ( <i>GLU, JAJ, SEL</i> ), Budyń waniliowy bez cukru 200 g ( <i>GLU, SOJ, MLE</i> ), Biszkopty bez cukru 25 g ( <i>GLU, JAJ</i> ), Herbata czarna bez cukru 250 ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 1991.60 kcal; Białko ogółem: 119.67 g; Tłuszcz: 42.50 g; Węglowodany ogółem: 263.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 18,7 g; Cukry: 58 g; Błonnik pokarmowy: 34,5 g; Sól: 4,78 g		
<b>niedziela 2025-10-12 (kod:9) Dieta bogatobiałkowa</b>		
chleb przenny 75 g ( <i>GLU</i> ), masło extra 10 g ( <i>MLE</i> ), szynka wieprzowa 30 g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), ser biały chudy 60 g ( <i>MLE</i> ), sałata 10 g , pomidory 50 g , banany 130 g , kefir 150 ml ( <i>MLE</i> ), Herbata owocowa b/c 250 ml ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 350 ml ( <i>MLE</i> ), Pieczona rolada drobiowa z serem mozzarella szpinakiem 280 g ( <i>MLE</i> ), Ziemniaki gotowane 240 g , Marchew gotowana 150 g , Kompot owocowy b/c 250 ml ,	chleb pszenny 75 g ( <i>GLU</i> ), masło extra 10 g ( <i>MLE</i> ), wędlina drobiowa 45 g ( <i>GLU, JAJ, SEL</i> ), Budyń waniliowy bez cukru 200 g ( <i>GLU, SOJ, MLE</i> ), Biszkopty bez cukru 25 g ( <i>GLU, JAJ</i> ), Herbata czarna bez cukru 250 ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 1992.35 kcal; Białko ogółem: 107.36 g; Tłuszcz: 55.64 g; Węglowodany ogółem: 229.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 20,8 g; Cukry: 56,9 g; Błonnik pokarmowy: 33,5 g; Sól: 4,60 g		

niedziela 2025-10-12		(kod:6) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (5 posiłków)
<p>chleb razowy 90 g (<b>GLU</b>), masło extra 10 g (<b>MLE</b>), szynka wieprzowa 30 g (<b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b>), Ser żółty 30 g (<b>MLE</b>), sałata 10 g , rzodkiewka 30 g , jabłka 120 g , Herbata owocowa b/c 250 ml ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b> Pieczywo chrupkie 24 g (<b>GLU</b>), Kefir 150 ml (<b>MLE</b>),</p>	<p>Zupa kalafiorowa z ziemniakami 350 ml (<b>MLE</b>), Pieczona rolada drobiowa z serem mozzarella i szpinakiem 160 g (<b>MLE</b>), Ziemniaki gotowane 200 g , Surówka z kapusty pekińskiej 150 g , Kompot owocowy b/c 250 ml ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b> kanapka z twarogiem 50 g (<b>GLU, MLE</b>),</p>	<p>chleb razowy 90 g (<b>GLU</b>), masło extra 10 g (<b>MLE</b>), wędlina drobiowa 45 g (<b>GLU, JAJ, SEL</b>), Budyń waniliowy bez cukru 200 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>), Herbata czarna bez cukru 250 ml ,</p>
<p><b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2062.65 kcal; Białko ogółem: 115.91 g; Tłuszcz: 53.75 g; Węglowodany ogółem: 216.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 24,8 g; Cukry: 55,9 g; Błonnik pokarmowy: 43,5 g; Sól: 4,60 g</p>		

niedziela 2025-10-12		(kod:6/K) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6 posiłków)
<p>chleb razowy 90 g (<b>GLU</b>), masło extra 10 g (<b>MLE</b>), szynka wieprzowa 30 g (<b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b>), Ser żółty 30 g (<b>MLE</b>), sałata 10 g , rzodkiewka 30 g , jabłka 120 g , Herbata owocowa b/c 250 ml ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b> Pieczywo chrupkie 24 g (<b>GLU</b>), Kefir 150 ml (<b>MLE</b>),</p>	<p>Zupa kalafiorowa z ziemniakami 350 ml (<b>MLE</b>), Pieczona rolada drobiowa z serem mozzarella i szpinakiem 160 g (<b>MLE</b>), Ziemniaki gotowane 200 g , Surówka z kapusty pekińskiej 150 g , Kompot owocowy b/c 250 ml ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b> kanapka z twarogiem 50 g (<b>GLU, MLE</b>),</p>	<p>chleb razowy 90 g (<b>GLU</b>), masło extra 10 g (<b>MLE</b>), wędlina drobiowa 45 g (<b>GLU, JAJ, SEL</b>), Budyń waniliowy bez cukru 200 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>), Herbata czarna bez cukru 250 ml ,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b> Kanapka z wędliną drobiową 50 g (<b>GLU, JAJ, SEL</b>),</p>
<p><b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2084.10 kcal; Białko ogółem: 118.65 g; Tłuszcz: 56.64 g; Węglowodany ogółem: 231.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 26,1 g; Cukry: 56,9 g; Błonnik pokarmowy: 43,5 g; Sól: 4,90 g</p>		

Szpital Powiatowy w Kętrzynie		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2025-10-12 Dzieci (kod: P2) Dieta lekkostrawna</b>		
chleb przenny 50 g ( <b>GLU</b> ), masło extra 10 g ( <b>MLE</b> ), szynka wieprzowa 30 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), ser biały chudy 50 g ( <b>MLE</b> ), sałata 10 g , Pomidor b/s 50 g , Herbata owocowa b/c 250 ml ,  <b>II Śniadanie:</b> banany 130 g ,	Zupa marchewkowa z ryżem 350 ml , Pieczona rolada drobiowa z serem mozzarella i szpinakiem 160 g ( <b>MLE</b> ), Ziemniaki gotowane 200 g , Marchewka gotowana 100 g , Kompot owocowy b/c 250 ml ,  <b>Podwieczorek:</b> Budyń waniliowy bez cukru 200 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Biszkopt bez cukru 25 g ( <b>GLU, JAJ</b> ),	chleb pszenny 50 g ( <b>GLU</b> ), masło extra 10 g ( <b>MLE</b> ), wędlina drobiowa 45 g ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), Herbata czarna bez cukru 250 ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 1997.73 kcal; Białko ogółem: 104.98 g; Tłuszcz: 50.37 g; Węglowodany ogółem: 228.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 18,8 g; Cukry: 53,9 g; Błonnik pokarmowy: 28,5 g; Sól: 4,40 g		
<b>niedziela 2025-10-12 Dzieci (kod:P1) Dieta podstawowa</b>		
chleb przenny 25 g ( <b>GLU</b> ), chleb razowy 30 g ( <b>GLU</b> ), masło extra 10 g ( <b>MLE</b> ), szynka wieprzowa 30 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), ser żółty 30 g ( <b>MLE</b> ), sałata 10 g , rzodkiewka 30 g , Herbata owocowa b/c 250 ml ,  <b>II Śniadanie:</b> banany 130 g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 350 ml ( <b>MLE</b> ), Pieczona rolada drobiowa z serem mozzarella i szpinakiem 160 g ( <b>MLE</b> ), Ziemniaki gotowane 200 g , Surówka z kapusty pekińskiej 150 g , Kompot owocowy b/c 250 ml ,  <b>Podwieczorek:</b> Budyń waniliowy bez cukru 200 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Biszkopt bez cukru 25 g ( <b>GLU, JAJ</b> ),	chleb pszenny 25 g ( <b>GLU</b> ), chleb razowy 30 g ( <b>GLU</b> ), masło extra 10 g ( <b>MLE</b> ), wędlina drobiowa 45 g ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), ogórek św. 50 g , Herbata czarna bez cukru 250 ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2000.36 kcal; Białko ogółem: 115.33 g; Tłuszcz: 57.13 g; Węglowodany ogółem: 237.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 23,8 g; Cukry: 56,9 g; Błonnik pokarmowy: 36,5 g; Sól: 4,92 g		