

Szpital Powiatowy w Kętrzynie		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłki nocny
poniedziałek 2025-11-10 (kod:1) Dieta podstawowa		
chleb pszenny 50 g (<i>GLU</i>), chleb razowy 30 g (<i>GLU</i>), masło extra 10 g (<i>MLE</i>), Pasta jajeczna SZ1 100 g (<i>JAJ, MLE</i>), wędlna wieprzowa 30 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), sałata 10 g , papryka 50 g , jogurt naturalny 150 ml (<i>MLE</i>), pomarańcze 200 g , Herbata owocowa b/c 250 ml ,	Zupa jarzynowa z ryżem brązowym 350 ml (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pierś z kurczaka w sosie koperkowym 200 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Ziemniaki gotowane 300 g , Buraczki gotowane 80 g , Surówka z kapusty pekińskiej 100 g , Kompot owocowy b/c 250 ml ,	Ryż z pieczonym jabłkiem 350 g (<i>MLE</i>), chleb pszenny 50 g (<i>GLU</i>), chleb razowy 30 g (<i>GLU</i>), masło extra 10g (<i>MLE</i>) wędlna drobiowa 45 g(<i>GLU, JAJ, SEL</i>), ogórek św. 50 g , Herbata czarna bez cukru 250 ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2085.53 kcal; Białko ogółem: 107.65 g; Tłuszcz: 62.47 g; Węglowodany ogółem: 289.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 22,7 g; Cukry: 80,7; Błonnik pokarmowy: 32 g; Sól: 4,5 g		
poniedziałek 2025-11-10 (kod: 2) Dieta lekkostrawna		
chleb pszenny 100 g (<i>GLU</i>), masło extra 5 g (<i>MLE</i>), Pasta jajeczna 70 g (<i>JAJ</i>), wędlna wieprzowa 30 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), sałata 10 g , pomidory 50 g , jogurt naturalny 150 ml (<i>MLE</i>), pomarańcze 200 g , Herbata owocowa b/c 250 ml ,	Zupa jarzynowa z ryżem białym 350 ml (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pierś z kurczaka w sosie koperkowym 200 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Ziemniaki gotowane 300 g , Buraczki gotowane 80 g , Surówka z tartej marchewki z jabłkiem 80 g , Kompot owocowy b/c 250 ml ,	Ryż z pieczonym jabłkiem 350 g (<i>MLE</i>), chleb pszenny 75 g (<i>GLU</i>), masło extra 10 g (<i>MLE</i>), wędlna drobiowa 45 g (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), pomidory 50 g , Herbata czarna bez cukru 250 ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1942.39 kcal; Białko ogółem: 89.32 g; Tłuszcz: 47.27 g; Węglowodany ogółem: 305.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 19,7 g; Cukry: 80,7; Błonnik pokarmowy: 29 g; Sól: 4,5 g		
poniedziałek 2025-11-10 (kod:3) Lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
chleb pszenny 100 g (<i>GLU</i>), Pasta jajeczna 70 g (<i>JAJ</i>), wędlna wieprzowa 30 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), sałata 10 g , pomidory 50 g , jogurt naturalny 150 ml (<i>MLE</i>), pomarańcze 200 g , Herbata owocowa b/c 250 ml ,	Zupa jarzynowa z ryżem białym 350 ml (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pierś z kurczaka w sosie koperkowym 200 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Ziemniaki gotowane 300 g , Buraczki gotowane 80 g , Surówka z tartej marchewki z jabłkiem 80 g , Kompot owocowy b/c 250 ml ,	Ryż z pieczonym jabłkiem 350 g (<i>MLE</i>), chleb pszenny 75 g (<i>GLU</i>), masło extra 5 g (<i>MLE</i>), wędlna drobiowa 45 g (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), pomidory 50 g , Herbata czarna bez cukru 250 ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1867.59 kcal; Białko ogółem: 89.25 g; Tłuszcz: 39.02 g; Węglowodany ogółem: 305.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 18,1 g; Cukry: 77,7; Błonnik pokarmowy: 29 g; Sól: 4,39 g		
poniedziałek 2025-11-10 (kod:9) Dieta bogatobiałkowa		
chleb przenny 75 g (<i>GLU</i>), Pasta jajeczna 110 g (<i>JAJ, MLE</i>), wędlna wieprzowa 30 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), sałata 10 g , pomidory 50 g , jogurt naturalny 150 ml (<i>MLE</i>), Herbata owocowa b/c 250 ml , masło extra 10 g (<i>MLE</i>),	Zupa jarzynowa z ryżem białym 350 ml (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pierś z kurczaka w sosie koperkowym 240 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Ziemniaki gotowane 300 g , Buraczki gotowane 80 g , Surówka z tartej marchewki z jabłkiem 80 g , Kompot owocowy b/c 250 ml ,	Ryż z pieczonym jabłkiem 350 g (<i>MLE</i>), chleb pszenny 75 g (<i>GLU</i>), masło extra 10 g (<i>MLE</i>), wędlna drobiowa 45 g (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), pomidory 50 g , Herbata czarna bez cukru 250 ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2030.58 kcal; Białko ogółem: 119.34 g; Tłuszcz: 67.68 g; Węglowodany ogółem: 302.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 22,1 g; Cukry: 67,7; Błonnik pokarmowy: 29 g; Sól: 4,19 g		

poniedziałek 2025-11-10 (kod:6) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (5 posiłków)		
<p>chleb razowy 90 g (<i>GLU</i>), Pasta jajeczna 60 g (<i>JAJ, MLE</i>), wędlina wieprzowa 30 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), sałata 10 g , papryka 50 g , Herbata owocowa b/c 250 ml ,</p> <p>II Śniadanie: jogurt naturalny 150 ml (<i>MLE</i>), pomarańcze 200 g ,</p>	<p>Zupa jarzynowa z ryżem brązowym 350 ml (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pierś z kurczaka w sosie koperkowym 200 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Ziemniaki gotowane 300 g , Surówka z kapusty pekińskiej 150 g , Kompot owocowy b/c 250 ml ,</p> <p>Podwieczorek: kefir 240 ml (<i>MLE</i>),</p>	<p>Ryż z pieczonym jabłkiem 350 g (<i>MLE</i>), chleb razowy 60 g (<i>GLU</i>), masło extra 10 g (<i>MLE</i>), wędlina drobiowa 45 g (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), ogórek św. 50 g , Herbata czarna bez cukru 250 ml ,</p>
<p>Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1936.80 kcal; Białko ogółem: 99.79 g; Tłuszcz: 52.61 g; Węglowodany ogółem: 284.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 22,7 g; Cukry: 87,7, Błonnik pokarmowy: 39 g; Sól: 4,1 g</p>		

poniedziałek 2025-11-10 (kod:6/K) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6 posiłków)		
<p>chleb razowy 90 g (<i>GLU</i>), Pasta jajeczna 60 g (<i>JAJ, MLE</i>), wędlina wieprzowa 30 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), sałata 10 g , papryka 50 g , Herbata owocowa b/c 250 ml ,</p> <p>II Śniadanie: jogurt naturalny 150 ml (<i>MLE</i>), pomarańcze 200 g ,</p>	<p>Zupa jarzynowa z ryżem brązowym 350 ml (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pierś z kurczaka w sosie koperkowym 200 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Ziemniaki gotowane 300 g , Surówka z kapusty pekińskiej 150 g , Kompot owocowy b/c 250 ml ,</p> <p>Podwieczorek: kefir 240 ml (<i>MLE</i>),</p>	<p>Ryż z pieczonym jabłkiem 350 g (<i>MLE</i>), chleb razowy 60 g (<i>GLU</i>), masło extra 10 g (<i>MLE</i>), wędlina drobiowa 45 g (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), ogórek św. 50 g , Herbata czarna bez cukru 250 ml</p> <p>Posiłek nocny: kanapka z wędliną 50 g (<i>GLU</i>),</p>
<p>Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1993.80 kcal; Białko ogółem: 102.54 g; Tłuszcz: 55.47 g; Węglowodany ogółem: 289.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 21,1 g; Cukry: 87,7, Błonnik pokarmowy: 39,5 g; Sól: 4,09 g</p>		

Szpital Powiatowy w Kętrzynie		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-11-10 Dzieci (kod: P2) Dieta lekkostrawna		
chleb pszenny 50 g (<i>GLU</i>), masło extra 5 g (<i>MLE</i>), Pasta jajeczna 30 g (<i>JAJ, MLE</i>), wędlna wieprzowa 30 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), sałata 10 g , Pomidor b/s 50 g , Herbata owocowa b/c 250 ml, II Śniadanie: jogurt naturalny 150 ml (<i>MLE</i>),	Zupa jarzynowa z ryżem białym 350 ml (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pierś z kurczaka w sosie koperkowym 215 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Ziemniaki gotowane 150 g , Surówka z tartej marchewki z jabłkiem 100 g , Kompot owocowy b/c 250 ml Podwieczorek: chrupki kukurydziane 5 g ,	Ryż z pieczonym jabłkiem 250 g (<i>MLE</i>), chleb pszenny 50 g (<i>GLU</i>), masło extra 10 g (<i>MLE</i>), wędlna drobiowa 45 g (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), Herbata czarna bez cukru 250 ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1717.64 kcal; Białko ogółem: 86.72 g; Tłuszcz: 49.14 g; Węglowodany ogółem: 245.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 19,7 g; Cukry: 80,7, Błonnik pokarmowy: 29 g; Sól: 4,5 g		
poniedziałek 2025-11-10 Dzieci (kod:P1) Dieta podstawowa		
chleb pszenny 25 g (<i>GLU</i>), chleb razowy 30 g (<i>GLU</i>), masło extra 10 g (<i>MLE</i>), Pasta jajeczna 50 g (<i>JAJ, MLE</i>), wędlna wieprzowa 30 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), sałata 10 g , papryka 50 g , Herbata owocowa b/c 250 ml, II Śniadanie: jogurt naturalny 150 ml (<i>MLE</i>), pomarańcze 200 g ,	Zupa jarzynowa z ryżem brązowym 350 ml (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pierś z kurczaka w sosie koperkowym 215 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Ziemniaki gotowane 150 g , Buraczki gotowane 80 g , Surówka z kapusty pekińskiej 100 g , Kompot owocowy b/c 250 ml , Podwieczorek: jabłka 120 g , herbatniki 30 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, ORZ</i>),	Ryż z pieczonym jabłkiem 250 g (<i>MLE</i>), chleb pszenny 25 g (<i>GLU</i>), chleb razowy 30 g (<i>GLU</i>), masło extra 10 g (<i>MLE</i>) wędlna drobiowa 45 g (<i>GLU, JAJ, SEL</i>) ogórek św. 50 g , Herbata czarna bez cukru 250 ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1914.01 kcal; Białko ogółem: 98.35 g; Tłuszcz: 61.04 g; Węglowodany ogółem: 258.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 22,7 g; Cukry: 80,7, Błonnik pokarmowy: 32 g; Sól: 4,5 g		

Szpital Powiatowy w Kętrzynie		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłki nocny
wtorek 2025-11-11 (kod:1) Dieta podstawowa		
chleb pszenny 25 g (<i>GLU</i>), Bułka grahamka 90g 1 szt (<i>GLU</i>), pasztet 40 g (<i>GLU, SOJ, SEL</i>), Pasta z soczewicy 30 g , papryka 50 g , roszponka 10 g serek wiejski 200 g (<i>MLE</i>), dżemik porcjowany 25 g, gruszka 130 g , Herbata czarna bez cukru 250 ml ,	Zupa ogórkowa z ziemniakami 350 ml (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Naleśniki z twarogiem 400 g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Polewka jogurtowa z jagodami 40 ml (<i>MLE</i>), 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>), Pasta twarogowa z ziołami 60 g (<i>MLE</i>), wędlina drobiowa 30 g (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), roszponka 10 g, pomidory 50 g , Kisiel truskawkowy 200 ml, Biszkopty bez cukru 15 g (<i>GLU, JAJ</i>), Herbata owocowa b/c 250 ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1995.52 kcal; Białko ogółem: 111.09 g; Tłuszcz: 52.72 g; Węglowodany ogółem: 259.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 21,1 g; Cukry: 77,7; Błonnik pokarmowy: 29,5 g; Sól: 5,09 g		
wtorek 2025-11-11 (kod:2) Dieta lekkostrawna		
chleb pszenny 25 g (<i>GLU</i>), Bułka pszenna 80g 1 szt (<i>GLU</i>), masło extra 10 g (<i>MLE</i>), wędlina wieprzowa 30 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), pomidory 50 g , roszponka 10 g , serek wiejski 200 g (<i>MLE</i>), dżemik porcjowany 25 g, porcjowany 1 szt , mandarynka 140 g , Herbata czarna bez cukru 250 ml ,	Zupa ogórkowa z ziemniakami 350 ml (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Naleśniki z twarogiem 400 g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Polewka jogurtowa z jagodami 40 ml (<i>MLE</i>), Kompot owocowy b/c 250 ml ,	chleb pszenny 100 g (<i>GLU</i>), masło extra 10 g (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z ziołami 60 g (<i>MLE</i>), wędlina drobiowa 30 g (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), roszponka 10 g , pomidory 50 g , Kisiel truskawkowy SZ2 200 ml, Biszkopty bez cukru na kg 15 g (<i>GLU, JAJ</i>), Herbata owocowa b/c 250 ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2049.81 kcal; Białko ogółem: 101.84 g; Tłuszcz: 57.64 g; Węglowodany ogółem: 215.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 23,1 g; Cukry: 75,7; Błonnik pokarmowy: 23,5 g; Sól: 5,29 g		
wtorek 2025-11-11 (KOD:3) Dieta lekkostrawna ograniczeniem tłuszczu		
chleb pszenny 50 g (<i>GLU</i>), Bułka pszenna 80g (<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 , roszponka 10 g , serek wiejski 200 g (<i>MLE</i>), Dżemik porcjowany 25 g, mandarynka 140 g , Herbata czarna bez cukru 250 ml ,	Zupa ogórkowa z ziemniakami SZ 350 ml (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Naleśniki z twarogiem sz 400 g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Polewka jogurtowa z jagodami 40 ml (<i>MLE</i>), Kompot owocowy b/c 250 ml ,	chleb pszenny 100 g (<i>GLU</i>), Pasta twarogowa z ziołami 60 g (<i>MLE</i>), wędlina drobiowa 30 g (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), roszponka 10 g , pomidory 50 g , Kisiel truskawkowy 200 ml, Biszkopty bez cukru na kg 15 g (<i>GLU, JAJ</i>), Herbata owocowa b/c 250 ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2000.86 kcal; Białko ogółem: 103.26 g; Tłuszcz: 45.59 g; Węglowodany ogółem: 229.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 19,1 g; Cukry: 75,7; Błonnik pokarmowy: 22,5 g; Sól: 5,54 g		
wtorek 2025-11-11 (kod:9) Dieta bogatobiałkowa		
chleb pszenny 25 g (<i>GLU</i>), Bułka pszenna 80g 1 szt (<i>GLU</i>), masło extra 10 g (<i>MLE</i>), wędlina wieprzowa 30 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), pomidory 50 g , roszponka 10 g , serek wiejski 200 g (<i>MLE</i>), Dżemik porcjowany 25 g, mandarynka 140 g , Herbata czarna bez cukru 250 ml ,	Zupa ogórkowa z ziemniakami 350 ml (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Naleśniki z twarogiem sz 400 g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Polewka jogurtowa z jagodami sz 40 ml (<i>MLE</i>), Kompot owocowy b/c 250 ml ,	chleb pszenny 100 g (<i>GLU</i>), Pasta twarogowa z ziołami 70 g (<i>MLE</i>), wędlina drobiowa 30 g (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), roszponka 10 g , pomidory 50 g , Kisiel truskawkowy 200 ml Biszkopty bez cukru na kg 15 g (<i>GLU, JAJ</i>), Herbata owocowa b/c 250 ml
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1997.31 kcal; Białko ogółem: 100.27 g; Tłuszcz: 49.08 g; Węglowodany ogółem: 215.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 22,1 g; Cukry: 65,7; Błonnik pokarmowy: 23,5 g; Sól: 5,44 g		

wtorek 2025-11-11		(kod:6) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (5 posiłków)
<p>chleb razowy 30 g (<i>GLU</i>), Bułka grahamka 90g 1 szt (<i>GLU</i>), pasztet 40 g (<i>GLU, SOJ, SEL</i>), Pasta z soczewicy 30 g , papryka 50 g , roszponka 10 g , Herbata czarna bez cukru 250 ml ,</p> <p>II Śniadanie: serek wiejski 200 g (<i>MLE</i>), gruszka 130 g ,</p>	<p>Zupa ogórkowa z ziemniakami 350 ml (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Makaron pełnoziarnisty gotowany 240 g (<i>GLU</i>), Pierś z kurczaka duszona w sosie brokułowym 200 g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>) Kompot owocowy b/c 250 ml</p> <p>Podwieczorek: Kanapka z serem żółtym 50 g (<i>GLU, MLE</i>),</p>	<p>chleb razowy 100 g (<i>GLU</i>), Pasta twarogowa z ziołami SZ2 60 g (<i>MLE</i>), wędlina drobiowa 30 g (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), roszponka 10 g , pomidory 50 g , Kisiel truskawkowy 200 ml (<i>S02</i>), Herbata owocowa b/c 250 ml ,</p>
<p>Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2140.84 kcal; Białko ogółem: 115.00 g; Tłuszcz: 56.54 g; Węglowodany ogółem: 301.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 22,1 g; Cukry: 45,7; Błonnik pokarmowy: 43,5 g; Sól: 5,99 g</p>		

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<p>wtorek 2025-11-11</p> <p>(kod:6/K) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6 posiłków)</p>		
<p>chleb razowy 30 g (<i>GLU</i>), Bułka grahamka 90g 1 szt (<i>GLU</i>), pasztet 40 g (<i>GLU, SOJ, SEL</i>), Pasta z soczewicy SZ 30 g , papryka 50 g , roszonek 10 g , Herbata czarna bez cukru 250 ml ,</p> <p>II Śniadanie: serek wiejski 200 g (<i>MLE</i>), gruszka 130 g ,</p>	<p>Zupa ogórkowa z ziemniakami SZ 350 ml (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Makaron pełnoziarnisty gotowany SZ 240 g (<i>GLU</i>), Pierś z kurczaka duszona w sosie brokułowym SZ 200 g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Kompot owocowy b/c 250 ml ,</p> <p>Podwieczorek: Kanapka z serem żółtym 50 g (<i>GLU, MLE</i>),</p>	<p>chleb razowy 100 g (<i>GLU</i>), Pasta twarogowa z ziołami SZ2 60 g (<i>MLE</i>), wędlina drobiowa 30 g (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), roszonek 10 g , pomidory 50 g , Kisiel truskawkowy SZ2 200 ml (<i>S02</i>), Herbata owocowa b/c 250 ml ,</p> <p>Posiłek nocny: kanapka z twarogiem 50 g (<i>GLU, MLE</i>),</p>
<p>Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2043.44 kcal; Białko ogółem: 109.43 g; Tłuszcz: 59.63 g; Węglowodany ogółem: 296.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 21,1 g; Cukry: 45,7; Błonnik pokarmowy: 42,5 g; Sól: 5,94 g</p>		

Szpital Powiatowy w Kętrzynie		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-11-11 DZIECI (kod:P2) Dieta lekkostrawna		
<p>chleb pszenny 25 g (<i>GLU</i>), Bułka pszenna 80g 1 szt (<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 , roszonek 10 g , dżemik porcjowany 25 g , Herbata czarna bez cukru 250 ml ,</p> <p>II Śniadanie: jabłka 130 g ,</p>	<p>Zupa marchewkowa z ryżem 350 ml (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Naleśniki z twarogiem 400 g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Polewka jogurtowa z jagodami sz 40 ml (<i>MLE</i>), Kompot owocowy b/c 250 ml</p> <p>Podwieczorek: Kisiel truskawkowy 200 ml, Biszkopty bez cukru 15 g (<i>GLU, JAJ</i>),</p>	<p>chleb pszenny 50 g (<i>GLU</i>), Pasta twarogowa z ziołami 30 g (<i>MLE</i>), wędlina drobiowa 30 g (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), roszonek 10 g , Herbata owocowa b/c 250 ml</p>
<p>Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1999.81 kcal; Białko ogółem: 103.84 g; Tłuszcz: 55.64 g; Węglowodany ogółem: 225.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 22,1 g; Cukry: 77,7; Błonnik pokarmowy: 27,5 g; Sól: 4,98 g</p>		
wtorek 2025-11-11 DZIECI (kod: P1) Dieta podstawowa		
<p>Bułka grahamka 90g 1 szt (<i>GLU</i>), pasztet 40 g (<i>GLU, SOJ, SEL</i>), Pasta z soczewicy 30 g , papryka 50 g , roszonek 10 g , gruszka 130 g , Herbata czarna bez cukru 250 ml ,</p> <p>II Śniadanie: serek wiejski 200 g (<i>MLE</i>), dżemik porcjowany 25g,</p>	<p>Zupa ogórkowa z ziemniakami 350 ml (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Naleśniki z twarogiem 400 g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Polewka jogurtowa z jagodami 40 ml (<i>MLE</i>), Kompot owocowy b/c 250 ml</p> <p>Podwieczorek: Kisiel truskawkowy 200 ml, Biszkopty bez cukru 15 g (<i>GLU, JAJ</i>),</p>	<p>chleb pszenny 50 g (<i>GLU</i>), chleb razowy 30 g (<i>GLU</i>), masło extra 10 g (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z ziołami 30 g (<i>MLE</i>), wędlina drobiowa 30 g (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), roszonek 10 g , pomidory 50 g , Herbata owocowa b/c 250 ml ,</p>
<p>Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1975.52 kcal; Białko ogółem: 101.09 g; Tłuszcz: 51.62 g; Węglowodany ogółem: 269.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 22,1 g; Cukry: 78,7; Błonnik pokarmowy: 29,9 g; Sól: 5,01 g</p>		

Szpital Powiatowy w Kętrzynie		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-11-12 (kod:1) Dieta podstawowa		
Zupa mleczna z kaszą manną 320 ml (GLU, MLE), chleb pszenny 50 g (GLU), chleb razowy 30 g (GLU), masło extra 10 g (MLE), ser żółty 30 g (MLE), wędlina drobiowa 30 g (GLU, JAJ, SEL), sałata 10 g , pomidory 50 g , jabłka 120 g , Herbata czarna bez cukru 250 ml ,	Rosół z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), Ryba smażona 150 g (RYB, JAJ, GLU), Ziemniaki gotowane 300 g , Sur. z białej kapusty 150 g , Kompot owocowy b/c 250 ml ,	chleb pszenny 50 g (GLU), chleb razowy 30 g (GLU), masło extra 10 g (MLE), wędlina wieprzowa 30 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), ser biały chudy 30 g (MLE), dżemik porcjowany 25 g , roszponka 10 g , ogórek św. 50 g , Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1943.44 kcal; Białko ogółem: 101.43 g; Tłuszcz: 53.63 g; Węglowodany ogółem: 266.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 23,1 g; Cukry: 55,7; Błonnik pokarmowy: 31,5 g; Sól: 4,94 g		
środa 2025-11-12 (kod:2) Dieta lekkostrawna		
Zupa mleczna z kaszą manną 320 ml (GLU, MLE), chleb pszenny 75 g (GLU), masło extra 10 g (MLE), ser biały chudy 50 g (MLE), wędlina drobiowa 30 g (GLU, JAJ, SEL), sałata 10 g , pomidory 50 g , Jabłko pieczone 120 g , Herbata czarna bez cukru 250 ml ,	Rosół z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), Ryba parowana 150 g (RYB, JAJ, GLU), Ziemniaki gotowane 300 g , Surówka z tartej marchewki 150 g Kompot owocowy b/c 250 ml ,	chleb pszenny 75 g (GLU), masło extra 10 g (MLE), wędlina wieprzowa 30 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), ser biały chudy 60 g (MLE), dżemik porcjowany 25 g , roszponka 10 g , pomidory 50 g , Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1920.30 kcal; Białko ogółem: 108.41 g; Tłuszcz: 43.54 g; Węglowodany ogółem: 283.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 19,1 g; Cukry: 75,1; Błonnik pokarmowy: 28,33 g; Sól: 4,04 g		
środa 2025-11-12 (KOD:3) Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Zupa mleczna z kaszą manną 320 ml (GLU, MLE), chleb pszenny 75 g (GLU), masło extra 10 g (MLE), ser biały chudy 50 g (MLE), wędlina drobiowa 30 g (GLU, JAJ, SEL), sałata 10g , pomidory 50 g , Jabłko pieczone 120 g , Herbata czarna bez cukru 250 ml ,	Rosół z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), Ryba parowana 150 g (RYB), Ziemniaki gotowane 300 g , Surówka z tartej marchewki 150 g , Kompot owocowy b/c 250 ml ,	chleb pszenny 75 g (GLU), masło extra 5 g (MLE), wędlina wieprzowa 30 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), ser biały chudy 60 g (MLE), dżemik porcjowany 25 g , roszponka 10 g , pomidory 50 g , Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1932.67 kcal; Białko ogółem: 108.36 g; Tłuszcz: 43.85 g; Węglowodany ogółem: 289.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 16,15 g; Cukry: 76,33; Błonnik pokarmowy: 26,33 g; Sól: 4,11 g		
środa 2025-11-12 (kod:9) Dieta bogatobiałkowa		
Zupa mleczna z kaszą manną 320 ml (GLU, MLE), chleb pszenny 75 g (GLU), masło extra 10 g (MLE), ser biały chudy 70 g (MLE), wędlina drobiowa 30 g (GLU, JAJ, SEL), Sałata 10 g , pomidory 50 g , Jabłko pieczone 120 g , Herbata czarna bez cukru 250 ml ,	Rosół z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), Ryba parowana 150 g (RYB), Ziemniaki gotowane 300 g , Surówka z tartej marchewki 150 g , Kompot owocowy b/c 250 ml ,	chleb pszenny 75 g (GLU), masło extra 10 g (MLE), wędlina wieprzowa 30 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), ser biały chudy 70 g (MLE), dżemik porcjowany 25 g , roszponka 10 g , pomidory 50 g , Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1956.66 kcal; Białko ogółem: 113.79 g; Tłuszcz: 45.34 g; Węglowodany ogółem: 265.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 19,15 g; Cukry: 76,21; Błonnik pokarmowy: 28,33 g; Sól: 4,14 g		

środa 2025-11-12		(kod:6) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (5 posiłków)
<p>chleb razowy 90 g (<i>GLU</i>), masło extra 5 g (<i>MLE</i>), ser żółty 30 g (<i>MLE</i>), wędlna drobiowa 30 g (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), sałata 10 g , pomidory 50 g , jabłka 120 g , Herbata czarna bez cukru 250 ml,</p> <p>II Śniadanie: Kanapka z serem żółtym 50 g (<i>GLU, MLE</i>),</p>	<p>Rosół z makaronem 350 ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Ryba smażona 150 g (<i>RYB, JAJ, GLU</i>), Ziemniaki gotowane 300 g , Sur. z białej kapusty SZ2 150 g , Kompot owocowy b/c 250 ml ,</p> <p>Podwieczorek: Ciastka zbożowe bez cukru 25 g (<i>GLU</i>), kefir 240 ml (<i>MLE</i>),</p>	<p>chleb razowy 60 g (<i>GLU</i>), masło extra 10 g (<i>MLE</i>), wędlna wieprzowa 30 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), ser biały chudy 30 g (<i>MLE</i>), roszponka 10 g , ogórek św. 50 g , Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<i>GLU, MLE</i>),</p>
<p>Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1942.67 kcal; Białko ogółem: 103.18 g; Tłuszcz: 44.83 g; Węglowodany ogółem: 222.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 23,1 g; Cukry: 56,1; Błonnik pokarmowy: 38,33 g; Sól: 5,04 g</p>		

środa 2025-11-12		(kod:6/K) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6 posiłków)
<p>chleb razowy 90 g (<i>GLU</i>), masło extra 5 g (<i>MLE</i>), ser żółty 30 g (<i>MLE</i>), wędlna drobiowa 30 g (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), sałata 10 g , pomidory 50 g , jabłka 120 g , Herbata czarna bez cukru 250 ml,</p> <p>II Śniadanie: Kanapka z serem żółtym 50 g (<i>GLU, MLE</i>),</p>	<p>Rosół z makaronem 350 ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Ryba smażona 150 g (<i>RYB, JAJ, GLU</i>), Ziemniaki gotowane 300 g , Sur. z białej kapusty 150 g , Kompot owocowy b/c 250 ml</p> <p>Podwieczorek: Ciastka zbożowe bez cukru 25 g (<i>GLU</i>), kefir 240 ml (<i>MLE</i>),</p>	<p>chleb razowy 60 g (<i>GLU</i>), masło extra 10 g (<i>MLE</i>), wędlna wieprzowa 30 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), ser biały chudy 30 g (<i>MLE</i>), roszponka 10 g , ogórek św. 50 g , Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<i>GLU, MLE</i>),</p> <p>Posiłek nocny: sok pomidorowy 240 ml ,</p>
<p>Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1973.87 kcal; Białko ogółem: 115.10 g; Tłuszcz: 45.31 g; Węglowodany ogółem: 249.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 26,15 g; Cukry: 60,33; Błonnik pokarmowy: 42,33 g; Sól: 6,11 g</p>		

Szpital Powiatowy w Kętrzynie		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-11-12		
DZIECI (kod:P2) Dieta lekkostrawna		
<p>chleb pszenny 75 g (<i>GLU</i>), masło extra 10 g (<i>MLE</i>), ser biały chudy 50 g (<i>MLE</i>), wędlna drobiowa 30 g (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), sałata 10 g , Pomidor b/s 50 g , Herbata czarna bez cukru 250 ml ,</p> <p>II Śniadanie: Jabłko pieczone 120 g ,</p>	<p>Rosół z makaronem 350 ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Paluszki rybne SZ 150 g (<i>GLU, RYB</i>), Ziemniaki gotowane 150 g , Surówka z tartej marchewki z jabłkiem 100 g , Kompot owocowy b/c 250 ml ,</p> <p>Podwieczorek: mus owocowy 100 g ,</p>	<p>chleb pszenny 50 g (<i>GLU</i>), masło extra 10 g (<i>MLE</i>), wędlna wieprzowa 30 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), ser biały chudy 30 g (<i>MLE</i>), dżemik porcjowany 25 g , roszponka 10 g , Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<i>GLU, MLE</i>),</p>
<p>Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1935.40 kcal; Białko ogółem: 107.22 g; Tłuszcz: 43.22 g; Węglowodany ogółem: 273.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 15,8 g; Cukry: 74,27, Błonnik pokarmowy: 27,3 g; Sól: 4,26 g</p>		
środa 2025-11-12		
DZIECI (kod: P1) Dieta podstawowa		
<p>Zupa mleczna z kaszą manną 320 ml (<i>GLU, MLE</i>), chleb pszenny 25 g (<i>GLU</i>), chleb razowy 30 g (<i>GLU</i>), masło extra 10 g (<i>MLE</i>), ser żółty 30 g (<i>MLE</i>), wędlna drobiowa 30 g (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), sałata 10 g , pomidory 50 g , Herbata czarna bez cukru 250 ml ,</p> <p>II Śniadanie: jabłka 120 g ,</p>	<p>Rosół z makaronem 350 ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Paluszki rybne 150 g (<i>GLU, RYB</i>), Ziemniaki gotowane 150 g , Sur. z białej kapusty 150 g , Kompot owocowy b/c 250 ml ,</p> <p>Podwieczorek: mus owocowy 100 g ,</p>	<p>chleb pszenny 25 g (<i>GLU</i>), chleb razowy 30 g (<i>GLU</i>), masło extra 10 g (<i>MLE</i>), wędlna wieprzowa 30 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), ser biały chudy 30 g (<i>MLE</i>), dżemik porcjowany 25 g , roszponka 10 g , ogórek św. 50 g , Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<i>GLU, MLE</i>),</p>
<p>Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1963.44 kcal; Białko ogółem: 102.73 g; Tłuszcz: 52.23 g; Węglowodany ogółem: 271.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 24,1 g; Cukry: 57,2, Błonnik pokarmowy: 29,5 g; Sól: 4,43 g</p>		

S

Szpital Powiatowy w Kętrzynie		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-11-13 (kod:1) Dieta podstawowa		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi SZ 250 ml (GLU, MLE), chleb pszenny 50 g (GLU), Bułka grahamka 90g 1 szt (GLU), masło extra 10 g (MLE), Pasta twarogowa z ziołami 70 g (MLE), wędlina wieprzowa 45 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), ogórek św. 50 g , sałata 10 g , banany 130 g , Herbata czarna bez cukru 250 ml ,	Zupa buraczkowa 350 ml (SOJ, MLE, SEL, GOR), Potrawka z piersi kurczaka 200g 200 g (GLU), Mieszanka gotowanych warzyw na parze 180 g, Mizeria z ogórków 100 g (MLE), Ryż brązowy gotowany 200 g , Kompot owocowy b/c 250 ml ,	chleb pszenny 50 g (GLU), chleb razowy 30 g (GLU), masło extra 10 g (MLE), wędlina drobiowa 45 g (GLU, JAJ, SEL), roszponka 10 g , papryka 50 g , Budyń waniliowy bez cukru 200 g (GLU, SOJ, MLE), dżemik porcjowany 25 g, Herbata owocowa b/c 250 ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2036.89 kcal; Białko ogółem: 99.68 g; Tłuszcz: 51.49 g; Węglowodany ogółem: 311.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 19,15 g; Cukry: 60,33, Błonnik pokarmowy: 35,33 g; Sól: 5,11 g		
czwartek 2025-11-13 (kod:2) Dieta lekkostrawna		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250 ml (GLU, MLE), chleb pszenny 50 g (GLU), Bułka pszenna 80g 1 szt (GLU), masło extra 10 g (MLE), Pasta twarogowa z ziołami 70g 70 g (MLE), wędlina wieprzowa 45 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), pomidory 50 g , sałata 10 g , banany 130 g , Herbata czarna bez cukru 250 ml ,	Zupa buraczkowa SZ 350 ml (SOJ, MLE, SEL, GOR), Potrawka z piersi kurczaka 200 g (GLU), Mieszanka gotowanych warzyw na parze 180 g, Ryż biały gotowany 200 g , Kompot owocowy b/c 250 ml ,	chleb pszenny 75 g (GLU), masło extra 10 g (MLE), wędlina drobiowa 45 g (GLU, JAJ, SEL), roszponka 10 g , pomidory 50 g , Budyń waniliowy bez cukru 200 g (GLU, SOJ, MLE), dżemik porcjowany 25 g, wafle ryżowe 36 g (SEZ), Herbata owocowa b/c 250 ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2069.40 kcal; Białko ogółem: 108.19 g; Tłuszcz: 50.77 g; Węglowodany ogółem: 312.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 18,15 g; Cukry: 70,43, Błonnik pokarmowy: 23,33 g; Sól: 5,03 g		
czwartek 2025-11-13 (KOD:3) Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250 ml (GLU, MLE), chleb pszenny 50 g (GLU), Bułka pszenna 80g 1 szt (GLU), masło extra 5 g (MLE), Pasta twarogowa z ziołami 70 g (MLE), wędlina wieprzowa 45 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), pomidory 50 g , sałata 10 g , banany 130 g , Herbata czarna bez cukru 250 ml ,	Zupa buraczkowa 350ml 350 ml (SOJ, MLE, SEL, GOR), Potrawka z piersi kurczaka 200 g (GLU), Mieszanka gotowanych warzyw na parze 180 g, Ryż biały gotowany 200 g , Kompot owocowy b/c 250 ml ,	chleb pszenny 75 g (GLU), masło extra 10 g (MLE), wędlina drobiowa 45 g (GLU, JAJ, SEL), roszponka 10 g , pomidory 50 g , Budyń waniliowy bez cukru 200 g (GLU, SOJ, MLE), dżemik porcjowany 25 g, wafle ryżowe 36 g (SEZ), Herbata owocowa b/c 250 ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2032.00 kcal; Białko ogółem: 108.15 g; Tłuszcz: 46.65 g; Węglowodany ogółem: 272.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 16,65 g; Cukry: 71,23, Błonnik pokarmowy: 22,65 g; Sól: 4,43 g		
czwartek 2025-11-13 (kod:9) Dieta bogatobiałkowa		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250 ml (GLU, MLE), chleb pszenny 25 g (GLU), Bułka pszenna 80g 1 szt (GLU), masło extra 10 g (MLE), Pasta twarogowa z ziołami SZ3 70 g (MLE), wędlina wieprzowa 45 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), pomidory 50 g , sałata 10 g , banany 130 g , Herbata czarna bez cukru 250 ml ,	Zupa buraczkowa 350 ml (SOJ, MLE, SEL, GOR), Potrawka z piersi kurczaka 200 g (GLU), Mieszanka gotowanych warzyw na parze 180 g (MLE), Ryż biały gotowany 200 g , Kompot owocowy b/c 250 ml ,	chleb pszenny 75 g (GLU), masło extra 10 g (MLE), wędlina drobiowa 45 g (GLU, JAJ, SEL), roszponka 10 g , pomidory 50 g , Budyń waniliowy bez cukru 200 g (GLU, SOJ, MLE), dżemik porcjowany 25 g , wafle ryżowe 36 g (SEZ), Herbata owocowa b/c 250 ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2006.15 kcal; Białko ogółem: 116.66 g; Tłuszcz: 42.45 g; Węglowodany ogółem: 358.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 19,45 g; Cukry: 70,78, Błonnik pokarmowy: 21,87 g; Sól: 4,54 g		

czwartek 2025-11-13			(kod:6) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (5 posiłków)
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250 ml (GLU, MLE), chleb razowy 30 g (GLU), Bułka grahamka 90g 1 szt (GLU), masło extra 10 g (MLE), Pasta twarogowa z ziołami 70 g (MLE), wędlina wieprzowa 30 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), ogórek św. 50 g , sałata 10 g , Herbata czarna bez cukru 250 ml , II Śniadanie: banany 130 g , kanapka z wędliną 50 g (GLU),	Zupa buraczkowa 350 ml (SOJ, MLE, SEL, GOR), Potrawka z piersi kurczaka 200 g (GLU) Mieszanka gotowanych warzyw na parze 180 g Mizeria z ogórków 150 g (MLE), Ryż brązowy gotowany 200 g, Kompot owocowy b/c 250 ml , Podwieczorek: kanapka z twarogiem 50 g (GLU, MLE),	chleb razowy 90 g (GLU), masło extra 10 g (MLE), wędlina drobiowa 45 g (GLU, JAJ, SEL), roszponka 10 g , papryka 50 g , Budyń waniliowy bez cukru 200 g (GLU, SOJ, MLE), Herbata owocowa b/c 250 ml ,	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2032.00 kcal; Białko ogółem: 108.15 g; Tłuszcz: 46.65 g; Węglowodany ogółem: 272.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 16,65 g; Cukry: 71,23, Błonnik pokarmowy: 22,65 g; Sól: 4,43 g			
czwartek 2025-11-13			(kod:6/K) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6 posiłków)
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250 ml (GLU, MLE), chleb razowy 30 g (GLU), Bułka grahamka 90g 1 szt (GLU), masło extra 10 g (MLE), Pasta twarogowa z ziołami 70 g (MLE), wędlina wieprzowa 30 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), ogórek św. 50 g , sałata 10 g , Herbata czarna bez cukru 250 ml , II Śniadanie: banany 130 g , kanapka z wędliną 50 g (GLU),	Zupa buraczkowa 350 ml (SOJ, MLE, SEL, GOR), Potrawka z piersi kurczaka 200 g (GLU), Mieszanka gotowanych warzyw na parze 180 g Mizeria z ogórków 150 g (MLE), Ryż brązowy gotowany 200 g, Kompot owocowy b/c 250 ml , Podwieczorek: kanapka z twarogiem 50 g (GLU, MLE),	chleb razowy 90 g (GLU), masło extra 10 g (MLE), wędlina drobiowa 45 g (GLU, JAJ, SEL), roszponka 10 g , papryka 50 g , Budyń waniliowy bez cukru 200 g (GLU, SOJ, MLE), Herbata owocowa b/c 250 ml , Posiłek nocny: sok pomidorowy 240 ml ,	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2043.27 kcal; Białko ogółem: 105.03 g; Tłuszcz: 52.79 g; Węglowodany ogółem: 295.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 22,65 g; Cukry: 75,54, Błonnik pokarmowy: 44,21 g; Sól: 4,98 g			

Szpital Powiatowy w Kętrzynie		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-11-13		
DZIECI (kod:P2) Dieta lekkostrawna		
Bułka pszenna 80g 1 szt (GLU), masło extra 10 g (MLE), Pasta twarogowa z ziołami 30 g (MLE), wędlina wieprzowa 30 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), sałata 10 g , Herbata czarna bez cukru 250 ml , II Śniadanie: banany 10 g ,	Zupa jarzynowa z ryżem białym 350 ml (SOJ, MLE, SEL, GOR), Potrawka z piersi kurczaka 200 g (GLU), Mieszanka gotowanych warzyw na parze 180 g (MLE), Ryż biały gotowany 200 g , Kompot owocowy b/c 250 ml , Podwieczorek: Budyń waniliowy bez cukru 200 g (GLU, SOJ, MLE), dżemik porcjowany 25 g ,	chleb pszenny 50 g (GLU), masło extra 10 g (MLE) wędlina drobiowa 45 g (GLU, JAJ, SEL), rozspanka 10 g , Herbata owocowa b/c 250 ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2013.01 kcal; Białko ogółem: 106.77 g; Tłuszcz: 49.43 g; Węglowodany ogółem: 302.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 17,87 g; Cukry: 69,56, Błonnik pokarmowy: 22,21 g; Sól: 4,11 g		
czwartek 2025-11-13		
DZIECI (kod: P1) Dieta podstawowa		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250 ml (GLU, MLE), Bułka grahamka 90g 1 szt (GLU), masło extra 10 g (MLE), Pasta twarogowa z ziołami 30 g (MLE), wędlina wieprzowa 30 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), ogórek św. 50 g , sałata 10 g , Herbata czarna bez cukru 250 ml , Mandarynka 140 g, II Śniadanie: banany 130 g ,	Zupa buraczkowa 350 ml (SOJ, MLE, SEL, GOR), Potrawka z piersi kurczaka 200 g (GLU) Mieszanka gotowanych warzyw na parze 180 g (Mizeria z ogórków 100 g (MLE), Ryż brązowy gotowany 150 g , Kompot owocowy b/c 250 ml , Podwieczorek: Budyń waniliowy bez cukru 200 g (GLU, SOJ, MLE), dżemik porcjowany 25 g ,	chleb pszenny 30 g (GLU), chleb razowy 30 g (GLU), masło extra 10 g (MLE), wędlina drobiowa 45 g (GLU, JAJ, SEL) rozspanka 10 g , Papryka 50 g, Herbata owocowa b/c 250 ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2059,33 kcal; Białko ogółem: 101.68 g; Tłuszcz: 43.49 g; Węglowodany ogółem: 320.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 19,15 g; Cukry: 60,33, Błonnik pokarmowy: 25,33 g; Sól: 4,23 g		

Szpital Powiatowy w Kętrzynie		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-11-14 (kod:1) Dieta podstawowa		
Jajecznica na parze 105 g (JAJ, MLE), chleb pszenny 50 g (GLU), chleb razowy 30 g (GLU), wędlna wieprzowa 30 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), papryka 50 g , roszponka 10 g , jogurt naturalny 150 ml (MLE), dżemik porcjowany 25 g , jabłka 120 g , Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (GLU,MLE),	Zupa z soczewicą 350 ml (SOJ, MLE,SEL, GOR), Kotlety mielone pieczone 240 g (JAJ), Ziemniaki gotowane 240 g , Surówka z kapusty pekińskiej 150 g , Kompot owocowy b/c 250 ml ,	Ciasto marchewkowe 105 g (GLU,JAJ) chleb pszenny 50 g (GLU), chleb razowy 30 g (GLU), masło extra 5 g (MLE), wędlna drobiowa 45 g (GLU, JAJ, SEL), pomidory 50 g , Kakao 250 ml (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2031.81 kcal; Białko ogółem: 107.96 g; Tłuszcz: 66.14 g; Węglowodany ogółem: 266.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 22,65 g; Cukry: 65,54, Błonnik pokarmowy: 24,21 g; Sól: 4,98 g		
piątek 2025-11-14 (kod:2) Dieta lekkostrawna		
Jajecznica na parze 105 g (JAJ, MLE), chleb pszenny 75 g (GLU), masło extra 5 g (MLE), wędlna wieprzowa 30 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), pomidory 50 g , Roszponka 10 g , jogurt naturalny 150 ml (MLE), dżemik porcjowany 25 g , Jabłko pieczone 120 g , Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (GLU,MLE),	Zupa pomidorowa z ryżem białym 350 ml (SOJ, MLE, SEL, GOR), Kopytka ze szpinakiem 260 g (GLU, JAJ, MLE), Surówka z tartej marchewki 150 g , Kompot owocowy b/c 250 ml ,	Ciasto marchewkowe 105 g (GLU, JAJ), chleb pszenny 50 g (GLU), masło extra 5 g (MLE), wędlna drobiowa 30 g (GLU, JAJ, SEL), pomidory 50 g , Kakao 250 ml (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2069.22 kcal; Białko ogółem: 105.24 g; Tłuszcz: 64.72 g; Węglowodany ogółem: 288.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 25,33 g; Cukry: 69,54, Błonnik pokarmowy: 21,76 g; Sól: 4,54 g		
piątek 2025-11-14 (KOD:3) Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Jajecznica na parze 70 g (JAJ, MLE), chleb pszenny 75 g (GLU), masło extra 5 g (MLE), wędlna wieprzowa 30 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), pomidory 50 g , Roszponka 10 g , jogurt naturalny 150 ml (MLE), dżemik porcjowany 25 g , Jabłko pieczone 120 g , Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (GLU,MLE),	Zupa pomidorowa z ryżem białym 350 ml (SOJ, MLE, SEL, GOR), Kopytka ze szpinakiem 280 g (GLU, JAJ, MLE), Surówka z tartej marchewki 150 g , Kompot owocowy b/c 250 ml ,	Ciasto marchewkowe 105 g (GLU, JAJ), chleb pszenny 50 g (GLU), masło extra 5 g (MLE), wędlna drobiowa 30 g (GLU, JAJ, SEL), pomidory 50 g , Kakao 250 ml (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2017.59 kcal; Białko ogółem: 104.98 g; Tłuszcz: 56.37 g; Węglowodany ogółem: 286.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 21,94 g; Cukry: 77,32, Błonnik pokarmowy: 22,65 g; Sól: 4,01 g		
piątek 2025-11-14 (kod:9) Dieta bogatobiałkowa		
Jajecznica na parze 125 g (JAJ, MLE), chleb pszenny 75 g (GLU), masło extra 5 g (MLE), wędlna wieprzowa 30 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), pomidory 50 g , Roszponka 10 g , jogurt naturalny 150 ml (MLE), dżemik porcjowany 25 g , Jabłko pieczone 120 g , Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (GLU,MLE)	Zupa pomidorowa z ryżem białym 350 ml (SOJ, MLE, SEL, GOR), Kopytka ze szpinakiem 280 g (GLU, JAJ, MLE), Surówka z tartej marchewki 150 g , Kompot owocowy b/c 250 ml ,	Ciasto marchewkowe 105 g (GLU, JAJ), chleb pszenny 50 g (GLU), masło extra 5 g (MLE), wędlna drobiowa 30 g (GLU, JAJ, SEL), pomidory 50 g , Kakao 250 ml (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2079.39 kcal; Białko ogółem: 115.85 g; Tłuszcz: 64.81 g; Węglowodany ogółem: 289.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 25,78 g; Cukry: 75,45, Błonnik pokarmowy: 24,64 g; Sól: 4,31 g		

piątek 2025-11-14		(kod:6) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (5 posiłków)
Jajecznica na parze SZ3 105 g (<i>JAJ, MLE</i>), chleb razowy 60 g (<i>GLU</i>), wędlina wieprzowa 30 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), papryka 50 g , roszponka 10 g, jogurt naturalny 150 ml (<i>MLE</i>), Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<i>GLU, MLE</i>), II Śniadanie: jabłka 120 g ,	Zupa z soczewicą 350 ml (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Kotlety mielone pieczone 240 g (<i>JAJ</i>), Ziemniaki gotowane 240 g , Surówka z kapusty pekińskiej 150 g , Kompot owocowy b/c 250 ml , Podwieczorek: kanapka z wędliną 50 g (<i>GLU</i>),	Ciasto marchewkowe 105 g (<i>GLU, JAJ</i>), chleb razowy 90 g (<i>GLU</i>), masło extra 5 g (<i>MLE</i>), wędlina drobiowa 45 g (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), pomidory 50 g , Kakao 250 ml (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2040.11 kcal; Białko ogółem: 109.92 g; Tłuszcz: 71.03 g; Węglowodany ogółem: 261.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 24,28 g; Cukry: 71,64, Błonnik pokarmowy: 36,66 g; Sól: 5,91 g		
piątek 2025-11-14		(kod:6/K) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6 posiłków)
Jajecznica na parze SZ3 105 g (<i>JAJ, MLE</i>), chleb razowy 60 g (<i>GLU</i>), wędlina wieprzowa 30 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), papryka 50 g , roszponka 10 g , jogurt naturalny 150 ml (<i>MLE</i>), Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<i>GLU, MLE</i>), II Śniadanie: jabłka 120 g ,	Zupa z soczewicą 350 ml (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Kotlety mielone pieczone 240 g (<i>JAJ</i>), Ziemniaki gotowane 240 g , Surówka z kapusty pekińskiej 150 g , Kompot owocowy b/c 250 ml , Podwieczorek: kanapka z wędliną 50 g (<i>GLU</i>),	Ciasto marchewkowe 105 g (<i>GLU, JAJ</i>) chleb razowy 90 g (<i>GLU</i>), masło extra 5 g (<i>MLE</i>), wędlina drobiowa 45 g (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), pomidory 50 g , Kakao 250 ml (<i>MLE</i>), Posiłek nocny: sok pomidorowy 240 ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2083.31 kcal; Białko ogółem: 121.84 g; Tłuszcz: 71.51 g; Węglowodany ogółem: 271.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 23,49 g; Cukry: 72,87, Błonnik pokarmowy: 36,65 g; Sól: 5,91 g		

Szpital Powiatowy w Kętrzynie		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-11-14 DZIECI (kod:P2) Dieta lekkostrawna		
Jajecznica na parze 100 g (JAJ, MLE), chleb pszenny 50 g (GLU), masło extra 5 g (MLE), wędlina wieprzowa 30 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), Pomidor b/s 50 g , roszponka 10 g , dżemik porcjowany 25 g, Herbata owocowa b/c 250 ml , II Śniadanie: jogurt naturalny 150 ml (MLE), Jabłko pieczone 120 g ,	Zupa pomidorowa z ryżem białym 350 ml (SOJ, MLE, SEL, GOR), Kopytka ze szpinakiem 260 g (GLU, JAJ, MLE), Surówka z tartej marchewki 150 g , Kompot owocowy b/c 250 ml , Podwieczorek: chrupki kukurydziane 5 g ,	Ciasto marchewkowe 105 g (GLU, JAJ), chleb pszenny 50 g (GLU), masło extra 5 g (MLE), wędlina drobiowa 30 g (GLU, JAJ, SEL), Kakao 250 ml (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2071.45 kcal; Białko ogółem: 107.32 g; Tłuszcz: 65.62 g; Węglowodany ogółem: 289.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 26,53 g; Cukry: 69,98; Błonnik pokarmowy: 22,16 g; Sól: 4,61 g		
piątek 2025-11-14 DZIECI (kod: P1) Dieta podstawowa		
Jajecznica na parze 105 g (JAJ, MLE), chleb pszenny 25 g (GLU), chleb razowy 30 g (GLU), wędlina wieprzowa 30 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), papryka 50 g , roszponka 10 g , Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE), II Śniadanie: jogurt naturalny 150 ml (MLE), dżemik porcjowany 25 g,	Zupa z soczewicą 350 ml (SOJ, MLE, SEL, GOR) Kopytka ze szpinakiem 260 g (GLU, JAJ, MLE), Surówka z kapusty pekińskiej 150 g , Kompot owocowy b/c 250 ml , Podwieczorek: jabłka 120 g ,	Ciasto marchewkowe 105 g (GLU, JAJ) chleb pszenny 25 g (GLU), chleb razowy 30 g (GLU), masło extra 5 g (MLE), wędlina drobiowa 45 g (GLU, JAJ, SEL), pomidory 50 g , Kakao 250 ml (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2045.12 kcal; Białko ogółem: 109.36 g; Tłuszcz: 68.34 g; Węglowodany ogółem: 269.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 24,81 g; Cukry: 66,66; Błonnik pokarmowy: 25,54 g; Sól: 5,1 g		

Szpital Powiatowy w Kętrzynie		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłki nocny
sobota 2025-11-15 (kod:1) Dieta podstawowa		
chleb pszenny 75 g (GLU), chleb razowy 30 g (GLU), masło extra 10 g (MLE), wędlna wieprzowa 45 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), Pomidory 50 g, roszponka 10 g, serek wiejski 200 g (MLE), dżemik porcjowany 25 g, Kawa zbożowa b/c 250 ml (GLU, MLE), banany 130 g,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350 ml (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pulpety drobiowe pieczone w sosie pomidorowym 155 g (GLU) Ziemniaki gotowane 240 g, Sur. z kapusty czerwonej 150 g, Kompot owocowy b/c 250 ml,	chleb pszenny 50 g (GLU), chleb razowy 30 g (GLU), masło extra 10 g (MLE), wędlna drobiowa 30 g (GLU, JAJ, SEL), jaja kurze gotowane 50 g (JAJ), papryka 50 g, sałata 10 g, Kisiel truskawkowy 200 ml, Pieczywo chrupkie 24 g (GLU), Herbata owocowa b/c 250 ml,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1971.14 kcal; Białko ogółem: 108.69 g; Tłuszcz: 52.30 g; Węglowodany ogółem: 239.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 23,91 g; Cukry: 76,87; Błonnik pokarmowy: 33,41 g; Sól: 5,98 g		
sobota 2025-11-15 (kod:2) Dieta lekkostrawna		
chleb pszenny 75 g (GLU), masło extra 10 g (MLE), wędlna wieprzowa 45 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), pomidory 50 g, roszponka 10 g, serek wiejski 200 g (MLE), dżemik porcjowany 25 g, Kawa zbożowa b/c 250 ml (GLU, MLE), banany 130 g,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350 ml (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pulpety drobiowe pieczone w sosie pomidorowym 155 g (GLU), Ziemniaki gotowane 240 g, Buraczki gotowane 150 g, Kompot owocowy b/c 250 ml,	chleb pszenny 75 g (GLU), masło extra 10 g (MLE), wędlna drobiowa 45 g (GLU, JAJ, SEL), sałata 10 g, Kisiel truskawkowy 200 ml, Pieczywo chrupkie 24 g (GLU), Herbata owocowa b/c 250 ml,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1953.26 kcal; Białko ogółem: 108.89 g; Tłuszcz: 52.93 g; Węglowodany ogółem: 223.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 24,11 g; Cukry: 76,59; Błonnik pokarmowy: 29,33 g; Sól: 5,34 g		
sobota 2025-11-15 (KOD:3) Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
chleb pszenny 100 g (GLU), masło extra 5 g (MLE), wędlna wieprzowa 45 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), pomidory 50 g, roszponka 10 g, serek wiejski 200 g (MLE), dżemik porcjowany 25 g, Kawa zbożowa b/c 250 ml (GLU, MLE), banany 130 g,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350 ml (SOJ, MLE, SEL, GOR) Pulpety drobiowe pieczone w sosie pomidorowym 155 g (GLU), Ziemniaki gotowane 240 g, Buraczki gotowane 150 g, Kompot owocowy b/c 250 ml,	chleb pszenny 75 g (GLU), masło extra 5 g (MLE), wędlna drobiowa 45 g (GLU, JAJ, SEL), sałata 10 g, Kisiel truskawkowy 200 ml, Pieczywo chrupkie 24 g (GLU), Herbata owocowa b/c 250 ml,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1985.88 kcal; Białko ogółem: 109.41 g; Tłuszcz: 52.74 g; Węglowodany ogółem: 229.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 24,89 g; Cukry: 68,95; Błonnik pokarmowy: 41,83 g; Sól: 5,54 g		
sobota 2025-11-15 (kod:9) Dieta bogatobiałkowa		
chleb pszenny 75 g (GLU), masło extra 10 g (MLE) wędlna wieprzowa 45 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), pomidory 50 g, roszponka 10 g, serek wiejski 200 g (MLE), dżemik porcjowany 25 g, Kawa zbożowa b/c 250 ml (GLU, MLE), banany 130 g,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350 ml (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pulpety drobiowe pieczone w sosie pomidorowym 185 g (GLU), Ziemniaki gotowane 200 g, Buraczki gotowane 150 g, Kompot owocowy b/c 250 ml,	chleb pszenny 75 g (GLU), masło extra 10 g (MLE), wędlna drobiowa 45 g (GLU, JAJ, SEL), sałata 10 g, Kisiel truskawkowy 200 ml, Pieczywo chrupkie 24 g (GLU), Herbata owocowa b/c 250 ml,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1977.12 kcal; Białko ogółem: 101.60 g; Tłuszcz: 54.15 g; Węglowodany ogółem: 226.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 24,56 g; Cukry: 74,43; Błonnik pokarmowy: 28,63 g; Sól: 5,78 g		

sobota 2025-11-15		(kod:6) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (5 posiłków)
<p>chleb razowy 90 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 , roszponka 10 g , Kawa zbożowa b/c 250 ml (<i>GLU, MLE</i>),</p> <p>II Śniadanie: serek wiejski 200 g (<i>MLE</i>), banany 130 g ,</p>	<p>Zupa jarzynowa z ziemniakami 350 ml (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pulpety drobiowe pieczone w sosie pomidorowym 155 g (<i>GLU</i>), Ziemniaki gotowane 200 g , Sur. z kapusty czerwonej 150 g , Kompot owocowy b/c 250 ml</p> <p>Podwieczorek: Pieczywo chrupkie 24 g (<i>GLU</i>),</p>	<p>chleb razowy 90 g (<i>GLU</i>), masło extra 10 g (<i>MLE</i>), wędlina drobiowa 45 g (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), jajo kurze gotowane 50 g (<i>JAJ</i>), papryka 50 g , sałata 10 g , Kisiel truskawkowy 150 ml, Herbata owocowa b/c 250 ml ,</p>
<p>Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1985.88 kcal; Białko ogółem: 109.41 g; Tłuszcz: 52.74 g; Węglowodany ogółem: 229.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 24,89 g; Cukry: 68,95, Błonnik pokarmowy: 41,83 g; Sól: 5,54 g</p>		

Strona: 1 z 2

sobota 2025-11-15		(kod:6/K) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6 posiłków)
<p>chleb razowy 90 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 , roszponka 10 g , Kawa zbożowa b/c 250 ml (<i>GLU, MLE</i>),</p> <p>II Śniadanie: serek wiejski 200 g (<i>MLE</i>), banany 130 g ,</p>	<p>Zupa jarzynowa z ziemniakami 350 ml (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pulpety drobiowe pieczone w sosie pomidorowym 155 g (<i>GLU</i>), Ziemniaki gotowane 200 g , Sur. z kapusty czerwonej 150 g , Kompot owocowy b/c 250 ml ,</p> <p>Podwieczorek: Pieczywo chrupkie 24 g (<i>GLU</i>),</p>	<p>chleb razowy 90 g (<i>GLU</i>), masło extra 10 g (<i>MLE</i>), wędlina drobiowa 45 g (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), jajo kurze gotowane 50 g (<i>JAJ</i>), papryka 50 g , sałata 10 g , Kisiel truskawkowy 150 ml, Herbata owocowa b/c 250 ml ,</p> <p>Posiłek nocny: kanapka z wędliną 50 g (<i>GLU</i>),</p>
<p>Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1998.88 kcal; Białko ogółem: 112.16 g; Tłuszcz: 55.60 g; Węglowodany ogółem: 234.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 25,45 g; Cukry: 70,98, Błonnik pokarmowy: 47,68 g; Sól: 5,88 g</p>		

Strona: 2 z 2

Szpital Powiatowy w Kętrzynie		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-11-16 (kod:1) Dieta podstawowa		
chleb przenny 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>), ser biały chudy 60 g (<i>MLE</i>), papryka 50 g , roszponka 10 g , jogurt naturalny 150 ml (<i>MLE</i>), mandarynka 140 g , Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 350 ml (<i>MLE</i>), Gulasz wieprzowy duszony ze schabu 150 g (<i>GLU</i>), Kasza gryczana 200 g, Kasza szparagowa gotowana 100 g, Marchew duszona 100 g , Kompot owocowy b/c 250 ml ,	Ryż z pieczonym z jabłkiem 410 g (<i>MLE</i>), 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>), ogórek św. 50 g , roszponka 10 g , Herbata czarna bez cukru 250 ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2009.20 kcal; Białko ogółem: 100.96 g; Tłuszcz: 56.80 g; Węglowodany ogółem: 245.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 22,45 g; Cukry: 70,98, Błonnik pokarmowy: 37,68 g; Sól: 4,88 g		
niedziela 2025-11-16 (kod:2) Dieta lekkostrawna		
chleb przenny 100 g (<i>GLU</i>), masło extra 10 g (<i>MLE</i>) wędlina wieprzowa 30 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), ser biały chudy 60 g (<i>MLE</i>), pomidory 50 g , roszponka 10 g , jogurt naturalny 150 ml (<i>MLE</i>), mandarynka 140 g , Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<i>GLU, MLE</i>),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 350 ml (<i>MLE</i>), Gulasz wieprzowy duszony ze schabu 150 g (<i>GLU</i>), Kasza jęczmienna 200 g (<i>GLU</i>), Fasolka szparagowa gotowana 100 g , Marchew duszona 100 g , Kompot owocowy b/c 250 ml ,	Ryż z pieczonym z jabłkiem 410 g (<i>MLE</i>), chleb pszenny 75 g (<i>GLU</i>), masło extra 10 g (<i>MLE</i>), wędlina drobiowa 45 g (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), roszponka 10 g , Herbata czarna bez cukru 250 ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2005.33 kcal; Białko ogółem: 101.48 g; Tłuszcz: 50.70 g; Węglowodany ogółem: 237.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 27,65 g; Cukry: 70,98, Błonnik pokarmowy: 28,98 g; Sól: 4,35 g		
niedziela 2025-11-16 (KOD:3) Dieta lekkostrawna ograniczeniem tłuszczu		
chleb przenny 100 g (<i>GLU</i>), masło extra 5 g (<i>MLE</i>), wędlina wieprzowa 30 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), ser biały chudy 60 g (<i>MLE</i>), pomidory 50 g , roszponka 10 g , jogurt naturalny 150 ml (<i>MLE</i>), mandarynka 140 g , Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<i>GLU, MLE</i>),	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350 ml (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Gulasz wieprzowy duszony ze schabu 150 g (<i>GLU</i>), Kasza jęczmienna 200 g (<i>GLU</i>), Marchew gotowana 150 g , Kompot owocowy b/c 250 ml ,	Ryż z pieczonym z jabłkiem 410 g (<i>MLE</i>), 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 , Herbata czarna bez cukru 250 ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2008.29 kcal; Białko ogółem: 102.29 g; Tłuszcz: 43.46 g; Węglowodany ogółem: 233.65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 17,76 g; Cukry: 75,98, Błonnik pokarmowy: 29,99 g; Sól: 4,23 g		
niedziela 2025-11-16 Dieta: DIETA BOGATOBIAŁKOWA		
chleb przenny 75 g (<i>GLU</i>), masło extra 5 g (<i>MLE</i>), wędlina wieprzowa 30 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), ser biały chudy 60 g (<i>MLE</i>), pomidory 50 g , roszponka 10 g , jogurt naturalny 150 ml (<i>MLE</i>), mandarynka 140 g , Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<i>GLU, MLE</i>),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 350 ml (<i>MLE</i>), Gulasz wieprzowy duszony ze schabu 150 g (<i>GLU</i>), Kasza jęczmienna 200 g (<i>GLU</i>), Fasolka szparagowa gotowana 100 g , Marchew duszona SZ 100 g , Kompot owocowy b/c 250 ml ,	Ryż z pieczonym z jabłkiem 410 g (<i>MLE</i>), chleb pszenny 75 g (<i>GLU</i>), masło extra 10 g (<i>MLE</i>), wędlina drobiowa 45 g (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), roszponka 10 g , Herbata czarna bez cukru 250 ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2013.43 kcal; Białko ogółem: 111.32 g; Tłuszcz: 55.52 g; Węglowodany ogółem: 273.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 27,45 g; Cukry: 75,66, Błonnik pokarmowy: 29,91 g; Sól: 4,03 g		

niedziela 2025-11-16		(kod:6) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (5 posiłków)
<p>chleb razowy 90 g (<i>GLU</i>), masło extra 10 g (<i>MLE</i>), wędlina wieprzowa 30 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), ser biały chudy 30 g (<i>MLE</i>), papryka 50 g , roszponka 10 g , Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<i>GLU, MLE</i>),</p> <p>II Śniadanie: jogurt naturalny 150 ml (<i>MLE</i>), mandarynka 140 g ,</p>	<p>Zupa kalafiorowa z ziemniakami 350 ml (<i>MLE</i>), Gulasz wieprzowy duszony ze schabu 150 g (<i>GLU</i>), Kasza gryczana 200 g , Fasolka szparagowa gotowana 100 g , Sur. z białej kapusty 100 g , Kompot owocowy b/c 250 ml ,</p> <p>Podwieczorek: kanapka z twarogiem 50 g (<i>GLU, MLE</i>),</p>	<p>Ryż z pieczonym z jabłkiem 410 g (<i>MLE</i>), chleb razowy 60 g (<i>GLU</i>), masło extra 10 g (<i>MLE</i>), wędlina drobiowa 45 g (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), ogórek św. 50 g , roszponka 10 g , Herbata czarna bez cukru 250 ml ,</p>
<p>Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2018.41 kcal; Białko ogółem: 106.54 g; Tłuszcz: 61.92 g; Węglowodany ogółem: 240.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 24,15 g; Cukry: 72,34, Błonnik pokarmowy: 43,11 g; Sól: 4,53 g</p>		

niedziela 2025-11-16		(kod:6/K) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6 posiłków)
<p>chleb razowy 90 g (<i>GLU</i>), masło extra 10 g (<i>MLE</i>), wędlina wieprzowa 30 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), ser biały chudy 30 g (<i>MLE</i>), papryka 50 g , roszponka 10 g , Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<i>GLU, MLE</i>),</p> <p>II Śniadanie: jogurt naturalny 150 ml (<i>MLE</i>), mandarynka 140 g ,</p>	<p>Zupa kalafiorowa z ziemniakami 350 ml (<i>MLE</i>), Gulasz wieprzowy duszony ze schabu 150 g (<i>GLU</i>), Kasza gryczana 200 g , Fasolka szparagowa gotowana 100 g , Sur. z białej kapusty 100 g , Kompot owocowy b/c 250 ml ,</p> <p>Podwieczorek: kanapka z twarogiem 50 g (<i>GLU, MLE</i>),</p>	<p>Ryż z pieczonym z jabłkiem 410 g (<i>MLE</i>), chleb razowy 60 g (<i>GLU</i>), masło extra 10 g (<i>MLE</i>), wędlina drobiowa 45 g (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), ogórek św. 50 g , roszponka 10 g , Herbata czarna bez cukru 250 ml ,</p> <p>Posiłek nocny: kanapka z wędliną 50 g (<i>GLU</i>),</p>
<p>Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2095.41 kcal; Białko ogółem: 109.29 g; Tłuszcz: 64.78 g; Węglowodany ogółem: 303.73 g; ; Kwasy tłuszczowe nasycone: 24,16 g; Cukry: 78,98, Błonnik pokarmowy: 43,69 g; Sól: 4,93 g</p>		

Szpital Powiatowy w Kętrzynie		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-11-16		
DZIECI (kod:P2) Dieta lekkostrawna		
chleb przenny 50 g (<i>GLU</i>), masło extra 5 g (<i>MLE</i>), wędlina wieprzowa 30 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), ser biały chudy 30 g (<i>MLE</i>), Pomidor b/s 50 g , roszonek 10 g , Herbata owocowa b/c 250 ml , II Śniadanie: jogurt naturalny 150 ml (<i>MLE</i>),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 350 ml(<i>MLE</i>), Gulasz wieprzowy duszony ze schabu 150 g (<i>GLU</i>), Kasza jęczmienna 160 g (<i>GLU</i>), Marchew duszona 100 g , Kompot owocowy b/c 250 ml , Podwieczorek: mus owocowy 100g ,	Ryż z pieczonym jabłkiem 250 g(<i>MLE</i>), chleb pszenny 50 g (<i>GLU</i>), masło extra 10 g (<i>MLE</i>), wędlina drobiowa 30 g (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), roszonek 10 g , Herbata czarna bez cukru 250 ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2002.91 kcal; Białko ogółem: 100.03 g; Tłuszcz: 50.34 g; Węglowodany ogółem: 231.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 26,95 g; Cukry: 69,44; Błonnik pokarmowy: 27,32 g; Sól: 4,15 g		
niedziela 2025-11-16		
DZIECI (kod: P1) Dieta podstawowa		
chleb przenny 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 biały chudy 60 g (<i>MLE</i>), papryka 50 g , roszonek 10 g , Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<i>GLU, MLE</i>), II Śniadanie: jogurt naturalny 150 ml (<i>MLE</i>), mandarynka 140 g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 350 ml (<i>MLE</i>), Gulasz wieprzowy duszony ze schabu 150 g (<i>GLU</i>), Kasza gryczana 160 g , Fasolka szparagowa gotowana 100 g , Marchew duszona 100 g , Kompot owocowy b/c 250 ml , Podwieczorek: mus owocowy 100 g ,	Ryż z pieczonym jabłkiem 250 g(<i>MLE</i>), chleb pszenny 25 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>), ogórek św. 50 g , roszonek 10 g , Herbata czarna bez cukru 250 ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2019.20 kcal; Białko ogółem: 102.96 g; Tłuszcz: 57.56 g; Węglowodany ogółem: 247.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 23,61 g; Cukry: 71,67; Błonnik pokarmowy: 37,59 g; Sól: 4,91 g		