

SZPITAL POWIATOWY W KĘTRZYNIE - JADŁOSPIS 11-17.12.2023 r.

SZPITAL POWIATOWY W KĘTRZYNIE - JADŁOSPIS PONIEDZIAŁEK 11.12.2023 r.

	(kod: 1) Dieta podstawowa	(kod: 2) Dieta lekkostrawna	(kod: 3) Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu	(kod: 6) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (5 posiłków)
Śniadanie	- Chleb razowy (gluten) - 30 g - Chleb pszenny – 50 g - Masło ekstra (z mleka) - 10 g - Wędlina drobiowa – 30 g - Ser żółty (mleko) – 30 g - Roszponka – 15 g - Pomidor – 50 g - Jogurt naturalny (mleko) – 150 g - Gruszka – 160 g - Kawa zbożowa z mlekiem (składniki: woda, mleko 2% tłuszczu, kawa zbożowa (gluten)) – 250 ml	- Chleb pszenny (gluten) - 75 g - Masło ekstra (z mleka) - 10 g - Wędlina drobiowa – 30 g - Ser żółty (mleko) – 40 g - Roszponka – 15 g - Pomidor – 50 g - Jogurt naturalny (mleko) – 150 g - Banan – 120 g - Kawa zbożowa z mlekiem (składniki: woda, mleko 2% tłuszczu, kawa zbożowa (gluten)) – 200 ml	- Chleb pszenny (gluten) - 100 g - Masło ekstra (z mleka) - 5 g - Wędlina drobiowa – 30 g - Ser żółty (mleko) – 40 g - Roszponka – 15 g - Pomidor – 50 g - Jogurt naturalny (mleko) – 150 g - Banan – 120 g - Kawa zbożowa z mlekiem (składniki: woda, mleko 2% tłuszczu, kawa zbożowa (gluten)) – 200 ml	- Chleb razowy (gluten) - 90 g - Masło ekstra (z mleka) - 10 g - Wędlina drobiowa – 30 g - Ser żółty (mleko) – 40 g - Roszponka – 15 g - Pomidor – 50 g - Jogurt naturalny (mleko) – 150 g - Gruszka – 160 g - Kawa zbożowa z mlekiem (składniki: woda, mleko 2% tłuszczu, kawa zbożowa (gluten)) – 250 ml
II śniadanie	-	-	-	Kanapka z wędliną drobiową: - Chleb razowy – 30 g - Masło ekstra (z mleka) – 2 g - Wędlina drobiowa - 15 g
Obiad	- Zupa marchewkowa z ryżem (składniki: woda, ryż biały, marchew, pietruszka, seler, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziółowy) – 350 ml - Pulpet drobiowy duszony w sosie koperkowym (składniki: mięso drobiowe, jaja kurze całe, jogurt typu greckiego (mleko), bułka tarta (gluten), koperek, pieprz ziółowy, zioła prowansalskie) – 200 g - Ziemniaki gotowane - 200 g - Surówka z tartych buraków (składniki: buraki, olej rzepakowy, sok z cytryny) – 150 g - Kompot owocowy bez cukru – 250 ml	- Zupa marchewkowa z ryżem (składniki: woda, ryż biały, marchew, pietruszka, seler, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziółowy) – 350 ml - Pulpet drobiowy duszony w sosie koperkowym (składniki: mięso drobiowe, jaja kurze całe, jogurt typu greckiego (mleko), bułka tarta (gluten), koperek, pieprz ziółowy, zioła prowansalskie) – 200 g - Ziemniaki gotowane - 200 g - Surówka z tartych buraków (składniki: buraki, olej rzepakowy, sok z cytryny) – 150 g - Kompot owocowy bez cukru – 250 ml	- Zupa marchewkowa z ryżem (składniki: woda, ryż biały, marchew, pietruszka, seler, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziółowy) – 350 ml - Pulpet drobiowy duszony w sosie koperkowym (składniki: mięso drobiowe, jaja kurze całe, jogurt typu greckiego (mleko), bułka tarta (gluten), koperek, pieprz ziółowy, zioła prowansalskie) – 200 g - Ziemniaki gotowane - 200 g - Surówka z tartych buraków (składniki: buraki, olej rzepakowy, sok z cytryny) – 150 g - Kompot owocowy bez cukru – 250 ml	- Zupa marchewkowa z ryżem (składniki: woda, ryż brązowy, marchew, pietruszka, seler, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziółowy) – 350 ml - Pulpet drobiowy duszony w sosie koperkowym (składniki: mięso drobiowe, jaja kurze całe, jogurt typu greckiego (mleko), bułka tarta (gluten), koperek, pieprz ziółowy, zioła prowansalskie) – 200 g - Ziemniaki gotowane - 200 g - Gotowana marchew – 150 g - Kompot owocowy bez cukru – 250 ml
Podwieczorek	-	-	-	- Pieczywo chrupkie żytnie (gluten) – 24 g - Sok pomidorowy – 240 ml
Kolacja	- Chleb razowy (gluten) – 30 g - Chleb pszenny (gluten) – 50 g - Masło ekstra (z mleka) – 5 g - Wędlina wieprzowa – 45 g - Ogórek – 50 g - Sałata masłowa – 10 g - Ciasto drożdżowe (składniki: mąka pszenna (gluten), mleko 2% tłuszczu, jaja, cukier, drożdże, olej rzepakowy) – 100 g - Herbata owocowa bez cukru – 250 ml	- Chleb pszenny (gluten) – 75 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Wędlina wieprzowa – 45 g - Pomidor – 50 g - Sałata masłowa – 10 g - Ciasto drożdżowe (składniki: mąka pszenna (gluten), mleko 2% tłuszczu, jaja, cukier, drożdże, olej rzepakowy) – 100 g - Herbata owocowa bez cukru – 250 ml	- Chleb pszenny (gluten) – 75 g - Masło ekstra (z mleka) – 5 g - Wędlina wieprzowa – 45 g - Pomidor – 50 g - Sałata masłowa – 10 g - Ciasto drożdżowe (składniki: mąka pszenna (gluten), mleko 2% tłuszczu, jaja, cukier, drożdże, olej rzepakowy) – 100 g - Herbata owocowa bez cukru – 250 ml	- Chleb razowy (gluten) – 90 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Wędlina drobiowa – 45 g - Ogórek – 50 g - Sałata masłowa – 10 g - Herbata owocowa bez cukru – 250 ml
Posiłek nocny	-	-	-	-
Wartości odżywcze dobowe	Energia: 2015,2 kcal Białko: 101,2 g Tłuszcz: 63,8 g Węglowodany: 273,8 g Błonnik pokarmowy: 29,5 g Nasycone kwasy tłuszczowe: 24,7 g Cukry: 59,7 g Sól: 4,97 g	Energia: 1975,9 kcal Białko: 107,2 g Tłuszcz: 57,7 g Węglowodany: 269,4 g Błonnik pokarmowy: 24,3 g Nasycone kwasy tłuszczowe: 21,3 g Cukry: 66,5 g Sól: 4,96 g	Energia: 1965,6 kcal Białko: 109,3 g Tłuszcz: 49,8 g Węglowodany: 282,9 g Błonnik pokarmowy: 25 g Nasycone kwasy tłuszczowe: 15,9 g Cukry: 66,5 g Sól: 5,21 g	Energia: 1943 kcal Białko: 97,2 g Tłuszcz: 64,9 g Węglowodany: 263,9 g Błonnik pokarmowy: 46,5 g Nasycone kwasy tłuszczowe: 25,1 g Cukry: 58,1 g Sól: 7,05 g

SZPITAL POWIATOWY W KĘTRZYNIE - JADŁOSPIS PONIEDZIAŁEK 11.12.2023 r.

	(kod: 6/K) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6 posiłków)			
I śniadanie	- Chleb razowy (gluten) - 90 g - Masło ekstra (z mleka) - 10 g - Wędlina drobiowa – 30 g - Ser żółty (mleko) – 30 g - Roszponka – 15 g - Pomidor – 50 g - Jogurt naturalny (mleko) – 150 g - Gruszka – 160 g - Kawa zbożowa z mlekiem (składniki: woda, mleko 2% tłuszczu, kawa zbożowa (gluten)) – 250 ml			
II śniadanie	Kanapka z wędliną drobiową: - Chleb razowy – 30 g - Masło ekstra (z mleka) – 2 g - Wędlina drobiowa - 15 g			
Obiad	- Zupa marchewkowa z ryżem (składniki: woda, ryż brązowy, marchew, pietruszka, seler , ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziółowy) – 350 ml - Pulpet drobiowy duszony w sosie koperkowym (składniki: mięso drobiowe, jaja kurze całe, jogurt typu greckiego (mleko), bułka tarta (gluten), koperek, pieprz ziółowy, zioła prowansalskie) – 200 g - Ziemniaki gotowane - 200 g - Gotowana marchew – 150 g - Kompot owocowy bez cukru – 250 ml			
Podwieczorek	- Pieczywo chrupkie żytnie (gluten) – 24 g - Sok pomidorowy – 240 ml			
Kolacja	- Chleb razowy (gluten) – 60 g - Masło ekstra (z mleka) – 5 g - Wędlina drobiowa – 30 g - Ogórek – 50 g - Sałata masłowa – 10 g - Herbata owocowa bez cukru – 250 ml			
Posiłek nocny	Kanapka z serem żółtym: - Chleb razowy (gluten) – 30 g - Masło ekstra (mleko) – 2 g - Ser żółty (mleko) – 15 g			
Wartości odżywcze dobowe	Energia: 1954,7 kcal Białko: 98,1 g Tłuszcz: 65,9 g Węglowodany: 263,8 g Błonnik pokarmowy: 46,5 g Nasycone kwasy tłuszczowe: 25,6 g Cukry: 58,1 g Sól: 7,13 g			

SZPITAL POWIATOWY W KĘTRZYNIE - JADŁOSPIS WTOREK 12.12.2023 r.

	(kod: 1) Dieta podstawowa	(kod: 2) Dieta lekkostrawna	(kod: 3) Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu	(kod: 6) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (5 posiłków)
Śniadanie	- Kasza manna na mleku – (składniki: kasza manna (gluten), mleko 2% tłuszczu) – 250 ml - Chleb pszenny (gluten) - 50 g - Chleb razowy (gluten) - 30 g - Pasta jajeczna (składniki: jaja kurze całe, ser twarogowy (mleko), pieprz ziołowy – 100 g - Sałata masłowa – 10 g - Ogórek – 50 g - Herbata czarna bez cukru – 250 ml	- Kasza manna na mleku – (składniki: kasza manna (gluten), mleko 2% tłuszczu) – 200 ml - Chleb pszenny (gluten) - 60 g - Pasta jajeczna (składniki: jaja kurze całe, ser twarogowy (mleko), jogurt typu greckiego (mleko), pieprz ziołowy – 100 g - Sałata masłowa – 15 g - Pomidor – 50 g - Herbata czarna bez cukru – 250 ml	- Kasza manna na mleku – (składniki: kasza manna (gluten), mleko 2% tłuszczu) – 200 ml - Chleb pszenny (gluten) - 75 g - Pasta jajeczna (składniki: jaja kurze całe, ser twarogowy (mleko), jogurt typu greckiego (mleko), pieprz ziołowy – 75 g - Sałata masłowa – 15 g - Pomidor – 50 g - Herbata czarna bez cukru – 250 ml	- Kasza manna na mleku – (składniki: kasza manna (gluten), mleko 2% tłuszczu) – 200 ml - Chleb razowy (gluten) - 90 g - Pasta jajeczna (składniki: jaja kurze całe, ser twarogowy (mleko), pieprz ziołowy – 100 g - Sałata masłowa – 10 g - Pomidor – 50 g - Herbata czarna bez cukru – 250 ml
II śniadanie	-	-	-	Kanapka z wędliną: - Chleb razowy – 30 g - Masło ekstra (z mleka) – 2 g - Wędlina drobiowa - 15 g
Obiad	- Zupa krem z dynią (składniki: dynia, ziemniaki, woda, marchew, pietruszka, seler, jogurt typu greckiego (mleko), pieprz ziołowy) – 350 ml - Groszek ptysiowy (gluten, jaja) – 20 g - Kopytka ze szpinakiem gotowane (składniki: ziemniaki, ser twarogowy chudy (z mleka), mąka pszenna (gluten), szpinak, jaja kurze, olej rzepakowy) – 300 g - Surówka z tartej marchewki z jabłkiem (składniki: marchew, jabłko, olej rzepakowy, sok z cytryny) – 200 g - Kompot owocowy bez cukru – 250 ml	- Zupa krem z dynią (składniki: dynia, ziemniaki, woda, marchew, pietruszka, seler, jogurt typu greckiego (mleko), pieprz ziołowy) – 350 ml - Groszek ptysiowy (gluten, jaja) – 20 g - Kopytka ze szpinakiem gotowane (składniki: ziemniaki, ser twarogowy chudy (z mleka), mąka pszenna (gluten), szpinak, jaja kurze, olej rzepakowy) – 300 g - Surówka z tartej marchewki z jabłkiem (składniki: marchew, jabłko, olej rzepakowy, sok z cytryny) – 200 g - Kompot owocowy bez cukru – 250 ml	- Zupa krem z dynią (składniki: dynia, ziemniaki, woda, marchew, pietruszka, seler, jogurt typu greckiego (mleko), pieprz ziołowy) – 350 ml - Groszek ptysiowy (gluten, jaja) – 20 g - Kopytka ze szpinakiem gotowane (składniki: ziemniaki, ser twarogowy chudy (z mleka), mąka pszenna (gluten), szpinak, jaja kurze, olej rzepakowy) – 300 g - Surówka z tartej marchewki z jabłkiem (składniki: marchew, jabłko, olej rzepakowy, sok z cytryny) – 200 g - Kompot owocowy bez cukru – 250 ml	- Zupa krem z dynią (składniki: dynia, ziemniaki, woda, marchew, pietruszka, seler, jogurt typu greckiego (mleko), pieprz ziołowy) – 350 ml - Groszek ptysiowy (gluten, jaja) – 20 g - Kopytka ze szpinakiem gotowane (składniki: ziemniaki, ser twarogowy chudy (z mleka), mąka pełnoziarnista (gluten), szpinak, jaja kurze, olej rzepakowy) – 300 g - Surówka z tartej marchewki z jabłkiem (składniki: marchew, jabłko, olej rzepakowy, sok z cytryny) – 200 g - Kompot owocowy bez cukru – 250 ml
Podwieczorek	-	-	-	- Jogurt naturalny (mleko) – 150 g - Pieczywo chrupkie żytnie (gluten) – 24 g
Kolacja	- Chleb pszenny (gluten) – 50 g - Chleb razowy (gluten) – 30 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Wędlina wieprzowa – 45 g - Sałata masłowa – 10 g - Pomidor – 50 g - Kisiel owocowy (składniki: woda, truskawki, mąka ziemniaczana) – 200 g - Jogurt naturalny (mleko) – 150 g - Herbata owocowa bez cukru – 250 ml	- Chleb pszenny (gluten) – 75 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Wędlina wieprzowa – 45 g - Sałata masłowa – 10 g - Pomidor – 50 g - Kisiel owocowy (składniki: woda, truskawki, mąka ziemniaczana) – 200 g - Jogurt naturalny (mleko) – 150 g - Herbata owocowa bez cukru – 250 ml	- Chleb pszenny (gluten) – 75 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Wędlina wieprzowa – 45 g - Sałata masłowa – 10 g - Pomidor – 50 g - Kisiel owocowy (składniki: woda, truskawki, mąka ziemniaczana) – 200 g - Jogurt naturalny (mleko) – 150 g - Herbata owocowa bez cukru – 250 ml	- Chleb razowy (gluten) – 60 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Wędlina wieprzowa – 30 g - Pomidor – 50 g - Kisiel truskawkowy (składniki: woda, truskawki, mąka ziemniaczana) – 200 ml - Herbata owocowa – 250 ml
Posiłek nocny	-	-	-	-
Wartości odżywcze dobowe	Energia: 2072,1 kcal Białko: 88,2 g Tłuszcz: 63 g Węglowodany: 302,6 g Błonnik pokarmowy: 28,5 g Nasycone kwasy tłuszczowe: 24 g Cukry: 49,6 g Sól: 3,86 g	Energia: 1991,3 kcal Białko: 87,7 g Tłuszcz: 58,4 g Węglowodany: 291,4 g Błonnik pokarmowy: 24,7 g Nasycone kwasy tłuszczowe: 21,2 g Cukry: 49,4 g Sól: 3,57 g	Energia: 1932,8 kcal Białko: 86,2 g Tłuszcz: 49,2 g Węglowodany: 299,3 g Błonnik pokarmowy: 25,1 g Nasycone kwasy tłuszczowe: 15,3 g Cukry: 49,3 g Sól: 3,7 g	Energia: 2182,8 kcal Białko: 91,3 g Tłuszcz: 66,2 g Węglowodany: 328,9 g Błonnik pokarmowy: 48,6 g Nasycone kwasy tłuszczowe: 25,1 g Cukry: 51,9 g Sól: 4,09 g

SZPITAL POWIATOWY W KĘTRZYNIE - JADŁOSPIS WTOREK 12.12.2023 r.

	(kod: 6/K) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6 posiłków)			
Śniadanie	- Chleb razowy (gluten) - 90 g - Pasta jajeczna (składniki: jaja kurze całe, ser twarogowy (mleko), pieprz ziołowy – 100 g - Sałata masłowa – 10 g - Pomidor – 50 g - Herbata czarna bez cukru – 250 ml			
II śniadanie	Kanapka z wędliną: - Chleb razowy – 30 g - Masło ekstra (z mleka) – 2 g - Wędlina drobiowa - 15 g			
Obiad	- Zupa krem z dynią (składniki: dynia, ziemniaki, woda, marchew, pietruszka, seler , jogurt typu greckiego (mleko), pieprz ziołowy) – 350 ml - Groszek ptysiowy (gluten, jaja) – 20 g - Kopytka ze szpinakiem gotowane (składniki: ziemniaki, ser twarogowy chudy (z mleka), mąka pełnoziarnista (gluten), szpinak, jaja kurze, olej rzepakowy) – 300 g - Surówka z tartej marchewki z jabłkiem (składniki: marchew, jabłko, olej rzepakowy, sok z cytryny) – 200 g - Kompot owocowy bez cukru – 250 ml			
Podwieczorek	- Jogurt naturalny (mleko) – 150 g - Pieczywo chrupkie żytnie (gluten) – 24 g			
Kolacja	- Chleb razowy (gluten) – 60 g - Masło ekstra (z mleka) – 5 g - Wędlina wieprzowa – 30 g - Pomidor – 50 g - Kisiel truskawkowy (składniki: woda, truskawki, mąka ziemniaczana) – 200 ml - Herbata owocowa – 250 ml			
Posiłek nocny	- Sok pomidorowy – 250 ml			
Wartości odżywcze dobowe	Energia: 2072,4 kcal Białko: 87,3 g Tłuszcz: 64,3 g Węglowodany: 310,5 g Błonnik pokarmowy: 50,6 g Nasycone kwasy tłuszczowe: 24 g Cukry: 53,4 g Sól: 5,23 g			

SZPITAL POWIATOWY W KĘTRZYNIE - JADŁOSPIS ŚRODA 13.12.2023 r.

	(kod: 1) Dieta podstawowa	(kod: 2) Dieta lekkostrawna	(kod: 3) Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu	(kod: 6) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (5 posiłków)
Sniadanie	- Chleb pszenny (gluten) – 50 g - Chleb razowy (gluten) - 30 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Wędlina drobiowa – 30 g - Sałata masłowa – 10 g - Pomidor – 50 g - Serek wiejski (mleko) – 200 g - Dżem owocowy o obniżonej zawartości cukru – 25 g - Gruszka – 160 g - Herbata owocowa bez cukru – 250 ml	- Chleb pszenny (gluten) - 90 g - Masło ekstra (z mleka) – 5 g - Wędlina drobiowa – 45 g - Sałata masłowa – 15 g - Pomidor – 50 g - Serek wiejski (mleko) – 200 g - Dżem owocowy o obniżonej zawartości cukru – 25 g - Banan – 120 g - Herbata owocowa bez cukru – 250 ml	- Chleb pszenny (gluten) - 90 g - Masło ekstra (z mleka) – 5 g - Wędlina drobiowa – 45 g - Sałata masłowa – 15 g - Pomidor – 50 g - Serek wiejski (mleko) – 200 g - Dżem owocowy o obniżonej zawartości cukru – 25 g - Banan – 120 g - Herbata owocowa bez cukru – 250 ml	- Chleb razowy (gluten) - 90 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Wędlina drobiowa – 30 g - Sałata masłowa – 10 g - Pomidor – 50 g - Serek wiejski (mleko) – 200 g - Dżem owocowy o obniżonej zawartości cukru – 25 g - Gruszka – 160 g - Herbata owocowa bez cukru – 250 ml
II śniadanie	-	-	-	- Sok pomidorowy – 240 ml
Obiad	- Zupa ogórkowa (składniki: ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, ogórek kiszony, pieprz ziołowy, ziele angielskie liść laurowy) – 350 ml - Gulasz z indyka (składniki: mięso z indyka, marchew, pietruszka, olej rzepakowy) – 250 g - Kasza jęczmienna (gluten) - 200 g - Surówka z kapusty pekińskiej (składniki: kapusta pekińska, marchew, jabłko, olej rzepakowy, sok z cytryny) – 150 g - Kompot owocowy bez cukru – 250 ml	- Zupa ogórkowa (składniki: ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, ogórek kiszony, jogurt typu greckiego (mleko), pieprz ziołowy, ziele angielskie liść laurowy) – 350 ml - Gulasz z indyka (składniki: mięso z indyka, marchew, pietruszka, olej rzepakowy, koperek, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz ziołowy) – 150 g - Kasza jęczmienna (gluten) - 200 g - Buraki tarte gotowane (składniki: buraki, olej rzepakowy, sok z cytryny) – 150 g - Kompot owocowy bez cukru – 250 ml	- Zupa ogórkowa (składniki: ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, ogórek kiszony, jogurt typu greckiego (mleko), pieprz ziołowy, ziele angielskie liść laurowy) – 350 ml - Gulasz z indyka (składniki: mięso z indyka, marchew, pietruszka, olej rzepakowy, koperek, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz ziołowy) – 150 g - Kasza jęczmienna (gluten) - 200 g - Buraki tarte gotowane (składniki: buraki, olej rzepakowy, sok z cytryny) – 150 g - Kompot owocowy bez cukru – 250 ml	- Zupa ogórkowa (składniki: ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, ogórek kiszony, pieprz ziołowy, ziele angielskie liść laurowy) – 350 ml - Gulasz z indyka (składniki: mięso z indyka, marchew, pietruszka, olej rzepakowy, koperek, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz ziołowy) – 150 g - Kasza gryczana gotowana - 200 g - Surówka z kapusty pekińskiej (składniki: kapusta pekińska, marchew, jabłko, olej rzepakowy, sok z cytryny) – 150 g - Kompot owocowy bez cukru – 250 ml
Podwieczorek	-	-	-	- Kanapka z wędliną drobiową: - Chleb razowy (gluten) – 30 g - Masło ekstra (z mleka) – 2 g - Wędlina drobiowa - 15 g
Kolacja	- Ryż z pieczonym jabłkiem (składniki: ryż brązowy, mleko 2% tłuszczu, jabłko pieczone, cynamon) – 350 g - Chleb pszenny (gluten) – 25 g - Chleb razowy (gluten) - 30 g - Masło ekstra (z mleka) – 5 g - Wędlina wieprzowa – 30 g - Papryka czerwona – 50 g - Herbata owocowa bez cukru – 250 ml	- Ryż z pieczonym jabłkiem (składniki: ryż biały, mleko 2% tłuszczu, jabłko pieczone, cynamon) – 350 g - Chleb pszenny (gluten) – 50 g - Masło ekstra (z mleka) – 5 g - Wędlina wieprzowa – 30 g - Pomidor – 50 g - Herbata owocowa bez cukru – 250 ml	- Ryż z pieczonym jabłkiem (składniki: ryż biały, mleko 2% tłuszczu, jabłko pieczone, cynamon) – 350 g - Chleb pszenny (gluten) – 50 g - Masło ekstra (z mleka) – 5 g - Wędlina wieprzowa – 30 g - Pomidor – 50 g - Herbata owocowa bez cukru – 250 ml	- Ryż z pieczonym jabłkiem (składniki: ryż brązowy, mleko 2% tłuszczu, jabłko, cynamon) – 300 g - Chleb razowy (gluten) – 60 g - Masło ekstra (z mleka) – 5 g - Wędlina wieprzowa – 30 g - Papryka czerwona – 50 g - Herbata czarna bez cukru – 250 ml
Posiłek nocny	-	-	-	-
Wartości odżywcze dobowe	Energia: 2013,2 kcal Białko: 96,9 g Tłuszcz: 66,8 g Węglowodany: 272 g Błonnik pokarmowy: 30,5 g Nasycone kwasy tłuszczowe: 21,8 g Cukry: 76,2 g Sól: 4,78 g	Energia: 1998,6 kcal Białko: 100,2 g Tłuszcz: 56,4 g Węglowodany: 286,4 g Błonnik pokarmowy: 25,4 g Nasycone kwasy tłuszczowe: 19 g Cukry: 87,3 g Sól: 4,84 g	Energia: 1998,6 kcal Białko: 100,2 g Tłuszcz: 56,4 g Węglowodany: 286,4 g Błonnik pokarmowy: 25,4 g Nasycone kwasy tłuszczowe: 19 g Cukry: 87,3 g Sól: 4,84 g	Energia: 2212,7 kcal Białko: 104,3 g Tłuszcz: 75,5 g Węglowodany: 301,4 g Błonnik pokarmowy: 44,7 g Nasycone kwasy tłuszczowe: 24 g Cukry: 84,5 g Sól: 6,75 g

SZPITAL POWIATOWY W KĘTRZYNIE - JADŁOSPIS ŚRODA 13.12.2023 r.

	(kod: 6/K) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6 posiłków)			
Śniadanie	- Chleb razowy (gluten) - 60 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Wędlina drobiowa – 30 g - Sałata masłowa – 10 g - Pomidor – 50 g - Herbata owocowa bez cukru – 250 ml			
II śniadanie	- Serek wiejski (mleko) – 200 g - Gruszka – 160 g			
Obiad	- Zupa ogórkowa (składniki: ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , ogórek kiszony, pieprz ziółowy, ziele angielskie liść laurowy) – 350 ml - Gulasz z indyka (składniki: mięso z indyka, marchew, pietruszka, olej rzepakowy, koperek, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz ziółowy) – 150 g - Kasza gryczana gotowana - 200 g - Surówka z kapusty pekińskiej (składniki: kapusta pekińska, marchew, jabłko, olej rzepakowy, sok z cytryny) – 150 g - Kompot owocowy bez cukru – 250 ml			
Podwieczorek	Kanapka z wędliną drobiową: - Chleb razowy (gluten) – 30 g - Masło ekstra (z mleka) – 2 g - Wędlina drobiowa - 15 g			
Kolacja	- Ryż z pieczonym jabłkiem (składniki: ryż brązowy, mleko 2% tłuszczu, jabłko, cynamon) – 300 g - Chleb razowy (gluten) – 60 g - Masło ekstra (z mleka) – 5 g - Wędlina wieprzowa – 30 g - Papryka czerwona – 50 g - Herbata czarna bez cukru – 250 ml			
Posiłek nocny	- Sok pomidorowy – 250 ml			
Wartości odżywcze dobowe	Energia: 2041,4 kcal Białko: 101,5 g Tłuszcz: 74,1 g Węglowodany: 262,5 g Błonnik pokarmowy: 40,5 g Nasycone kwasy tłuszczowe: 23,5 g Cukry: 66,1 g Sól: 6,1 g			

SZPITAL POWIATOWY W KĘTRZYNIE - JADŁOSPIS CZWARTEK 14.12.2023 r.

	(kod: 1) Dieta podstawowa	(kod: 2) Dieta lekkostrawna	(kod: 3) Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu	(kod: 6) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (5 posiłków)
Śniadanie	- Zupa mleczna z płatkami owsianymi (składniki: mleko 2% tłuszczu, płatki owsiane (gluten)) – 250 ml - Chleb pszenny (gluten) - 25 g - Chleb razowy (gluten) – 30 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Pasta twarogowa z ziołami (składniki: ser twarogowy (mleko), jogurt naturalny (mleko), koper świeży, zioła prowansalskie) – 100 g - Roszponka – 15 g - Papryka czerwona – 50 g - Jabłko – 120 g - Kawa zbożowa z mlekiem (składniki: woda, mleko 2% tłuszczu, kawa zbożowa (gluten)) – 200 ml	- Zupa mleczna z płatkami owsianymi (składniki: mleko 2% tłuszczu, woda, płatki owsiane (gluten)) – 200 ml - Chleb pszenny (gluten) - 75 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Pasta twarogowa z ziołami (składniki: ser twarogowy (mleko), jogurt naturalny (mleko), koper świeży, zioła prowansalskie) – 100 g - Roszponka – 15 g - Pomidor – 50 g - Jabłko – 120 g - Kawa zbożowa z mlekiem (składniki: woda, mleko 2% tłuszczu, kawa zbożowa (gluten)) – 200 ml	- Zupa mleczna z płatkami owsianymi (składniki: mleko 2% tłuszczu, woda, płatki owsiane (gluten)) – 200 ml - Chleb pszenny (gluten) - 75 g - Pasta twarogowa z ziołami (składniki: ser twarogowy (mleko), jogurt naturalny (mleko), koper świeży, zioła prowansalskie) – 100 g - Roszponka – 15 g - Pomidor – 50 g - Jabłko – 120 g - Kawa zbożowa z mlekiem (składniki: woda, mleko 2% tłuszczu, kawa zbożowa (gluten)) – 200 ml	- Zupa mleczna z płatkami owsianymi (składniki: mleko 2% tłuszczu, płatki owsiane (gluten)) – 200 ml - Chleb razowy (gluten) – 90 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Pasta twarogowa z ziołami (składniki: ser twarogowy (mleko), jogurt naturalny (mleko), koper świeży, zioła prowansalskie) – 100 g - Roszponka – 15 g - Papryka czerwona – 50 g - Jabłko – 120 g - Kawa zbożowa z mlekiem (składniki: woda, mleko 2% tłuszczu, kawa zbożowa (gluten)) – 200 ml
II śniadanie	-	-	-	- Kanapka z wędliną drobiową: - Chleb razowy – 30 g - Masło ekstra (z mleka)– 2 g - Wędlina drobiowa - 15 g
Obiad	- Zupa z brokułem (składniki: brokuły, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, pieprz ziołowy) – 350 ml - Udko z kurczaka pieczone – 120 g - Ziemniaki gotowane – 200 g - Surówka z białej kapusty (składniki: kapusta biała, marchew, papryka czerwona, olej rzepakowy) – 150 g - Kompot owocowy bez cukru – 250 ml	- Zupa z brokułem (składniki: brokuły, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, pieprz ziołowy) – 350 ml - Udko z kurczaka bez skóry gotowane – 120 g - Ziemniaki gotowane – 200 g - Surówka z tartej marchwi z jabłkiem (składniki: marchew, jabłko, olej rzepakowy, sok z cytryny) – 150 g - Kompot owocowy bez cukru – 250 ml	- Zupa z brokułem (składniki: brokuły, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, pieprz ziołowy) – 350 ml - Udko z kurczaka bez skóry gotowane – 120 g - Ziemniaki gotowane – 200 g - Surówka z tartej marchwi z jabłkiem (składniki: marchew, jabłko, olej rzepakowy, sok z cytryny) – 150 g - Kompot owocowy bez cukru – 250 ml	- Zupa z brokułem (składniki: brokuły, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, pieprz ziołowy) – 350 ml - Udko z kurczaka pieczone – 120 g - Ziemniaki gotowane – 250 g - Surówka z białej kapusty (składniki: kapusta biała, marchew, papryka czerwona, olej rzepakowy) – 150 g - Kompot owocowy bez cukru – 250 ml
Podwieczorek	-	-	-	- Serek wiejski (mleko) – 200 g - Pieczywo chrupkie żytnie (gluten) – 25 g
Kolacja	- Chleb razowy (gluten) – 30 g - Chleb pszenny (gluten) – 50 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Wędlina wieprzowa – 30 g - Ogórek – 50 g - Sałata masłowa – 10 g - Kisiel owocowy (składniki: woda, truskawki, mąka ziemniaczana) – 150 g - Serek wiejski (mleko) – 200 g - Dżem owocowy o obniżonej zawartości cukru – 25 g - Herbata owocowa bez cukru – 250 ml	- Chleb pszenny (gluten) – 75 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Wędlina wieprzowa – 30 g - Pomidor – 50 g - Sałata masłowa – 10 g - Kisiel owocowy (składniki: woda, truskawki, mąka ziemniaczana) – 150 g - Serek wiejski (mleko) – 200 g - Dżem owocowy o obniżonej zawartości cukru – 25 g - Pieczywo chrupkie kukurydziane – 24 g - Herbata owocowa bez cukru – 250 ml	- Chleb pszenny (gluten) – 75 g - Masło ekstra (z mleka) – 5 g - Wędlina wieprzowa – 30 g - Pomidor – 50 g - Sałata masłowa – 10 g - Kisiel owocowy (składniki: woda, truskawki, mąka ziemniaczana) – 150 g - Serek wiejski (mleko) – 200 g - Dżem owocowy o obniżonej zawartości cukru – 25 g - Pieczywo chrupkie kukurydziane – 24 g - Herbata owocowa bez cukru – 250 ml	- Chleb razowy (gluten) – 60 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Wędlina wieprzowa – 30 g - Ogórek – 50 g - Sałata masłowa – 10 g - Kisiel owocowy (składniki: woda, truskawki, mąka ziemniaczana) – 150 g - Herbata owocowa – 250 ml
Posiłek nocny	-	-	-	-
Wartości dobowe	Energia: 1914,6 kcal Białko: 115,6 g Tłuszcz: 55,1 g Węglowodany: 253,7 g Błonnik pokarmowy: 30,5 g Nasycone kwasy tłuszczowe: 20,5 g Cukry: 52,2 g Sól: 5,06 g	Energia: 1910,1 kcal Białko: 114,7 g Tłuszcz: 54,5 g Węglowodany: 253,1 g Błonnik pokarmowy: 25,8 g Nasycone kwasy tłuszczowe: 20,4 g Cukry: 55,7 g Sól: 4,97 g	Energia: 1974,1 kcal Białko: 112,8 g Tłuszcz: 50,7 g Węglowodany: 280,3 g Błonnik pokarmowy: 27,2 g Nasycone kwasy tłuszczowe: 17,7 g Cukry: 55,9 g Sól: 5,01 g	Energia: 1978,4 kcal Białko: 118,2 g Tłuszcz: 57,6 g Węglowodany: 265,6 g Błonnik pokarmowy: 41,2 g Nasycone kwasy tłuszczowe: 21,6 g Cukry: 44,1 g Sól: 5,53 g

SZPITAL POWIATOWY W KĘTRZYNIE - JADŁOSPIS CZWARTEK 14.12.2023 r.

	(kod: 6/K) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6 posiłków)			
Śniadanie	- Zupa mleczna z płatkami owsianymi (składniki: mleko 2% tłuszczu, płatki owsiane (gluten)) – 200 ml - Chleb razowy (gluten) – 90 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Pasta twarogowa z ziołami (składniki: ser twarogowy (mleko), jogurt naturalny (mleko), koper świeży, zioła prowansalskie) – 100 g - Roszponka – 15 g - Papryka czerwona – 50 g - Jabłko – 120 g - Kawa zbożowa z mlekiem (składniki: woda, mleko 2% tłuszczu, kawa zbożowa (gluten)) – 200 ml			
II śniadanie	- Kanapka z wędliną drobiową: - Chleb razowy – 30 g - Masło ekstra (z mleka) – 2 g - Wędlina drobiowa - 15 g			
Obiad	- Zupa z brokułem (składniki: brokuły, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , pieprz ziółowy) – 350 ml - Udko z kurczaka pieczone – 120 g - Ziemniaki gotowane – 200 g - Surówka z białej kapusty (składniki: kapusta biała, marchew, papryka czerwona, olej rzepakowy) – 150 g - Kompot owocowy bez cukru – 250 ml			
Podwieczorek	- Serek wiejski (mleko) – 200 g - Pieczywo chrupkie żytnie (gluten) – 25 g			
Kolacja	- Chleb razowy (gluten) – 60 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Wędlina wieprzowa – 30 g - Ogórek – 50 g - Sałata masłowa – 10 g - Kisiel owocowy (składniki: woda, truskawki, mąka ziemniaczana) – 150 g - Herbata owocowa – 250 ml			
Posiłek nocny	Kanapka z wędliną: - Chleb razowy – 30 g - Masło ekstra (z mleka) – 2 g - Wędlina wieprzowa – 15 g			
Wartości dobowe	Energia: 2051,1 kcal Białko: 122,4 g Tłuszcz: 60,4 g Węglowodany: 274,2 g Błonnik pokarmowy: 43,1 g Nasycone kwasy tłuszczowe: 23,1 g Cukry: 44,3 g Sól: 6,52 g			

SZPITAL POWIATOWY W KĘTRZYNIE - JADŁOSPIS PIĄTEK 15.12.2023 r.

	(kod: 1) Dieta podstawowa	(kod: 2) Dieta lekkostrawna	(kod: 3) Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu	(kod: 6) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (5 posiłków)
Śniadanie	- Jajecznica na parze (składniki: jaja kurze całe, masło ekstra (z mleka)) - 110 g - Chleb razowy (gluten) – 30 g - Chleb pszenny (gluten) – 50 g - Hummus (składniki: ciecierzycy, czosnek, oliwa z oliwek, sezam) - 30 g - Roszponka – 15 g - Pomidor – 50 g - Jogurt naturalny (mleko) – 150 g - Gruszka – 130 g - Herbata czarna bez cukru – 250 ml	- Jajecznica na parze (składniki: jaja kurze całe, masło ekstra (z mleka)) - 110 g - Chleb pszenny (gluten) – 75 g - Masło ekstra (z mleka) – 5 g - Roszponka – 10 g - Pomidor – 50 g - Jogurt naturalny (mleko) – 150 g - Banan – 130 g - Herbata czarna bez cukru – 250 ml	- Jajecznica na parze (składniki: jaja kurze całe, masło ekstra (z mleka)) - 110 g - Chleb pszenny (gluten) – 75 g - Masło ekstra (z mleka) – 5 g - Roszponka – 10 g - Pomidor – 50 g - Jogurt naturalny (mleko) – 150 g - Banan – 130 g - Herbata czarna bez cukru – 250 ml	- Jajecznica na parze (składniki: jaja kurze całe, masło ekstra (z mleka)) - 110 g - Chleb razowy (gluten) – 30 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Roszponka – 15 g - Pomidor – 50 g - Jogurt naturalny (mleko) – 150 g - Gruszka – 130 g - Herbata czarna bez cukru – 250 ml
II śniadanie	-	-	-	Kanapka z wędliną: - Chleb razowy – 30 g - Masło ekstra (z mleka) – 2 g - Wędlina drobiowa - 15 g
Obiad	- Zupa krupnik z kaszą jęczmienną (składniki: kasza jęczmienna (gluten), ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz ziółowy, majeranek) – 350 ml - Pieczony kotlet rybny (składniki: filet rybny, jaja kurze całe, bułka tarta (gluten)) – 150 g - Ziemniaki gotowane – 240 g - Surówka z kiszonej kapusty (kapusta biała kiszona, marchew, olej rzepakowy) – 150 g - Kompot owocowy bez cukru – 250 ml	- Zupa krupnik z kaszą jęczmienną (składniki: kasza jęczmienna (gluten), ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz ziółowy, majeranek) – 350 ml - Pieczony kotlet rybny (składniki: filet rybny, jaja kurze całe, bułka tarta (gluten)) – 150 g - Ziemniaki gotowane – 200 g - Surówka z tartej marchewki z jabłkiem (składniki: marchew, jabłko, olej rzepakowy, sok z cytryny) – 150 g - Kompot owocowy bez cukru – 250 ml	- Zupa krupnik z kaszą jęczmienną (składniki: kasza jęczmienna (gluten), ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz ziółowy, majeranek) – 350 ml - Pieczony kotlet rybny (składniki: filet rybny, jaja kurze całe, bułka tarta (gluten)) – 150 g - Ziemniaki gotowane – 240 g - Surówka z tartej marchewki z jabłkiem (składniki: marchew, jabłko, olej rzepakowy, sok z cytryny) – 150 g - Kompot owocowy bez cukru – 250 ml	- Zupa krupnik z kaszą jęczmienną (składniki: kasza jęczmienna (gluten), ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz ziółowy, majeranek) – 350 ml - Pieczony kotlet rybny (składniki: filet rybny, jaja kurze całe, bułka tarta (gluten)) – 150 g - Ziemniaki gotowane w całości – 200 g - Surówka z kiszonej kapusty (kapusta biała kiszona, marchew, olej rzepakowy) – 150 g - Kompot owocowy bez cukru – 250 ml
Podwieczorek	-	-	-	- Ciastka zbożowe bez cukru (gluten) – 25 g - Budyń waniliowy bez cukru (składniki: mleko 2% tłuszczu, skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, aromat, barwniki (kurkumina) – 200 g
Kolacja	- Chleb razowy (gluten) – 30 g - Chleb pszenny (gluten) – 25 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Ser twarogowy chudy (mleko) - 40 g - Wędlna drobiowa – 30 g - Roszponka – 10 g - Rzodkiewka – 30 g - Budyń waniliowy bez cukru (składniki: mleko 2% tłuszczu, skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, aromat, barwniki (kurkumina) – 200 g - Pieczywo chrupkie kukurydziane – 25 g - Kawa zbożowa z mlekiem (składniki: woda, mleko 2% tłuszczu, kawa zbożowa (gluten)) – 250 ml	- Chleb pszenny (gluten) – 75 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Ser twarogowy chudy (mleko) - 40 g - Wędlna drobiowa – 30 g - Roszponka – 10 g - Pomidor – 50 g - Budyń waniliowy bez cukru (składniki: mleko 2% tłuszczu, skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, aromat, barwniki (kurkumina) – 200 g - Pieczywo chrupkie kukurydziane – 25 g - Kawa zbożowa z mlekiem (składniki: woda, mleko 2% tłuszczu, kawa zbożowa (gluten)) – 250 ml	- Chleb pszenny (gluten) – 75 g - Ser twarogowy chudy (mleko) - 40 g - Wędlna drobiowa – 30 g - Roszponka – 10 g - Pomidor – 50 g - Budyń waniliowy bez cukru (składniki: mleko 2% tłuszczu, skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, aromat, barwniki (kurkumina) – 200 g - Pieczywo chrupkie kukurydziane – 25 g - Kawa zbożowa z mlekiem (składniki: woda, mleko 2% tłuszczu, kawa zbożowa (gluten)) – 250 ml	- Chleb razowy (gluten) – 90 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Ser twarogowy chudy (mleko) – 40 g - Wędlna drobiowa – 30 g - Rzodkiewka – 30 g - Kawa zbożowa z mlekiem (składniki: woda, mleko 2% tłuszczu, kawa zbożowa (gluten)) – 250 ml
Posiłek nocny	-	-	-	-
Wartości dobowe	Energia: 1867,8 kcal Białko: 99,4 g Tłuszcz: 58,2 g Węglowodany: 253,6 g Błonnik pokarmowy: 31,1 g Nasycone kwasy tłuszczowe: 19,3 g Cukry: 58,2 g Sól: 4,32 g	Energia: 1921,4 kcal Białko: 97,8 g Tłuszcz: 61,9 g Węglowodany: 254,8 g Błonnik pokarmowy: 23,8 g Nasycone kwasy tłuszczowe: 21,7 g Cukry: 76,2 g Sól: 4,28 g	Energia: 1875 kcal Białko: 98,4 g Tłuszcz: 53,7 g Węglowodany: 261,3 g Błonnik pokarmowy: 24,3 g Nasycone kwasy tłuszczowe: 16,2 g Cukry: 76,5 g Sól: 4,29 g	Energia: 1957,9 kcal Białko: 97 g Tłuszcz: 67 g Węglowodany: 263,8 g Błonnik pokarmowy: 39,1 g Nasycone kwasy tłuszczowe: 25,5 g Cukry: 61,2 g Sól: 4,79 g

SZPITAL POWIATOWY W KĘTRZYNIE - JADŁOSPIS PIĄTEK 15.12.2023 r.

	(kod: 6/K) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6 posiłków)			
Śniadanie	- Jajecznicza na parze (składniki: jaja kurze całe, masło ekstra (z mleka)) - 110 g - Chleb razowy (gluten) – 30 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Roszponka – 15 g - Pomidor – 50 g - Herbata czarna bez cukru – 250 ml			
II śniadanie	- Jogurt naturalny (mleko) – 150 g - Gruszka – 130 g			
Obiad	- Zupa krupnik z kaszą jęczmienną (składniki: kasza jęczmienna (gluten), ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz ziółowy, majeranek) – 350 ml - Pieczony kotlet rybny (składniki: filet rybny, jaja kurze całe, bułka tarta (gluten)) – 150 g - Ziemniaki gotowane w całości – 200 g - Surówka z kiszzonej kapusty (kapusta biała kiszona, marchew, olej rzepakowy) – 150 g - Kompot owocowy bez cukru – 250 ml			
Podwieczorek	- Ciastka zbożowe bez cukru (gluten) – 25 g - Budyń waniliowy bez cukru (składniki: mleko 2% tłuszczu, skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, aromat, barwniki (kurkumina) – 200 g			
Kolacja	- Chleb razowy (gluten) – 90 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Ser twarogowy chudy (mleko) – 40 g - Wędlina drobiowa – 30 g - Rzodkiewka – 30 g - Kawa zbożowa z mlekiem (składniki: woda, mleko 2% tłuszczu, kawa zbożowa (gluten)) – 250 ml			
Posiłek nocny	- Kanapka z wędliną: - Chleb razowy – 30 g - Masło ekstra (z mleka) – 2 g - Wędlina drobiowa - 15 g			
Wartości dobowe	Energia: 1938 kcal Białko: 96,2 g Tłuszcz: 66,9 g Węglowodany: 259,5 g Błonnik pokarmowy: 38,5 g Nasycone kwasy tłuszczowe: 25,5 g Cukry: 58,2 g Sól: 4,84 g			

SZPITAL POWIATOWY W KĘTRZYNIE - JADŁOSPIS SOBOTA 16.12.2023 r.

	(kod: 1) Dieta podstawowa	(kod: 2) Dieta lekkostrawna	(kod: 3) Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu	(kod: 6) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (5 posiłków)
Sniadanie	- Zupa mleczna z ryżem białym (składniki: mleko 2% tłuszczu, ryż biały) – 250 g - Chleb pszenny (gluten) – 50 g - Chleb razowy (gluten) – 30 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Wędlina wieprzowa – 30 g - Pasta twarogowa z ziołami (składniki: ser twarogowy chudy (mleko), jogurt naturalny (mleko), koper świeży, zioła prowansalskie) – 60 g - Sałata masłowa – 10 g - Papryka czerwona – 50 g - Herbata owocowa bez cukru – 250 ml	- Zupa mleczna z ryżem białym (składniki: mleko 2% tłuszczu, ryż biały) – 250 g - Chleb pszenny (gluten) – 75 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Wędlina wieprzowa – 30 g - Pasta twarogowa z ziołami (składniki: ser twarogowy chudy (mleko), jogurt naturalny (mleko), koper świeży, zioła prowansalskie) – 60 g - Sałata masłowa – 10 g - Pomidor – 50 g - Herbata owocowa bez cukru – 250 ml	- Zupa mleczna z ryżem białym (składniki: mleko 2% tłuszczu, ryż biały) – 300 g - Chleb pszenny (gluten) – 75 g - Wędlina wieprzowa – 30 g - Pasta twarogowa z ziołami (składniki: ser twarogowy chudy (mleko), jogurt naturalny (mleko), koper świeży, zioła prowansalskie) – 60 g - Sałata masłowa – 10 g - Pomidor – 50 g - Herbata owocowa bez cukru – 250 ml	- Chleb razowy (gluten) – 90 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Wędlina wieprzowa – 30 g - Pasta twarogowa z ziołami (składniki: ser twarogowy chudy (mleko), jogurt naturalny (mleko), koper świeży, zioła prowansalskie) – 60 g - Sałata masłowa – 10 g - Papryka czerwona – 50 g - Herbata owocowa bez cukru – 250 ml
II śniadanie	-	-	-	- Pieczywo chrupkie żytnie (gluten) – 24 g - Kefir (mleko) – 150 g
Obiad	- Zupa buraczkowa (składniki: ziemniaki, buraki, marchew, pietruszka, seler, jogurt typu greckiego (mleko) – 350 ml - Pierś z kurczaka gotowana na parze – 150 g - Ryż brązowy gotowany - 250 g - Mieszanka gotowanych warzyw (składniki: marchew, brokuł, kalafior) – 150 g - Kompot owocowy bez cukru – 250 ml	- Zupa buraczkowa (składniki: ziemniaki, buraki, marchew, pietruszka, seler, jogurt typu greckiego (mleko), olej rzepakowy) – 350 ml - Pierś z kurczaka gotowana na parze – 150 g - Ryż biały gotowany - 200 g - Mieszanka gotowanych warzyw (składniki: marchew, brokuł, kalafior, olej rzepakowy) – 150 g - Kompot owocowy bez cukru – 250 ml	- Zupa buraczkowa (składniki: ziemniaki, buraki, marchew, pietruszka, seler, jogurt typu greckiego (mleko), olej rzepakowy) – 350 ml - Pierś z kurczaka gotowana na parze – 150 g - Ryż biały gotowany - 250 g - Mieszanka gotowanych warzyw (składniki: marchew, brokuł, kalafior, olej rzepakowy) – 150 g - Kompot owocowy bez cukru – 250 ml	- Zupa buraczkowa (składniki: ziemniaki, buraki, marchew, pietruszka, seler, jogurt typu greckiego (mleko), olej rzepakowy) – 350 ml - Pierś z kurczaka gotowana na parze – 150 g - Ryż brązowy gotowany - 250 g - Surówka z kapusty pekińskiej (składniki: kapusta pekińska, marchew, jabłko, olej rzepakowy, sok z cytryny) – 150 g - Kompot owocowy bez cukru – 250 ml
Podwieczorek	-	-	-	Kanapka z twarogiem: - Chleb razowy (gluten) – 30 g - Ser twarogowy chudy (mleko) – 20 g
Kolacja	- Chleb pszenny (gluten) – 50 g - Chleb razowy (gluten) – 30 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Wędlina drobiowa – 45 g - Roszponka – 10 g - Pomidor – 50 g - Budyń waniliowy bez cukru (składniki: mleko 2% tłuszczu, skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, aromat, barwniki (kurkumina) – 200 g - Biskvoty bez cukru (jaja, gluten) – 25 g - Herbata czarna bez cukru – 250 ml	- Chleb pszenny (gluten) – 75 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Wędlina drobiowa – 45 g - Roszponka – 10 g - Pomidor – 50 g - Budyń waniliowy bez cukru (składniki: mleko 2% tłuszczu, skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, aromat, barwniki (kurkumina) – 200 g - Biskvoty bez cukru (jaja, gluten) – 25 g - Herbata czarna bez cukru – 250 ml	- Chleb pszenny (gluten) – 75 g - Masło ekstra (z mleka) – 5 g - Wędlina drobiowa – 45 g - Budyń waniliowy bez cukru (składniki: mleko 2% tłuszczu, skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, aromat, barwniki (kurkumina) – 200 g - Biskvoty bez cukru (jaja, gluten) – 25 g - Herbata czarna bez cukru – 250 ml	- Chleb razowy (gluten) – 90 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Wędlina drobiowa – 45 g - Roszponka – 10 g - Pomidor – 50 g - Budyń waniliowy bez cukru (składniki: mleko 2% tłuszczu, skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, aromat, barwniki (kurkumina) – 200 g - Biskvoty bez cukru (jaja, gluten) – 25 g - Herbata czarna bez cukru – 250 ml
Posiłek nocny	-	-	-	-
Wartości dobowe	Energia: 1816 kcal Białko: 101,8 g Tłuszcz: 54,9 g Węglowodany: 242,8 g Błonnik pokarmowy: 27,7 g Nasycone kwasy tłuszczowe: 19,6 g Cukry: 38,3 g Sól: 4,11 g	Energia: 1813,8 kcal Białko: 103 g Tłuszcz: 53,4 g Węglowodany: 239,8 g Błonnik pokarmowy: 18,4 g Nasycone kwasy tłuszczowe: 19,3 g Cukry: 36,3 g Sól: 4,23 g	Energia: 1836,3 kcal Białko: 105,3 g Tłuszcz: 45,9 g Węglowodany: 260,2 g Błonnik pokarmowy: 19 g Nasycone kwasy tłuszczowe: 14,2 g Cukry: 37,8 g Sól: 4,26 g	Energia: 1941,6 kcal Białko: 103,8 g Tłuszcz: 64,5 g Węglowodany: 251,9 g Błonnik pokarmowy: 33,9 g Nasycone kwasy tłuszczowe: 19,8 g Cukry: 38 g Sól: 4,4 g

SZPITAL POWIATOWY W KĘTRZYNIE - JADŁOSPIS SOBOTA 16.12.2023 r.

	(kod: 6/K) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6 posiłków)			
Śniadanie	- Chleb razowy (gluten) – 90 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Wędlina wieprzowa – 30 g - Pasta twarogowa z ziołami (składniki: ser twarogowy chudy (mleko), jogurt naturalny (mleko), koper świeży, zioła prowansalskie) – 60 g - Sałata masłowa – 10 g - Papryka czerwona – 50 g - Herbata owocowa bez cukru – 250 ml			
II śniadanie	- Pieczywo chrupkie żytnie (gluten) – 24 g - Kefir (mleko) – 150 g			
Obiad	- Zupa buraczkowa (składniki: ziemniaki, buraki, marchew, pietruszka, seler, jogurt typu greckiego (mleko), olej rzepakowy) – 350 ml - Pierś z kurczaka gotowana na parze – 150 g - Ryż brązowy gotowany - 250 g - Surówka z kapusty pekińskiej (składniki: kapusta pekińska, marchew, jabłko, olej rzepakowy, sok z cytryny) – 150 g - Kompot owocowy bez cukru – 250 ml			
Podwieczorek	Kanapka z twarogiem: - Chleb razowy (gluten) – 30 g - Ser twarogowy chudy (mleko) – 20 g			
Kolacja	- Chleb razowy (gluten) – 60 g - Masło ekstra (z mleka) – 5 g - Wędlina drobiowa – 30 g - Roszponka – 10 g - Pomidor – 50 g - Budyń waniliowy bez cukru (składniki: mleko 2% tłuszczu, skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, aromat, barwniki (kurkumina) – 200 g - Biskvity bez cukru (jaja, gluten) – 25 g - Herbata czarna bez cukru – 250 ml			
Posiłek nocny	Kanapka z wędliną: - Chleb razowy – 30 g - Masło ekstra (z mleka) – 2 g - Wędlina drobiowa - 15 g			
Wartości dobowe	Energia: 2049,2 kcal Białko: 107,5 g Tłuszcz: 67,3 g Węglowodany: 272,6 g Błonnik pokarmowy: 42 g Nasycone kwasy tłuszczowe: 21 g Cukry: 39,6 g Sól: 5,23 g			

SZPITAL POWIATOWY W KĘTRZYNIE - JADŁOSPIS NIEDZIELA 17.12.2023 r.

	(kod: 1) Dieta podstawowa	(kod: 2) Dieta lekkostrawna	(kod: 3) Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu	(kod: 6) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (5 posiłków)
Sniadanie	- Chleb pszenny (gluten) – 50 g - Chleb razowy (gluten) – 30 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Wędlina wieprzowa – 30 g - Ser żółty (mleko) – 30 g - Sałata masłowa – 10 g - Papryka czerwona – 50 g - Mandarynki – 140 g - Herbata czarna bez cukru– 250 ml	- Chleb pszenny (gluten) – 100 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Wędlina wieprzowa – 30 g - Ser twarogowy chudy (mleko) – 50 g - Sałata masłowa – 10 g - Pomidor – 50 g - Banan – 130 g - Herbata czarna bez cukru– 250 ml	- Chleb pszenny (gluten) – 100 g - Wędlina wieprzowa – 30 g - Ser twarogowy chudy (mleko) – 50 g - Sałata masłowa – 10 g - Pomidor – 50 g - Banan – 140 g - Herbata czarna bez cukru– 250 ml	- Chleb razowy (gluten) – 90 g - Masło ekstra (z mleka) – 5 g - Wędlina wieprzowa – 30 g - Ser żółty (mleko) – 30 g - Sałata masłowa – 10 g - Papryka czerwona – 50 g - Mandarynki – 140 g - Herbata czarna bez cukru– 250 ml
II śniadanie	-	-	-	Kanapka z twarogiem: - Chleb razowy (gluten) – 30 g - Ser twarogowy chudy (mleko) – 20 g
Obiad	- Zupa pomidorowa z brązowym ryżem (składniki: ryż biały, marchew, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy) – 350 ml - Schab wieprzowy duszony (składniki: mięso wieprzowe ze schabu, majeranek, pieprz ziołowy) – 120 g - Kasza jęczmienna (gluten) – 240 g - Buraki tarte gotowane (składniki: buraki, olej rzepakowy) – 150 g - Kompot owocowy bez cukru – 250 ml	- Zupa pomidorowa z białym ryżem (składniki: ryż biały, marchew, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy) – 350 ml - Schab wieprzowy duszony (składniki: mięso wieprzowe ze schabu, majeranek, pieprz ziołowy) – 120 g - Kasza jęczmienna (gluten) – 240 g - Buraki tarte gotowane (składniki: buraki, olej rzepakowy) – 150 g - Kompot owocowy bez cukru – 250 ml	- Zupa pomidorowa z białym ryżem (składniki: ryż biały, marchew, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy) – 350 ml - Schab wieprzowy duszony (składniki: mięso wieprzowe ze schabu, majeranek, pieprz ziołowy) – 120 g - Kasza jęczmienna (gluten) – 240 g - Buraki tarte gotowane (składniki: buraki, olej rzepakowy) – 150 g - Kompot owocowy bez cukru – 250 ml	- Zupa pomidorowa z brązowym ryżem (składniki: ryż brązowy, marchew, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy) – 350 ml - Schab wieprzowy duszony (składniki: mięso wieprzowe ze schabu, majeranek, pieprz ziołowy) – 120 g - Kasza gryczana (gluten) – 200 g - Surówka z kapusty pekińskiej (składniki: kapusta pekińska, marchew, jabłko, olej rzepakowy, sok z cytryny) – 150 g - Kompot owocowy bez cukru – 250 ml
Podwieczorek	-	-	-	- Pieczywo chrupkie żytnie (gluten) – 24 g - Kefir (mleko) – 150 g
Kolacja	- Chleb pszenny (gluten) – 50 g - Chleb razowy (gluten) – 30 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Wędlina drobiowa - 45 g - Roszponka – 10 g - Pomidor – 50 g - Jogurt naturalny (mleko) – 150 g - Dżem owocowy o obniżonej zawartości cukru – 25 g - Wafle ryżowe – 27 g - Kawa zbożowa z mlekiem (składniki: woda, mleko 2% tłuszczu, kawa zbożowa (gluten)) – 250 ml	- Chleb pszenny (gluten) – 75 g - Masło ekstra (z mleka) – 5 g - Wędlina drobiowa - 45 g - Roszponka – 10 g - Pomidor – 50 g - Jogurt naturalny (mleko) – 150 g - Dżem owocowy o obniżonej zawartości cukru – 25 g - Wafle ryżowe – 27 g - Kawa zbożowa z mlekiem (składniki: woda, mleko 2% tłuszczu, kawa zbożowa (gluten)) – 250 ml	- Chleb pszenny (gluten) – 100 g - Masło ekstra (z mleka) – 5 g - Wędlina drobiowa - 45 g - Roszponka – 10 g - Pomidor – 50 g - Jogurt naturalny (mleko) – 150 g - Dżem owocowy o obniżonej zawartości cukru – 25 g - Wafle ryżowe – 27 g - Kawa zbożowa z mlekiem (składniki: woda, mleko 2% tłuszczu, kawa zbożowa (gluten)) – 250 ml	- Chleb razowy (gluten) – 90 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Wędlina drobiowa - 45 g - Roszponka – 10 g - Ogórek – 50 g - Jogurt naturalny (mleko) – 150 g - Kawa zbożowa z mlekiem (składniki: woda, mleko 2% tłuszczu, kawa zbożowa (gluten)) – 250 ml
Posiłek nocny	-	-	-	-
Wartości dobowe	Energia: 1939,7 kcal Białko: 97,7 g Tłuszcz: 63,6 g Węglowodany: 260,3 g Błonnik pokarmowy: 30,7 g Nasycone kwasy tłuszczowe: 26,9 g Cukry: 61,9 g Sól: 4,49 g	Energia: 1960,1 kcal Białko: 102,3 g Tłuszcz: 51,5 g Węglowodany: 285,8 g Błonnik pokarmowy: 26 g Nasycone kwasy tłuszczowe: 19,6 g Cukry: 73,9 g Sól: 4,11 g	Energia: 1885,3 kcal Białko: 102,2 g Tłuszcz: 43,2 g Węglowodany: 285,8 g Błonnik pokarmowy: 26 g Nasycone kwasy tłuszczowe: 14,1 g Cukry: 73,9 g Sól: 4,11 g	Energia: 1970,2 kcal Białko: 102 g Tłuszcz: 63,7 g Węglowodany: 267,1 g Błonnik pokarmowy: 42,4 g Nasycone kwasy tłuszczowe: 23,2 g Cukry: 57,7 g Sól: 5,1 g

SZPITAL POWIATOWY W KĘTRZYNIE - JADŁOSPIS NIEDZIELA 17.12.2023 r.

	(kod: 6/K) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6 posiłków)			
Śniadanie	- Chleb razowy (gluten) – 90 g - Masło ekstra (z mleka) – 5 g - Wędlina wieprzowa – 30 g - Ser żółty (mleko) – 30 g - Sałata masłowa – 10 g - Papryka czerwona – 50 g - Mandarynki – 140 g - Herbata czarna bez cukru – 250 ml			
II śniadanie	Kanapka z twarogiem: - Chleb razowy (gluten) – 30 g - Ser twarogowy chudy (mleko) – 20 g			
Obiad	- Zupa pomidorowa z brązowym ryżem (składniki: ryż brązowy, marchew, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziółowy) – 350 ml - Schab wieprzowy duszony (składniki: mięso wieprzowe ze schabu, majeranek, pieprz ziółowy) – 120 g - Kasza gryczana (gluten) – 200 g - Surówka z kapusty pekińskiej (składniki: kapusta pekińska, marchew, jabłko, olej rzepakowy, sok z cytryny) – 150 g - Kompot owocowy bez cukru – 250 ml			
Podwieczorek	- Pieczywo chrupkie żytnie (gluten) – 24 g - Kefir (mleko) – 150 g			
Kolacja	- Chleb razowy (gluten) – 90 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Wędlina drobiowa - 45 g - Roszponka – 10 g - Pomidor – 50 g - Jogurt naturalny (mleko) – 150 g - Kawa zbożowa z mlekiem (składniki: woda, mleko 2% tłuszczu, kawa zbożowa (gluten)) – 250 ml			
Posiłek nocny	Kanapka z wędliną: - Chleb razowy – 30 g - Masło ekstra (z mleka) – 2 g - Wędlina drobiowa - 15 g			
Wartości dobowe	Energia: 2067,1 kcal Białko: 106,9 g Tłuszcz: 66 g Węglowodany: 282,5 g Błonnik pokarmowy: 44,9 g Nasycone kwasy tłuszczowe: 24,5 g Cukry: 58 g Sól: 5,78 g			