

SZPITAL POWIATOWY W KĘTRZYNIE - JADŁOSPIS 18-24.12.2023 r.

SZPITAL POWIATOWY W KĘTRZYNIE - JADŁOSPIS PONIEDZIAŁEK 18.12.2023 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 kaszą jaglaną (składniki: mleko 2% tłuszczu, kasza jaglana) – 250 ml - Chleb pszenny (gluten) - 50 g - Chleb razowy (gluten) - 30 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Ser twarogowy chudy z ziołami (z mleka) – 50 g - Wędlina wieprzowa – 60 g - Sałata masłowa – 10 g - Pomidor – 50 g - Jabłko – 100 g - Herbata czarna bez cukru – 250 ml	- Zupa mleczna z kaszą jaglaną (składniki: mleko 2% tłuszczu, kasza jaglana) – 250 ml - Chleb pszenny (gluten) - 75 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Ser twarogowy chudy z ziołami (z mleka) – 50 g - Wędlina wieprzowa – 60 g - Sałata masłowa – 10 g - Pomidor – 50 g - Jabłko – 100 g - Herbata czarna bez cukru – 250 ml	- Zupa mleczna z kaszą jaglaną (składniki: mleko 2% tłuszczu, kasza jaglana) – 250 ml - Chleb pszenny (gluten) - 100 g - Masło ekstra (z mleka) – 5 g - Ser twarogowy chudy z ziołami (z mleka) – 50 g - Wędlina wieprzowa – 60 g - Sałata masłowa – 10 g - Pomidor – 50 g - Herbata czarna bez cukru – 250 ml	- Zupa mleczna z kaszą jaglaną (składniki: mleko 2% tłuszczu, kasza jaglana) – 250 ml - Chleb razowy (gluten) - 90 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Ser twarogowy chudy z ziołami (z mleka) – 80 g - Wędlina wieprzowa – 30 g - Sałata masłowa – 10 g - Pomidor – 50 g - Jabłko – 100 g - Herbata czarna bez cukru – 250 ml
II śniadanie	-	-	-	Kanapka z wędliną drobiową: - Chleb razowy (gluten) – 30 g - Masło ekstra (z mleka) – 2 g - Wędlina drobiowa - 15 g
Obiad	- Rosół z makaronem (składniki: makaron dwujajeczny (gluten, jaja), marchew, pietruszka, seler, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy) – 350 ml - Pulpety rybne (składniki: filet rybny, jaja, olej rzepakowy, bułka tarta (gluten), szpinak, pieprz ziołowy) – 150 g - Ryż brązowy gotowany – 200 g - Surówka z tartej marchewki z jabłkiem (składniki: marchew, jabłko, olej rzepakowy) – 200 g - Kompot owocowy bez cukru – 250 ml	- Rosół z makaronem (składniki: makaron dwujajeczny (gluten, jaja), marchew, pietruszka, seler, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy) – 350 ml - Pulpety rybne (składniki: filet rybny, jaja, olej rzepakowy, bułka tarta (gluten), szpinak, pieprz ziołowy) – 150 g - Ryż biały gotowany – 150 g - Surówka z tartej marchewki z jabłkiem (składniki: marchew, jabłko, olej rzepakowy) – 200 g - Kompot owocowy bez cukru – 250 ml	- Rosół z makaronem (składniki: makaron dwujajeczny (gluten, jaja), marchew, pietruszka, seler, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy) – 350 ml - Pulpety rybne (składniki: filet rybny, jaja, olej rzepakowy, bułka tarta (gluten), szpinak, pieprz ziołowy) – 150 g - Ryż biały gotowany – 200 g - Surówka z tartej marchewki z jabłkiem (składniki: marchew, jabłko, olej rzepakowy) – 200 g - Kompot owocowy bez cukru – 250 ml	- Rosół z makaronem (składniki: makaron dwujajeczny (gluten, jaja), marchew, pietruszka, seler, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy) – 350 ml - Pulpety rybne (składniki: filet rybny, jaja, olej rzepakowy, bułka tarta (gluten), szpinak, pieprz ziołowy) – 150 g - Ryż brązowy gotowany – 150 g - Surówka z tartej marchewki z jabłkiem (składniki: marchew, jabłko, olej rzepakowy) – 200 g - Kompot owocowy bez cukru – 250 ml
Podwieczorek	-	-	-	- Ciastka zbożowe bez cukru (gluten) – 25 g
Kolacja	- Chleb pszenny (gluten) – 50 g - Chleb razowy (gluten) - 30 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Wędlina drobiowa – 45 g - Ser twarogowy chudy (z mleka) – 60 g - Roszponka – 10 g - Papryka czerwona – 50 g - Dżem owocowy o obniżonej zawartości cukru – 25 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 - Ser twarogowy chudy (z mleka) – 60 g - Roszponka – 10 g - Pomidor – 50 g - Dżem owocowy o obniżonej zawartości cukru – 25 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 - Ser twarogowy chudy (z mleka) – 60 g - Roszponka – 10 g - Pomidor – 50 g - Dżem owocowy o obniżonej zawartości cukru – 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 - Wędlina drobiowa – 45 g - Ser twarogowy chudy (z mleka) – 60 g - Roszponka – 10 g - Papryka czerwona – 50 g - Kawa zbożowa z mlekiem (składniki: woda, mleko 2% tłuszczu, kawa zbożowa (gluten)) – 250 ml
Posiłek nocny	-	-	-	-
Wartości odżywcze dobowe	Wartość energetyczna: 1920,1 kcal Białko: 105,4 g Tłuszcz: 58,3 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 21,2 g Węglowodany ogółem: 261,4 g Cukry: 66 g Błonnik pokarmowy: 34,4 g Sól: 4,99 g	Wartość energetyczna: 1877,5 kcal Białko: 106,5 g Tłuszcz: 52,9 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 18,2 g Węglowodany ogółem: 257,7 g Cukry: 64 g Błonnik pokarmowy: 26,2 g Sól: 5,15 g	Wartość energetyczna: 1964,4 kcal Białko: 109,7 g Tłuszcz: 49,2 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 15,6 g Węglowodany ogółem: 285,1 g Cukry: 64,2 g Błonnik pokarmowy: 27,2 g Sól: 5,44 g	Wartość energetyczna: 2037,6 kcal Białko: 109,7 g Tłuszcz: 60,9 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 22,4 g Węglowodany ogółem: 278,5 g Cukry: 60,8 g Błonnik pokarmowy: 44 g Sól: 5,85 g

SZPITAL POWIATOWY W KĘTRZYNIE - JADŁOSPIS PONIEDZIAŁEK 18.12.2023 r.

	(kod: 6/K) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6 posiłków)			
I śniadanie	- Zupa mleczna z kaszą jaglaną (składniki: mleko 2% tłuszczu, kasza jaglana) – 250 ml - Chleb razowy (gluten) - 60 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Ser twarogowy chudy z ziołami (z mleka) – 50 g - Wędlina wieprzowa – 30 g - Sałata masłowa – 10 g - Pomidor – 50 g - Jabłko – 100 g - Herbata czarna bez cukru – 250 ml			
II śniadanie	Kanapka z wędliną drobiową: - Chleb razowy (gluten) – 30 g - Masło ekstra (z mleka) – 2 g - Wędlina drobiowa - 15 g			
Obiad	- Rosół z makaronem (składniki: makaron dwujajeczny (gluten, jaja), marchew, pietruszka, seler , ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziółowy) – 350 ml - Pulpety rybne (składniki: filet rybny, jaja , olej rzepakowy, bułka tarta (gluten), szpinak, pieprz ziółowy) – 150 g - Ryż brązowy gotowany – 150 g - Surówka z tartej marchewki z jabłkiem (składniki: marchew, jabłko, olej rzepakowy) – 200 g - Kompot owocowy bez cukru – 250 ml			
Podwieczorek	- Ciastka zbożowe bez cukru (gluten) – 25 g			
Kolacja	- Chleb razowy (gluten) - 90 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Wędlina drobiowa – 45 g - Ser twarogowy chudy (z mleka) – 60 g - Roszponka – 10 g - Papryka czerwona – 50 g - Kawa zbożowa z mlekiem (składniki: woda, mleko 2% tłuszczu, kawa zbożowa (gluten)) – 250 ml			
Posiłek nocny	- Sok pomidorowy – 240 ml			
Wartości odżywcze dobowe	Wartość energetyczna: 2012,7 kcal Białko: 109,8 g Tłuszcz: 60,8 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 22,4 g Węglowodany ogółem: 272,2 g Cukry: 66,5 g Błonnik pokarmowy: 43,9 g Sól: 6,67 g			

SZPITAL POWIATOWY W KĘTRZYNIE - JADŁOSPIS WTOREK 19.12.2023 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 pszenny (gluten) – 50 g - Bułka grahamka (gluten) – 90 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Wędlina drobiowa – 45 g - Roszponka – 10 g - Pomidor – 50 g - Dżem owocowy o obniżonej zawartości cukru – 25 g - Banan – 130 g - Kawa zbożowa z mlekiem (składniki: woda, mleko 2% tłuszczu, kawa zbożowa (gluten)) – 250 ml	- Chleb pszenny (gluten) – 25 g - Bułka pszenna (gluten) – 90 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Wędlina drobiowa – 45 g - Roszponka – 10 g - Pomidor – 50 g - Dżem owocowy o obniżonej zawartości cukru – 25 g - Banan – 130 g - Kawa zbożowa z mlekiem (składniki: woda, mleko 2% tłuszczu, kawa zbożowa (gluten)) – 250 ml	- Chleb pszenny (gluten) – 25 g - Bułka pszenna (gluten) – 90 g - Masło ekstra (z mleka) – 5 g - Wędlina drobiowa – 45 g - Roszponka – 10 g - Pomidor – 50 g - Dżem owocowy o obniżonej zawartości cukru – 25 g - Banan – 130 g - Kawa zbożowa z mlekiem (składniki: woda, mleko 2% tłuszczu, kawa zbożowa (gluten)) – 250 ml	- Chleb razowy (gluten) – 30 g - Bułka grahamka (gluten) – 90 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Wędlina drobiowa – 45 g - Roszponka – 10 g - Pomidor – 50 g - Dżem owocowy o obniżonej zawartości cukru – 25 g - Banan – 130 g - Kawa zbożowa z mlekiem (składniki: woda, mleko 2% tłuszczu, kawa zbożowa (gluten)) – 250 ml
II śniadanie	-	-	-	Kanapka z wędliną drobiową: - Chleb razowy (gluten) – 30 g - Masło ekstra (z mleka) – 2 g - Wędlina drobiowa - 15 g
Obiad	- Zupa z kalafior (składniki: woda, ziemniaki, kalafior, marchew, pietruszka, seler, jogurt typu greckiego (z mleka), pieprz ziółowy) – 350 ml - Pulpety drobiowe (składniki: mięso drobiowe, jaja kurze całe, bułka tarta (gluten), olej rzepakowy) – 150 g - Ziemniaki gotowane – 240 g - Buraki tarte gotowane (składniki: buraki, olej rzepakowy, sok z cytryny) – 150 g - Kompot owocowy bez cukru – 250 ml	- Zupa z kalafior (składniki: woda, ziemniaki, kalafior, marchew, pietruszka, seler, jogurt typu greckiego (z mleka), pieprz ziółowy) – 350 ml - Pulpety drobiowe (składniki: mięso drobiowe, jaja kurze całe, bułka tarta (gluten), olej rzepakowy) – 150 g - Ziemniaki gotowane – 200 g - Buraki tarte gotowane (składniki: buraki, olej rzepakowy, sok z cytryny) – 150 g - Kompot owocowy bez cukru – 250 ml	- Zupa z kalafior (składniki: woda, ziemniaki, kalafior, marchew, pietruszka, seler, jogurt typu greckiego (z mleka), pieprz ziółowy) – 350 ml - Pulpety drobiowe (składniki: mięso drobiowe, jaja kurze całe, bułka tarta (gluten), olej rzepakowy) – 150 g - Ziemniaki gotowane – 250 g - Buraki tarte gotowane (składniki: buraki, olej rzepakowy, sok z cytryny) – 150 g - Kompot owocowy bez cukru – 250 ml	- Zupa z kalafior (składniki: woda, ziemniaki, kalafior, marchew, pietruszka, seler, jogurt typu greckiego (z mleka), pieprz ziółowy) – 350 ml - Pulpety drobiowe (składniki: mięso drobiowe, jaja kurze całe, bułka tarta (gluten), olej rzepakowy) – 150 g - Ziemniaki gotowane – 200 g - Surówka z tartej marchewki z jabłkiem (składniki: marchew, jabłko, olej rzepakowy) – 150 g - Kompot owocowy bez cukru – 250 ml
Podwieczorek	-	-	-	- Kefir (mleko) – 240 ml
Kolacja	- Chleb razowy (gluten) – 30 g - Chleb pszenny (gluten) – 50 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Wędlina wieprzowa – 45 g - Jajko kurze – 50 g - Pomidor – 50 g - Sałata masłowa – 10 g - Kisiel truskawkowy (składniki: woda, truskawki, mąka ziemniaczana) – 200 g - Herbata owocowa bez cukru – 250 ml	- Chleb pszenny (gluten) – 75 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Wędlina wieprzowa – 45 g - Jajko kurze – 50 g - Pomidor – 50 g - Sałata masłowa – 10 g - Kisiel truskawkowy (składniki: woda, truskawki, mąka ziemniaczana) – 200 g - Pieczywo chrupkie kukurydziane – 24 g - Herbata owocowa bez cukru – 250 ml	- Chleb pszenny (gluten) – 100 g - Masło ekstra (z mleka) – 5 g - Wędlina wieprzowa – 45 g - Pomidor – 50 g - Sałata masłowa – 10 g - Kisiel truskawkowy (składniki: woda, truskawki, mąka ziemniaczana) – 200 g - Pieczywo chrupkie kukurydziane – 24 g - Herbata owocowa bez cukru – 250 ml	- Chleb razowy (gluten) – 90 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Wędlina wieprzowa – 45 g - Jajko kurze – 50 g - Pomidor – 50 g - Sałata masłowa – 10 g - Kisiel truskawkowy (składniki: woda, truskawki, mąka ziemniaczana) – 200 g - Herbata owocowa bez cukru – 250 ml
Posiłek nocny	-	-	-	-
Wartości odżywcze dobowe	Wartość energetyczna: 1925,7 kcal Białko: 89,4 g Tłuszcz: 64,9 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 18,6 g Węglowodany ogółem: 261,6 g Cukry: 70,9 g Błonnik pokarmowy: 30,9 g Sól: 5,02 g	Wartość energetyczna: 1913,4 kcal Białko: 88,9 g Tłuszcz: 64,7 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 18,6 g Węglowodany ogółem: 255,4 g Cukry: 69,2 g Błonnik pokarmowy: 24,1 g Sól: 4,75 g	Wartość energetyczna: 1861,5 kcal Białko: 85,4 g Tłuszcz: 52 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 11,7 g Węglowodany ogółem: 275,2 g Cukry: 69,6 g Błonnik pokarmowy: 25,4 g Sól: 4,87 g	Wartość energetyczna: 2094,2 kcal Białko: 97,8 g Tłuszcz: 72,2 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 22,6 g Węglowodany ogółem: 283,4 g Cukry: 84,9 g Błonnik pokarmowy: 38,9 g Sól: 5,83 g

SZPITAL POWIATOWY W KĘTRZYNIE - JADŁOSPIS WTOREK 19.12.2023 r.

	(kod: 6/K) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6 posiłków)			
I śniadanie	- Chleb razowy (gluten) – 30 g - Bułka grahamka (gluten) – 90 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Wędlina drobiowa – 45 g - Roszponka – 10 g - Pomidor – 50 g - Dżem owocowy o obniżonej zawartości cukru – 25 g - Banan – 130 g - Kawa zbożowa z mlekiem (składniki: woda, mleko 2% tłuszczu, kawa zbożowa (gluten)) – 250 ml			
II śniadanie	Kanapka z wędliną drobiową: - Chleb razowy (gluten) – 30 g - Masło ekstra (z mleka) – 2 g - Wędlina drobiowa - 15 g			
Obiad	- Zupa z kalafiorom (składniki: woda, ziemniaki, kalafior, marchew, pietruszka, seler, jogurt typu greckiego (z mleka), pieprz ziołowy) – 350 ml - Pulpety drobiowe (składniki: mięso drobiowe, jaja kurze całe, bułka tarta (gluten), olej rzepakowy) – 150 g - Ziemniaki gotowane – 200 g - Surówka z tartej marchewki z jabłkiem (składniki: marchew, jabłko, olej rzepakowy) – 150 g - Kompot owocowy bez cukru – 250 ml			
Podwieczorek	- Kefir (mleko) – 240 ml			
Kolacja	- Chleb razowy (gluten) – 60 g - Masło ekstra (z mleka) – 5 g - Wędlina wieprzowa – 30 g - Jajko kurze – 50 g - Pomidor – 50 g - Sałata masłowa – 10 g - Kisiel truskawkowy (składniki: woda, truskawki, mąka ziemniaczana) – 200 g - Herbata owocowa bez cukru – 250 ml			
Posiłek nocny	Kanapka z twarogiem: - Chleb razowy (gluten) – 30 g - Ser twarogowy chudy (mleko) - 20 g			
Wartości odżywcze dobowe	Wartość energetyczna: 2057,6 kcal Białko: 98,5 g Tłuszcz: 67,6 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 19,7 g Węglowodany ogółem: 283,9 g Cukry: 85,4 g Błonnik pokarmowy: 38,9 g Sól: 5,61 g			

SZPITAL POWIATOWY W KĘTRZYNIE - JADŁOSPIS ŚRODA 20.12.2023 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 pszenny (gluten) - 50 g - Chleb razowy (gluten) - 30 g - Masło ekstra (z mleka) - 10 g - Pasta jajeczna z twarogiem (składniki: jaja kurze całe, ser twarogowy (mleko), pieprz ziołowy) – 100 g - Wędlina drobiowa – 45 g - Roszponka – 10 g - Pomidor – 100 g - Jogurt naturalny (mleko) – 150 g - Dżem owocowy o obniżonej zawartości cukru – 25 g - Pomarańcza – 200 g - Herbata owocowa bez cukru – 250 ml	- Chleb pszenny (gluten) - 75 g - Masło ekstra (z mleka) - 10 g - Pasta jajeczna z twarogiem (składniki: jaja kurze całe, ser twarogowy (mleko), pieprz ziołowy) – 100 g - Wędlina drobiowa – 45 g - Roszponka – 10 g - Pomidor – 100 g - Jogurt naturalny (mleko) – 150 g - Dżem owocowy o obniżonej zawartości cukru – 25 g - Pomarańcza – 200 g - Herbata owocowa bez cukru – 250 ml	- Chleb pszenny (gluten) - 75 g - Pasta jajeczna z twarogiem (składniki: jaja kurze całe, ser twarogowy (mleko), pieprz ziołowy) – 100 g - Wędlina drobiowa – 45 g - Roszponka – 10 g - Pomidor – 100 g - Jogurt naturalny (mleko) – 150 g - Dżem owocowy o obniżonej zawartości cukru – 25 g - Pomarańcza – 200 g - Herbata owocowa bez cukru – 250 ml	- Chleb razowy (gluten) - 75 g - Masło ekstra (z mleka) - 10 g - Pasta jajeczna z twarogiem (składniki: jaja kurze całe, ser twarogowy (mleko), pieprz ziołowy) – 100 g - Wędlina drobiowa – 45 g - Roszponka – 10 g - Pomidor – 100 g - Jogurt naturalny (mleko) – 150 g - Dżem owocowy o obniżonej zawartości cukru – 25 g - Pomarańcza – 200 g - Herbata owocowa bez cukru – 250 ml
II śniadanie	-	-	-	Kanapka z serem żółtym: - Chleb razowy (gluten) – 30 g - Masło ekstra (z mleka) – 2 g - Ser żółty (mleko) - 15 g
Obiad	- Zupa jarzynowa z ryżem (składniki: woda, ryż biały, fasolka szparagowa, marchew, pietruszka, seler, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy) – 350 ml - Schab wieprzowy duszony – 150 g - Kasza bulgur gotowana (gluten) - 150 g - Mieszanka gotowanych warzyw (składniki: kalafior, brokuł, marchew, fasolka szparagowa) – 150 g - Kompot owocowy bez cukru – 250 ml	- Zupa jarzynowa z ryżem (składniki: woda, ryż biały, fasolka szparagowa, marchew, pietruszka, seler, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy) – 350 ml - Schab wieprzowy duszony – 150 g - Kasza bulgur gotowana (gluten) - 150 g - Mieszanka gotowanych warzyw (składniki: kalafior, brokuł, marchew, fasolka szparagowa) – 150 g - Kompot owocowy bez cukru – 250 ml	- Zupa jarzynowa z ryżem (składniki: woda, ryż biały, fasolka szparagowa, marchew, pietruszka, seler, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy) – 350 ml - Schab wieprzowy duszony – 150 g - Kasza bulgur gotowana (gluten) - 200 g - Mieszanka gotowanych warzyw (składniki: kalafior, brokuł, marchew, fasolka szparagowa) – 150 g - Kompot owocowy bez cukru – 250 ml	- Zupa jarzynowa z ryżem (składniki: woda, ryż biały, fasolka szparagowa, marchew, pietruszka, seler, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy) – 350 ml - Schab wieprzowy duszony – 150 g - Kasza bulgur gotowana (gluten) - 150 g - Surówka z tartej marchewki z jabłkiem (składniki: marchew, jabłko, olej rzepakowy) – 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 biały, woda, mleko 2% tłuszczu, jabłko pieczone, cynamon) – 350 g - Chleb pszenny (gluten) – 50 g - Chleb razowy (gluten) - 30 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Wędlina wieprzowa – 45 g - Pomidor – 50 g - Roszponka – 10 g - Herbata czarna bez cukru – 250 ml	- Ryż z pieczonym jabłkiem (składniki: ryż biały, woda, mleko 2% tłuszczu, jabłko pieczone, cynamon) – 350 g - Chleb pszenny (gluten) – 75 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Wędlina wieprzowa – 45 g - Pomidor – 50 g - Roszponka – 10 g - Herbata czarna bez cukru – 250 ml	- Ryż z pieczonym jabłkiem (składniki: ryż biały, woda, mleko 2% tłuszczu, jabłko pieczone, cynamon) – 350 g - Chleb pszenny (gluten) – 75 g - Masło ekstra (z mleka) – 5 g - Wędlina wieprzowa – 45 g - Pomidor – 50 g - Roszponka – 10 g - Herbata czarna bez cukru – 250 ml	- Ryż z pieczonym jabłkiem (składniki: ryż brązowy, woda, mleko 2% tłuszczu, jabłko pieczone, cynamon) – 350 g - Chleb razowy (gluten) – 60 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Wędlina wieprzowa – 30 g - Pomidor – 50 g - Roszponka – 10 g - Herbata czarna bez cukru – 250 ml
Posiłek nocny	-	-	-	-
Wartości odżywcze dobowe	Wartość energetyczna: 1996,8 kcal Białko: 113,1 g Tłuszcz: 55,3 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 18,5 g Węglowodany ogółem: 277,9 g Cukry: 77,4 g Błonnik pokarmowy: 33,8 g Sól: 4,36 g	Wartość energetyczna: 1989,6 kcal Białko: 113,8 g Tłuszcz: 55 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 18,4 g Węglowodany ogółem: 274,3 g Cukry: 76,7 g Błonnik pokarmowy: 30,2 g Sól: 4,24 g	Wartość energetyczna: 1993,7 kcal Białko: 115,3 g Tłuszcz: 51 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 15,7 g Węglowodany ogółem: 283,6 g Cukry: 76,7 g Błonnik pokarmowy: 32,4 g Sól: 4,24 g	Wartość energetyczna: 2266,6 kcal Białko: 116,2 g Tłuszcz: 74,1 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 23,9 g Węglowodany ogółem: 307,1 g Cukry: 86,9 g Błonnik pokarmowy: 47,2 g Sól: 5,36 g

SZPITAL POWIATOWY W KĘTRZYNIE - JADŁOSPIS ŚRODA 20.12.2023 r.

	(kod: 6/K) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6 posiłków)			
I śniadanie	- Chleb razowy (gluten) - 75 g - Masło ekstra (z mleka) - 10 g - Pasta jajeczna z twarogiem (składniki: jaja kurze całe, ser twarogowy (mleko), pieprz ziółowy) – 100 g - Wędlina drobiowa – 45 g - Roszponka – 10 g - Pomidor – 100 g - Jogurt naturalny (mleko) – 150 g - Dżem owocowy o obniżonej zawartości cukru – 25 g - Pomarańcza – 200 g - Herbata owocowa bez cukru – 250 ml			
II śniadanie	Kanapka z serem żółtym: - Chleb razowy (gluten) – 30 g - Masło ekstra (z mleka) – 2 g - Ser żółty (mleko) - 15 g			
Obiad	- Zupa jarzynowa z ryżem (składniki: woda, ryż biały, fasolka szparagowa, marchew, pietruszka, seler, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziółowy) – 350 ml - Schab wieprzowy duszony – 150 g - Kasza bulgur gotowana (gluten) - 150 g - Surówka z tartej marchewki z jabłkiem (składniki: marchew, jabłko, olej rzepakowy) – 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, woda, mleko 2% tłuszczu, jabłko pieczone, cynamon) – 350 g - Chleb razowy (gluten) – 60 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Wędlina wieprzowa – 30 g - Pomidor – 50 g - Roszponka – 10 g - Herbata czarna bez cukru – 250 ml			
Posiłek nocny	- Sok pomidorowy – 240 ml			
Wartości odżywcze dobowe	Wartość energetyczna: 2309,8 kcal Białko: 118,1 g Tłuszcz: 74,5 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 24 g Węglowodany ogółem: 316,2 g Cukry: 93,2 g Błonnik pokarmowy: 49,9 g Sól: 6,52 g			

SZPITAL POWIATOWY W KĘTRZYNIE - JADŁOSPIS CZWARTEK 21.12.2023 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 pszenny (gluten) – 25 g - Bułka grahamka (gluten) – 90 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Wędlina drobiowa – 45 g - Ser twarogowy chudy (mleko) – 50 g - Roszponka – 10 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) – 25 g - Bułka pszenna (gluten) – 90 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Wędlina drobiowa – 45 g - Ser twarogowy chudy (mleko) – 50 g - Roszponka – 10 g - Pomidor – 50 g - Jogurt naturalny (mleko) – 150 g - Banan – 130 g - Kawa zbożowa z mlekiem (składniki: woda, mleko 2% tłuszczu, kawa zbożowa (gluten)) – 250 ml	- Chleb pszenny (gluten) – 25 g - Bułka pszenna (gluten) – 90 g - Masło ekstra (z mleka) – 5 g - Wędlina drobiowa – 45 g - Ser twarogowy chudy (mleko) – 50 g - Roszponka – 10 g - Pomidor – 50 g - Jogurt naturalny (mleko) – 150 g - Banan – 130 g - Kawa zbożowa z mlekiem (składniki: woda, mleko 2% tłuszczu, kawa zbożowa (gluten)) – 250 ml	- Chleb razowy (gluten) – 30 g - Bułka grahamka (gluten) – 90 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Wędlina drobiowa – 45 g - Ser twarogowy chudy (mleko) – 50 g - Roszponka – 10 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 twarogiem: - Chleb razowy (gluten) – 30 g - Ser twarogowy chudy (mleko) – 20 g
Obiad	- Zupa krupnik z kaszą jęczmienną (składniki: kasza jęczmienna (gluten), ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz ziołowy, majeranek) – 350 ml - Pierś z kurczaka gotowana na parze – 150 g - Kasza gryczana – 150 g - Buraki tarte gotowane (składniki: buraki, 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 ziołowy, majeranek) – 350 ml - Pierś z kurczaka gotowana na parze – 150 g - Kasza jęczmienna (gluten) – 150 g - Buraki tarte gotowane (składniki: buraki, 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 ziołowy, majeranek) – 350 ml - Pierś z kurczaka gotowana na parze – 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 krupnik z kaszą jęczmienną (składniki: kasza jęczmienna (gluten), ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz ziołowy, majeranek) – 350 ml - Pierś z kurczaka gotowana na parze – 150 g - Kasza gryczana – 150 g - Buraki tarte gotowane (składniki: buraki, olej rzepakowy, sok z cytryny) – 150 g - Kompot owocowy bez cukru – 250 ml
Podwieczorek	-	-	-	- Ciastka zbożowe bez cukru (gluten) – 25 g
Kolacja	- Chleb pszenny (gluten) – 50 g - Chleb razowy (gluten) - 30 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Wędlina wieprzowa – 60 g - Papryka czerwona – 50 g - Sałata masłowa – 10 g - Kisiel owocowy (składniki: woda, truskawki, mąka ziemniaczana) – 150 g - Herbata owocowa bez cukru– 250 ml	- Chleb pszenny (gluten) – 100 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Wędlina wieprzowa – 60 g - Pomidor – 50 g - Sałata masłowa – 10 g - Kisiel owocowy (składniki: woda, truskawki, mąka ziemniaczana) – 150 g - Biszkopty bez cukru (jaja, gluten) – 25 g - Herbata owocowa bez cukru– 250 ml	- Chleb pszenny (gluten) – 100 g - Masło ekstra (z mleka) – 5 g - Wędlina wieprzowa – 60 g - Pomidor – 50 g - Sałata masłowa – 10 g - Kisiel owocowy (składniki: woda, truskawki, mąka ziemniaczana) – 150 g - Biszkopty bez cukru (jaja, gluten) – 25 g - Herbata owocowa bez cukru– 250 ml	- Chleb razowy (gluten) - 90 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Wędlina wieprzowa – 60 g - Papryka czerwona – 50 g - Sałata masłowa – 10 g - Kisiel owocowy (składniki: woda, truskawki, mąka ziemniaczana) – 150 g - Herbata owocowa bez cukru– 250 ml
Posiłek nocny	-	-	-	-
Wartości odżywcze dobowe	Wartość energetyczna: 1953,9 kcal Białko: 111,5 g Tłuszcz: 52,5 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 18,4 g Węglowodany ogółem: 275,9 g Cukry: 56,5 g Błonnik pokarmowy: 32 g Sól: 4,82 g	Wartość energetyczna: 2026,4 kcal Białko: 109,5 g Tłuszcz: 52 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 18,6 g Węglowodany ogółem: 293,8 g Cukry: 63,2 g Błonnik pokarmowy: 24 g Sól: 4,83 g	Wartość energetyczna: 2005,1 kcal Białko: 110,5 g Tłuszcz: 44,1 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 13,1 g Węglowodany ogółem: 305,7 g Cukry: 63,2 g Błonnik pokarmowy: 25 g Sól: 4,84 g	Wartość energetyczna: 2123,5 kcal Białko: 112,6 g Tłuszcz: 58,7 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 19,1 g Węglowodany ogółem: 307 g Cukry: 62,8 g Błonnik pokarmowy: 40,8 g Sól: 5,41 g

SZPITAL POWIATOWY W KĘTRZYNIE - JADŁOSPIS CZWARTEK 21.12.2023 r.

	(kod: 6/K) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6 posiłków)			
I śniadanie	- Chleb razowy (gluten) – 30 g - Bułka grahamka (gluten) – 90 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Wędlina drobiowa – 45 g - Ser twarogowy chudy (mleko) – 50 g - Roszponka – 10 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 twarogiem: - Chleb razowy (gluten) – 30 g - Ser twarogowy chudy (mleko) - 20 g			
Obiad	- Zupa krupnik z kaszą jęczmienną (składniki: kasza jęczmienna (gluten), ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz ziółowy, majeranek) – 350 ml - Pierś z kurczaka gotowana na parze – 150 g - Kasza gryczana – 150 g - Buraki tarte gotowane (składniki: buraki, olej rzepakowy, sok z cytryny) – 150 g - Kompot owocowy bez cukru – 250 ml			
Podwieczorek	- Ciastka zbożowe bez cukru (gluten) – 25 g			
Kolacja	- Chleb razowy (gluten) - 60 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Wędlina wieprzowa – 30 g - Papryka czerwona – 50 g - Sałata masłowa – 10 g - Kisiel owocowy (składniki: woda, truskawki, mąka ziemniaczana) – 150 g - Herbata owocowa bez cukru – 250 ml			
Posiłek nocny	- Kefir (mleko) – 240 ml			
Wartości odżywcze dobowe	Wartość energetyczna: 2137,9 kcal Białko: 112,6 g Tłuszcz: 61,8 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 21,4 g Węglowodany ogółem: 302,6 g Cukry: 72,2 g Błonnik pokarmowy: 38,3 g Sól: 4,84 g			

SZPITAL POWIATOWY W KĘTRZYNIE - JADŁOSPIS PIĄTEK 22.12.2023 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 pszenny (gluten) - 50 g - Chleb razowy (gluten) - 30 g - Pasta jajeczna (składniki: jaja kurze całe, ser twarogowy (mleko), pieprz ziołowy) – 100 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Wędlina drobiowa – 45 g - Sałata masłowa – 10 g - Pomidor – 50 g - Jabłko – 100 g - Herbata czarna bez cukru – 250 ml	- Chleb pszenny (gluten) - 75 g - Pasta jajeczna (składniki: jaja kurze całe, ser twarogowy (mleko), pieprz ziołowy) – 100 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Wędlina drobiowa – 45 g - Sałata masłowa – 10 g - Pomidor – 50 g - Jabłko – 100 g - Herbata czarna bez cukru – 250 ml	- Chleb pszenny (gluten) - 75 g - Pasta jajeczna (składniki: jaja kurze całe, ser twarogowy (mleko), pieprz ziołowy) – 100 g - Wędlina drobiowa – 45 g - Sałata masłowa – 10 g - Pomidor – 50 g - Jabłko – 100 g - Herbata czarna bez cukru – 250 ml	- Chleb razowy (gluten) - 90 g - Pasta jajeczna (składniki: jaja kurze całe, ser twarogowy (mleko), pieprz ziołowy) – 100 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Wędlina drobiowa – 45 g - Sałata masłowa – 10 g - Pomidor – 50 g - Jabłko – 100 g - Herbata czarna bez cukru – 250 ml
II śniadanie	-	-	-	Kanapka z serem żółtym: - Chleb razowy (gluten) – 30 g - Masło ekstra (z mleka) – 2 g - Ser żółty (mleko) - 15 g
Obiad	- Zupa krem z dyni z grzankami (składniki: woda, dynia, ziemniaki, pomidory w puszcze, chleb pszenny (gluten), jogurt typu greckiego (mleko) pietruszka, oliwa z oliwek) – 350 ml - Kopytka ze szpinakiem gotowane (składniki: ziemniaki, ser twarogowy chudy (z mleka), mąka pszenna (gluten), szpinak, jaja kurze, olej rzepakowy) – 300 g - Surówka z tartej marchwi z jabłkiem (składniki: marchew, jabłko, olej rzepakowy, sok z cytryny) – 150 g - Kompot owocowy bez cukru - 250 ml	- Zupa krem z dyni z grzankami (składniki: woda, dynia, ziemniaki, pomidory w puszcze, chleb pszenny (gluten), jogurt typu greckiego (mleko) pietruszka, oliwa z oliwek) – 350 ml - Kopytka ze szpinakiem gotowane (składniki: ziemniaki, ser twarogowy chudy (z mleka), mąka pszenna (gluten), szpinak, jaja kurze, olej rzepakowy) – 300 g - Surówka z tartej marchwi z jabłkiem (składniki: marchew, jabłko, olej rzepakowy, sok z cytryny) – 150 g - Kompot owocowy bez cukru - 250 ml	- Zupa krem z dyni z grzankami (składniki: woda, dynia, ziemniaki, pomidory w puszcze, chleb pszenny (gluten), jogurt typu greckiego (mleko) pietruszka, oliwa z oliwek) – 350 ml - Kopytka ze szpinakiem gotowane (składniki: ziemniaki, ser twarogowy chudy (z mleka), mąka pszenna (gluten), szpinak, jaja kurze, olej rzepakowy) – 300 g - Surówka z tartej marchwi z jabłkiem (składniki: marchew, jabłko, olej rzepakowy, sok z cytryny) – 150 g - Kompot owocowy bez cukru - 250 ml	- Zupa krem z dyni z grzankami (składniki: woda, dynia, ziemniaki, pomidory w puszcze, chleb pszenny (gluten), jogurt typu greckiego (mleko) pietruszka, oliwa z oliwek) – 350 ml - Kopytka ze szpinakiem gotowane (składniki: ziemniaki, ser twarogowy chudy (z mleka), mąka pszenna (gluten), szpinak, jaja kurze, olej rzepakowy) – 300 g - Surówka z tartej marchwi z jabłkiem (składniki: 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	- Ciasto marchewkowe (składniki: mąka pszenna (gluten), marchew, jaja kurze całe, olej rzepakowy, cynamon, soda oczyszczona) – 105 g - Chleb pszenny (gluten) – 25 g - Chleb razowy (gluten) - 30 g - Masło ekstra (z mleka) – 5 g - Wędlina drobiowa – 30 g - Pomidor – 50 g - Kakao na mleku (składniki: mleko 2% tłuszczu, kakao w proszku) – 250 ml	- Ciasto marchewkowe (składniki: mąka pszenna (gluten), marchew, jaja kurze całe, olej rzepakowy, cynamon, soda oczyszczona) – 105 g - Chleb pszenny (gluten) – 50 g - Masło ekstra (z mleka) – 5 g - Wędlina drobiowa – 30 g - Pomidor – 50 g - Kakao na mleku (składniki: mleko 2% tłuszczu, kakao w proszku) – 250 ml	- Ciasto marchewkowe (składniki: mąka pszenna (gluten), marchew, jaja kurze całe, olej rzepakowy, cynamon, soda oczyszczona) – 105 g - Chleb pszenny (gluten) – 50 g - Masło ekstra (z mleka) – 5 g - Wędlina drobiowa – 30 g - Pomidor – 50 g - Kakao na mleku (składniki: mleko 2% tłuszczu, kakao w proszku) – 250 ml	- Chleb razowy (gluten) - 90 g - Masło ekstra (z mleka) – 5 g - Wędlina drobiowa – 45 g - Pomidor – 50 g - Kakao na mleku (składniki: mleko 2% tłuszczu, kakao w proszku) – 250 ml
Posiłek nocny	-	-	-	-
Wartości odżywcze dobowe	Wartość energetyczna: 2063,9 kcal Białko: 97,4 g Tłuszcz: 63,9 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 22,3 g Węglowodany ogółem: 289,6 g Cukry: 55,3 g Błonnik pokarmowy: 28,6 g Sól: 4,25 g	Wartość energetyczna: 2070,7 kcal Białko: 99,4 g Tłuszcz: 64,4 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 22,6 g Węglowodany ogółem: 286,1 g Cukry: 54,6 g Błonnik pokarmowy: 24,9 g Sól: 4,16 g	Wartość energetyczna: 1958,5 kcal Białko: 99,3 g Tłuszcz: 52,2 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 14,4 g Węglowodany ogółem: 286 g Cukry: 54,5 g Błonnik pokarmowy: 24,9 g Sól: 4,16 g	Wartość energetyczna: 2115 kcal Białko: 104,2 g Tłuszcz: 66,6 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 23,9 g Węglowodany ogółem: 294,7 g Cukry: 60,9 g Błonnik pokarmowy: 26,7 g Sól: 6,19 g

SZPITAL POWIATOWY W KĘTRZYNIE - JADŁOSPIS PIĄTEK 22.12.2023 r.

	(kod: 6/K) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6 posiłków)			
I śniadanie	- Chleb razowy (gluten) - 90 g - Pasta jajeczna (składniki: jaja kurze całe, ser twarogowy (mleko), pieprz ziółowy) – 100 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Wędlina drobiowa – 45 g - Sałata masłowa – 10 g - Pomidor – 50 g - Jabłko – 100 g - Herbata czarna bez cukru – 250 ml			
II śniadanie	Kanapka z serem żółtym: - Chleb razowy (gluten) – 30 g - Masło ekstra (z mleka) – 2 g - Ser żółty (mleko) - 15 g			
Obiad	- Zupa krem z dyni z grzankami (składniki: woda, dynia, ziemniaki, pomidory w puszcze, chleb pszenny (gluten), jogurt typu greckiego (mleko) pietruszka, oliwa z oliwek) – 350 ml - Kopytka ze szpinakiem gotowane (składniki: ziemniaki, ser twarogowy chudy (z mleka), mąka pszenna (gluten), szpinak, jaja kurze, olej rzepakowy) – 300 g - Surówka z tartej marchwi z jabłkiem (składniki: 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	- Chleb razowy (gluten) - 60 g - Masło ekstra (z mleka) – 5 g - Wędlina drobiowa – 30 g - Pomidor – 50 g - Kakao na mleku (składniki: mleko 2% tłuszczu, kakao w proszku) – 250 ml			
Posiłek nocny	- Sok pomidorowy – 240 ml			
Wartości odżywcze dobowe	Wartość energetyczna: 2076,3 kcal Białko: 101,2 g Tłuszcz: 66,4 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 26,5 g Węglowodany ogółem: 288,4 g Cukry: 62,3 g Błonnik pokarmowy: 39,3 g Sól: 6,75 g			

SZPITAL POWIATOWY W KĘTRZYNIE - JADŁOSPIS SOBOTA 23.12.2023 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 pszenny (gluten) - 50 g - Chleb razowy (gluten) - 30 g - Masło ekstra (z mleka) - 10 g - Wędlina wieprzowa – 60 g - Roszponka – 10 g - Pomidor – 50 g - Jogurt naturalny (mleko) – 150 g - Mandarynki – 140 g - Dżem owocowy – 25 g - Herbata owocowa bez cukru – 250 ml	- Chleb pszenny (gluten) - 100 g - Masło ekstra (z mleka) - 10 g - Wędlina wieprzowa – 60 g - Roszponka – 10 g - Pomidor – 50 g - Jogurt naturalny (mleko) – 150 g - Mandarynki – 140 g - Dżem owocowy – 25 g - Herbata owocowa bez cukru – 250 ml	- Chleb pszenny (gluten) - 100 g - Masło ekstra (z mleka) - 5 g - Wędlina wieprzowa – 60 g - Roszponka – 10 g - Pomidor – 50 g - Jogurt naturalny (mleko) – 150 g - Mandarynki – 140 g - Dżem owocowy – 25 g - Herbata owocowa bez cukru – 250 ml	- Chleb razowy (gluten) - 90 g - Masło ekstra (z mleka) - 10 g - Wędlina wieprzowa – 60 g - Roszponka – 10 g - Pomidor – 50 g - Dżem owocowy – 25 g - Herbata owocowa bez cukru – 250 ml
II śniadanie	-	-	-	- Jogurt naturalny (mleko) – 150 g - Mandarynki – 140 g
Obiad	- Zupa pomidorowa z ryżem białym (składniki: woda, ryż biały, marchew, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy) – 350 ml - Schab duszony w sosie własnym (składniki: schab wieprzowy, pietruszka, olej rzepakowy, mąka pszenna (gluten), majeranek, pieprz ziołowy) – 200 g - Ziemniaki gotowane – 240 g - Surówka z kapusty pekińskiej (składniki: kapusta pekińska, marchew, jabłko, olej rzepakowy, sok z cytryny) – 150 g - Kompot owocowy bez cukru - 250 ml	- Zupa pomidorowa z ryżem białym (składniki: woda, ryż biały, marchew, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy) – 350 ml - Schab duszony w sosie własnym (składniki: schab wieprzowy, pietruszka, olej rzepakowy, mąka pszenna (gluten), majeranek, pieprz ziołowy) – 200 g - Ziemniaki gotowane – 240 g - Gotowana marchew z masłem (składniki: marchew, masło (mleko) – 150 g - Kompot owocowy bez cukru - 250 ml	- Zupa pomidorowa z ryżem białym (składniki: woda, ryż biały, marchew, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy) – 350 ml - Schab duszony w sosie własnym (składniki: schab wieprzowy, pietruszka, olej rzepakowy, mąka pszenna (gluten), majeranek, pieprz ziołowy) – 200 g - Ziemniaki gotowane – 240 g - Gotowana marchew z masłem (składniki: marchew, masło (mleko) – 150 g - Kompot owocowy bez cukru - 250 ml	- Zupa pomidorowa z ryżem białym (składniki: woda, ryż biały, marchew, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy) – 350 ml - Schab duszony w sosie własnym (składniki: schab wieprzowy, pietruszka, olej rzepakowy, mąka pszenna (gluten), majeranek, pieprz ziołowy) – 200 g - Ziemniaki gotowane – 240 g - Surówka z kapusty pekińskiej (składniki: kapusta pekińska, marchew, jabłko, olej rzepakowy, sok z cytryny) – 150 g - Kompot owocowy bez cukru - 250 ml
Podwieczorek	-	-	-	- Budyń waniliowy bez cukru (składniki: mleko 2% tłuszczu, skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, aromat, barwniki (kurkumina) – 200 g - Ciastka zbożowe bez cukru (gluten) – 25 g
Kolacja	- Chleb pszenny (gluten) – 50 g - Chleb razowy (gluten) - 30 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Wędlina drobiowa – 60 g - Sałata – 10 g - Pomidor – 50 g - Budyń waniliowy bez cukru (składniki: mleko 2% tłuszczu, skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, aromat, barwniki (kurkumina) – 200 g - Wafle ryżowe – 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 - Wędlina drobiowa – 45 g - Sałata – 10 g - Pomidor – 50 g - Budyń waniliowy bez cukru (składniki: mleko 2% tłuszczu, skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, aromat, barwniki (kurkumina) – 200 g - Wafle ryżowe – 25 g - Kawa zbożowa z mlekiem (składniki: woda, mleko 2% tłuszczu, kawa zbożowa (gluten)) – 250 ml	- Chleb pszenny (gluten) – 100 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Wędlina drobiowa – 60 g - Sałata – 10 g - Pomidor – 50 g - Budyń waniliowy bez cukru (składniki: mleko 2% tłuszczu, skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, aromat, barwniki (kurkumina) – 200 g - Wafle ryżowe – 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 - Wędlina drobiowa – 60 g - Sałata – 10 g - Pomidor – 50 g - Kawa zbożowa z mlekiem (składniki: woda, mleko 2% tłuszczu, kawa zbożowa (gluten)) – 250 ml
Posiłek nocny	-	-	-	-
Wartości odżywcze dobowe	Wartość energetyczna: 1816,5 kcal Białko: 104,3 g Tłuszcz: 53,4 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 23,9 g Węglowodany ogółem: 243,5 g Cukry: 60,9 g Błonnik pokarmowy: 26,7 g Sól: 4,95 g	Wartość energetyczna: 1863,6 kcal Białko: 104,3 g Tłuszcz: 53,3 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 23,9 g Węglowodany ogółem: 255,3 g Cukry: 60,9 g Błonnik pokarmowy: 25 g Sól: 4,91 g	Wartość energetyczna: 1840 kcal Białko: 107,3 g Tłuszcz: 49,3 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 21,2 g Węglowodany ogółem: 255,3 g Cukry: 60,9 g Błonnik pokarmowy: 25 g Sól: 5,17 g	Wartość energetyczna: 1803,2 kcal Białko: 100,9 g Tłuszcz: 57 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 24,3 g Węglowodany ogółem: 238,1 g Cukry: 55,2 g Błonnik pokarmowy: 34 g Sól: 5,18 g

SZPITAL POWIATOWY W KĘTRZYNIE - JADŁOSPIS SOBOTA 23.12.2023 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 wieprzowa – 60 g - Roszponka – 10 g - Pomidor – 50 g - Dżem owocowy – 25 g - Herbata owocowa bez cukru – 250 ml			
II śniadanie	- Jogurt naturalny (mleko) – 150 g - Mandarynki – 140 g			
Obiad	- Zupa pomidorowa z ryżem białym (składniki: woda, ryż biały, marchew, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy) – 350 ml - Schab duszony w sosie własnym (składniki: schab wieprzowy, pietruszka, olej rzepakowy, mąka pszenna (gluten), majeranek, pieprz ziółowy) – 200 g - Ziemniaki gotowane – 240 g - Surówka z kapusty pekińskiej (składniki: kapusta pekińska, marchew, jabłko, olej rzepakowy, sok z cytryny) – 150 g - Kompot owocowy bez cukru - 250 ml			
Podwieczorek	- Budyń waniliowy bez cukru (składniki: mleko 2% tłuszczu, skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, aromat, barwniki (kurkumina) – 200 g - Ciastka zbożowe bez cukru (gluten) – 25 g			
Kolacja	- Chleb razowy (gluten) - 90 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Wędlina drobiowa – 60 g - Sałata – 10 g - Pomidor – 50 g - Kawa zbożowa z mlekiem (składniki: woda, mleko 2% tłuszczu, kawa zbożowa (gluten)) – 250 ml			
Posiłek nocny	- Kanapka z wędliną drobiową: - Chleb razowy (gluten) – 30 g - Masło ekstra (z mleka) – 2 g - Wędlina drobiowa - 15 g			
Wartości odżywcze dobowe	Wartość energetyczna: 1900 kcal Białko: 105,8 g Tłuszcz: 59,3 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 25,5 g Węglowodany ogółem: 253,5 g Cukry: 55,7 g Błonnik pokarmowy: 36,5 g Sól: 5,78 g			

SZPITAL POWIATOWY W KĘTRZYNIE - JADŁOSPIS NIEDZIELA 24.12.2023 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 pszenny (gluten) - 50 g - Chleb razowy (gluten) - 30 g - Masło ekstra (z mleka) - 10 g - Wędlina wieprzowa – 45 g - Roszponka – 10 g - Pomidor – 50 g - Ser twarogowy chudy (mleko) – 60 g - Pomarańcza – 200 g - Dżem owocowy – 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 - Wędlina wieprzowa – 45 g - Roszponka – 10 g - Pomidor – 50 g - Ser twarogowy chudy (mleko) – 60 g - Pomarańcza – 200 g - Dżem owocowy – 25 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 wieprzowa – 45 g - Roszponka – 10 g - Pomidor – 50 g - Ser twarogowy chudy (mleko) – 60 g - Pomarańcza – 200 g - Dżem owocowy – 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 - Wędlina wieprzowa – 45 g - Roszponka – 10 g - Pomidor – 50 g - Ser twarogowy chudy (mleko) – 60 g - Pomarańcza – 200 g - Kawa zbożowa z mlekiem (składniki: woda, mleko 2% tłuszczu, kawa zbożowa (gluten)) – 250 ml
II śniadanie	-	-	-	Kanapka z twarogiem: - Chleb razowy (gluten) – 30 g - Masło ekstra (z mleka) – 2 g - Ser twarogowy chudy (mleko) - 15 g
Obiad	- Barszcz czerwony (składniki: woda, buraki, olej rzepakowy, ocet winny, ziele angielskie, liść laurowy) – 350 ml - Ryba po grecku (składniki: filet rybny, passata pomidorowa, marchew, pietruszka, seler) – 420 g - Ryż brązowy gotowany – 200 g - Kompot owocowy bez cukru - 250 ml	- Barszcz czerwony (składniki: woda, buraki, olej rzepakowy, ocet winny, ziele angielskie, liść laurowy) – 350 ml - Ryba po grecku (składniki: filet rybny, passata pomidorowa, marchew, pietruszka, seler) – 420 g - Ryż biały gotowany – 200 g - Kompot owocowy bez cukru - 250 ml	- Barszcz czerwony (składniki: woda, buraki, olej rzepakowy, ocet winny, ziele angielskie, liść laurowy) – 350 ml - Ryba po grecku (składniki: filet rybny, passata pomidorowa, marchew, pietruszka, seler) – 420 g - Ryż biały gotowany – 200 g - Kompot owocowy bez cukru - 250 ml	- Barszcz czerwony (składniki: woda, buraki, olej rzepakowy, ocet winny, ziele angielskie, liść laurowy) – 350 ml - Ryba po grecku (składniki: filet rybny, passata pomidorowa, marchew, pietruszka, seler) – 420 g - Ryż brązowy gotowany – 200 g - Kompot owocowy bez cukru - 250 ml
Podwieczorek	-	-	-	Kanapka z serem żółtym: - Chleb razowy (gluten) – 30 g - Masło ekstra (z mleka) – 2 g - Ser żółty (mleko) - 15 g
Kolacja	- Ryż z pieczonym jabłkiem (składniki: ryż brązowy, mleko 2% tłuszczu, jabłko pieczone, cynamon) – 350 g - Chleb pszenny (gluten) – 50 g - Chleb razowy (gluten) - 30 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Wędlina drobiowa – 45 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) – 75 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Wędlina drobiowa – 45 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) – 75 g - Masło ekstra (z mleka) – 5 g - Wędlina drobiowa – 45 g - Pomidor – 50 g - Herbata owocowa bez cukru – 250 ml	- Ryż z pieczonym jabłkiem (składniki: ryż brązowy, mleko 2% tłuszczu, jabłko pieczone, cynamon) – 350 g - Chleb razowy (gluten) - 90 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Wędlina drobiowa – 45 g - Pomidor – 50 g - Herbata owocowa bez cukru – 250 ml
Posiłek nocny	-	-	-	-
Wartości odżywcze dobowe	Wartość energetyczna: 1936,1 kcal Białko: 98,1 g Tłuszcz: 53,5 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 18,8 g Węglowodany ogółem: 284,4 g Cukry: 81,6 g Błonnik pokarmowy: 36 g Sól: 4,36 g	Wartość energetyczna: 1935,9 kcal Białko: 98,1 g Tłuszcz: 51,4 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 18,3 g Węglowodany ogółem: 283,3 g Cukry: 80,2 g Błonnik pokarmowy: 24,7 g Sól: 4,22 g	Wartość energetyczna: 1925,6 kcal Białko: 100,1 g Tłuszcz: 43,5 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 12,9 g Węglowodany ogółem: 296,8 g Cukry: 80,2 g Błonnik pokarmowy: 25,3 g Sól: 4,5 g	Wartość energetyczna: 2127,8 kcal Białko: 107,9 g Tłuszcz: 61,3 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 22,7 g Węglowodany ogółem: 311 g Cukry: 73,6 g Błonnik pokarmowy: 48,2 g Sól: 5,64 g

SZPITAL POWIATOWY W KĘTRZYNIE - JADŁOSPIS NIEDZIELA 24.12.2023 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 wieprzowa – 45 g - Roszponka – 10 g - Pomidor – 50 g - Ser twarogowy chudy (mleko) – 60 g - Pomarańcza – 200 g - Kawa zbożowa z mlekiem (składniki: woda, mleko 2% tłuszczu, kawa zbożowa (gluten)) – 250 ml			
II śniadanie	Kanapka z twarogiem: - Chleb razowy (gluten) – 30 g - Masło ekstra (z mleka) – 2 g - Ser twarogowy chudy (mleko) - 15 g			
Obiad	- Barszcz czerwony (składniki: woda, buraki, olej rzepakowy, ocet winny, ziele angielskie, liść laurowy) – 350 ml - Ryba po grecku (składniki: filet rybny, passata pomidorowa, marchew, pietruszka, seler) – 420 g - Ryż brązowy gotowany – 200 g - Kompot owocowy bez cukru - 250 ml			
Podwieczorek	Kanapka z serem żółtym: - Chleb razowy (gluten) – 30 g - Masło ekstra (z mleka) – 2 g - Ser żółty (mleko) - 15 g			
Kolacja	- Ryż z pieczonym jabłkiem (składniki: ryż brązowy, mleko 2% tłuszczu, jabłko pieczone, cynamon) – 350 g - Chleb razowy (gluten) - 90 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Wędlina drobiowa – 45 g - Pomidor – 50 g - Herbata owocowa bez cukru – 250 ml			
Posiłek nocny	- Sok pomidorowy – 240 ml			
Wartości odżywcze dobowe	Wartość energetyczna: 2089,1 kcal Białko: 104,9 g Tłuszcz: 61 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 22,7 g Węglowodany ogółem: 304,7 g Cukry: 79,4 g Błonnik pokarmowy: 48,4 g Sól: 6,2 g			