

## SZPITAL POWIATOWY W KĘTRZYNIE - JADŁOSPIS 21-27.09.2024 r.

## SZPITAL POWIATOWY W KĘTRZYNIE - JADŁOSPIS PONIEDZIAŁEK 21.10.2024 r.

|                          | (kod: 1) Dieta podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | (kod: 2) Dieta lekkostrawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | (kod: 3) Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | (kod: 9) Dieta bogatobiałkowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|--------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie                | - Chleb <b>razowy (gluten)</b> - 30 g<br>- Chleb <b>pszenny</b> - 50 g<br>- Masło <b>ekstra (z mleka)</b> - 10 g<br>- Wędlina wieprzowa - 30 g<br>- Ser żółty ( <b>mleko</b> ) - 30 g<br>- Roszponka - 10 g<br>- Papryka czerwona - 50 g<br>- Jogurt naturalny ( <b>mleko</b> ) - 150 g<br>- Pomarańcza - 200 g<br>- Herbata owocowa bez cukru - 250 ml                                                                                                                                                                                                                                                                               | - Chleb <b>pszenny (gluten)</b> - 100 g<br>- Masło <b>ekstra (z mleka)</b> - 5 g<br>- Wędlina wieprzowa - 30 g<br>- Ser twarogowy chudy ( <b>mleko</b> ) - 30 g<br>- Roszponka - 10 g<br>- Pomidor - 50 g<br>- Jogurt naturalny ( <b>mleko</b> ) - 150 g<br>- Pomarańcza - 200 g<br>- Herbata owocowa bez cukru - 250 ml                                                                                                                                                                                                                                             | - Chleb <b>pszenny (gluten)</b> - 100 g<br>- Masło <b>ekstra (z mleka)</b> - 5 g<br>- Wędlina wieprzowa - 30 g<br>- Ser twarogowy chudy ( <b>mleko</b> ) - 30 g<br>- Roszponka - 10 g<br>- Pomidor - 50 g<br>- Jogurt naturalny ( <b>mleko</b> ) - 150 g<br>- Pomarańcza - 200 g<br>- Herbata owocowa bez cukru - 250 ml                                                                                                                                                                                                                                             | - Chleb <b>pszenny (gluten)</b> - 75 g<br>- Masło <b>ekstra (z mleka)</b> - 5 g<br>- Wędlina wieprzowa - 30 g<br>- Ser twarogowy chudy ( <b>mleko</b> ) - 60 g<br>- Roszponka - 10 g<br>- Pomidor - 50 g<br>- Jogurt naturalny ( <b>mleko</b> ) - 150 g<br>- Pomarańcza - 200 g<br>- Herbata owocowa bez cukru - 250 ml                                                                                                                                                                                                                                              |
| II śniadanie             | -                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | -                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | -                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | -                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Obiad                    | - Zupa z brukselką (składniki: woda, ziemniaki, brukselka, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy) - 350 ml<br>- Pulpet drobiowy duszony w sosie koperkowym (składniki: mięso drobiowe, <b>jaja</b> kurze całe, jogurt typu greckiego ( <b>mleko</b> ), bułka tarta ( <b>gluten</b> ), koperek, pieprz ziołowy, zioła prowansalskie) - 200 g<br>- Kasza pęczak gotowana ( <b>gluten</b> ) - 200 g<br>- Surówka z czerwonej kapusty (składniki: kapusta czerwona, marchew, jabłko, cebula, natka pietruszki, olej rzepakowy, sok z cytryny) - 150 g<br>- Kompot owocowy bez cukru - 250 ml | - Zupa jarzynowa z ryżem (składniki: woda, ryż biały, fasolka szparagowa, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy) - 350 ml<br>- Pulpet drobiowy duszony w sosie koperkowym (składniki: mięso drobiowe, <b>jaja</b> kurze całe, jogurt typu greckiego ( <b>mleko</b> ), bułka tarta ( <b>gluten</b> ), koperek, pieprz ziołowy, zioła prowansalskie) - 200 g<br>- Ziemniaki gotowane - 240 g<br>- Gotowane tarte buraki (składniki: buraki, olej rzepakowy, sok z cytryny) - 150 g<br>- Kompot owocowy bez cukru - 250 ml | - Zupa jarzynowa z ryżem (składniki: woda, ryż biały, fasolka szparagowa, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy) - 350 ml<br>- Pulpet drobiowy duszony w sosie koperkowym (składniki: mięso drobiowe, <b>jaja</b> kurze całe, jogurt typu greckiego ( <b>mleko</b> ), bułka tarta ( <b>gluten</b> ), koperek, pieprz ziołowy, zioła prowansalskie) - 200 g<br>- Ziemniaki gotowane - 240 g<br>- Gotowane tarte buraki (składniki: buraki, olej rzepakowy, sok z cytryny) - 150 g<br>- Kompot owocowy bez cukru - 250 ml | - Zupa jarzynowa z ryżem (składniki: woda, ryż biały, fasolka szparagowa, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy) - 350 ml<br>- Pulpet drobiowy duszony w sosie koperkowym (składniki: mięso drobiowe, <b>jaja</b> kurze całe, jogurt typu greckiego ( <b>mleko</b> ), bułka tarta ( <b>gluten</b> ), koperek, pieprz ziołowy, zioła prowansalskie) - 250 g<br>- Ziemniaki gotowane - 240 g<br>- Gotowane tarte buraki (składniki: buraki, olej rzepakowy, sok z cytryny) - 150 g<br>- Kompot owocowy bez cukru - 250 ml |
| Podwieczorek             | -                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | -                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | -                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | -                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Kolacja                  | - Chleb <b>razowy (gluten)</b> - 30 g<br>- Chleb <b>pszenny (gluten)</b> - 50 g<br>- Masło <b>ekstra (z mleka)</b> - 5 g<br>- Wędlina drobiowa - 45 g<br>- Ogórek - 50 g<br>- Sałata masłowa - 10 g<br>- Ciasto drożdżowe (składniki: (składniki: mąka <b>pszenna (gluten)</b> , <b>mleko</b> , <b>jaja</b> , cukier, drożdże, olej rzepakowy) - 100 g<br>- Kawa zbożowa z mlekiem (składniki: woda, <b>mleko</b> 2% tłuszczu, kawa <b>zbożowa (gluten)</b> ) - 250 ml                                                                                                                                                                | - Chleb <b>pszenny (gluten)</b> - 75 g<br>- Masło <b>ekstra (z mleka)</b> - 10 g<br>- Wędlina drobiowa - 45 g<br>- Pomidor - 50 g<br>- Sałata masłowa - 10 g<br>- Ciasto drożdżowe (składniki: (składniki: mąka <b>pszenna (gluten)</b> , <b>mleko</b> , <b>jaja</b> , cukier, drożdże, olej rzepakowy) - 100 g<br>- Kawa zbożowa z mlekiem (składniki: woda, <b>mleko</b> 2% tłuszczu, kawa <b>zbożowa (gluten)</b> ) - 250 ml                                                                                                                                      | - Chleb <b>pszenny (gluten)</b> - 75 g<br>- Masło <b>ekstra (z mleka)</b> - 5 g<br>- Wędlina drobiowa - 45 g<br>- Pomidor - 50 g<br>- Sałata masłowa - 10 g<br>- Ciasto drożdżowe (składniki: (składniki: mąka <b>pszenna (gluten)</b> , <b>mleko</b> , <b>jaja</b> , cukier, drożdże, olej rzepakowy) - 100 g<br>- Kawa zbożowa z mlekiem (składniki: woda, <b>mleko</b> 2% tłuszczu, kawa <b>zbożowa (gluten)</b> ) - 250 ml                                                                                                                                       | - Chleb <b>pszenny (gluten)</b> - 75 g<br>- Masło <b>ekstra (z mleka)</b> - 5 g<br>- Wędlina drobiowa - 45 g<br>- Pomidor - 50 g<br>- Sałata masłowa - 10 g<br>- Ciasto drożdżowe (składniki: (składniki: mąka <b>pszenna (gluten)</b> , <b>mleko</b> , <b>jaja</b> , cukier, drożdże, olej rzepakowy) - 100 g<br>- Kawa zbożowa z mlekiem (składniki: woda, <b>mleko</b> 2% tłuszczu, kawa <b>zbożowa (gluten)</b> ) - 250 ml                                                                                                                                       |
| Posiłek nocny            | -                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | -                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | -                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | -                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Wartości odżywcze dobowe | Energia: 1952,2 kcal<br>Białko: 101,6 g<br>Tłuszcz: 57,5 g<br>Węglowodany: 273,7 g<br>Błonnik pokarmowy: 33,3 g<br>Nasycone kwasy tłuszczowe: 23,2 g<br>Cukry: 56,9 g<br>Sól: 4,95 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Energia: 1958,2 kcal<br>Białko: 103,6 g<br>Tłuszcz: 51,5 g<br>Węglowodany: 284,9 g<br>Błonnik pokarmowy: 28,9 g<br>Nasycone kwasy tłuszczowe: 16,8 g<br>Cukry: 59,4 g<br>Sól: 4,72 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Energia: 1985,3 kcal<br>Białko: 105,7 g<br>Tłuszcz: 47,7 g<br>Węglowodany: 298,4 g<br>Błonnik pokarmowy: 29,5 g<br>Nasycone kwasy tłuszczowe: 14,2 g<br>Cukry: 59,5 g<br>Sól: 5,01 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Energia: 1947,7 kcal<br>Białko: 113,7 g<br>Tłuszcz: 51,6 g<br>Węglowodany: 271,2 g<br>Błonnik pokarmowy: 28 g<br>Nasycone kwasy tłuszczowe: 16,9 g<br>Cukry: 59,8 g<br>Sól: 4,51 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |

# SZPITAL POWIATOWY W KĘTRZYNIE - JADŁOSPIS PONIEDZIAŁEK 21.10.2024 r.

|                          | (kod: 6) <b>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (5 posiłków)</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | (kod: 6/K) <b>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6 posiłków)</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |  |  |
|--------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|
| I śniadanie              | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Chleb <b>razowy (gluten)</b> - 90 g</li> <li>- Masło <b>ekstra (z mleka)</b> - 10 g</li> <li>- Wędlina wieprzowa – 30 g</li> <li>- Ser żółty (<b>mleko</b>) – 30 g</li> <li>- Roszponka – 10 g</li> <li>- Papryka czerwona – 50 g</li> <li>- Herbata owocowa bez cukru – 250 ml</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Chleb <b>razowy (gluten)</b> - 90 g</li> <li>- Masło <b>ekstra (z mleka)</b> - 10 g</li> <li>- Wędlina wieprzowa – 30 g</li> <li>- Ser żółty (<b>mleko</b>) – 30 g</li> <li>- Roszponka – 10 g</li> <li>- Papryka czerwona – 50 g</li> <li>- Herbata owocowa bez cukru – 250 ml</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |  |  |
| II śniadanie             | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Jogurt naturalny (<b>mleko</b>) – 150 g</li> <li>- Pomarańcza – 200 g</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Jogurt naturalny (<b>mleko</b>) – 150 g</li> <li>- Pomarańcza – 200 g</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |  |  |
| Obiad                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa z brukselką (składniki: woda, ziemniaki, brukselka, marchew, pietruszka, <b>seler</b>, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy) – 350 ml</li> <li>- Pulpet drobiowy duszony w sosie koperkowym (składniki: mięso drobiowe, <b>jaja</b> kurze całe, jogurt typu greckiego (<b>mleko</b>), bułka tarta (<b>gluten</b>), koperek, pieprz ziołowy, zioła prowansalskie) – 200 g</li> <li>- Kasza <b>pęczak</b> gotowana (<b>gluten</b>) - 200 g</li> <li>- Surówka z czerwonej kapusty (składniki: kapusta czerwona, marchew, jabłko, cebula, natka pietruszki, olej rzepakowy, sok z cytryny) – 150 g</li> <li>- Kompot owocowy bez cukru – 250 ml</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa z brukselką (składniki: woda, ziemniaki, brukselka, marchew, pietruszka, <b>seler</b>, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy) – 350 ml</li> <li>- Pulpet drobiowy duszony w sosie koperkowym (składniki: mięso drobiowe, <b>jaja</b> kurze całe, jogurt typu greckiego (<b>mleko</b>), bułka tarta (<b>gluten</b>), koperek, pieprz ziołowy, zioła prowansalskie) – 200 g</li> <li>- Kasza <b>pęczak</b> gotowana (<b>gluten</b>) - 200 g</li> <li>- Surówka z czerwonej kapusty (składniki: kapusta czerwona, marchew, jabłko, cebula, natka pietruszki, olej rzepakowy, sok z cytryny) – 150 g</li> <li>- Kompot owocowy bez cukru – 250 ml</li> </ul> |  |  |
| Podwieczorek             | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo chrupkie <b>żytnie (gluten)</b> – 24 g</li> <li>- Sok pomidorowy – 240 ml</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo chrupkie <b>żytnie (gluten)</b> – 24 g</li> <li>- Sok pomidorowy – 240 ml</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |  |  |
| Kolacja                  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Chleb <b>razowy (gluten)</b> – 90 g</li> <li>- Masło <b>ekstra (z mleka)</b> – 5 g</li> <li>- Wędlina drobiowa – 45 g</li> <li>- Ogórek – 50 g</li> <li>- Sałata masłowa – 10 g</li> <li>- Kawa zbożowa z mlekiem (składniki: woda, <b>mleko</b> 2% tłuszczu, kawa <b>zbożowa (gluten)</b>) – 250 ml</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Chleb <b>razowy (gluten)</b> – 60 g</li> <li>- Masło <b>ekstra (z mleka)</b> – 5 g</li> <li>- Wędlina drobiowa – 30 g</li> <li>- Ogórek – 50 g</li> <li>- Sałata masłowa – 10 g</li> <li>- Kawa zbożowa z mlekiem (składniki: woda, <b>mleko</b> 2% tłuszczu, kawa <b>zbożowa (gluten)</b>) – 250 ml</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |  |  |
| Posiłek nocny            | -                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Kanapka z serem żółtym: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Chleb <b>razowy (gluten)</b> – 30 g</li> <li>- Masło <b>ekstra</b> (mleko) – 2 g</li> <li>- Ser żółty (<b>mleko</b>) – 10 g</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |  |  |
| Wartości odżywcze dobowe | Energia: 1939,1 kcal<br>Białko: 95,7 g<br>Tłuszcz: 62,7 g<br>Węglowodany: 269,3 g<br>Błonnik pokarmowy: 46,2 g<br>Nasycone kwasy tłuszczowe: 20,2 g<br>Cukry: 61,4 g<br>Sól: 6,12 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Energia: 2057,4 kcal<br>Białko: 100,2 g<br>Tłuszcz: 67,5 g<br>Węglowodany: 284,6 g<br>Błonnik pokarmowy: 48,7 g<br>Nasycone kwasy tłuszczowe: 23 g<br>Cukry: 61,9 g<br>Sól: 6,65 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |  |  |

# SZPITAL POWIATOWY W KĘTRZYNIE – JADŁOSPIS WTOREK 22.10.2024 r.

|                 | (kod: 1) Dieta podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | (kod: 2) Dieta lekkostrawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | (kod: 3) Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | (kod: 9) Dieta bogatobiałkowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|-----------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie       | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Jajecznica na parze (składniki: <b>jaja</b> kurze całe, masło <b>ekstra</b> (z <b>mleka</b>)) - 140 g</li> <li>- Bułka <b>grahamka</b> (<b>gluten</b>) - 90 g</li> <li>- Chleb <b>pszenny</b> (<b>gluten</b>) - 25 g</li> <li>- Hummus (składniki: ciecierzycza, czosnek, oliwa z oliwek, <b>sezam</b>) - 30 g</li> <li>- Wędlina wieprzowa - 30 g</li> <li>- Roszponka - 10 g</li> <li>- Papryka czerwona - 50 g</li> <li>- Jogurt naturalny (<b>mleko</b>) - 150 g</li> <li>- Dżem owocowy o obniżonej zawartości cukru - 25 g</li> <li>- Herbata czarna bez cukru - 250 ml</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Jajecznica na parze (składniki: <b>jaja</b> kurze całe, masło <b>ekstra</b> (z <b>mleka</b>)) - 140 g</li> <li>- Chleb <b>pszenny</b> (<b>gluten</b>) - 25 g</li> <li>- Bułka <b>pszenna</b> (<b>gluten</b>) - 80 g</li> <li>- Masło <b>ekstra</b> (z <b>mleka</b>) - 5 g</li> <li>- Wędlina wieprzowa - 30 g</li> <li>- Roszponka - 10 g</li> <li>- Pomidor - 50 g</li> <li>- Jogurt naturalny (<b>mleko</b>) - 150 g</li> <li>- Dżem owocowy o obniżonej zawartości cukru - 25 g</li> <li>- Herbata czarna bez cukru - 250 ml</li> </ul>                                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Jajecznica na parze (składniki: <b>jaja</b> kurze całe, masło <b>ekstra</b> (z <b>mleka</b>)) - 100 g</li> <li>- Chleb <b>pszenny</b> (<b>gluten</b>) - 25 g</li> <li>- Bułka <b>pszenna</b> (<b>gluten</b>) - 80 g</li> <li>- Masło <b>ekstra</b> (z <b>mleka</b>) - 5 g</li> <li>- Wędlina wieprzowa - 30 g</li> <li>- Roszponka - 10 g</li> <li>- Pomidor - 50 g</li> <li>- Jogurt naturalny (<b>mleko</b>) - 150 g</li> <li>- Dżem owocowy o obniżonej zawartości cukru - 25 g</li> <li>- Herbata czarna bez cukru - 250 ml</li> </ul>                                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Jajecznica na parze (składniki: <b>jaja</b> kurze całe, masło <b>ekstra</b> (z <b>mleka</b>)) - 140 g</li> <li>- Chleb <b>pszenny</b> (<b>gluten</b>) - 25 g</li> <li>- Bułka <b>pszenna</b> (<b>gluten</b>) - 80 g</li> <li>- Masło <b>ekstra</b> (z <b>mleka</b>) - 5 g</li> <li>- Wędlina wieprzowa - 30 g</li> <li>- Roszponka - 10 g</li> <li>- Pomidor - 50 g</li> <li>- Jogurt naturalny (<b>mleko</b>) - 150 g</li> <li>- Dżem owocowy o obniżonej zawartości cukru - 25 g</li> <li>- Herbata czarna bez cukru - 250 ml</li> </ul>                                     |
| II śniadanie    | -                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | -                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | -                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | -                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| Obiad           | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa krupnik z kaszą jęczmienną (składniki: kasza jęczmienna (<b>gluten</b>), ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b>, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz ziółowy, majeranek) - 350 ml</li> <li>- Roladka duszona ze schabu z marchewką i szpinakiem (składniki: schab wieprzowy, marchew, szpinak, pieprz ziółowy, olej rzepakowy) - 200 g</li> <li>- Ziemniaki gotowane - 240 g</li> <li>- Surówka z białej kapusty (kapusta biała, marchew, papryka czerwona, olej rzepakowy) - 150 g</li> <li>- Kompot owocowy bez cukru - 250 ml</li> </ul>                                | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa krupnik z kaszą jęczmienną (składniki: kasza jęczmienna (<b>gluten</b>), ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b>, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz ziółowy, majeranek) - 350 ml</li> <li>- Roladka duszona ze schabu z marchewką i szpinakiem (składniki: schab wieprzowy, marchew, szpinak, pieprz ziółowy, olej rzepakowy) - 200 g</li> <li>- Ziemniaki gotowane - 240 g</li> <li>- Mieszanka gotowanych warzyw (składniki: brokuł, kalafior, marchew, masło <b>ekstra</b> (z <b>mleka</b>)) - 150 g</li> <li>- Kompot owocowy bez cukru - 250 ml</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa krupnik z kaszą jęczmienną (składniki: kasza jęczmienna (<b>gluten</b>), ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b>, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz ziółowy, majeranek) - 350 ml</li> <li>- Roladka duszona ze schabu z marchewką i szpinakiem (składniki: schab wieprzowy, marchew, szpinak, pieprz ziółowy, olej rzepakowy) - 200 g</li> <li>- Ziemniaki gotowane - 300 g</li> <li>- Mieszanka gotowanych warzyw (składniki: brokuł, kalafior, marchew, masło <b>ekstra</b> (z <b>mleka</b>)) - 150 g</li> <li>- Kompot owocowy bez cukru - 250 ml</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa krupnik z kaszą jęczmienną (składniki: kasza jęczmienna (<b>gluten</b>), ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b>, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz ziółowy, majeranek) - 350 ml</li> <li>- Roladka duszona ze schabu z marchewką i szpinakiem (składniki: schab wieprzowy, marchew, szpinak, pieprz ziółowy, olej rzepakowy) - 230 g</li> <li>- Ziemniaki gotowane - 240 g</li> <li>- Mieszanka gotowanych warzyw (składniki: brokuł, kalafior, marchew, masło <b>ekstra</b> (z <b>mleka</b>)) - 150 g</li> <li>- Kompot owocowy bez cukru - 250 ml</li> </ul> |
| Podwieczorek    | -                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | -                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | -                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | -                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| Kolacja         | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Chleb <b>razowy</b> (<b>gluten</b>) - 30 g</li> <li>- Chleb <b>pszenny</b> (<b>gluten</b>) - 50 g</li> <li>- Masło <b>ekstra</b> (z <b>mleka</b>) - 10 g</li> <li>- Galaretką rybna (składniki: filet <b>rybny</b>, bulion rosółowy, marchew, pietruszka, <b>seler</b>, żelatyna, natka pietruszki) - 150 g</li> <li>- Wędlina drobiowa - 30 g</li> <li>- Roszponka - 10 g</li> <li>- Rzodkiewka - 30 g</li> <li>- Kawa zbożowa z mlekiem (składniki: woda, <b>mleko</b> 2% tłuszczu, kawa <b>zbożowa</b> (<b>gluten</b>)) - 250 ml</li> </ul>                                           | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Chleb <b>pszenny</b> (<b>gluten</b>) - 75 g</li> <li>- Masło <b>ekstra</b> (z <b>mleka</b>) - 10 g</li> <li>- Galaretką rybna (składniki: filet <b>rybny</b>, bulion rosółowy, marchew, pietruszka, <b>seler</b>, żelatyna, natka pietruszki) - 150 g</li> <li>- Wędlina drobiowa - 30 g</li> <li>- Roszponka - 10 g</li> <li>- Pomidor - 50 g</li> <li>- Pieczywo chrupkie kukurydziane - 25 g</li> <li>- Kawa zbożowa z mlekiem (składniki: woda, <b>mleko</b> 2% tłuszczu, kawa <b>zbożowa</b> (<b>gluten</b>)) - 250 ml</li> </ul>                                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Chleb <b>pszenny</b> (<b>gluten</b>) - 100 g</li> <li>- Masło <b>ekstra</b> (z <b>mleka</b>) - 5 g</li> <li>- Wędlina drobiowa - 30 g</li> <li>- Galaretką rybna (składniki: filet <b>rybny</b>, bulion rosółowy, marchew, pietruszka, <b>seler</b>, żelatyna, natka pietruszki) - 150 g</li> <li>- Roszponka - 10 g</li> <li>- Pomidor - 50 g</li> <li>- Pieczywo chrupkie kukurydziane - 25 g</li> <li>- Kawa zbożowa z mlekiem (składniki: woda, <b>mleko</b> 2% tłuszczu, kawa <b>zbożowa</b> (<b>gluten</b>)) - 250 ml</li> </ul>                                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Chleb <b>pszenny</b> (<b>gluten</b>) - 75 g</li> <li>- Masło <b>ekstra</b> (z <b>mleka</b>) - 10 g</li> <li>- Wędlina drobiowa - 30 g</li> <li>- Galaretką rybna (składniki: filet <b>rybny</b>, bulion rosółowy, marchew, pietruszka, <b>seler</b>, żelatyna, natka pietruszki) - 150 g</li> <li>- Roszponka - 10 g</li> <li>- Pomidor - 50 g</li> <li>- Pieczywo chrupkie kukurydziane - 25 g</li> <li>- Kawa zbożowa z mlekiem (składniki: woda, <b>mleko</b> 2% tłuszczu, kawa <b>zbożowa</b> (<b>gluten</b>)) - 250 ml</li> </ul>                                         |
| Posiłek nocny   | -                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | -                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | -                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | -                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| Wartości dobowe | Energia: 1874,7 kcal<br>Białko: 113,7 g<br>Tłuszcz: 64 g<br>Węglowodany: 225,7 g<br>Błonnik pokarmowy: 29,7 g<br>Nasycone kwasy tłuszczowe: 21,2 g<br>Cukry: 44,9 g<br>Sól: 5,2 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Energia: 1851,5 kcal<br>Białko: 113,1 g<br>Tłuszcz: 55,3 g<br>Węglowodany: 236,6 g<br>Błonnik pokarmowy: 24 g<br>Nasycone kwasy tłuszczowe: 24,2 g<br>Cukry: 44,9 g<br>Sól: 5,17 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Energia: 1807,7 kcal<br>Białko: 109,7 g<br>Tłuszcz: 47,8 g<br>Węglowodany: 246,2 g<br>Błonnik pokarmowy: 24,9 g<br>Nasycone kwasy tłuszczowe: 20,4 g<br>Cukry: 45,5 g<br>Sól: 5,05 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Energia: 1886,7 kcal<br>Białko: 119,4 g<br>Tłuszcz: 55,7 g<br>Węglowodany: 238,3 g<br>Błonnik pokarmowy: 24,5 g<br>Nasycone kwasy tłuszczowe: 24,3 g<br>Cukry: 46,2 g<br>Sól: 5,71 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |

## SZPITAL POWIATOWY W KĘTRZYNIE – JADŁOSPIS WTOREK 22.10.2024 r.

|                 | (kod: 6) <b>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (5 posiłków)</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | (kod: 6/K) <b>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6 posiłków)</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |  |  |
|-----------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|
| Śniadanie       | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Jajecznica na parze (składniki: <b>jaja</b> kurze całe, masło <b>ekstra</b> (z <b>mleka</b>), pieprz ziółowy) – 140 g</li> <li>- Chleb <b>razowy (gluten)</b> – 30 g</li> <li>- Bułka <b>grahamka (gluten)</b> - 90 g</li> <li>- Hummus (składniki: ciecierzycza, czosnek, oliwa z oliwek, <b>sezam</b>) - 30 g</li> <li>- Wędlina wieprzowa – 30 g</li> <li>- Roszponka – 10 g</li> <li>- Papryka czerwona – 50 g</li> <li>- Herbata czarna bez cukru – 250 ml</li> </ul>                                                                                           | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Jajecznica na parze (składniki: <b>jaja</b> kurze całe, masło <b>ekstra</b> (z <b>mleka</b>), pieprz ziółowy) – 140 g</li> <li>- Chleb <b>razowy (gluten)</b> – 30 g</li> <li>- Bułka <b>grahamka (gluten)</b> - 90 g</li> <li>- Hummus (składniki: ciecierzycza, czosnek, oliwa z oliwek, <b>sezam</b>) - 30 g</li> <li>- Wędlina wieprzowa – 30 g</li> <li>- Roszponka – 10 g</li> <li>- Papryka czerwona – 50 g</li> <li>- Herbata czarna bez cukru – 250 ml</li> </ul>                                                                                           |  |  |
| II śniadanie    | - Jogurt naturalny ( <b>mleko</b> ) – 150 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | - Jogurt naturalny ( <b>mleko</b> ) – 150 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |  |  |
| Obiad           | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa krupnik z kaszą jęczmienną (składniki: kasza jęczmienna (<b>gluten</b>), ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b>, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz ziółowy, majeranek) – 350 ml</li> <li>- Roladka duszona ze schabu z marchewką i szpinakiem (składniki: schab wieprzowy, marchew, szpinak, pieprz ziółowy, olej rzepakowy) – 200 g</li> <li>- Ziemniaki gotowane – 200 g</li> <li>- Surówka z białej kapusty (składniki: kapusta biała, marchew, papryka czerwona, olej rzepakowy) – 150 g</li> <li>- Kompot owocowy bez cukru – 250 ml</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa krupnik z kaszą jęczmienną (składniki: kasza jęczmienna (<b>gluten</b>), ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b>, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz ziółowy, majeranek) – 350 ml</li> <li>- Roladka duszona ze schabu z marchewką i szpinakiem (składniki: schab wieprzowy, marchew, szpinak, pieprz ziółowy, olej rzepakowy) – 200 g</li> <li>- Ziemniaki gotowane – 200 g</li> <li>- Surówka z białej kapusty (składniki: kapusta biała, marchew, papryka czerwona, olej rzepakowy) – 150 g</li> <li>- Kompot owocowy bez cukru – 250 ml</li> </ul> |  |  |
| Podwieczorek    | - Ciastka <b>zbożowe</b> bez cukru ( <b>gluten</b> ) – 25 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | - Ciastka <b>zbożowe</b> bez cukru ( <b>gluten</b> ) – 25 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |  |  |
| Kolacja         | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Chleb <b>razowy (gluten)</b> – 90 g</li> <li>- Masło <b>ekstra</b> (z <b>mleka</b>) – 5 g</li> <li>- Galaretką rybna (składniki: filet <b>rybny</b>, bulion rosółowy, marchew, pietruszka, <b>seler</b>, żelatyna, natka pietruszki) - 150 g</li> <li>- Wędlina drobiowa – 30 g</li> <li>- Rzodkiewka – 30 g</li> <li>- Kawa zbożowa z mlekiem (składniki: woda, <b>mleko</b> 2% tłuszczu, kawa <b>zbożowa (gluten)</b>) – 250 ml</li> </ul>                                                                                                                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Chleb <b>razowy (gluten)</b> – 60 g</li> <li>- Masło <b>ekstra</b> (z <b>mleka</b>) – 5 g</li> <li>- Galaretką rybna (składniki: filet <b>rybny</b>, bulion rosółowy, marchew, pietruszka, <b>seler</b>, żelatyna, natka pietruszki) - 150 g</li> <li>- Wędlina drobiowa – 15 g</li> <li>- Rzodkiewka – 30 g</li> <li>- Kawa zbożowa z mlekiem (składniki: woda, <b>mleko</b> 2% tłuszczu, kawa <b>zbożowa (gluten)</b>) – 250 ml</li> </ul>                                                                                                                         |  |  |
| Posiłek nocny   | -                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Kanapka z wędliną:<br><ul style="list-style-type: none"> <li>- Chleb <b>razowy</b> – 60 g</li> <li>- Masło <b>ekstra</b> (z <b>mleka</b>) – 2 g</li> <li>- Wędlina drobiowa - 15 g</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |  |  |
| Wartości dobowe | Energia: 1903,8 kcal<br>Białko: 110,9 g<br>Tłuszcz: 67,5 g<br>Węglowodany: 231,4 g<br>Błonnik pokarmowy: 35,5 g<br>Nasycone kwasy tłuszczowe: 21,4 g<br>Cukry: 38,7 g<br>Sól: 5,27 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Energia: 1986,8 kcal<br>Białko: 112,7 g<br>Tłuszcz: 69,7 g<br>Węglowodany: 246,7 g<br>Błonnik pokarmowy: 38 g<br>Nasycone kwasy tłuszczowe: 22,6 g<br>Cukry: 39,2 g<br>Sól: 5,64 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |  |  |

# SZPITAL POWIATOWY W KĘTRZYNIE - JADŁOSPIS ŚRODA 23.10.2024 r.

|                          | (kod: 1) <b>Dieta podstawowa</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | (kod: 2) <b>Dieta lekkostrawna</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | (kod: 3) <b>Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | (kod: 9) <b>Dieta bogatobiałkowa</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|--------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie                | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Chleb <b>pszenny (gluten)</b> – 50 g</li> <li>- Chleb <b>razowy (gluten)</b> – 30 g</li> <li>- Masło <b>ekstra (z mleka)</b> – 10 g</li> <li>- Wędlina drobiowa – 30 g</li> <li>- Ser żółty (<b>mleko</b>) – 15 g</li> <li>- Sałata masłowa – 10 g</li> <li>- Ogórek– 50 g</li> <li>- Serek wiejski (<b>mleko</b>) – 200 g</li> <li>- Dżem owocowy o obniżonej zawartości cukru – 25 g</li> <li>- Mandarynki – 140 g</li> <li>- Herbata owocowa bez cukru – 250 ml</li> </ul>                                                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Chleb <b>pszenny (gluten)</b> - 100 g</li> <li>- Masło <b>ekstra (z mleka)</b> – 5 g</li> <li>- Wędlina drobiowa – 45 g</li> <li>- Sałata masłowa – 10 g</li> <li>- Pomidor – 50 g</li> <li>- Serek wiejski (<b>mleko</b>) – 200 g</li> <li>- Dżem owocowy o obniżonej zawartości cukru – 25 g</li> <li>- Mandarynki – 140 g</li> <li>- Herbata owocowa bez cukru – 250 ml</li> </ul>                                                                                                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Chleb <b>pszenny (gluten)</b> - 100 g</li> <li>- Masło <b>ekstra (z mleka)</b> – 5 g</li> <li>- Wędlina drobiowa – 45 g</li> <li>- Sałata masłowa – 10 g</li> <li>- Pomidor – 50 g</li> <li>- Serek wiejski (<b>mleko</b>) – 200 g</li> <li>- Dżem owocowy o obniżonej zawartości cukru – 25 g</li> <li>- Mandarynki – 140 g</li> <li>- Herbata owocowa bez cukru – 250 ml</li> </ul>                                                                                                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Chleb <b>pszenny (gluten)</b> - 100 g</li> <li>- Masło <b>ekstra (z mleka)</b> – 5 g</li> <li>- Wędlina drobiowa – 45 g</li> <li>- Sałata masłowa – 10 g</li> <li>- Pomidor – 50 g</li> <li>- Serek wiejski (<b>mleko</b>) – 200 g</li> <li>- Dżem owocowy o obniżonej zawartości cukru – 25 g</li> <li>- Mandarynki – 140 g</li> <li>- Herbata owocowa bez cukru – 250 ml</li> </ul>                                                                                                    |
| II śniadanie             | -                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | -                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | -                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | -                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Obiad                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa ogórkowa (składniki: ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b>, ogórek kiszony, pieprz ziołowy, ziele angielskie liść laurowy) – 350 ml</li> <li>- Gulasz z indyka (składniki: mięso z indyka, pomidory w puszcze, cukinia, marchew, pietruszka, olej rzepakowy) – 250 g</li> <li>- Kasza jęczmienna (<b>gluten</b>) - 200 g</li> <li>- Surówka z selera i jabłka – 150 g (składniki: <b>seler</b>, jabłko, jogurt naturalny, majonez, sok z cytryny) – 150 g</li> <li>- Kompot owocowy bez cukru – 250 ml</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa ogórkowa (składniki: ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b>, ogórek kiszony, pieprz ziołowy, ziele angielskie liść laurowy) – 350 ml</li> <li>- Gulasz z indyka (składniki: mięso z indyka, pomidory w puszcze, cukinia, marchew, pietruszka, olej rzepakowy) – 250 g</li> <li>- Kasza jęczmienna (<b>gluten</b>) - 200 g</li> <li>- Buraki tarte gotowane (składniki: buraki, olej rzepakowy, sok z cytryny) – 150 g</li> <li>- Kompot owocowy bez cukru – 250 ml</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa ogórkowa (składniki: ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b>, ogórek kiszony, pieprz ziołowy, ziele angielskie liść laurowy) – 350 ml</li> <li>- Gulasz z indyka (składniki: mięso z indyka, pomidory w puszcze, cukinia, marchew, pietruszka, olej rzepakowy) – 250 g</li> <li>- Kasza jęczmienna (<b>gluten</b>) - 200 g</li> <li>- Buraki tarte gotowane (składniki: buraki, olej rzepakowy, sok z cytryny) – 150 g</li> <li>- Kompot owocowy bez cukru – 250 ml</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa ogórkowa (składniki: ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b>, ogórek kiszony, pieprz ziołowy, ziele angielskie liść laurowy) – 350 ml</li> <li>- Gulasz z indyka (składniki: mięso z indyka, pomidory w puszcze, cukinia, marchew, pietruszka, olej rzepakowy) – 280 g</li> <li>- Kasza jęczmienna (<b>gluten</b>) - 200 g</li> <li>- Buraki tarte gotowane (składniki: buraki, olej rzepakowy, sok z cytryny) – 150 g</li> <li>- Kompot owocowy bez cukru – 250 ml</li> </ul> |
| Podwieczorek             | -                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | -                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | -                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | -                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Kolacja                  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ryż z pieczonym jabłkiem (składniki: ryż brązowy, <b>mleko</b> 2% tłuszczu, jabłko pieczone, cynamon) – 350 g</li> <li>- Chleb <b>pszenny (gluten)</b> – 25 g</li> <li>- Chleb <b>razowy (gluten)</b> - 30 g</li> <li>- Masło <b>ekstra (z mleka)</b> – 5 g</li> <li>- Wędlina wieprzowa – 30 g</li> <li>- Pomidor – 50 g</li> <li>- Herbata owocowa bez cukru – 250 ml</li> </ul>                                                                                                                                            | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ryż z pieczonym jabłkiem (składniki: ryż biały, <b>mleko</b> 2% tłuszczu, jabłko pieczone, cynamon) – 350 g</li> <li>- Chleb <b>pszenny (gluten)</b> – 50 g</li> <li>- Masło <b>ekstra (z mleka)</b> – 5 g</li> <li>- Wędlina wieprzowa – 30 g</li> <li>- Pomidor – 50 g</li> <li>- Herbata owocowa bez cukru – 250 ml</li> </ul>                                                                                                                                                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ryż z pieczonym jabłkiem (składniki: ryż biały, <b>mleko</b> 2% tłuszczu, jabłko pieczone, cynamon) – 350 g</li> <li>- Chleb <b>pszenny (gluten)</b> – 50 g</li> <li>- Masło <b>ekstra (z mleka)</b> – 5 g</li> <li>- Wędlina wieprzowa – 30 g</li> <li>- Pomidor – 50 g</li> <li>- Herbata owocowa bez cukru – 250 ml</li> </ul>                                                                                                                                                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ryż z pieczonym jabłkiem (składniki: ryż biały, <b>mleko</b> 2% tłuszczu, jabłko pieczone, cynamon) – 350 g</li> <li>- Chleb <b>pszenny (gluten)</b> – 50 g</li> <li>- Masło <b>ekstra (z mleka)</b> – 5 g</li> <li>- Wędlina wieprzowa – 30 g</li> <li>- Pomidor – 50 g</li> <li>- Herbata owocowa bez cukru – 250 ml</li> </ul>                                                                                                                                                        |
| Posiłek nocny            | -                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | -                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | -                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | -                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Wartości odżywcze dobowe | Energia: 1932,7 kcal<br>Białko: 98,7 g<br>Tłuszcz: 60,1 g<br>Węglowodany: 268,4 g<br>Błonnik pokarmowy: 36 g<br>Nasycone kwasy tłuszczowe: 21,8 g<br>Cukry: 74,4 g<br>Sól: 5,01 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Energia: 1979,2 kcal<br>Białko: 101,6 g<br>Tłuszcz: 56,6 g<br>Węglowodany: 280,8 g<br>Błonnik pokarmowy: 27,2 g<br>Nasycone kwasy tłuszczowe: 18,9 g<br>Cukry: 77,8 g<br>Sól: 4,94 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Energia: 1979,2 kcal<br>Białko: 101,6 g<br>Tłuszcz: 56,6 g<br>Węglowodany: 280,8 g<br>Błonnik pokarmowy: 27,2 g<br>Nasycone kwasy tłuszczowe: 18,9 g<br>Cukry: 77,8 g<br>Sól: 4,94 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Energia: 2004,1 kcal<br>Białko: 107,4 g<br>Tłuszcz: 56,8 g<br>Węglowodany: 280,8 g<br>Błonnik pokarmowy: 27,2 g<br>Nasycone kwasy tłuszczowe: 19 g<br>Cukry: 77,8 g<br>Sól: 4,97 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |

**SZPITAL POWIATOWY W KĘTRZYNIE - JADŁOSPIS ŚRODA 23.10.2024 r.**

|                          | (kod: 6) <b>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b> (5 posiłków)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | (kod: 6/K) <b>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b> (6 posiłków)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |  |  |
|--------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|
| Śniadanie                | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Chleb <b>razowy (gluten)</b> - 60 g</li> <li>- Masło <b>ekstra</b> (z <b>mleka</b>) - 10 g</li> <li>- Wędlina drobiowa – 30 g</li> <li>- Ser żółty (<b>mleko</b>) – 15 g</li> <li>- Sałata masłowa – 10 g</li> <li>- Ogórek – 50 g</li> <li>- Mandarynki – 140g</li> <li>- Herbata owocowa bez cukru – 250 ml</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                           | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Chleb <b>razowy (gluten)</b> - 60 g</li> <li>- Masło <b>ekstra</b> (z <b>mleka</b>) - 10 g</li> <li>- Wędlina drobiowa – 30 g</li> <li>- Ser żółty (<b>mleko</b>) – 15 g</li> <li>- Sałata masłowa – 10 g</li> <li>- Ogórek – 50 g</li> <li>- Mandarynki – 140g</li> <li>- Herbata owocowa bez cukru – 250 ml</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                           |  |  |
| II śniadanie             | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Serek wiejski (<b>mleko</b>) – 200 g</li> <li>- Ciastka zbożowe bez cukru (<b>gluten</b>) – 25 g</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Serek wiejski (<b>mleko</b>) – 200 g</li> <li>- Ciastka zbożowe bez cukru (<b>gluten</b>) – 25 g</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |  |  |
| Obiad                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa ogórkowa (składniki: ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b>, ogórek kiszony, pieprz ziółowy, ziele angielskie liść laurowy) – 350 ml</li> <li>- Gulasz z indyka (składniki: mięso z indyka, pomidory w puszcze, cukinia, marchew, pietruszka, olej rzepakowy) – 250 g</li> <li>- Kasza gryczana gotowana - 200 g</li> <li>- Surówka z selera i jabłka – 150 g (składniki: <b>seler</b>, jabłko, jogurt naturalny (<b>mleko</b>), majonez (<b>jaja</b>, <b>gorczyca</b>), sok z cytryny) – 150 g</li> <li>- Kompot owocowy bez cukru – 250 ml</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa ogórkowa (składniki: ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b>, ogórek kiszony, pieprz ziółowy, ziele angielskie liść laurowy) – 350 ml</li> <li>- Gulasz z indyka (składniki: mięso z indyka, pomidory w puszcze, cukinia, marchew, pietruszka, olej rzepakowy) – 250 g</li> <li>- Kasza gryczana gotowana - 200 g</li> <li>- Surówka z selera i jabłka – 150 g (składniki: <b>seler</b>, jabłko, jogurt naturalny (<b>mleko</b>), majonez (<b>jaja</b>, <b>gorczyca</b>), sok z cytryny) – 150 g</li> <li>- Kompot owocowy bez cukru – 250 ml</li> </ul> |  |  |
| Podwieczorek             | Kanapka z wędliną drobiową: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Chleb <b>razowy (gluten)</b> – 30 g</li> <li>- Masło <b>ekstra</b> (z <b>mleka</b>) – 2 g</li> <li>- Wędlina drobiowa - 15 g</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Kanapka z wędliną drobiową: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Chleb <b>razowy (gluten)</b> – 30 g</li> <li>- Masło <b>ekstra</b> (z <b>mleka</b>) – 2 g</li> <li>- Wędlina drobiowa - 15 g</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |  |  |
| Kolacja                  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ryż z pieczonym jabłkiem (składniki: ryż brązowy, <b>mleko</b> 2% tłuszczu, jabłko, cynamon) – 300 g</li> <li>- Chleb <b>razowy (gluten)</b> – 60 g</li> <li>- Masło <b>ekstra</b> (z <b>mleka</b>) – 5 g</li> <li>- Wędlina wieprzowa – 30 g</li> <li>- Pomidor – 50 g</li> <li>- Herbata czarna bez cukru – 250 ml</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ryż z pieczonym jabłkiem (składniki: ryż brązowy, <b>mleko</b> 2% tłuszczu, jabłko, cynamon) – 300 g</li> <li>- Chleb <b>razowy (gluten)</b> – 60 g</li> <li>- Masło <b>ekstra</b> (z <b>mleka</b>) – 5 g</li> <li>- Wędlina wieprzowa – 30 g</li> <li>- Pomidor – 50 g</li> <li>- Herbata czarna bez cukru – 250 ml</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                    |  |  |
| Posiłek nocny            | -                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | - Sok pomidorowy – 250 ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |  |  |
| Wartości odżywcze dobowe | Energia: 2059,3 kcal<br>Białko: 107,5 g<br>Tłuszcz: 70 g<br>Węglowodany: 271,7 g<br>Błonnik pokarmowy: 40,8 g<br>Nasycone kwasy tłuszczowe: 22,6 g<br>Cukry: 61 g<br>Sól: 5,52 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Energia: 2102,5 kcal<br>Białko: 109,5 g<br>Tłuszcz: 70,4 g<br>Węglowodany: 280,8 g<br>Błonnik pokarmowy: 43,5 g<br>Nasycone kwasy tłuszczowe: 22,8 g<br>Cukry: 67,2 g<br>Sól: 6,72 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |  |  |

## SZPITAL POWIATOWY W KĘTRZYNIE - JADŁOSPIS CZWARTEK 24.10.2024 r.

|                 | (kod: 1) Dieta podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | (kod: 2) Dieta lekkostrawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | (kod: 3) Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | (kod: 9) Dieta bogatobiałkowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|-----------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie       | - Zupa mleczna z płatkami owsianymi (składniki: <b>mleko</b> 2% tłuszczu, płatki <b>owsiane (gluten))</b> – 250 ml<br>- Chleb <b>pszenny (gluten)</b> - 25 g<br>- Bułka <b>grahamka (gluten)</b> - 90 g<br>- Masło <b>ekstra (z mleka)</b> – 10 g<br>- Pasta twarogowa z ziołami i rzodkiewką (składniki: ser twarogowy ( <b>mleko</b> ), jogurt naturalny ( <b>mleko</b> ), rzodkiewka, koper świeży, zioła prowansalskie) – 50 g<br>- Pasztet pieczony ( <b>gluten, seler, soja</b> ) – 40 g<br>- Roszponka – 10 g<br>- Papryka czerwona – 50 g<br>- Banan – 120 g<br>- Herbata czarna bez cukru – 250 ml | - Zupa mleczna z płatkami owsianymi (składniki: <b>mleko</b> 2% tłuszczu, woda, płatki <b>owsiane (gluten))</b> – 250 ml<br>- Chleb <b>pszenny (gluten)</b> - 25 g<br>- Bułka <b>pszenna (gluten)</b> - 80 g<br>- Masło <b>ekstra (z mleka)</b> – 10 g<br>- Pasta twarogowa z ziołami (składniki: ser twarogowy ( <b>mleko</b> ), jogurt naturalny ( <b>mleko</b> ), koper świeży, zioła prowansalskie) – 60 g<br>- Wędlina drobiowa – 30 g<br>- Roszponka – 10 g<br>- Pomidor – 50 g<br>- Banan – 120 g<br>- Herbata czarna bez cukru – 250 ml | - Zupa mleczna z płatkami owsianymi (składniki: <b>mleko</b> 2% tłuszczu, płatki <b>owsiane (gluten))</b> – 250 ml<br>- Chleb <b>pszenny (gluten)</b> - 25 g<br>- Bułka <b>pszenna (gluten)</b> - 80 g<br>- Masło <b>ekstra (z mleka)</b> – 5 g<br>- Pasta twarogowa z ziołami (składniki: ser twarogowy ( <b>mleko</b> ), jogurt naturalny ( <b>mleko</b> ), koper świeży, zioła prowansalskie) – 60 g<br>- Wędlina drobiowa – 30 g<br>- Roszponka – 10 g<br>- Pomidor – 50 g<br>- Banan – 120 g<br>- Herbata czarna bez cukru – 250 ml | - Zupa mleczna z płatkami owsianymi (składniki: <b>mleko</b> 2% tłuszczu, płatki <b>owsiane (gluten))</b> – 250 ml<br>- Chleb <b>pszenny (gluten)</b> - 25 g<br>- Bułka <b>pszenna (gluten)</b> - 80 g<br>- Masło <b>ekstra (z mleka)</b> – 10 g<br>- Pasta twarogowa z ziołami (składniki: ser twarogowy ( <b>mleko</b> ), jogurt naturalny ( <b>mleko</b> ), koper świeży, zioła prowansalskie) – 70 g<br>- Wędlina drobiowa – 45 g<br>- Roszponka – 10 g<br>- Pomidor – 50 g<br>- Banan – 120 g<br>- Herbata czarna bez cukru – 250 ml |
| II śniadanie    | -                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | -                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | -                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | -                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| Obiad           | - Zupa z brokułem (składniki: woda, brokuły, ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , pieprz ziołowy) – 350 ml<br>- Udko z kurczaka pieczone – 150 g<br>- Ziemniaki gotowane – 240 g<br>- Sałata z pomidorem, ogórkiem i oliwkami (składniki: sałata lodowa, pomidor, ogórek, oliwki czarne, oliwa z oliwek, sok z cytryny) - 150 g<br>- Kompot owocowy bez cukru – 250 ml                                                                                                                                                                                                                            | - Zupa z brokułem (składniki: woda, brokuły, ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , pieprz ziołowy) – 350 ml<br>- Udko z kurczaka bez skóry gotowane – 120 g<br>- Ziemniaki gotowane – 240 g<br>- Marchew gotowana – 150 g<br>- Kompot owocowy bez cukru – 250 ml                                                                                                                                                                                                                                                                       | - Zupa z brokułem (składniki: woda, brokuły, ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , pieprz ziołowy) – 350 ml<br>- Udko z kurczaka bez skóry gotowane – 120 g<br>- Ziemniaki gotowane – 240 g<br>- Marchew gotowana – 150 g<br>- Kompot owocowy bez cukru – 250 ml                                                                                                                                                                                                                                                                | - Zupa z brokułem (składniki: woda, brokuły, ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , pieprz ziołowy) – 350 ml<br>- Udko z kurczaka bez skóry gotowane – 120 g<br>- Ziemniaki gotowane – 240 g<br>- Marchew gotowana – 150 g<br>- Kompot owocowy bez cukru – 250 ml                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Podwieczorek    | -                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | -                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | -                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | -                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| Kolacja         | - Chleb <b>razowy (gluten)</b> – 30 g<br>- Chleb <b>pszenny (gluten)</b> – 50 g<br>- Masło <b>ekstra (z mleka)</b> – 10 g<br>- Wędlina wieprzowa – 30 g<br>- Ogórek – 50 g<br>- Sałata masłowa – 10 g<br>- Kisiel owocowy (składniki: woda, truskawki, mąka ziemniaczana) – 150 g<br>- Serek wiejski ( <b>mleko</b> ) – 200 g<br>- Dżem owocowy o obniżonej zawartości cukru – 25 g<br>- Herbata owocowa bez cukru – 250 ml                                                                                                                                                                                 | - Chleb <b>pszenny (gluten)</b> – 75 g<br>- Masło <b>ekstra (z mleka)</b> – 10 g<br>- Wędlina wieprzowa – 30 g<br>- Pomidor – 50 g<br>- Sałata masłowa – 10 g<br>- Kisiel owocowy (składniki: woda, truskawki, mąka ziemniaczana) – 150 g<br>- Serek wiejski ( <b>mleko</b> ) – 200 g<br>- Dżem owocowy o obniżonej zawartości cukru – 25 g<br>- Herbata owocowa bez cukru – 250 ml                                                                                                                                                             | - Chleb <b>pszenny (gluten)</b> – 75 g<br>- Masło <b>ekstra (z mleka)</b> – 5 g<br>- Wędlina wieprzowa – 30 g<br>- Pomidor – 50 g<br>- Sałata masłowa – 10 g<br>- Kisiel owocowy (składniki: woda, truskawki, mąka ziemniaczana) – 150 g<br>- Serek wiejski ( <b>mleko</b> ) – 200 g<br>- Dżem owocowy o obniżonej zawartości cukru – 25 g<br>- Herbata owocowa bez cukru – 250 ml                                                                                                                                                       | - Chleb <b>pszenny (gluten)</b> – 75 g<br>- Masło <b>ekstra (z mleka)</b> – 10 g<br>- Wędlina wieprzowa – 30 g<br>- Pomidor – 50 g<br>- Sałata masłowa – 10 g<br>- Kisiel owocowy (składniki: woda, truskawki, mąka ziemniaczana) – 150 g<br>- Serek wiejski ( <b>mleko</b> ) – 200 g<br>- Dżem owocowy o obniżonej zawartości cukru – 25 g<br>- Herbata owocowa bez cukru – 250 ml                                                                                                                                                       |
| Posiłek nocny   | -                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | -                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | -                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | -                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| Wartości dobowe | Energia: 2067,4 kcal<br>Białko: 102,3 g<br>Tłuszcz: 64,7 g<br>Węglowodany: 285,8 g<br>Błonnik pokarmowy: 32,4 g<br>Nasycone kwasy tłuszczowe: 21,9 g<br>Cukry: 66,3 g<br>Sól: 4,95 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Energia: 1978,8 kcal<br>Białko: 106,5 g<br>Tłuszcz: 52,9 g<br>Węglowodany: 284,1 g<br>Błonnik pokarmowy: 29 g<br>Nasycone kwasy tłuszczowe: 19,2 g<br>Cukry: 69 g<br>Sól: 5,2 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Energia: 1941,4 kcal<br>Białko: 106,5 g<br>Tłuszcz: 48,8 g<br>Węglowodany: 284,1 g<br>Błonnik pokarmowy: 29 g<br>Nasycone kwasy tłuszczowe: 16,5 g<br>Cukry: 69 g<br>Sól: 5,2 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Energia: 2002,4 kcal<br>Białko: 111,5 g<br>Tłuszcz: 53,1 g<br>Węglowodany: 284,5 g<br>Błonnik pokarmowy: 29 g<br>Nasycone kwasy tłuszczowe: 19,3 g<br>Cukry: 69,3 g<br>Sól: 5,47 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |

## SZPITAL POWIATOWY W KĘTRZYNIE - JADŁOSPIS CZWARTEK 24.10.2024 r.

|                 | (kod: 6) <b>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (5 posiłków)</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | (kod: 6/K) <b>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6 posiłków)</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |  |  |
|-----------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|
| Śniadanie       | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Bułka <b>grahamka (gluten)</b> - 90 g</li> <li>- Chleb <b>razowy (gluten)</b> – 30 g</li> <li>- Masło <b>ekstra (z mleka)</b> – 10 g</li> <li>- Pasta twarogowa z ziołami i rzodkiewką (składniki: ser twarogowy (<b>mleko</b>), jogurt naturalny (<b>mleko</b>), rzodkiewka, koper świeży, zioła prowansalskie) – 50 g</li> <li>- Paszтет pieczony (<b>gluten, seler, soja</b>) – 40 g</li> <li>- Roszponka – 10 g</li> <li>- Papryka czerwona – 50 g</li> <li>- Banan – 120 g</li> <li>- Herbata czarna bez cukru – 250 ml</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Bułka <b>grahamka (gluten)</b> - 90 g</li> <li>- Chleb <b>razowy (gluten)</b> – 30 g</li> <li>- Masło <b>ekstra (z mleka)</b> – 10 g</li> <li>- Pasta twarogowa z ziołami i rzodkiewką (składniki: ser twarogowy (<b>mleko</b>), jogurt naturalny (<b>mleko</b>), rzodkiewka, koper świeży, zioła prowansalskie) – 50 g</li> <li>- Paszтет pieczony (<b>gluten, seler, soja</b>) – 40 g</li> <li>- Roszponka – 10 g</li> <li>- Papryka czerwona – 50 g</li> <li>- Banan – 120 g</li> <li>- Herbata czarna bez cukru – 250 ml</li> </ul> |  |  |
| II śniadanie    | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kanapka z wędliną drobiową:</li> <li>- Chleb <b>razowy</b> – 30 g</li> <li>- Masło <b>ekstra (z mleka)</b>– 2 g</li> <li>- Wędlina drobiowa - 15 g</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kanapka z wędliną drobiową:</li> <li>- Chleb <b>razowy</b> – 30 g</li> <li>- Masło <b>ekstra (z mleka)</b>– 2 g</li> <li>- Wędlina drobiowa - 15 g</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |  |  |
| Obiad           | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa z brokułem (składniki: woda, brokuły, ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b>, pieprz ziółowy) – 350 ml</li> <li>- Udko z kurczaka pieczone – 150 g</li> <li>- Ziemniaki gotowane – 150 g</li> <li>- Sałata z pomidorem, ogórkiem i oliwkami (składniki: sałata lodowa, pomidor, ogórek, oliwki czarne, oliwa z oliwek, sok z cytryny) - 150 g</li> <li>- Kompot owocowy bez cukru – 250 ml</li> </ul>                                                                                                                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa z brokułem (składniki: woda, brokuły, ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b>, pieprz ziółowy) – 350 ml</li> <li>- Udko z kurczaka pieczone – 150 g</li> <li>- Ziemniaki gotowane – 150 g</li> <li>- Sałata z pomidorem, ogórkiem i oliwkami (składniki: sałata lodowa, pomidor, ogórek, oliwki czarne, oliwa z oliwek, sok z cytryny) - 150 g</li> <li>- Kompot owocowy bez cukru – 250 ml</li> </ul>                                                                                                                        |  |  |
| Podwieczorek    | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Serek wiejski (<b>mleko</b>) – 200 g</li> <li>- Pieczywo chrupkie żytnie (<b>gluten</b>) – 25 g</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Serek wiejski (<b>mleko</b>) – 200 g</li> <li>- Pieczywo chrupkie żytnie (<b>gluten</b>) – 25 g</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |  |  |
| Kolacja         | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Chleb <b>razowy (gluten)</b> – 60 g</li> <li>- Masło <b>ekstra (z mleka)</b> – 10 g</li> <li>- Wędlina wieprzowa – 30 g</li> <li>- Ogórek – 50 g</li> <li>- Sałata masłowa – 10 g</li> <li>- Kisiel owocowy (składniki: woda, truskawki, mąka ziemniaczana) – 150 g</li> <li>- Herbata owocowa bez cukru – 250 ml</li> </ul>                                                                                                                                                                                                            | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Chleb <b>razowy (gluten)</b> – 60 g</li> <li>- Masło <b>ekstra (z mleka)</b> – 10 g</li> <li>- Wędlina wieprzowa – 30 g</li> <li>- Ogórek – 50 g</li> <li>- Sałata masłowa – 10 g</li> <li>- Kisiel owocowy (składniki: woda, truskawki, mąka ziemniaczana) – 150 g</li> <li>- Herbata owocowa bez cukru – 250 ml</li> </ul>                                                                                                                                                                                                            |  |  |
| Posiłek nocny   | -                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kanapka z wędliną:</li> <li>- Chleb <b>razowy</b> – 30 g</li> <li>- Masło <b>ekstra (z mleka)</b> – 2 g</li> <li>- Wędlina wieprzowa – 15 g</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |  |  |
| Wartości dobowe | Energia: 1901,3 kcal<br>Białko: 99,5 g<br>Tłuszcz: 63,5 g<br>Węglowodany: 251,3 g<br>Błonnik pokarmowy: 38,5 g<br>Nasycone kwasy tłuszczowe: 21,7 g<br>Cukry: 49,8 g<br>Sól: 5,64 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Energia: 2025,5 kcal<br>Białko: 103,9 g<br>Tłuszcz: 66,2 g<br>Węglowodany: 272,4 g<br>Błonnik pokarmowy: 39,3 g<br>Nasycone kwasy tłuszczowe: 23,2 g<br>Cukry: 55,9 g<br>Sól: 6,16 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |  |  |



## SZPITAL POWIATOWY W KĘTRZYNIE - JADŁOSPIS PIĄTEK 25.10.2024 r.

|                          | (kod: 1) <b>Dieta podstawowa</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | (kod: 2) <b>Dieta lekkostrawna</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | (kod: 3) <b>Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | (kod: 9) <b>Dieta bogatobiałkowa</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|--------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie                | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kasza manna na mleku – (składniki: kasza manna (<b>gluten</b>), <b>mleko</b> 2% tłuszczu) – 250 ml</li> <li>- Chleb <b>pszenny (gluten)</b> - 50 g</li> <li>- Chleb <b>razowy (gluten)</b> – 30 g</li> <li>- Pasta jajeczna (składniki: <b>jaja</b> kurze całe, ser twarogowy (<b>mleko</b>), pieprz ziołowy) – 50 g</li> <li>- Wędlina drobiowa – 30 g</li> <li>- Sałata masłowa – 10 g</li> <li>- Ogórek – 50 g</li> <li>- Jabłko – 120 g</li> <li>- Herbata czarna bez cukru – 250 ml</li> </ul>                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kasza manna na mleku – (składniki: kasza manna (<b>gluten</b>), <b>mleko</b> 2% tłuszczu) – 250 ml</li> <li>- Chleb <b>pszenny (gluten)</b> - 75 g</li> <li>- Pasta jajeczna (składniki: <b>jaja</b> kurze całe, ser twarogowy (<b>mleko</b>), pieprz ziołowy) – 50 g</li> <li>- Wędlina drobiowa – 30 g</li> <li>- Sałata masłowa – 10 g</li> <li>- Pomidor – 50 g</li> <li>- Jabłko pieczone – 120 g</li> <li>- Herbata czarna bez cukru – 250 ml</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kasza manna na mleku – (składniki: kasza manna (<b>gluten</b>), <b>mleko</b> 2% tłuszczu) – 250 ml</li> <li>- Chleb <b>pszenny (gluten)</b> - 75 g</li> <li>- Pasta jajeczna (składniki: <b>jaja</b> kurze całe, ser twarogowy (<b>mleko</b>), pieprz ziołowy) – 50 g</li> <li>- Wędlina drobiowa – 30 g</li> <li>- Sałata masłowa – 10 g</li> <li>- Pomidor – 50 g</li> <li>- Jabłko pieczone – 120 g</li> <li>- Herbata czarna bez cukru – 250 ml</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kasza manna na mleku – (składniki: kasza manna (<b>gluten</b>), <b>mleko</b> 2% tłuszczu, woda) – 250 ml</li> <li>- Chleb <b>pszenny (gluten)</b> - 75 g</li> <li>- Pasta jajeczna (składniki: <b>jaja</b> kurze całe, ser twarogowy (<b>mleko</b>), pieprz ziołowy) – 70 g</li> <li>- Wędlina drobiowa – 45 g</li> <li>- Sałata masłowa – 10 g</li> <li>- Pomidor – 50 g</li> <li>- Jabłko pieczone – 120 g</li> <li>- Herbata czarna bez cukru – 250 ml</li> </ul> |
| II śniadanie             | -                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | -                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | -                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | -                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| Obiad                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa fasolowa (składniki: ziemniaki, fasola, marchew, pietruszka, <b>seler</b>, koncentrat pomidorowy, pieprz ziołowy, majeranek, papryka słodka) – 350 ml</li> <li>- Pieczona ryba po grecku (składniki: filet <b>rybny</b>, passata pomidorowa, marchew, pietruszka, <b>seler</b>) – 200 g</li> <li>- Ryż brązowy gotowany – 200 g</li> <li>- Surówka z kapusty pekińskiej (składniki: kapusta pekińska, marchew, jabłko, olej rzepakowy, sok z cytryny) – 100 g</li> <li>- Kompot owocowy bez cukru – 250 ml</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa buraczkowa (składniki: woda, ziemniaki, buraki, marchew, pietruszka, <b>seler</b>, jogurt typu greckiego (<b>mleko</b>), pieprz ziołowy) – 350 ml</li> <li>- Pieczona ryba po grecku (składniki: filet <b>rybny</b>, passata pomidorowa, marchew, pietruszka, <b>seler</b>) – 200 g</li> <li>- Ryż biały gotowany – 200 g</li> <li>- Kompot owocowy bez cukru – 250 ml</li> </ul>                                                                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa buraczkowa (składniki: woda, ziemniaki, buraki, marchew, pietruszka, <b>seler</b>, jogurt typu greckiego (<b>mleko</b>), pieprz ziołowy) – 350 ml</li> <li>- Pieczona ryba po grecku (składniki: filet <b>rybny</b>, passata pomidorowa, marchew, pietruszka, <b>seler</b>) – 200 g</li> <li>- Ryż biały gotowany – 200 g</li> <li>- Kompot owocowy bez cukru – 250 ml</li> </ul>                                                                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa buraczkowa (składniki: woda, ziemniaki, buraki, marchew, pietruszka, <b>seler</b>, jogurt typu greckiego (<b>mleko</b>), pieprz ziołowy) – 350 ml</li> <li>- Pieczona ryba po grecku (składniki: filet <b>rybny</b>, passata pomidorowa, marchew, pietruszka, <b>seler</b>) – 300 g</li> <li>- Ryż biały gotowany – 200 g</li> <li>- Kompot owocowy bez cukru – 250 ml</li> </ul>                                                                               |
| Podwieczorek             | -                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | -                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | -                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | -                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| Kolacja                  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Chleb <b>pszenny (gluten)</b> – 50 g</li> <li>- Chleb <b>razowy (gluten)</b> – 30 g</li> <li>- Masło <b>ekstra</b> (z <b>mleka</b>) – 10 g</li> <li>- Wędlina wieprzowa – 45 g</li> <li>- Pomidor – 50 g</li> <li>- Ciasto marchewkowe (składniki: mąka <b>pszenna (gluten)</b>, marchew, <b>jaja</b> kurze całe, olej rzepakowy, cynamon, soda oczyszczona) – 105 g</li> <li>- Jogurt naturalny (<b>mleko</b>) – 150 g</li> <li>- Herbata owocowa bez cukru – 250 ml</li> </ul>                                           | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Chleb <b>pszenny (gluten)</b> – 75 g</li> <li>- Masło <b>ekstra</b> (z <b>mleka</b>) – 10 g</li> <li>- Wędlina wieprzowa – 45 g</li> <li>- Pomidor – 50 g</li> <li>- Ciasto marchewkowe (składniki: mąka <b>pszenna (gluten)</b>, marchew, <b>jaja</b> kurze całe, olej rzepakowy, cynamon, soda oczyszczona) – 105 g</li> <li>- Jogurt naturalny (<b>mleko</b>) – 150 g</li> <li>- Herbata owocowa bez cukru – 250 ml</li> </ul>                              | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Chleb <b>pszenny (gluten)</b> – 75 g</li> <li>- Masło <b>ekstra</b> (z <b>mleka</b>) – 5 g</li> <li>- Wędlina wieprzowa – 45 g</li> <li>- Pomidor – 50 g</li> <li>- Ciasto marchewkowe (składniki: mąka <b>pszenna (gluten)</b>, marchew, <b>jaja</b> kurze całe, olej rzepakowy, cynamon, soda oczyszczona) – 105 g</li> <li>- Jogurt naturalny (<b>mleko</b>) – 150 g</li> <li>- Herbata owocowa bez cukru – 250 ml</li> </ul>                               | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Chleb <b>pszenny (gluten)</b> – 75 g</li> <li>- Masło <b>ekstra</b> (z <b>mleka</b>) – 10 g</li> <li>- Wędlina wieprzowa – 45 g</li> <li>- Pomidor – 50 g</li> <li>- Ciasto marchewkowe (składniki: mąka <b>pszenna (gluten)</b>, marchew, <b>jaja</b> kurze całe, olej rzepakowy, cynamon, soda oczyszczona) – 105 g</li> <li>- Jogurt naturalny (<b>mleko</b>) – 150 g</li> <li>- Herbata owocowa bez cukru – 250 ml</li> </ul>                                    |
| Posiłek nocny            | -                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | -                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | -                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | -                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| Wartości odżywcze dobowe | Energia: 2085,5 kcal<br>Białko: 106,3 g<br>Tłuszcz: 56,4 g<br>Węglowodany: 307,8 g<br>Błonnik pokarmowy: 38,9 g<br>Nasycone kwasy tłuszczowe: 15,3 g<br>Cukry: 51,1 g<br>Sól: 4,75 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Energia: 2001,6 kcal<br>Białko: 95,5 g<br>Tłuszcz: 54,9 g<br>Węglowodany: 292,8 g<br>Błonnik pokarmowy: 22,6 g<br>Nasycone kwasy tłuszczowe: 15,8 g<br>Cukry: 61,5 g<br>Sól: 4,19 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Energia: 1964,2 kcal<br>Białko: 95,4 g<br>Tłuszcz: 50,8 g<br>Węglowodany: 292,8 g<br>Błonnik pokarmowy: 22,6 g<br>Nasycone kwasy tłuszczowe: 13,1 g<br>Cukry: 61,4 g<br>Sól: 4,21 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Energia: 1838,6 kcal<br>Białko: 105,3 g<br>Tłuszcz: 56,4 g<br>Węglowodany: 238 g<br>Błonnik pokarmowy: 21 g<br>Nasycone kwasy tłuszczowe: 16,4 g<br>Cukry: 61,6 g<br>Sól: 4,62 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |

## SZPITAL POWIATOWY W KĘTRZYNIE - JADŁOSPIS PIĄTEK 25.10.2024 r.

|                          | (kod: 6) <b>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b> (5 posiłków)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | (kod: 6/K) <b>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b> (6 posiłków)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |  |  |
|--------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|
| Śniadanie                | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Chleb <b>razowy (gluten)</b> – 90 g</li> <li>- Pasta jajeczna (składniki: <b>jaja</b> kurze, ser twarogowy (z <b>mleka</b>), jogurt typu greckiego (<b>mleko</b>) – 50 g</li> <li>- Wędlina drobiowa – 30 g</li> <li>- Sałata masłowa – 10 g</li> <li>- Ogórek – 50 g</li> <li>- Jabłko – 120 g</li> <li>- Herbata czarna bez cukru – 250 ml</li> </ul>                                                                                                                                                                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Chleb <b>razowy (gluten)</b> – 90 g</li> <li>- Pasta jajeczna (składniki: <b>jaja</b> kurze, ser twarogowy (z <b>mleka</b>), jogurt typu greckiego (<b>mleko</b>) – 50 g</li> <li>- Wędlina drobiowa – 30 g</li> <li>- Sałata masłowa – 10 g</li> <li>- Ogórek – 50 g</li> <li>- Jabłko – 120 g</li> <li>- Herbata czarna bez cukru – 250 ml</li> </ul>                                                                                                                                                                    |  |  |
| II śniadanie             | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kanapka z wędliną drobiową:</li> <li>- Chleb <b>razowy</b> – 30 g</li> <li>- Masło <b>ekstra</b> (z <b>mleka</b>) – 3 g</li> <li>- Wędlina drobiowa - 15 g</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kanapka z wędliną drobiową:</li> <li>- Chleb <b>razowy</b> – 30 g</li> <li>- Masło <b>ekstra</b> (z <b>mleka</b>) – 3 g</li> <li>- Wędlina drobiowa - 15 g</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |  |  |
| Obiad                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa fasolowa (składniki: ziemniaki, fasola, marchew, pietruszka, <b>seler</b>, koncentrat pomidorowy, pieprz ziołowy, majeranek, papryka słodka) – 350 ml</li> <li>- Pieczona ryba po grecku (składniki: filet <b>rybny</b>, passata pomidorowa, marchew, pietruszka, <b>seler</b>) – 200 g</li> <li>- Ryż brązowy gotowany – 200 g</li> <li>- Surówka z kapusty pekińskiej (składniki: kapusta pekińska, marchew, jabłko, olej rzepakowy, sok z cytryny) – 150 g</li> <li>- Kompot owocowy bez cukru – 250 ml</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa fasolowa (składniki: ziemniaki, fasola, marchew, pietruszka, <b>seler</b>, koncentrat pomidorowy, pieprz ziołowy, majeranek, papryka słodka) – 350 ml</li> <li>- Pieczona ryba po grecku (składniki: filet <b>rybny</b>, passata pomidorowa, marchew, pietruszka, <b>seler</b>) – 200 g</li> <li>- Ryż brązowy gotowany – 200 g</li> <li>- Surówka z kapusty pekińskiej (składniki: kapusta pekińska, marchew, jabłko, olej rzepakowy, sok z cytryny) – 150 g</li> <li>- Kompot owocowy bez cukru – 250 ml</li> </ul> |  |  |
| Podwieczorek             | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Jogurt naturalny (<b>mleko</b>) – 150 g</li> <li>- Pieczywo chrupkie żytnie (<b>gluten</b>) – 24 g</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Jogurt naturalny (<b>mleko</b>) – 150 g</li> <li>- Pieczywo chrupkie żytnie (<b>gluten</b>) – 24 g</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |  |  |
| Kolacja                  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Chleb <b>razowy (gluten)</b> – 90 g</li> <li>- Masło <b>ekstra</b> (z <b>mleka</b>) – 10 g</li> <li>- Paszтет pieczony (<b>gluten, seler, soja</b>) – 50 g</li> <li>- Pomidor – 50 g</li> <li>- Ciastka zbożowe bez cukru (<b>gluten</b>) – 25 g</li> <li>- Herbata owocowa – 250 ml</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                            | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Chleb <b>razowy (gluten)</b> – 60 g</li> <li>- Masło <b>ekstra</b> (z <b>mleka</b>) – 5 g</li> <li>- Paszтет pieczony (<b>gluten, seler, soja</b>) – 40 g</li> <li>- Pomidor – 50 g</li> <li>- Ciastka zbożowe bez cukru (<b>gluten</b>) – 25 g</li> <li>- Herbata owocowa – 250 ml</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                             |  |  |
| Posiłek nocny            | -                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kanapka z wędliną:</li> <li>- Chleb <b>razowy (gluten)</b> – 30 g</li> <li>- Masło <b>ekstra (mleko)</b> – 2 g</li> <li>- Wędlina wieprzowa – 15 g</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |  |  |
| Wartości odżywcze dobowe | Energia: 1935,2 kcal<br>Białko: 92,1 g<br>Tłuszcz: 60 g<br>Węglowodany: 279,4 g<br>Błonnik pokarmowy: 47,9 g<br>Nasycone kwasy tłuszczowe: 16 g<br>Cukry: 47,3 g<br>Sól: 4,8 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Energia: 1984 kcal<br>Białko: 94,6 g<br>Tłuszcz: 59 g<br>Węglowodany: 292,1 g<br>Błonnik pokarmowy: 49,4 g<br>Nasycone kwasy tłuszczowe: 16 g<br>Cukry: 47,4 g<br>Sól: 4,97 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |  |  |

# SZPITAL POWIATOWY W KĘTRZYNIE - JADŁOSPIS SOBOTA 26.10.2024 r.

|                 | (kod: 1) <b>Dieta podstawowa</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | (kod: 2) <b>Dieta lekkostrawna</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | (kod: 3) <b>Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | (kod: 9) <b>Dieta bogatobiałkowa</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|-----------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie       | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Chleb <b>pszenny (gluten)</b> – 50 g</li> <li>- Chleb <b>razowy (gluten)</b> – 30 g</li> <li>- Masło <b>ekstra (z mleka)</b> – 10 g</li> <li>- Wędlina wieprzowa – 30 g</li> <li>- Pasta twarogowa z ziołami (składniki: ser twarogowy (<b>mleko</b>), jogurt naturalny (<b>mleko</b>), koper świeży, zioła prowansalskie) – 60 g</li> <li>- Sałata masłowa – 10 g</li> <li>- Papryka czerwona – 50 g</li> <li>- Mandarynki – 140 g</li> <li>- Herbata czarna bez cukru – 250 ml</li> </ul>                                                                                                           | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Chleb <b>pszenny (gluten)</b> – 100 g</li> <li>- Masło <b>ekstra (z mleka)</b> – 10 g</li> <li>- Wędlina wieprzowa – 30 g</li> <li>- Pasta twarogowa z ziołami (składniki: ser twarogowy (<b>mleko</b>), jogurt naturalny (<b>mleko</b>), koper świeży, zioła prowansalskie) – 60 g</li> <li>- Sałata masłowa – 10 g</li> <li>- Pomidor – 50 g</li> <li>- Mandarynki – 140 g</li> <li>- Herbata czarna bez cukru – 250 ml</li> </ul>                                                                                                                                                           | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Chleb <b>pszenny (gluten)</b> – 100 g</li> <li>- Wędlina wieprzowa – 30 g</li> <li>- Pasta twarogowa z ziołami (składniki: ser twarogowy (<b>mleko</b>), jogurt naturalny (<b>mleko</b>), koper świeży, zioła prowansalskie) – 60 g</li> <li>- Sałata masłowa – 10 g</li> <li>- Pomidor – 50 g</li> <li>- Mandarynki – 140 g</li> <li>- Herbata czarna bez cukru – 250 ml</li> </ul>                                                                                                                                                                                                           | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Chleb <b>pszenny (gluten)</b> – 100 g</li> <li>- Masło <b>ekstra (z mleka)</b> – 10 g</li> <li>- Wędlina wieprzowa – 30 g</li> <li>- Pasta twarogowa z ziołami (składniki: ser twarogowy (<b>mleko</b>), jogurt naturalny (<b>mleko</b>), koper świeży, zioła prowansalskie) – 70 g</li> <li>- Sałata masłowa – 10 g</li> <li>- Pomidor – 50 g</li> <li>- Mandarynki – 140 g</li> <li>- Herbata czarna bez cukru – 250 ml</li> </ul>                                                                                                                                                           |
| II śniadanie    | -                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | -                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | -                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | -                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| Obiad           | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa pomidorowa z makaronem (składniki: makaron <b>pełnoziarnisty (gluten)</b>, marchew, pietruszka, <b>seler</b>, koncentrat pomidorowy, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy) – 350 ml</li> <li>- Klopsiki wieprzowe duszone w sosie własnym (składniki: mięso wieprzowe ze schabu, marchew, pietruszka, <b>jaja</b> kurze całe, bułka tarta (<b>gluten</b>), majeranek, pieprz ziołowy) – 200 g</li> <li>- Kasza jęczmienna (<b>gluten</b>) – 240 g</li> <li>- Buraki tarte gotowane (składniki: buraki, olej rzepakowy) – 150 g</li> <li>- Kompot owocowy bez cukru – 250 ml</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa pomidorowa z makaronem (składniki: makaron <b>pszenny (gluten)</b>, marchew, pietruszka, <b>seler</b>, koncentrat pomidorowy, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy) – 350 ml</li> <li>- Klopsiki wieprzowe duszone w sosie własnym (składniki: mięso wieprzowe ze schabu, marchew, pietruszka, <b>jaja</b> kurze całe, bułka tarta (<b>gluten</b>), majeranek, pieprz ziołowy) – 200 g</li> <li>- Kasza jęczmienna (<b>gluten</b>) – 240 g</li> <li>- Buraki tarte gotowane (składniki: buraki, olej rzepakowy) – 150 g</li> <li>- Kompot owocowy bez cukru – 250 ml</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa pomidorowa z makaronem (składniki: makaron <b>pszenny (gluten)</b>, marchew, pietruszka, <b>seler</b>, koncentrat pomidorowy, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy) – 350 ml</li> <li>- Klopsiki wieprzowe duszone w sosie własnym (składniki: mięso wieprzowe ze schabu, marchew, pietruszka, <b>jaja</b> kurze całe, bułka tarta (<b>gluten</b>), majeranek, pieprz ziołowy) – 200 g</li> <li>- Kasza jęczmienna (<b>gluten</b>) – 240 g</li> <li>- Buraki tarte gotowane (składniki: buraki, olej rzepakowy) – 150 g</li> <li>- Kompot owocowy bez cukru – 250 ml</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa pomidorowa z makaronem (składniki: makaron <b>pszenny (gluten)</b>, marchew, pietruszka, <b>seler</b>, koncentrat pomidorowy, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy) – 350 ml</li> <li>- Klopsiki wieprzowe duszone w sosie własnym (składniki: mięso wieprzowe ze schabu, marchew, pietruszka, <b>jaja</b> kurze całe, bułka tarta (<b>gluten</b>), majeranek, pieprz ziołowy) – 240 g</li> <li>- Kasza jęczmienna (<b>gluten</b>) – 240 g</li> <li>- Buraki tarte gotowane (składniki: buraki, olej rzepakowy) – 150 g</li> <li>- Kompot owocowy bez cukru – 250 ml</li> </ul> |
| Podwieczorek    | -                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | -                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | -                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | -                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| Kolacja         | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Chleb <b>pszenny (gluten)</b> – 50 g</li> <li>- Chleb <b>razowy (gluten)</b> – 30 g</li> <li>- Masło <b>ekstra (z mleka)</b> – 10 g</li> <li>- Wędlina drobiowa - 45 g</li> <li>- Roszponka – 10 g</li> <li>- Pomidor – 50 g</li> <li>- Jogurt naturalny (<b>mleko</b>) – 150 g</li> <li>- Dżem owocowy o obniżonej zawartości cukru – 25 g</li> <li>- Wafle ryżowe – 27 g</li> <li>- Kawa zbożowa z mlekiem (składniki: woda, <b>mleko</b> 2% tłuszczu, kawa <b>zbożowa (gluten)</b>) – 250 ml</li> </ul>                                                                                            | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Chleb <b>pszenny (gluten)</b> – 75 g</li> <li>- Masło <b>ekstra (z mleka)</b> – 5 g</li> <li>- Wędlina drobiowa - 45 g</li> <li>- Roszponka – 10 g</li> <li>- Pomidor – 50 g</li> <li>- Jogurt naturalny (<b>mleko</b>) – 150 g</li> <li>- Dżem owocowy o obniżonej zawartości cukru – 25 g</li> <li>- Wafle ryżowe – 27 g</li> <li>- Kawa zbożowa z mlekiem (składniki: woda, <b>mleko</b> 2% tłuszczu, kawa <b>zbożowa (gluten)</b>) – 250 ml</li> </ul>                                                                                                                                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Chleb <b>pszenny (gluten)</b> – 100 g</li> <li>- Masło <b>ekstra (z mleka)</b> – 5 g</li> <li>- Wędlina drobiowa - 45 g</li> <li>- Roszponka – 10 g</li> <li>- Pomidor – 50 g</li> <li>- Jogurt naturalny (<b>mleko</b>) – 150 g</li> <li>- Dżem owocowy o obniżonej zawartości cukru – 25 g</li> <li>- Wafle ryżowe – 27 g</li> <li>- Kawa zbożowa z mlekiem (składniki: woda, <b>mleko</b> 2% tłuszczu, kawa <b>zbożowa (gluten)</b>) – 250 ml</li> </ul>                                                                                                                                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Chleb <b>pszenny (gluten)</b> – 100 g</li> <li>- Masło <b>ekstra (z mleka)</b> – 5 g</li> <li>- Wędlina drobiowa - 45 g</li> <li>- Roszponka – 10 g</li> <li>- Pomidor – 50 g</li> <li>- Jogurt naturalny (<b>mleko</b>) – 150 g</li> <li>- Dżem owocowy o obniżonej zawartości cukru – 25 g</li> <li>- Wafle ryżowe – 27 g</li> <li>- Kawa zbożowa z mlekiem (składniki: woda, <b>mleko</b> 2% tłuszczu, kawa <b>zbożowa (gluten)</b>) – 250 ml</li> </ul>                                                                                                                                    |
| Posiłek nocny   | -                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | -                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | -                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | -                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| Wartości dobowe | Energia: 2024,8 kcal<br>Białko: 101,2 g<br>Tłuszcz: 57,3 g<br>Węglowodany: 292,9 g<br>Błonnik pokarmowy: 33,3 g<br>Nasycone kwasy tłuszczowe: 22,6 g<br>Cukry: 66,6 g<br>Sól: 4,41 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Energia: 1954,8 kcal<br>Białko: 100,3 g<br>Tłuszcz: 52,5 g<br>Węglowodany: 285,7 g<br>Błonnik pokarmowy: 29,1 g<br>Nasycone kwasy tłuszczowe: 19,8 g<br>Cukry: 64,9 g<br>Sól: 4,36 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Energia: 1944,5 kcal<br>Białko: 102,4 g<br>Tłuszcz: 44,6 g<br>Węglowodany: 299,2 g<br>Błonnik pokarmowy: 29,8 g<br>Nasycone kwasy tłuszczowe: 14,4 g<br>Cukry: 65 g<br>Sól: 4,61 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Energia: 2016,2 kcal<br>Białko: 111,5 g<br>Tłuszcz: 54,2 g<br>Węglowodany: 286,1 g<br>Błonnik pokarmowy: 29,1 g<br>Nasycone kwasy tłuszczowe: 20,5 g<br>Cukry: 65,2 g<br>Sól: 4,43 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |

# SZPITAL POWIATOWY W KĘTRZYNIE - JADŁOSPIS SOBOTA 26.10.2024 r.

|                 | (kod: 6) <b>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b> (5 posiłków)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | (kod: 6/K) <b>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b> (6 posiłków)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |  |  |
|-----------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|
| Śniadanie       | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Chleb <b>razowy (gluten)</b> – 90 g</li> <li>- Masło <b>ekstra (z mleka)</b> – 10 g</li> <li>- Wędlina wieprzowa – 30 g</li> <li>- Pasta twarogowa z ziołami (składniki: ser twarogowy (<b>mleko</b>), jogurt naturalny (<b>mleko</b>), koper świeży, zioła prowansalskie) – 60 g</li> <li>- Sałata masłowa – 10 g</li> <li>- Papryka czerwona – 50 g</li> <li>- Mandarynki – 140 g</li> <li>- Herbata czarna bez cukru– 250 ml</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Chleb <b>razowy (gluten)</b> – 90 g</li> <li>- Masło <b>ekstra (z mleka)</b> – 10 g</li> <li>- Wędlina wieprzowa – 30 g</li> <li>- Pasta twarogowa z ziołami (składniki: ser twarogowy (<b>mleko</b>), jogurt naturalny (<b>mleko</b>), koper świeży, zioła prowansalskie) – 60 g</li> <li>- Sałata masłowa – 10 g</li> <li>- Papryka czerwona – 50 g</li> <li>- Mandarynki – 140 g</li> <li>- Herbata czarna bez cukru– 250 ml</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                  |  |  |
| II śniadanie    | - Kefir ( <b>mleko</b> ) – 240 ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | - Kefir ( <b>mleko</b> ) – 240 ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |  |  |
| Obiad           | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa pomidorowa z makaronem (składniki: makaron <b>pełnoziarnisty (gluten)</b>, marchew, pietruszka, <b>seler</b>, koncentrat pomidorowy, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziółowy) – 350 ml</li> <li>- Klopsiki wieprzowe duszone w sosie własnym (składniki: mięso wieprzowe ze schabu, marchew, pietruszka, <b>jaja</b> kurze całe, bułka tarta (<b>gluten</b>), majeranek, pieprz ziółowy) – 200 g</li> <li>- Kasza gryczana gotowana – 200 g</li> <li>- Surówka z czerwonej kapusty (kapusta czerwona, marchew, jabłko, cebula, natka pietruszki, olej rzepakowy, sok z cytryny) – 150 g</li> <li>- Kompot owocowy bez cukru – 250 ml</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa pomidorowa z makaronem (składniki: makaron <b>pełnoziarnisty (gluten)</b>, marchew, pietruszka, <b>seler</b>, koncentrat pomidorowy, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziółowy) – 350 ml</li> <li>- Klopsiki wieprzowe duszone w sosie własnym (składniki: mięso wieprzowe ze schabu, marchew, pietruszka, <b>jaja</b> kurze całe, bułka tarta (<b>gluten</b>), majeranek, pieprz ziółowy) – 200 g</li> <li>- Kasza gryczana gotowana – 200 g</li> <li>- Surówka z czerwonej kapusty (kapusta czerwona, marchew, jabłko, cebula, natka pietruszki, olej rzepakowy, sok z cytryny) – 150 g</li> <li>- Kompot owocowy bez cukru – 250 ml</li> </ul> |  |  |
| Podwieczorek    | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Jogurt naturalny (<b>mleko</b>) – 150 g</li> <li>- Pieczywo chrupkie <b>żytnie (gluten)</b> – 18 g</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Jogurt naturalny (<b>mleko</b>) – 150 g</li> <li>- Pieczywo chrupkie <b>żytnie (gluten)</b> – 18 g</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |  |  |
| Kolacja         | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Chleb <b>razowy (gluten)</b> – 90 g</li> <li>- Masło <b>ekstra (z mleka)</b> – 10 g</li> <li>- Wędlina drobiowa - 45 g</li> <li>- Roszponka – 10 g</li> <li>- Pomidor – 50 g</li> <li>- Kawa zbożowa z mlekiem (składniki: woda, <b>mleko</b> 2% tłuszczu, kawa <b>zbożowa (gluten)</b>) – 250 ml</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Chleb <b>razowy (gluten)</b> – 60 g</li> <li>- Masło <b>ekstra (z mleka)</b> – 5 g</li> <li>- Wędlina drobiowa – 30 g</li> <li>- Roszponka – 10 g</li> <li>- Pomidor – 50 g</li> <li>- Kawa zbożowa z mlekiem (składniki: woda, <b>mleko</b> 2% tłuszczu, kawa <b>zbożowa (gluten)</b>) – 250 ml</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |  |  |
| Posiłek nocny   | -                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Kanapka z wędliną:<br><ul style="list-style-type: none"> <li>- Chleb <b>razowy</b> – 30 g</li> <li>- Masło <b>ekstra (z mleka)</b>– 2 g</li> <li>- Wędlina drobiowa - 15 g</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |  |  |
| Wartości dobowe | Energia: 2045,7 kcal<br>Białko: 107,8 g<br>Tłuszcz: 67,7 g<br>Węglowodany: 271,5 g<br>Błonnik pokarmowy: 43,4 g<br>Nasycone kwasy tłuszczowe: 25,8 g<br>Cukry: 66,9 g<br>Sól: 4,57 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Energia: 2023,3 kcal<br>Białko: 107,8 g<br>Tłuszcz: 65,3 g<br>Węglowodany: 271,5 g<br>Błonnik pokarmowy: 43,4 g<br>Nasycone kwasy tłuszczowe: 24,2 g<br>Cukry: 66,9 g<br>Sól: 4,6 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |  |  |

## SZPITAL POWIATOWY W KĘTRZYNIE - JADŁOSPIS NIEDZIELA 27.10.2024 r.

|                 | (kod: 1) Dieta podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | (kod: 2) Dieta lekkostrawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | (kod: 3) Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | (kod: 9) Dieta bogatobiałkowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|-----------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie       | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Chleb <b>pszenny (gluten)</b> – 50 g</li> <li>- Chleb <b>razowy (gluten)</b> – 30 g</li> <li>- Masło <b>ekstra (z mleka)</b> – 10 g</li> <li>- Wędlina wieprzowa – 30 g</li> <li>- Ser żółty (<b>mleko</b>) – 30 g</li> <li>- Sałata masłowa – 10 g</li> <li>- Rzodkiewki – 30 g</li> <li>- Banan – 130 g</li> <li>- Kefir (<b>mleko</b>) – 150 g</li> <li>- Herbata owocowa bez cukru – 250 ml</li> </ul>                                                                                                                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Chleb <b>pszenny (gluten)</b> – 75 g</li> <li>- Masło <b>ekstra (z mleka)</b> – 10 g</li> <li>- Wędlina wieprzowa – 30 g</li> <li>- Ser twarogowy chudy (<b>mleko</b>) – 50 g</li> <li>- Sałata masłowa – 10 g</li> <li>- Pomidor – 50 g</li> <li>- Banan – 130 g</li> <li>- Kefir (<b>mleko</b>) – 150 g</li> <li>- Herbata owocowa bez cukru – 250 ml</li> </ul>                                                                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Chleb <b>pszenny (gluten)</b> – 75 g</li> <li>- Masło <b>ekstra (z mleka)</b> – 5 g</li> <li>- Wędlina wieprzowa – 30 g</li> <li>- Ser twarogowy chudy (<b>mleko</b>) – 50 g</li> <li>- Sałata masłowa – 10 g</li> <li>- Pomidor – 50 g</li> <li>- Banan – 130 g</li> <li>- Kefir (<b>mleko</b>) – 150 g</li> <li>- Herbata owocowa bez cukru – 250 ml</li> </ul>                                                                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Chleb <b>pszenny (gluten)</b> – 75 g</li> <li>- Masło <b>ekstra (z mleka)</b> – 10 g</li> <li>- Wędlina wieprzowa – 30 g</li> <li>- Ser twarogowy chudy (<b>mleko</b>) – 60 g</li> <li>- Sałata masłowa – 10 g</li> <li>- Pomidor – 50 g</li> <li>- Banan – 130 g</li> <li>- Kefir (<b>mleko</b>) – 150 g</li> <li>- Herbata owocowa bez cukru – 250 ml</li> </ul>                                                                     |
| II śniadanie    | -                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | -                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | -                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | -                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| Obiad           | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa z kalafiorom (składniki: ziemniaki, kalafior, marchew, pietruszka, <b>seler</b>, masło <b>ekstra (z mleka)</b> – 350 ml</li> <li>- Pieczona roladka drobiowa z serem mozzarella i szpinakiem (składniki: pierś z kurczaka, ser mozzarella (<b>mleko</b>), szpinak, zioła prowansalskie) – 160 g</li> <li>- Ziemniaki gotowane - 300 g</li> <li>- Surówka z kapusty pekińskiej (składniki: kapusta pekińska, marchew, jabłko, olej rzepakowy, sok z cytryny) – 150 g</li> <li>- Kompot owocowy bez cukru – 250 ml</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa z kalafiorom (składniki: ziemniaki, kalafior, marchew, pietruszka, <b>seler</b>, masło <b>ekstra (z mleka)</b> – 350 ml</li> <li>- Pieczona roladka drobiowa z serem mozzarella i szpinakiem (składniki: pierś z kurczaka, ser mozzarella (<b>mleko</b>), szpinak, zioła prowansalskie) – 160 g</li> <li>- Ziemniaki gotowane - 300 g</li> <li>- Marchew gotowana – 150 g</li> <li>- Kompot owocowy bez cukru – 250 ml</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa z kalafiorom (składniki: ziemniaki, kalafior, marchew, pietruszka, <b>seler</b>, masło <b>ekstra (z mleka)</b> – 350 ml</li> <li>- Pieczona roladka drobiowa z serem mozzarella i szpinakiem (składniki: pierś z kurczaka, ser mozzarella (<b>mleko</b>), szpinak, zioła prowansalskie) – 200 g</li> <li>- Ziemniaki gotowane - 300 g</li> <li>- Marchew gotowana – 150 g</li> <li>- Kompot owocowy bez cukru – 250 ml</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa z kalafiorom (składniki: ziemniaki, kalafior, marchew, pietruszka, <b>seler</b>, masło <b>ekstra (z mleka)</b> – 350 ml</li> <li>- Pieczona roladka drobiowa z serem mozzarella i szpinakiem (składniki: pierś z kurczaka, ser mozzarella (<b>mleko</b>), szpinak, zioła prowansalskie) – 280 g</li> <li>- Ziemniaki gotowane - 240 g</li> <li>- Marchew gotowana – 150 g</li> <li>- Kompot owocowy bez cukru – 250 ml</li> </ul> |
| Podwieczorek    | -                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | -                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | -                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | -                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| Kolacja         | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Chleb <b>pszenny (gluten)</b> – 50 g</li> <li>- Chleb <b>razowy (gluten)</b> – 30 g</li> <li>- Masło <b>ekstra (z mleka)</b> – 10 g</li> <li>- Wędlina drobiowa – 45 g</li> <li>- Budyń waniliowy bez cukru (składniki: <b>mleko</b> 2% tłuszczu, skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, aromat, barwniki (kurkumina) – 200 g</li> <li>- Biszkopty bez cukru (<b>jaja, gluten</b>) – 25 g</li> <li>- Herbata czarna bez cukru – 250 ml</li> </ul>                                                                           | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Chleb <b>pszenny (gluten)</b> – 75 g</li> <li>- Masło <b>ekstra (z mleka)</b> – 10 g</li> <li>- Wędlina drobiowa – 45 g</li> <li>- Budyń waniliowy bez cukru (składniki: <b>mleko</b> 2% tłuszczu, skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, aromat, barwniki (kurkumina) – 200 g</li> <li>- Biszkopty bez cukru (<b>jaja, gluten</b>) – 25 g</li> <li>- Herbata czarna bez cukru – 250 ml</li> </ul>                                | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Chleb <b>pszenny (gluten)</b> – 100 g</li> <li>- Masło <b>ekstra (z mleka)</b> – 10 g</li> <li>- Wędlina drobiowa – 60 g</li> <li>- Budyń waniliowy bez cukru (składniki: <b>mleko</b> 2% tłuszczu, skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, aromat, barwniki (kurkumina) – 200 g</li> <li>- Biszkopty bez cukru (<b>jaja, gluten</b>) – 25 g</li> <li>- Herbata czarna bez cukru – 250 ml</li> </ul>                               | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Chleb <b>pszenny (gluten)</b> – 75 g</li> <li>- Masło <b>ekstra (z mleka)</b> – 10 g</li> <li>- Wędlina drobiowa – 45 g</li> <li>- Budyń waniliowy bez cukru (składniki: <b>mleko</b> 2% tłuszczu, skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, aromat, barwniki (kurkumina) – 200 g</li> <li>- Biszkopty bez cukru (<b>jaja, gluten</b>) – 25 g</li> <li>- Herbata czarna bez cukru – 250 ml</li> </ul>                                |
| Posiłek nocny   | -                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | -                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | -                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | -                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| Wartości dobowe | Energia: 1911,4 kcal<br>Białko: 94,5 g<br>Tłuszcz: 74,5 g<br>Węglowodany: 229,2 g<br>Błonnik pokarmowy: 26,5 g<br>Nasycone kwasy tłuszczowe: 28,1 g<br>Cukry: 54,9 g<br>Sól: 5,04 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Energia: 1925,9 kcal<br>Białko: 102,5 g<br>Tłuszcz: 57,5 g<br>Węglowodany: 263,6 g<br>Błonnik pokarmowy: 27,2 g<br>Nasycone kwasy tłuszczowe: 23,1 g<br>Cukry: 64,2 g<br>Sól: 4,8 g                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Energia: 1820,2 kcal<br>Białko: 100 g<br>Tłuszcz: 47,6 g<br>Węglowodany: 261,1 g<br>Błonnik pokarmowy: 25,6 g<br>Nasycone kwasy tłuszczowe: 18,7 g<br>Cukry: 58 g<br>Sól: 4,78 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Energia: 2046,3 kcal<br>Białko: 126,2 g<br>Tłuszcz: 63,9 g<br>Węglowodany: 255,4 g<br>Błonnik pokarmowy: 26,8 g<br>Nasycone kwasy tłuszczowe: 27 g<br>Cukry: 64,4 g<br>Sól: 4,93 g                                                                                                                                                                                                                                                                                              |

## SZPITAL POWIATOWY W KĘTRZYNIE - JADŁOSPIS NIEDZIELA 27.10.2024 r.

|                 | (kod: 6) <b>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b> (5 posiłków)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | (kod: 6/K) <b>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b> (6 posiłków)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |  |  |
|-----------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|
| Śniadanie       | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Chleb <b>razowy (gluten)</b> – 90 g</li> <li>- Masło <b>ekstra (z mleka)</b> – 10 g</li> <li>- Wędlina wieprzowa – 30 g</li> <li>- Ser żółty (<b>mleko</b>) – 30 g</li> <li>- Sałata masłowa – 10 g</li> <li>- Rzodkiewki – 30 g</li> <li>- Jabłko – 120 g</li> <li>- Herbata owocowa bez cukru – 250 ml</li> </ul>                                                                                                                                                                                                             | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Chleb <b>razowy (gluten)</b> – 90 g</li> <li>- Masło <b>ekstra (z mleka)</b> – 10 g</li> <li>- Wędlina wieprzowa – 30 g</li> <li>- Ser żółty (<b>mleko</b>) – 30 g</li> <li>- Sałata masłowa – 10 g</li> <li>- Rzodkiewki – 30 g</li> <li>- Jabłko – 120 g</li> <li>- Herbata owocowa bez cukru – 250 ml</li> </ul>                                                                                                                                                                                                             |  |  |
| II śniadanie    | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo chrupkie <b>żytnie (gluten)</b> – 24 g</li> <li>- Kefir (<b>mleko</b>) – 150 g</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo chrupkie <b>żytnie (gluten)</b> – 24 g</li> <li>- Kefir (<b>mleko</b>) – 150 g</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |  |  |
| Obiad           | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa z kalafiozem (składniki: ziemniaki, kalafior, marchew, pietruszka, <b>seler</b>, masło <b>ekstra (mleko)</b>) – 350 ml</li> <li>- Pieczona roladka drobiowa z serem mozzarella i szpinakiem (składniki: pierś z kurczaka, ser mozzarella (<b>mleko</b>), szpinak, zioła prowansalskie) – 160 g</li> <li>- Ziemniaki gotowane - 200 g</li> <li>- Surówka z kapusty pekińskiej (składniki: kapusta pekińska, marchew, jabłko, olej rzepakowy, sok z cytryny) – 150 g</li> <li>- Kompot owocowy bez cukru – 250 ml</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa z kalafiozem (składniki: ziemniaki, kalafior, marchew, pietruszka, <b>seler</b>, masło <b>ekstra (mleko)</b>) – 350 ml</li> <li>- Pieczona roladka drobiowa z serem mozzarella i szpinakiem (składniki: pierś z kurczaka, ser mozzarella (<b>mleko</b>), szpinak, zioła prowansalskie) – 160 g</li> <li>- Ziemniaki gotowane - 200 g</li> <li>- Surówka z kapusty pekińskiej (składniki: kapusta pekińska, marchew, jabłko, olej rzepakowy, sok z cytryny) – 150 g</li> <li>- Kompot owocowy bez cukru – 250 ml</li> </ul> |  |  |
| Podwieczorek    | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kanapka z twarogiem:</li> <li>- Chleb <b>razowy (gluten)</b> – 60 g</li> <li>- Ser twarogowy chudy (<b>mleko</b>) – 20 g</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kanapka z twarogiem:</li> <li>- Chleb <b>razowy (gluten)</b> – 60 g</li> <li>- Ser twarogowy chudy (<b>mleko</b>) – 20 g</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |  |  |
| Kolacja         | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Chleb <b>razowy (gluten)</b> – 90 g</li> <li>- Masło <b>ekstra (z mleka)</b> – 10 g</li> <li>- Wędlina drobiowa – 45 g</li> <li>- Budyń waniliowy bez cukru (składniki: <b>mleko</b> 2% tłuszczu, skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, aromat, barwniki (kurkumina) – 200 g</li> <li>- Herbata czarna bez cukru – 250 ml</li> </ul>                                                                                                                                                                                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Chleb <b>razowy (gluten)</b> – 60 g</li> <li>- Masło <b>ekstra (z mleka)</b> – 5 g</li> <li>- Wędlina drobiowa – 30 g</li> <li>- Budyń waniliowy bez cukru (składniki: <b>mleko</b> 2% tłuszczu, skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, aromat, barwniki (kurkumina) – 200 g</li> <li>- Herbata czarna bez cukru – 250 ml</li> </ul>                                                                                                                                                                                       |  |  |
| Posiłek nocny   | -                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kanapka z wędliną:</li> <li>- Chleb <b>razowy</b> – 30 g</li> <li>- Masło <b>ekstra (z mleka)</b> – 2 g</li> <li>- Wędlina drobiowa - 15 g</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |  |  |
| Wartości dobowe | Energia: 1984,2 kcal<br>Białko: 98,9 g<br>Tłuszcz: 75 g<br>Węglowodany: 247,7 g<br>Błonnik pokarmowy: 41,5 g<br>Nasycone kwasy tłuszczowe: 27,4 g<br>Cukry: 43,8 g<br>Sól: 6,02 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Energia: 1961,8 kcal<br>Białko: 98,9 g<br>Tłuszcz: 72,5 g<br>Węglowodany: 247,7 g<br>Błonnik pokarmowy: 41,5 g<br>Nasycone kwasy tłuszczowe: 25,8 g<br>Cukry: 43,7 g<br>Sól: 6,05 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |  |  |