

SZPITAL POWIATOWY W KĘTRZYNIE - JADŁOSPIS 25-31.12.2023 r.

SZPITAL POWIATOWY W KĘTRZYNIE - JADŁOSPIS PONIEDZIAŁEK 25.12.2023 r.

	(kod: 1) Dieta podstawowa	(kod: 2) Dieta lekkostrawna	(kod: 3) Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu	(kod: 6) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (5 posiłków)
Śniadanie	- Chleb pszenny (gluten) - 50 g - Chleb razowy (gluten) - 30 g - Masło ekstra (z mleka) - 10 g - Wędlina drobiowa – 45 g - Sałata – 10 g - Pomidor – 50 g - Serek wiejski (mleko) – 200 g - Dżem owocowy – 25 g - Banan – 130 g - Herbata owocowa bez cukru – 250 ml	- Chleb pszenny (gluten) - 90 g - Masło ekstra (z mleka) - 5 g - Wędlina drobiowa – 45 g - Sałata – 10 g - Pomidor – 50 g - Serek wiejski (mleko) – 200 g - Dżem owocowy – 25 g - Banan – 130 g - Herbata owocowa bez cukru – 250 ml	- Chleb pszenny (gluten) - 90 g - Masło ekstra (z mleka) - 5 g - Wędlina drobiowa – 45 g - Sałata – 10 g - Pomidor – 50 g - Serek wiejski (mleko) – 200 g - Dżem owocowy – 25 g - Banan – 130 g - Herbata owocowa bez cukru – 250 ml	- Chleb razowy (gluten) - 90 g - Masło ekstra (z mleka) - 10 g - Wędlina drobiowa – 45 g - Sałata – 10 g - Pomidor – 50 g - Herbata owocowa bez cukru – 250 ml
II śniadanie	-	-	-	- Serek wiejski (mleko) – 200 g - Banan – 130 g
Obiad	- Zupa ogórkowa (składniki: woda, ziemniaki, ogórek kiszony, marchew, pietruszka, ogórek, seler, olej rzepakowy) – 350 ml - Gulasz z indyka (składniki: mięso z indyka, marchew, pietruszka, olej rzepakowy) – 250 g - Kasza gryczana (gluten) – 200 g - Buraki tarte gotowane (składniki: buraki, olej rzepakowy, sok z cytryny) – 150 g - Kompot owocowy bez cukru – 250 ml	- Zupa ogórkowa (składniki: woda, ziemniaki, ogórek kiszony, marchew, pietruszka, ogórek, seler, olej rzepakowy) – 350 ml - Gulasz z indyka (składniki: mięso z indyka, marchew, pietruszka, olej rzepakowy) – 250 g - Kasza jęczmienna (gluten) – 200 g - Buraki tarte gotowane (składniki: buraki, olej rzepakowy, sok z cytryny) – 150 g - Kompot owocowy bez cukru – 250 ml	- Zupa ogórkowa (składniki: woda, ziemniaki, ogórek kiszony, marchew, pietruszka, ogórek, seler, olej rzepakowy) – 350 ml - Gulasz z indyka (składniki: mięso z indyka, marchew, pietruszka, olej rzepakowy) – 250 g - Kasza jęczmienna (gluten) – 200 g - Buraki tarte gotowane (składniki: buraki, olej rzepakowy, sok z cytryny) – 150 g - Kompot owocowy bez cukru – 250 ml	- Zupa ogórkowa (składniki: woda, ziemniaki, ogórek kiszony, marchew, pietruszka, ogórek, seler, olej rzepakowy) – 350 ml - Gulasz z indyka (składniki: mięso z indyka, marchew, pietruszka, olej rzepakowy) – 250 g - Kasza gryczana (gluten) – 200 g - Surówka z czerwonej kapusty (składniki: kapusta czerwona, marchew, jabłko, cebula, natka pietruszki, olej rzepakowy, sok z cytryny) – 150 g - Kompot owocowy bez cukru – 250 ml
Podwieczorek	-	-	-	- Kanapka z wędliną drobiową: - Chleb razowy (gluten) – 30 g - Masło ekstra (z mleka) – 2 g - Wędlina drobiowa - 15 g
Kolacja	- Ryż z pieczonym jabłkiem (składniki: ryż brązowy, woda, mleko 2% tłuszczu, jabłko pieczone, cynamon) – 410 g - Chleb pszenny (gluten) – 25 g - Chleb razowy (gluten) - 30 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Wędlina wieprzowa – 30 g - Pomidor – 50 g - Roszponka – 10 g - Herbata owocowa bez cukru – 250 ml	- Ryż z pieczonym jabłkiem (składniki: ryż biały, woda, mleko 2% tłuszczu, jabłko pieczone, cynamon) – 410 g - Chleb pszenny (gluten) – 50 g - Masło ekstra (z mleka) – 5 g - Wędlina wieprzowa – 30 g - Pomidor – 50 g - Roszponka – 10 g - Herbata owocowa bez cukru – 250 ml	- Ryż z pieczonym jabłkiem (składniki: ryż biały, woda, mleko 2% tłuszczu, jabłko pieczone, cynamon) – 410 g - Chleb pszenny (gluten) – 50 g - Masło ekstra (z mleka) – 5 g - Wędlina wieprzowa – 30 g - Pomidor – 50 g - Roszponka – 10 g - Herbata owocowa bez cukru – 250 ml	- Ryż z pieczonym jabłkiem (składniki: ryż brązowy, woda, mleko 2% tłuszczu, jabłko pieczone, cynamon) – 410 g - Chleb razowy (gluten) - 60 g - Masło ekstra (z mleka) – 5 g - Wędlina wieprzowa – 30 g - Pomidor – 50 g - Roszponka – 10 g - Herbata owocowa bez cukru – 250 ml
Posiłek nocny	-	-	-	-
Wartości odżywcze dobowe	Wartość energetyczna: 2079,2 kcal Białko: 103,6 g Tłuszcz: 66,4 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 24,8 g Węglowodany ogółem: 284,1 g Cukry: 90 g Błonnik pokarmowy: 33,3 g Sól: 4,85 g	Wartość energetyczna: 2010,9 kcal Białko: 100,9 g Tłuszcz: 56,5 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 19 g Węglowodany ogółem: 289 g Cukry: 88,8 g Błonnik pokarmowy: 26,5 g Sól: 4,89 g	Wartość energetyczna: 2010,9 kcal Białko: 100,9 g Tłuszcz: 56,5 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 19 g Węglowodany ogółem: 289 g Cukry: 88,8 g Błonnik pokarmowy: 26,5 g Sól: 4,89 g	Wartość energetyczna: 2108,6 kcal Białko: 107,2 g Tłuszcz: 65,3 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 23,4 g Węglowodany ogółem: 294,5 g Cukry: 81,4 g Błonnik pokarmowy: 41,8 g Sól: 5,58 g

SZPITAL POWIATOWY W KĘTRZYNIE - JADŁOSPIS PONIEDZIAŁEK 25.12.2023 r.

	(kod: 6/K) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6 posiłków)			
I śniadanie	- Chleb razowy (gluten) - 90 g - Masło ekstra (z mleka) - 10 g - Wędlina drobiowa – 45 g - Sałata – 10 g - Pomidor – 50 g - Herbata owocowa bez cukru – 250 ml			
II śniadanie	- Serek wiejski (mleko) – 200 g - Banan – 130 g			
Obiad	- Zupa ogórkowa (składniki: woda, ziemniaki, ogórek kiszony, marchew, pietruszka, ogórek, seler , olej rzepakowy) – 350 ml - Gulasz z indyka (składniki: mięso z indyka, marchew, pietruszka, olej rzepakowy) – 250 g - Kasza gryczana (gluten) – 200 g - Surówka z czerwonej kapusty (składniki: kapusta czerwona, marchew, jabłko, cebula, natka pietruszki, olej rzepakowy, sok z cytryny) – 150 g - Kompot owocowy bez cukru – 250 ml			
Podwieczorek	Kanapka z wędliną drobiową: - Chleb razowy (gluten) – 30 g - Masło ekstra (z mleka) – 2 g - Wędlina drobiowa - 15 g			
Kolacja	- Ryż z pieczonym jabłkiem (składniki: ryż brązowy, woda, mleko 2% tłuszczu, jabłko pieczone, cynamon) – 410 g - Chleb razowy (gluten) - 60 g - Masło ekstra (z mleka) – 5 g - Wędlina wieprzowa – 30 g - Pomidor – 50 g - Roszponka – 10 g - Herbata owocowa bez cukru – 250 ml			
Posiłek nocny	- Sok pomidorowy – 240 g			
Wartości odżywcze dobowe	Wartość energetyczna: 2151,8 kcal Białko: 109,1 g Tłuszcz: 65,8 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 23,5 g Węglowodany ogółem: 303,6 g Cukry: 87,6 g Błonnik pokarmowy: 44,5 g Sól: 6,74 g			

SZPITAL POWIATOWY W KĘTRZYNIE - JADŁOSPIS WTOREK 26.12.2023 r.

	(kod: 1) Dieta podstawowa	(kod: 2) Dieta lekkostrawna	(kod: 3) Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu	(kod: 6) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (5 posiłków)
Śniadanie	- Zupa mleczna z płatkami owsianymi (składniki: mleko 2% tłuszczu, płatki owsiane (gluten)) – 200 ml - Chleb pszenny (gluten) – 75 g - Chleb razowy (gluten) - 30 g - Ser twarogowy chudy (z mleka) - 90 g - Wędlina wieprzowa – 30 g - Papryka czerwona – 50 g - Roszponka – 10 g - Sałata masłowa – 10 g - Herbata czarna bez cukru – 250 ml	- Zupa mleczna z płatkami owsianymi (składniki: mleko 2% tłuszczu, płatki owsiane (gluten)) – 200 ml - Chleb pszenny (gluten) – 75 g - Ser twarogowy chudy (z mleka) - 90 g - Wędlina wieprzowa – 30 g - Pomidor – 50 g - Roszponka – 10 g - Sałata masłowa – 10 g - Herbata czarna bez cukru – 250 ml	- Zupa mleczna z płatkami owsianymi (składniki: mleko 2% tłuszczu, płatki owsiane (gluten)) – 200 ml - Chleb pszenny (gluten) – 75 g - Ser twarogowy chudy (z mleka) - 90 g - Wędlina wieprzowa – 30 g - Pomidor – 50 g - Roszponka – 10 g - Sałata masłowa – 10 g - Herbata czarna bez cukru – 250 ml	- Zupa mleczna z płatkami owsianymi (składniki: mleko 2% tłuszczu, płatki owsiane (gluten)) – 200 ml - Chleb razowy (gluten) - 60 g - Ser twarogowy chudy (z mleka) - 50 g - Wędlina wieprzowa – 30 g - Papryka czerwona – 50 g - Roszponka – 10 g - Sałata masłowa – 10 g - Herbata czarna bez cukru – 250 ml
II śniadanie	-	-	-	- Kanapka z serem żółtym: - Chleb razowy (gluten) – 30 g - Ser żółty (mleko) – 15 g
Obiad	- Zupa z brokułem (składniki: brokuły, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, pieprz ziołowy) – 350 ml - Udko z kurczaka pieczone – 120 g - Ziemniaki gotowane – 240 g - Sałata z pomidorem, ogórkiem i oliwkami (składniki: sałata lodowa, pomidor, ogórek, oliwki czarne, oliwa z oliwek, sok z cytryny) - 150 g - Kompot owocowy bez cukru – 250 ml	- Zupa z brokułem (składniki: brokuły, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, pieprz ziołowy) – 350 ml - Udko z kurczaka bez skóry gotowane – 120 g - Ziemniaki gotowane – 240 g - Surówka z tartej marchewki z jabłkiem (składniki: marchew, jabłko, olej rzepakowy, sok z cytryny) – 150 g - Kompot owocowy bez cukru – 250 ml	- Zupa z brokułem (składniki: brokuły, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, pieprz ziołowy) – 350 ml - Udko z kurczaka bez skóry gotowane – 120 g - Ziemniaki gotowane – 240 g - Surówka z tartej marchewki z jabłkiem (składniki: marchew, jabłko, olej rzepakowy, sok z cytryny) – 150 g - Kompot owocowy bez cukru – 250 ml	- Zupa z brokułem (składniki: brokuły, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, pieprz ziołowy) – 350 ml - Udko z kurczaka pieczone – 120 g - Ziemniaki gotowane – 240 g - Sałata z pomidorem, ogórkiem i oliwkami (składniki: sałata lodowa, pomidor, ogórek, oliwki czarne, oliwa z oliwek, sok z cytryny) - 150 g - Kompot owocowy bez cukru – 250 ml
Podwieczorek	-	-	-	- Kanapka z wędliną drobiową: - Chleb razowy (gluten) – 30 g - Masło ekstra (z mleka) – 2 g - Wędlina drobiowa - 15 g
Kolacja	- Chleb pszenny (gluten) – 75 g - Chleb razowy (gluten) - 30 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Wędlina wieprzowa – 45 g - Sałata – 10 g - Pomidor – 50 g - Serek wiejski (mleko) – 200 g - Dżem owocowy – 25 g - Kisiel z truskawkami (składniki: woda, truskawki, mąka ziemniaczana) – 200 g - Pieczywo chrupkie kukurydziane – 24 g - Herbata owocowa bez cukru – 250 ml	- Chleb pszenny (gluten) – 100 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Wędlina wieprzowa – 30 g - Sałata – 10 g - Pomidor – 50 g - Serek wiejski (mleko) – 200 g - Dżem owocowy – 25 g - Kisiel z truskawkami (składniki: woda, truskawki, mąka ziemniaczana) – 200 g - Pieczywo chrupkie kukurydziane – 24 g - Herbata owocowa bez cukru – 250 ml	- Chleb pszenny (gluten) – 100 g - Masło ekstra (z mleka) – 5 g - Wędlina wieprzowa – 30 g - Sałata – 10 g - Pomidor – 50 g - Serek wiejski (mleko) – 200 g - Dżem owocowy – 25 g - Kisiel z truskawkami (składniki: woda, truskawki, mąka ziemniaczana) – 200 g - Pieczywo chrupkie kukurydziane – 24 g - Herbata owocowa bez cukru – 250 ml	- Chleb razowy (gluten) - 90 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Wędlina wieprzowa – 45 g - Sałata – 10 g - Pomidor – 50 g - Serek wiejski (mleko) – 200 g - Kisiel z truskawkami (składniki: woda, truskawki, mąka ziemniaczana) – 200 g - Herbata owocowa bez cukru – 250 ml
Posiłek nocny	-	-	-	-
Wartości odżywcze dobowe	Wartość energetyczna: 1976,2 kcal Białko: 119,2 g Tłuszcz: 56,4 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 20,4 g Węglowodany ogółem: 262 g Cukry: 46,1 g Błonnik pokarmowy: 27,9 g Sól: 5,52 g	Wartość energetyczna: 2037,3 kcal Białko: 118,3 g Tłuszcz: 54,8 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 20 g Węglowodany ogółem: 281,9 g Cukry: 53,5 g Błonnik pokarmowy: 26,7 g Sól: 5,6 g	Wartość energetyczna: 1999,9 kcal Białko: 118,2 g Tłuszcz: 50,6 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 17,3 g Węglowodany ogółem: 281,8 g Cukry: 53,4 g Błonnik pokarmowy: 26,7 g Sól: 5,6 g	Wartość energetyczna: 2004,6 kcal Białko: 117,3 g Tłuszcz: 65,6 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 25,7 g Węglowodany ogółem: 255,2 g Cukry: 37,6 g Błonnik pokarmowy: 36,8 g Sól: 6,41 g

SZPITAL POWIATOWY W KĘTRZYNIE - JADŁOSPIS WTOREK 26.12.2023 r.

	(kod: 6/K) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6 posiłków)			
I śniadanie	- Zupa mleczna z płatkami owsianymi (składniki: mleko 2% tłuszczu, płatki owsiane (gluten)) – 200 ml - Chleb razowy (gluten) - 60 g - Ser twarogowy chudy (z mleka) - 50 g - Wędlina wieprzowa – 30 g - Papryka czerwona – 50 g - Roszponka – 10 g - Sałata masłowa – 10 g - Herbata czarna bez cukru – 250 ml			
II śniadanie	Kanapka z serem żółtym: - Chleb razowy (gluten) – 30 g - Ser żółty (mleko) – 15 g			
Obiad	- Zupa z brokułem (składniki: brokuły, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, pieprz ziółowy) – 350 ml - Udko z kurczaka pieczone – 120 g - Ziemniaki gotowane – 240 g - Sałata z pomidorem, ogórkiem i oliwkami (składniki: sałata lodowa, pomidor, ogórek, oliwki czarne, oliwa z oliwek, sok z cytryny) - 150 g - Kompot owocowy bez cukru – 250 ml			
Podwieczorek	Kanapka z wędliną drobiową: - Chleb razowy (gluten) – 30 g - Masło ekstra (z mleka) – 2 g - Wędlina drobiowa - 15 g			
Kolacja	- Chleb razowy (gluten) - 90 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Wędlina wieprzowa – 45 g - Sałata – 10 g - Pomidor – 50 g - Serek wiejski (mleko) – 200 g - Kisiel z truskawkami (składniki: woda, truskawki, mąka ziemniaczana) – 200 g - Herbata owocowa bez cukru – 250 ml			
Posiłek nocny	Kanapka z twarogiem: - Chleb razowy (gluten) – 30 g - Masło ekstra (z mleka) – 2 g - Ser twarogowy chudy (z mleka) – 20 g			
Wartości odżywcze dobowe	Wartość energetyczna: 2092,3 kcal Białko: 123 g Tłuszcz: 66,2 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 25,9 g Węglowodany ogółem: 271,3 g Cukry: 38,7 g Błonnik pokarmowy: 39,3 g Sól: 6,77 g			

SZPITAL POWIATOWY W KĘTRZYNIE - JADŁOSPIS ŚRODA 27.12.2023 r.

	(kod: 1) Dieta podstawowa	(kod: 2) Dieta lekkostrawna	(kod: 3) Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu	(kod: 6) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (5 posiłków)
Śniadanie	- Chleb pszenny (gluten) - 50 g - Chleb razowy (gluten) - 30 g - Masło ekstra (z mleka) - 10 g - Wędlina drobiowa - 30 g - Roszponka - 10 g - Pomidor - 50 g - Jogurt naturalny (mleko) - 150 g - Gruszka - 160 g - Herbata czarna bez cukru - 250 ml	- Chleb pszenny (gluten) - 75 g - Masło ekstra (z mleka) - 10 g - Wędlina drobiowa - 30 g - Roszponka - 10 g - Pomidor - 50 g - Jogurt naturalny (mleko) - 150 g - Jabłko - 150 g - Herbata czarna bez cukru - 250 ml	- Chleb pszenny (gluten) - 75 g - Masło ekstra (z mleka) - 5 g - Wędlina drobiowa - 30 g - Roszponka - 10 g - Pomidor - 50 g - Jogurt naturalny (mleko) - 150 g - Jabłko - 150 g - Herbata czarna bez cukru - 250 ml	- Chleb razowy (gluten) - 90 g - Masło ekstra (z mleka) - 10 g - Wędlina drobiowa - 30 g - Roszponka - 10 g - Pomidor - 50 g - Herbata czarna bez cukru - 250 ml
II śniadanie	-	-	-	- Jogurt naturalny (mleko) - 150 g - Gruszka - 160 g
Obiad	- Zupa pomidorowa z ryżem brązowym (składniki: woda, ryż brązowy, marchew, pietruszka, seler , koncentrat pomidorowy, olej rzepakowy) - 350 ml - Schab wieprzowy duszony w sosie własnym (składniki: schab wieprzowy, mąka pszenna (gluten) , olej rzepakowy, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziółowy) - 150 g - Ziemniaki gotowane - 200 g - Surówka z kapusty pekińskiej (składniki: kapusta pekińska, marchew, jabłko, olej rzepakowy, sok z cytryny) - 150 g - Kompot owocowy bez cukru - 250 ml	- Zupa pomidorowa z ryżem białym (składniki: woda, ryż biały, marchew, pietruszka, seler , koncentrat pomidorowy, olej rzepakowy) - 350 ml - Schab wieprzowy duszony w sosie własnym (składniki: schab wieprzowy, mąka pszenna (gluten) , olej rzepakowy, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziółowy) - 150 g - Ziemniaki gotowane - 150 g - Buraki tarte gotowane - 150 g - Mieszanek gotowanych warzyw (składniki: kalafior, brokuł, marchew) - 150 g - Kompot owocowy bez cukru - 250 ml	- Zupa pomidorowa z ryżem białym (składniki: woda, ryż biały, marchew, pietruszka, seler , koncentrat pomidorowy, olej rzepakowy) - 350 ml - Schab wieprzowy duszony w sosie własnym (składniki: schab wieprzowy, mąka pszenna (gluten) , olej rzepakowy, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziółowy) - 150 g - Ziemniaki gotowane - 240 g - Buraki tarte gotowane - 150 g - Mieszanek gotowanych warzyw (składniki: kalafior, brokuł, marchew) - 150 g - Kompot owocowy bez cukru - 250 ml	- Zupa pomidorowa z ryżem brązowym (składniki: woda, ryż brązowy, marchew, pietruszka, seler , koncentrat pomidorowy, olej rzepakowy) - 350 ml - Schab wieprzowy duszony w sosie własnym (składniki: schab wieprzowy, mąka pszenna (gluten) , olej rzepakowy, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziółowy) - 150 g - Ziemniaki gotowane - 200 g - Surówka z kapusty pekińskiej (składniki: kapusta pekińska, marchew, jabłko, olej rzepakowy, sok z cytryny) - 150 g - Kompot owocowy bez cukru - 250 ml
Podwieczorek	-	-	-	Kanapka z wędliną drobiową: - Chleb razowy (gluten) - 30 g - Masło ekstra (z mleka) - 2 g - Wędlina drobiowa - 15 g
Kolacja	- Chleb pszenny (gluten) - 75 g - Chleb razowy (gluten) - 30 g - Masło ekstra (z mleka) - 10 g - Wędlina wieprzowa - 45 g - Sałata - 10 g - Pomidor - 50 g - Budyń waniliowy bez cukru (składniki: mleko 2% tłuszczu, skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, aromat, barwniki (kurkumina) - 200 g - Dżem owocowy o obniżonej zawartości cukru - 25 g - Wafle ryżowe - 27 g - Kawa zbożowa z mlekiem (składniki: woda, mleko 2% tłuszczu, kawa zbożowa (gluten)) - 250 ml	- Chleb pszenny (gluten) - 100 g - Masło ekstra (z mleka) - 10 g - Wędlina wieprzowa - 45 g - Sałata - 10 g - Pomidor - 50 g - Budyń waniliowy bez cukru (składniki: mleko 2% tłuszczu, skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, aromat, barwniki (kurkumina) - 200 g - Dżem owocowy o obniżonej zawartości cukru - 25 g - Wafle ryżowe - 27 g - Kawa zbożowa z mlekiem (składniki: woda, mleko 2% tłuszczu, kawa zbożowa (gluten)) - 250 ml	- Chleb pszenny (gluten) - 100 g - Masło ekstra (z mleka) - 5 g - Wędlina wieprzowa - 45 g - Sałata - 10 g - Pomidor - 50 g - Budyń waniliowy bez cukru (składniki: mleko 2% tłuszczu, skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, aromat, barwniki (kurkumina) - 200 g - Dżem owocowy o obniżonej zawartości cukru - 25 g - Wafle ryżowe - 27 g - Kawa zbożowa z mlekiem (składniki: woda, mleko 2% tłuszczu, kawa zbożowa (gluten)) - 250 ml	- Chleb razowy (gluten) - 90 g - Masło ekstra (z mleka) - 10 g - Wędlina wieprzowa - 45 g - Sałata - 10 g - Pomidor - 50 g - Budyń waniliowy bez cukru (składniki: mleko 2% tłuszczu, skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, aromat, barwniki (kurkumina) - 200 g - Kawa zbożowa z mlekiem (składniki: woda, mleko 2% tłuszczu, kawa zbożowa (gluten)) - 250 ml
Posiłek nocny	-	-	-	-
Wartości odżywcze dobowe	Wartość energetyczna: 2024,4 kcal Białko: 104,1 g Tłuszcz: 71,5 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 29,5 g Węglowodany ogółem: 256,4 g Cukry: 67,1 g Błonnik pokarmowy: 28,9 g Sól: 5,29 g	Wartość energetyczna: 1841,9 kcal Białko: 95,7 g Tłuszcz: 57,2 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 23,6 g Węglowodany ogółem: 250,3 g Cukry: 71,4 g Błonnik pokarmowy: 26,3 g Sól: 4,35 g	Wartość energetyczna: 1909,3 kcal Białko: 102,4 g Tłuszcz: 49,6 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 18,2 g Węglowodany ogółem: 278,6 g Cukry: 72,3 g Błonnik pokarmowy: 28,3 g Sól: 4,91 g	Wartość energetyczna: 1930,6 kcal Białko: 103 g Tłuszcz: 73,5 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 30,5 g Węglowodany ogółem: 233,4 g Cukry: 60 g Błonnik pokarmowy: 37 g Sól: 5,83 g

SZPITAL POWIATOWY W KĘTRZYNIE - JADŁOSPIS ŚRODA 27.12.2023 r.

	(kod: 6/K) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6 posiłków)			
I śniadanie	- Chleb razowy (gluten) - 90 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Wędlina drobiowa – 30 g - Roszponka – 10 g - Pomidor – 50 g - Herbata czarna bez cukru – 250 ml			
II śniadanie	- Jogurt naturalny (mleko) – 150 g - Gruszka – 160 g			
Obiad	- Zupa pomidorowa z ryżem brązowym (składniki: woda, ryż brązowy, marchew, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy, olej rzepakowy) – 350 ml - Schab wieprzowy duszony w sosie własnym (składniki: schab wieprzowy, mąka pszenna (gluten), olej rzepakowy, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziółowy) - 150 g - Ziemniaki gotowane – 200 g - Surówka z kapusty pekińskiej (składniki: kapusta pekińska, marchew, jabłko, olej rzepakowy, sok z cytryny) – 150 g - Kompot owocowy bez cukru – 250 ml			
Podwieczorek	Kanapka z wędliną drobiową: - Chleb razowy (gluten) – 30 g - Masło ekstra (z mleka) – 2 g - Wędlina drobiowa - 15 g			
Kolacja	- Chleb razowy (gluten) - 90 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Wędlina wieprzowa – 45 g - Sałata – 10 g - Pomidor – 50 g - Budyń waniliowy bez cukru (składniki: mleko 2% tłuszczu, skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, aromat, barwniki (kurkumina) – 200 g - Kawa zbożowa z mlekiem (składniki: woda, mleko 2% tłuszczu, kawa zbożowa (gluten)) – 250 ml			
Posiłek nocny	- Sok pomidorowy – 240 g			
Wartości odżywcze dobowe	Wartość energetyczna: 1973,8 kcal Białko: 104,9 g Tłuszcz: 74 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 28,4 g Węglowodany ogółem: 242,5 g Cukry: 66,2 g Błonnik pokarmowy: 39,7 g Sól: 6,99 g			

SZPITAL POWIATOWY W KĘTRZYNIE - JADŁOSPIS CZWARTEK 28.12.2023 r.

	(kod: 1) Dieta podstawowa	(kod: 2) Dieta lekkostrawna	(kod: 3) Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu	(kod: 6) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (5 posiłków)
Śniadanie	- Zupa mleczna z kaszą jaglaną (składniki: mleko 2% tłuszczu, kasza jaglana) – 200 ml - Chleb pszenny (gluten) - 25 g - Bułka grahamka (gluten) - 90 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Ser twarogowy chudy (z mleka) – 80 g - Wędlina drobiowa – 30 g - Sałata masłowa – 10 g - Papryka czerwona – 50 g - Herbata czarna bez cukru – 250 ml	- Zupa mleczna z kaszą jaglaną (składniki: mleko 2% tłuszczu, kasza jaglana) – 200 ml - Chleb pszenny (gluten) - 25 g - Bułka pszenna (gluten) - 80 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Ser twarogowy chudy (z mleka) – 80 g - Wędlina drobiowa – 30 g - Sałata masłowa – 10 g - Pomidor – 50 g - Herbata czarna bez cukru – 250 ml	- Zupa mleczna z kaszą jaglaną (składniki: mleko 2% tłuszczu, kasza jaglana) – 200 ml - Chleb pszenny (gluten) - 25 g - Bułka pszenna (gluten) - 80 g - Masło ekstra (z mleka) – 5 g - Ser twarogowy chudy (z mleka) – 80 g - Wędlina drobiowa – 30 g - Sałata masłowa – 10 g - Pomidor – 50 g - Herbata czarna bez cukru – 250 ml	- Zupa mleczna z kaszą jaglaną (składniki: mleko 2% tłuszczu, kasza jaglana) – 200 ml - Chleb razowy (gluten) - 30 g - Bułka grahamka (gluten) - 90 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Ser twarogowy chudy (z mleka) – 80 g - Wędlina drobiowa – 30 g - Sałata masłowa – 10 g - Papryka czerwona – 50 g - Herbata czarna bez cukru – 250 ml
II śniadanie	-	-	-	- Kanapka z wędliną drobiową: - Chleb razowy (gluten) – 30 g - Masło ekstra (z mleka) – 2 g - Wędlina drobiowa - 15 g
Obiad	- Rosół z makaronem (składniki: makaron dwujajeczny (gluten, jaja), marchew, pietruszka, seler, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy) – 350 ml - Pulpety rybne (składniki: filet rybny, jaja, olej rzepakowy, kasza manna (gluten), mąka pszenna (gluten), zioła prowansalskie, pieprz ziołowy) – 150 g - Sos koperkowy (składniki: jogurt grecki (mleko), mąka pszenna, koper ogrodowy, pieprz ziołowy) – 50 g - Ryż brązowy gotowany – 200 g - Surówka z tartej marchewki z jabłkiem (marchew, jabłko, olej rzepakowy) – 150 g - Kompot owocowy bez cukru – 250 ml	- Rosół z makaronem (składniki: makaron dwujajeczny (gluten, jaja), marchew, pietruszka, seler, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy) – 350 ml - Pulpety rybne (składniki: filet rybny, jaja, olej rzepakowy, kasza manna (gluten), mąka pszenna (gluten), zioła prowansalskie, pieprz ziołowy) – 150 g - Sos koperkowy (składniki: jogurt grecki (mleko), mąka pszenna, koper ogrodowy, pieprz ziołowy) – 50 g - Ryż biały gotowany – 200 g - Surówka z tartej marchewki z jabłkiem (marchew, jabłko, olej rzepakowy) – 150 g - Kompot owocowy bez cukru – 250 ml	- Rosół z makaronem (składniki: makaron dwujajeczny (gluten, jaja), marchew, pietruszka, seler, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy) – 350 ml - Pulpety rybne (składniki: filet rybny, jaja, olej rzepakowy, kasza manna (gluten), mąka pszenna (gluten), zioła prowansalskie, pieprz ziołowy) – 150 g - Sos koperkowy (składniki: jogurt grecki (mleko), mąka pszenna, koper ogrodowy, pieprz ziołowy) – 50 g - Ryż biały gotowany – 200 g - Surówka z tartej marchewki z jabłkiem (marchew, jabłko, olej rzepakowy) – 150 g - Kompot owocowy bez cukru – 250 ml	- Rosół z makaronem (składniki: makaron dwujajeczny (gluten, jaja), marchew, pietruszka, seler, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy) – 350 ml - Pulpety rybne (składniki: filet rybny, jaja, olej rzepakowy, kasza manna (gluten), mąka pszenna (gluten), zioła prowansalskie, pieprz ziołowy) – 150 g - Sos koperkowy (składniki: jogurt grecki (mleko), mąka pszenna, koper ogrodowy, pieprz ziołowy) – 50 g - Ryż brązowy gotowany – 200 g - Surówka z tartej marchewki z jabłkiem (marchew, jabłko, olej rzepakowy) – 200 g - Kompot owocowy bez cukru – 250 ml
Podwieczorek	-	-	-	- Ciastka zbożowe bez cukru (gluten) – 25 g
Kolacja	- Chleb pszenny (gluten) – 50 g - Chleb razowy (gluten) - 30 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Wędlina wieprzowa – 45 g - Roszponka – 10 g - Pomidor – 50 g - Dżem owocowy o obniżonej zawartości cukru – 25 g - Biszkopty (gluten, jaja) – 27 g - Kawa zbożowa z mlekiem (składniki: woda, mleko 2% tłuszczu, kawa zbożowa (gluten)) – 250 ml	- Chleb pszenny (gluten) – 100 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Wędlina wieprzowa – 45 g - Roszponka – 10 g - Pomidor – 50 g - Dżem owocowy o obniżonej zawartości cukru – 25 g - Biszkopty (gluten, jaja) – 27 g - Kawa zbożowa z mlekiem (składniki: woda, mleko 2% tłuszczu, kawa zbożowa (gluten)) – 250 ml	- Chleb pszenny (gluten) – 100 g - Masło ekstra (z mleka) – 5 g - Wędlina wieprzowa – 45 g - Roszponka – 10 g - Pomidor – 50 g - Dżem owocowy o obniżonej zawartości cukru – 25 g - Biszkopty (gluten, jaja) – 27 g - Kawa zbożowa z mlekiem (składniki: woda, mleko 2% tłuszczu, kawa zbożowa (gluten)) – 250 ml	- Chleb razowy (gluten) - 90 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Wędlina wieprzowa – 45 g - Roszponka – 10 g - Pomidor – 50 g - Kawa zbożowa z mlekiem (składniki: woda, mleko 2% tłuszczu, kawa zbożowa (gluten)) – 250 ml
Posiłek nocny	-	-	-	-
Wartości odżywcze dobowe	Wartość energetyczna: 1942,9 kcal Białko: 99,2 g Tłuszcz: 50,7 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 18,9 g Węglowodany ogółem: 289,8 g Cukry: 59,3 g Błonnik pokarmowy: 33,6 g Sól: 4,84 g	Wartość energetyczna: 1923,9 kcal Białko: 98,3 g Tłuszcz: 49,4 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 18,5 g Węglowodany ogółem: 283,6 g Cukry: 56,3 g Błonnik pokarmowy: 22,6 g Sól: 4,77 g	Wartość energetyczna: 1909,1 kcal Białko: 99,4 g Tłuszcz: 41,2 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 13,1 g Węglowodany ogółem: 297,4 g Cukry: 56,3 g Błonnik pokarmowy: 23 g Sól: 4,77 g	Wartość energetyczna: 2239,5 kcal Białko: 111,2 g Tłuszcz: 64,4 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 21,4 g Węglowodany ogółem: 325,3 g Cukry: 50,2 g Błonnik pokarmowy: 43,7 g Sól: 5,71 g

SZPITAL POWIATOWY W KĘTRZYNIE - JADŁOSPIS CZWARTEK 28.12.2023 r.

	(kod: 6/K) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6 posiłków)			
I śniadanie	- Zupa mleczna z kaszą jaglaną (składniki: mleko 2% tłuszczu, kasza jaglana) – 200 ml - Bułka grahamka (gluten) - 90 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Ser twarogowy chudy (z mleka) – 40 g - Wędlina drobiowa – 30 g - Sałata masłowa – 10 g - Papryka czerwona – 50 g - Herbata czarna bez cukru – 250 ml			
II śniadanie	Kanapka z wędliną drobiową: - Chleb razowy (gluten) – 30 g - Masło ekstra (z mleka) – 2 g - Wędlina drobiowa - 15 g			
Obiad	- Rosół z makaronem (składniki: makaron dwujajeczny (gluten, jaja), marchew, pietruszka, seler , ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziółowy) – 350 ml - Pulpety rybne (składniki: filet rybny, jaja , olej rzepakowy, kasza manna (gluten), mąka pszenna (gluten), zioła prowansalskie, pieprz ziółowy) – 150 g - Sos koperkowy (składniki: jogurt grecki (mleko), mąka pszenna, koper ogrodowy, pieprz ziółowy) – 50 g - Ryż brązowy gotowany – 200 g - Surówka z tartej marchewki z jabłkiem (marchew, jabłko, olej rzepakowy) – 200 g - Kompot owocowy bez cukru – 250 ml			
Podwieczorek	- Ciastka zbożowe bez cukru (gluten) – 25 g			
Kolacja	- Chleb razowy (gluten) - 60 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Wędlina wieprzowa – 30 g - Roszponka – 10 g - Pomidor – 50 g - Kawa zbożowa z mlekiem (składniki: woda, mleko 2% tłuszczu, kawa zbożowa (gluten)) – 250 ml			
Posiłek nocny	Kanapka z twarogiem: - Chleb razowy (gluten) – 30 g - Masło ekstra (z mleka) – 2 g - Ser twarogowy chudy (z mleka) – 20 g			
Wartości odżywcze dobowe	Wartość energetyczna: 2133 kcal Białko: 102,2 g Tłuszcz: 63,2 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 21 g Węglowodany ogółem: 309,1 g Cukry: 49,1 g Błonnik pokarmowy: 41,2 g Sól: 5,12 g			

SZPITAL POWIATOWY W KĘTRZYNIE - JADŁOSPIS PIĄTEK 29.12.2023 r.

	(kod: 1) Dieta podstawowa	(kod: 2) Dieta lekkostrawna	(kod: 3) Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu	(kod: 6) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (5 posiłków)
Śniadanie	- Chleb pszenny (gluten) – 50 g - Chleb razowy (gluten) - 30 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Wędlina wieprzowa – 45 g - Roszponka – 10 g - Pomidor – 50 g - Dżem owocowy o obniżonej zawartości cukru – 25 g - Jabłko – 150 g - Kawa zbożowa z mlekiem (składniki: woda, mleko 2% tłuszczu, kawa zbożowa (gluten)) – 250 ml	- Chleb pszenny (gluten) – 75 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Wędlina wieprzowa – 45 g - Roszponka – 10 g - Pomidor – 50 g - Dżem owocowy o obniżonej zawartości cukru – 25 g - Jabłko – 150 g - Kawa zbożowa z mlekiem (składniki: woda, mleko 2% tłuszczu, kawa zbożowa (gluten)) – 250 ml	- Chleb pszenny (gluten) – 100 g - Masło ekstra (z mleka) – 5 g - Wędlina wieprzowa – 45 g - Roszponka – 10 g - Pomidor – 50 g - Dżem owocowy o obniżonej zawartości cukru – 25 g - Jabłko – 150 g - Kawa zbożowa z mlekiem (składniki: woda, mleko 2% tłuszczu, kawa zbożowa (gluten)) – 250 ml	- Chleb razowy (gluten) - 90 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Wędlina wieprzowa – 45 g - Roszponka – 10 g - Pomidor – 50 g - Dżem owocowy o obniżonej zawartości cukru – 25 g - Jabłko – 150 g - Kawa zbożowa z mlekiem (składniki: woda, mleko 2% tłuszczu, kawa zbożowa (gluten)) – 250 ml
II śniadanie	-	-	-	Kanapka z serem żółtym: - Chleb razowy (gluten) – 30 g - Ser żółty (mleko) – 15 g
Obiad	- Zupa jarzynowa (składniki: woda, ziemniaki, kalafior, marchew, pietruszka, seler, jogurt typu greckiego (z mleka), pieprz ziołowy) – 350 ml - Pulpety drobiowe pieczone w sosie pomidorowym (składniki: mięso drobiowe, jaja kurze całe, bułka tarta (gluten), passata pomidorowa) – 150 g - Ziemniaki gotowane – 240 g - Buraki tarte gotowane (składniki: buraki, olej rzepakowy, sok z cytryny) – 150 g - Kompot owocowy bez cukru – 250 ml	- Zupa jarzynowa (składniki: woda, ziemniaki, kalafior, marchew, pietruszka, seler, jogurt typu greckiego (z mleka), pieprz ziołowy) – 350 ml - Pulpety drobiowe pieczone w sosie pomidorowym (składniki: mięso drobiowe, jaja kurze całe, bułka tarta (gluten), passata pomidorowa) – 150 g - Ziemniaki gotowane – 200 g - Buraki tarte gotowane (składniki: buraki, olej rzepakowy, sok z cytryny) – 150 g - Kompot owocowy bez cukru – 250 ml	- Zupa jarzynowa (składniki: woda, ziemniaki, kalafior, marchew, pietruszka, seler, jogurt typu greckiego (z mleka), pieprz ziołowy) – 350 ml - Pulpety drobiowe pieczone w sosie pomidorowym (składniki: mięso drobiowe, jaja kurze całe, bułka tarta (gluten), passata pomidorowa) – 150 g - Ziemniaki gotowane – 300 g - Buraki tarte gotowane (składniki: buraki, olej rzepakowy, sok z cytryny) – 150 g - Kompot owocowy bez cukru – 250 ml	- Zupa jarzynowa (składniki: woda, ziemniaki, kalafior, marchew, pietruszka, seler, jogurt typu greckiego (z mleka), pieprz ziołowy) – 350 ml - Pulpety drobiowe pieczone w sosie pomidorowym (składniki: mięso drobiowe, jaja kurze całe, bułka tarta (gluten), passata pomidorowa) – 150 g - Ziemniaki gotowane – 240 g - Surówka z tartej marchewki z jabłkiem (marchew, jabłko, olej rzepakowy) – 200 g - Kompot owocowy bez cukru – 250 ml
Podwieczorek	-	-	-	Kanapka z wędliną drobiową: - Chleb razowy (gluten) – 30 g - Masło ekstra (z mleka) – 2 g - Wędlina drobiowa - 15 g
Kolacja	- Chleb pszenny (gluten) – 75 g - Chleb razowy (gluten) - 30 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Wędlina drobiowa – 45 g - Jajko kurze – 50 g - Sałata masłowa – 10 g - Kisiel truskawkowy (składniki: woda, truskawki, mąka ziemniaczana) – 200 g - Pieczywo chrupkie kukurydziane – 24 g - Herbata owocowa bez cukru – 250 ml	- Chleb pszenny (gluten) – 100 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Wędlina drobiowa – 45 g - Jajko kurze – 50 g - Sałata masłowa – 10 g - Kisiel truskawkowy (składniki: woda, truskawki, mąka ziemniaczana) – 200 g - Pieczywo chrupkie kukurydziane – 24 g - Herbata owocowa bez cukru – 250 ml	- Chleb pszenny (gluten) – 100 g - Masło ekstra (z mleka) – 5 g - Wędlina drobiowa – 45 g - Jajko kurze – 50 g - Sałata masłowa – 10 g - Kisiel truskawkowy (składniki: woda, truskawki, mąka ziemniaczana) – 200 g - Pieczywo chrupkie kukurydziane – 24 g - Herbata owocowa bez cukru – 250 ml	- Chleb razowy (gluten) - 90 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Wędlina drobiowa – 45 g - Jajko kurze – 50 g - Sałata masłowa – 10 g - Kisiel truskawkowy (składniki: woda, truskawki, mąka ziemniaczana) – 200 g - Herbata owocowa bez cukru – 250 ml
Posiłek nocny	-	-	-	-
Wartości odżywcze dobowe	Wartość energetyczna: 1890,9 kcal Białko: 92,2 g Tłuszcz: 52,3 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 17,7 g Węglowodany ogółem: 277,6 g Cukry: 62,2 g Błonnik pokarmowy: 32,3 g Sól: 5,02 g	Wartość energetyczna: 1855,3 kcal Białko: 92,2 g Tłuszcz: 52 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 17,7 g Węglowodany ogółem: 267,5 g Cukry: 61,2 g Błonnik pokarmowy: 28,1 g Sól: 4,88 g	Wartość energetyczna: 1916 kcal Białko: 96 g Tłuszcz: 44,2 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 12,3 g Węglowodany ogółem: 297,4 g Cukry: 62,1 g Błonnik pokarmowy: 30,2 g Sól: 5,19 g	Wartość energetyczna: 2020,1 kcal Białko: 96,5 g Tłuszcz: 64,9 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 23,4 g Węglowodany ogółem: 283,9 g Cukry: 63,8 g Błonnik pokarmowy: 43,6 g Sól: 6,07 g

SZPITAL POWIATOWY W KĘTRZYNIE - JADŁOSPIS PIĄTEK 29.12.2023 r.

	(kod: 6/K) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6 posiłków)			
I śniadanie	- Chleb razowy (gluten) - 90 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Wędlina wieprzowa – 45 g - Roszponka – 10 g - Pomidor – 50 g - Dżem owocowy o obniżonej zawartości cukru – 25 g - Jabłko – 150 g - Kawa zbożowa z mlekiem (składniki: woda, mleko 2% tłuszczu, kawa zbożowa (gluten)) – 250 ml			
II śniadanie	Kanapka z serem żółtym: - Chleb razowy (gluten) – 30 g - Ser żółty (mleko) – 15 g			
Obiad	- Zupa jarzynowa (składniki: woda, ziemniaki, kalafior, marchew, pietruszka, seler, jogurt typu greckiego (z mleka), pieprz ziółowy) – 350 ml - Pulpety drobiowe pieczone w sosie pomidorowym (składniki: mięso drobiowe, jaja kurze całe, bułka tarta (gluten), passata pomidorowa) – 150 g - Ziemniaki gotowane – 240 g - Surówka z tartej marchewki z jabłkiem (marchew, jabłko, olej rzepakowy) – 200 g - Kompot owocowy bez cukru – 250 ml			
Podwieczorek	Kanapka z wędliną drobiową: - Chleb razowy (gluten) – 30 g - Masło ekstra (z mleka) – 2 g - Wędlina drobiowa - 15 g			
Kolacja	- Chleb razowy (gluten) - 60 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Wędlina drobiowa – 30 g - Jajko kurze – 50 g - Sałata masłowa – 10 g - Kisiel truskawkowy (składniki: woda, truskawki, mąka ziemniaczana) – 200 g - Herbata owocowa bez cukru – 250 ml			
Posiłek nocny	- Ciastka zbożowe bez cukru (gluten) – 25 g			
Wartości odżywcze dobowe	Wartość energetyczna: 2043,5 kcal Białko: 91,6 g Tłuszcz: 67,7 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 23,7 g Węglowodany ogółem: 286,3 g Cukry: 65 g Błonnik pokarmowy: 42 g Sól: 5,47 g			

SZPITAL POWIATOWY W KĘTRZYNIE - JADŁOSPIS SOBOTA 30.12.2023 r.

	(kod: 1) Dieta podstawowa	(kod: 2) Dieta lekkostrawna	(kod: 3) Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu	(kod: 6) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (5 posiłków)
Śniadanie	- Chleb pszenny (gluten) - 75 g - Chleb razowy (gluten) - 30 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Pasta twarogowa z ziołami (składniki: ser twarogowy (mleko), jogurt naturalny (mleko), koper świeży, zioła prowansalskie) – 60 g - Wędlina wieprzowa – 30 g - Sałata – 10 g - Pomidor – 50 g - Banan – 130 g - Herbata owocowa bez cukru – 250 ml	- Chleb pszenny (gluten) - 100 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Pasta twarogowa z ziołami (składniki: ser twarogowy (mleko), jogurt naturalny (mleko), koper świeży, zioła prowansalskie) – 60 g - Wędlina wieprzowa – 30 g - Sałata – 10 g - Pomidor – 50 g - Banan – 130 g - Herbata owocowa bez cukru – 250 ml	- Chleb pszenny (gluten) - 100 g - Masło ekstra (z mleka) – 5 g - Pasta twarogowa z ziołami (składniki: ser twarogowy (mleko), jogurt naturalny (mleko), koper świeży, zioła prowansalskie) – 60 g - Wędlina wieprzowa – 30 g - Sałata – 10 g - Pomidor – 50 g - Banan – 130 g - Herbata owocowa bez cukru – 250 ml	- Chleb razowy (gluten) - 90 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Pasta twarogowa z ziołami (składniki: ser twarogowy (mleko), jogurt naturalny (mleko), koper świeży, zioła prowansalskie) – 60 g - Wędlina wieprzowa – 30 g - Sałata – 10 g - Pomidor – 50 g - Banan – 120 g - Herbata owocowa bez cukru – 250 ml
II śniadanie	-	-	-	Kanapka z serem żółtym: - Chleb razowy (gluten) – 30 g - Masło ekstra (z mleka) – 2 g - Ser żółty (z mleka) – 20 g
Obiad	- Zupa buraczkowa (składniki: woda, ziemniaki, buraki, marchew, pietruszka, seler, jogurt typu greckiego (mleko), pieprz ziołowy) – 350 ml - Potrawka z piersi z kurczaka (składniki: pierś z kurczaka, marchew, bulion, masło (mleko), mąka pszenna (gluten), natka pietruszki) – 200 g - Mieszanka warzyw gotowana na parze (składniki: kalafior, brokuł, marchew) – 150 g - Ryż brązowy gotowany – 200 g - Kompot owocowy bez cukru – 250 ml	- Zupa buraczkowa (składniki: woda, ziemniaki, buraki, marchew, pietruszka, seler, jogurt typu greckiego (mleko), pieprz ziołowy) – 350 ml - Potrawka z piersi z kurczaka (składniki: pierś z kurczaka, marchew, bulion, masło (mleko), mąka pszenna (gluten), natka pietruszki) – 200 g - Mieszanka warzyw gotowana na parze (składniki: kalafior, brokuł, marchew) – 150 g - Ryż biały gotowany – 200 g - Kompot owocowy bez cukru – 250 ml	- Zupa buraczkowa (składniki: woda, ziemniaki, buraki, marchew, pietruszka, seler, jogurt typu greckiego (mleko), pieprz ziołowy) – 350 ml - Potrawka z piersi z kurczaka (składniki: pierś z kurczaka, marchew, bulion, masło (mleko), mąka pszenna (gluten), natka pietruszki) – 200 g - Mieszanka warzyw gotowana na parze (składniki: kalafior, brokuł, marchew) – 150 g - Ryż biały gotowany – 240 g - Kompot owocowy bez cukru – 250 ml	- Zupa buraczkowa (składniki: woda, ziemniaki, buraki, marchew, pietruszka, seler, jogurt typu greckiego (mleko), pieprz ziołowy) – 350 ml - Potrawka z piersi z kurczaka (składniki: pierś z kurczaka, marchew, bulion, masło (mleko), mąka pszenna (gluten), natka pietruszki) – 200 g - Surówka z kapusty pekińskiej (składniki: kapusta pekińska, marchew, jabłko, olej rzepakowy, sok z cytryny) – 150 g - Ryż brązowy gotowany – 200 g - Kompot owocowy bez cukru – 250 ml
Podwieczorek	-	-	-	- Budyń waniliowy bez cukru (składniki: mleko 2% tłuszczu, skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, aromat, barwniki (kurkumina) – 200 g
Kolacja	- Chleb pszenny (gluten) – 75 g - Chleb razowy (gluten) - 30 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Wędlina drobiowa – 60 g - Roszponka – 10 g - Pomidor – 50 g - Budyń waniliowy bez cukru (składniki: mleko 2% tłuszczu, skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, aromat, barwniki (kurkumina) – 200 g - Dżem owocowy o obniżonej zawartości cukru – 25 g - Biszkopty bez cukru – 15 g - Herbata owocowa bez cukru – 250 ml	- Chleb pszenny (gluten) – 100 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Wędlina drobiowa – 60 g - Roszponka – 10 g - Pomidor – 50 g - Budyń waniliowy bez cukru (składniki: mleko 2% tłuszczu, skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, aromat, barwniki (kurkumina) – 200 g - Dżem owocowy o obniżonej zawartości cukru – 25 g - Biszkopty bez cukru – 15 g - Herbata owocowa bez cukru – 250 ml	- Chleb pszenny (gluten) – 100 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Wędlina drobiowa – 60 g - Roszponka – 10 g - Pomidor – 50 g - Budyń waniliowy bez cukru (składniki: mleko 2% tłuszczu, skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, aromat, barwniki (kurkumina) – 200 g - Dżem owocowy o obniżonej zawartości cukru – 25 g - Biszkopty bez cukru – 15 g - Herbata owocowa bez cukru – 250 ml	- Chleb razowy (gluten) - 90 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Wędlina drobiowa – 45 g - Roszponka – 10 g - Pomidor – 50 g - Herbata owocowa bez cukru – 250 ml
Posiłek nocny	-	-	-	-
Wartości odżywcze dobowe	Wartość energetyczna: 1893,8 kcal Białko: 101 g Tłuszcz: 51,5 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 17,4 g Węglowodany ogółem: 271,3 g Cukry: 60,8 g Błonnik pokarmowy: 29,1 g Sól: 4,72 g	Wartość energetyczna: 1950,6 kcal Białko: 102,5 g Tłuszcz: 50,3 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 17,2 g Węglowodany ogółem: 282,9 g Cukry: 59,8 g Błonnik pokarmowy: 21,4 g Sól: 4,59 g	Wartość energetyczna: 1875,8 kcal Białko: 102,4 g Tłuszcz: 42,1 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 11,7 g Węglowodany ogółem: 282,9 g Cukry: 59,7 g Błonnik pokarmowy: 21,4 g Sól: 4,59 g	Wartość energetyczna: 1875,5 kcal Białko: 95,3 g Tłuszcz: 67,6 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 21,8 g Węglowodany ogółem: 239,9 g Cukry: 55,1 g Błonnik pokarmowy: 36,7 g Sól: 4,85 g

SZPITAL POWIATOWY W KĘTRZYNIE - JADŁOSPIS SOBOTA 30.12.2023 r.

	(kod: 6/K) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6 posiłków)			
I śniadanie	- Chleb razowy (gluten) - 90 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Pasta twarogowa z ziołami (składniki: ser twarogowy (mleko), jogurt naturalny (mleko), koper świeży, zioła prowansalskie) – 60 g - Wędlina wieprzowa – 30 g - Sałata – 10 g - Pomidor – 50 g - Banan – 120 g - Herbata owocowa bez cukru – 250 ml			
II śniadanie	Kanapka z serem żółtym: - Chleb razowy (gluten) – 30 g - Masło ekstra (z mleka) – 2 g - Ser żółty (z mleka) – 20 g			
Obiad	- Zupa buraczkowa (składniki: woda, ziemniaki, buraki, marchew, pietruszka, seler, jogurt typu greckiego (mleko), pieprz ziołowy) – 350 ml - Potrawka z piersi z kurczaka (składniki: pierś z kurczaka, marchew, bulion, masło (mleko), mąka pszenna (gluten), natka pietruszki) – 200 g - Surówka z kapusty pekińskiej (składniki: kapusta pekińska, marchew, jabłko, olej rzepakowy, sok z cytryny) – 150 g - Ryż brązowy gotowany – 200 g - Kompot owocowy bez cukru – 250 ml			
Podwieczorek	- Budyń waniliowy bez cukru (składniki: mleko 2% tłuszczu, skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, aromat, barwniki (kurkumina) – 200 g			
Kolacja	- Chleb razowy (gluten) - 90 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Wędlina drobiowa – 45 g - Roszponka – 10 g - Pomidor – 50 g - Herbata owocowa bez cukru – 250 ml			
Posiłek nocny	- Sok pomidorowy – 240 g			
Wartości odżywcze dobowe	Wartość energetyczna: 1918,7 kcal Białko: 97,3 g Tłuszcz: 68,1 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 22 g Węglowodany ogółem: 249 g Cukry: 61,3 g Błonnik pokarmowy: 39,4 g Sól: 6,01 g			

SZPITAL POWIATOWY W KĘTRZYNIE - JADŁOSPIS NIEDZIELA 31.12.2023 r.

	(kod: 1) Dieta podstawowa	(kod: 2) Dieta lekkostrawna	(kod: 3) Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu	(kod: 6) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (5 posiłków)
Śniadanie	- Chleb pszenny (gluten) – 75 g - Chleb razowy (gluten) - 30 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Wędlina wieprzowa – 30 g - Ser twarogowy chudy (z mleka) – 60 g - Jogurt naturalny (mleko) – 150 g - Roszponka – 10 g - Papryka czerwona – 50 g - Mandarynki – 140 g - Kawa zbożowa z mlekiem (składniki: woda, mleko 2% tłuszczu, kawa zbożowa (gluten)) – 250 ml	- Chleb pszenny (gluten) – 100 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Wędlina wieprzowa – 30 g - Ser twarogowy chudy (z mleka) – 60 g - Jogurt naturalny (mleko) – 150 g - Roszponka – 10 g - Pomidor – 50 g - Mandarynki – 140 g - Kawa zbożowa z mlekiem (składniki: woda, mleko 2% tłuszczu, kawa zbożowa (gluten)) – 250 ml	- Chleb pszenny (gluten) – 100 g - Masło ekstra (z mleka) – 5 g - Wędlina wieprzowa – 30 g - Ser twarogowy chudy (z mleka) – 60 g - Jogurt naturalny (mleko) – 150 g - Roszponka – 10 g - Pomidor – 50 g - Mandarynki – 140 g - Kawa zbożowa z mlekiem (składniki: woda, mleko 2% tłuszczu, kawa zbożowa (gluten)) – 250 ml	- Chleb razowy (gluten) - 90 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Wędlina wieprzowa – 30 g - Ser twarogowy chudy (z mleka) – 60 g - Roszponka – 10 g - Papryka czerwona – 50 g - Kawa zbożowa z mlekiem (składniki: woda, mleko 2% tłuszczu, kawa zbożowa (gluten)) – 250 ml
II śniadanie	-	-	-	- Jogurt naturalny (mleko) – 150 g - Mandarynki – 140 g
Obiad	- Zupa z brokułem (składniki: woda, brokuły, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, pieprz ziołowy) – 350 ml - Gulasz wieprzowy duszony ze schabu (składniki: schab wieprzowy, marchew, pietruszka, mąka pszenna (gluten)) – 150 g - Kasza gryczana – 200 g - Fasolka szparagowa gotowana – 100 g - Marchew gotowana – 100 g - Kompot owocowy bez cukru – 250 ml	- Zupa z brokułem (składniki: woda, brokuły, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, pieprz ziołowy) – 350 ml - Gulasz wieprzowy duszony ze schabu (składniki: schab wieprzowy, marchew, pietruszka, mąka pszenna (gluten)) – 150 g - Kasza jęczmienna (gluten) – 200 g - Fasolka szparagowa gotowana – 100 g - Marchew gotowana – 100 g - Kompot owocowy bez cukru – 250 ml	- Zupa z brokułem (składniki: woda, brokuły, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, pieprz ziołowy) – 350 ml - Gulasz wieprzowy duszony ze schabu (składniki: schab wieprzowy, marchew, pietruszka, mąka pszenna (gluten)) – 150 g - Kasza jęczmienna (gluten) – 240 g - Fasolka szparagowa gotowana – 100 g - Marchew gotowana – 100 g - Kompot owocowy bez cukru – 250 ml	- Zupa z brokułem (składniki: woda, brokuły, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, pieprz ziołowy) – 350 ml - Gulasz wieprzowy duszony ze schabu (składniki: schab wieprzowy, marchew, pietruszka, mąka pszenna (gluten)) – 150 g - Kasza gryczana – 200 g - Surówka z czerwonej kapusty (składniki: kapusta czerwona, marchew, jabłko, olej rzepakowy, sok z cytryny) – 150 g - Kompot owocowy bez cukru – 250 ml
Podwieczorek	-	-	-	- Ciastka zbożowe bez cukru (gluten) – 25 g
Kolacja	- Ryż z pieczonym jabłkiem (składniki: ryż brązowy, woda, mleko 2% tłuszczu, jabłko pieczone, cynamon) – 410 g - Chleb pszenny (gluten) – 50 g - Chleb razowy (gluten) - 30 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Wędlina drobiowa – 45 g - Pomidor – 50 g - Herbata czarna bez cukru – 250 ml	- Ryż z pieczonym jabłkiem (składniki: ryż biały, woda, mleko 2% tłuszczu, jabłko pieczone, cynamon) – 410 g - Chleb pszenny (gluten) – 75 g - Masło ekstra (z mleka) – 5 g - Wędlina drobiowa – 45 g - Pomidor – 50 g - Herbata czarna bez cukru – 250 ml	- Ryż z pieczonym jabłkiem (składniki: ryż biały, woda, mleko 2% tłuszczu, jabłko pieczone, cynamon) – 410 g - Chleb pszenny (gluten) – 75 g - Masło ekstra (z mleka) – 5 g - Wędlina drobiowa – 45 g - Pomidor – 50 g - Herbata czarna bez cukru – 250 ml	- Ryż z pieczonym jabłkiem (składniki: ryż brązowy, woda, mleko 2% tłuszczu, jabłko pieczone, cynamon) – 410 g - Chleb razowy (gluten) - 90 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Wędlina drobiowa – 45 g - Pomidor – 50 g - Herbata czarna bez cukru – 250 ml
Posiłek nocny	-	-	-	-
Wartości odżywcze dobowe	Wartość energetyczna: 2038 kcal Białko: 102,7 g Tłuszcz: 55,7 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 21,8 g Węglowodany ogółem: 300,4 g Cukry: 78,1 g Błonnik pokarmowy: 37,8 g Sól: 4,53 g	Wartość energetyczna: 1961,9 kcal Białko: 98,5 g Tłuszcz: 49,5 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 18,7 g Węglowodany ogółem: 296 g Cukry: 75,9 g Błonnik pokarmowy: 30,2 g Sól: 4,4 g	Wartość energetyczna: 1967,3 kcal Białko: 99,3 g Tłuszcz: 45,7 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 16 g Węglowodany ogółem: 305,6 g Cukry: 76 g Błonnik pokarmowy: 31 g Sól: 4,4 g	Wartość energetyczna: 2128,3 kcal Białko: 98,5 g Tłuszcz: 64,4 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 22,5 g Węglowodany ogółem: 309,1 g Cukry: 82,2 g Błonnik pokarmowy: 43,6 g Sól: 4,4 g

SZPITAL POWIATOWY W KĘTRZYNIE - JADŁOSPIS NIEDZIELA 31.12.2023 r.

	(kod: 6/K) Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6 posiłków)			
I śniadanie	- Chleb razowy (gluten) - 90 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Wędlina wieprzowa – 30 g - Ser twarogowy chudy (z mleka) – 60 g - Roszponka – 10 g - Papryka czerwona – 50 g - Kawa zbożowa z mlekiem (składniki: woda, mleko 2% tłuszczu, kawa zbożowa (gluten)) – 250 ml			
II śniadanie	- Jogurt naturalny (mleko) – 150 g - Mandarynki – 140 g			
Obiad	- Zupa z brokułem (składniki: woda, brokuły, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, pieprz ziółowy) – 350 ml - Gulasz wieprzowy duszony ze schabu (składniki: schab wieprzowy, marchew, pietruszka, mąka pszenna (gluten)) – 150 g - Kasza gryczana – 200 g - Surówka z czerwonej kapusty (składniki: kapusta czerwona, marchew, jabłko, olej rzepakowy, sok z cytryny) – 150 g - Kompot owocowy bez cukru – 250 ml			
Podwieczorek	- Ciastka zbożowe bez cukru (gluten) – 25 g			
Kolacja	- Ryż z pieczonym jabłkiem (składniki: ryż brązowy, woda, mleko 2% tłuszczu, jabłko pieczone, cynamon) – 410 g - Chleb razowy (gluten) - 60 g - Masło ekstra (z mleka) – 10 g - Wędlina drobiowa – 30 g - Pomidor – 50 g - Herbata czarna bez cukru – 250 ml			
Posiłek nocny	- Kanapka z wędliną: - Chleb razowy (gluten) – 30 g - Masło ekstra (z mleka) – 2 g - Wędlina wieprzowa – 15 g			
Wartości odżywcze dobowe	Wartość energetyczna: 2148,3 kcal Białko: 98,7 g Tłuszcz: 66,5 g Kwasy tłuszczowe nasycone: 23,9 g Węglowodany ogółem: 309,3 g Cukry: 82,2 g Błonnik pokarmowy: 43,7 g Sól: 4,38 g			