

Kuchnia - Wojewódzki Szpital Zespolony
ul. Królewiecka 146
82-300 Elbląg

Rebus

PROSTE ROZWIĄZANIA

Dąbrowa Chotomowska, ul. Lipowa 36D, 05-123 Chotomów

Jadłospis zatwierdzony przez:

Kamil Karluto
DIETETYK
Karluto

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień czwartek 4.09.2025r. Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
Dieta podstawowa Wartość kaloryczna:2389,87 Bialko:117,10 Tluszcze:63,18 Kwasy tłuszczowe:17,30 Węglowodany:305,15 Cukry Proste:32,72 Sód:1251,97 Błonnik:30,14		
Zacierka na mleku 300ml (mleko, makaron zacierka) Bulka grahamka 70g, Chleb baltonowski 30g, Masło 15g, Parówka na ciepło 2szt 80g, Ketchup 30g, Sałatka wiosenna 80g (sałata, pomidor, ogórek) Kawa z mlekiem 250 ml. (mleko, cukier, Kawa) <i>* alergeny: mleko,gluten,gorczyca,</i>	Rosół z makaronem nitki 400ml(makaron nitki, marchew, seler, natka pietruszki, udko ćwiartka) Udko pieczone z pieca 150g, Mizeria z jogurtem 150g(ogórek świeży, jogurt naturalny, koperek) Ryż biały 150g, Kompot z owoców mieszanych 250ml (mieszanka kompotowa, cukier)Koktajl truskawkowo-bananowy 200g(maślanka, jogurt naturalny, truskawka, banan, cukier) <i>*alergeny: mleko, gluten, seler, gorczyca, orzechy</i>	Chleb baltonowski 70g, Chleb graham 30g Masło 15g Pasta z czerwonej soczewicy z koncentratem 60g(czerwona soczewica, marchew, koncentrat pomidorowy, bazylija) Półdewica z kurcząt 30g, Pomidor 80g, Herbata 250ml (Herbata czarna, cukier) <i>* alergeny :mleko,gluten,gorczyca,soja</i> <i>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</i>
Dieta cukrzycowa Wartość kaloryczna:2191,34 Bialko:102,62 Tuszcz:57,73 Kwasy tłuszczowe:18,92 Węglowodany:280,67 Cukry Proste:8,00 Sód:1054,10 Błonnik:34,00		
Zacierka na mleku 300ml (mleko, makaron zacierka), Chleb graham 75g, Masło 15g, Parówka na ciepło 2szt 80g, Ketchup 30g, Sałatka wiosenna 80g (sałata, pomidor, ogórek) Kawa z mlekiem 250 ml. (mleko, Kawa) <i>*alergeny: mleko,gluten,gorczyca,</i> II Śniadanie :Kalafior gotowany 150g <i>*alergeny: mleko,gluten,</i>	Rosół z makaronem nitki 400ml(makaron nitki, marchew, seler, natka pietruszki, udko ćwiartka) Udko duszone z pieca 150g, Mizeria z jogurtem 150g(ogórek świeży, jogurt naturalny, koperek) Sos jarzynowy 100g(marchew, seler, mąka pszenna) Ryż brązowy 150g, Kompot z owoców mieszanych bez cukru 250ml <i>*alergeny: mleko, gluten, seler, gorczyca, jaja</i> Pod: Kefir 200g, <i>*alergeny: mleko</i>	Chleb graham 75g, Masło 15g, Pasta z czerwonej soczewicy z koncentratem 60g(czerwona soczewica, marchew, koncentrat pomidorowy, bazylija) Półdewica z kurcząt 30g, Pomidor 80g, Herbata 250ml (Herbata czarna,) <i>*alergeny:mleko, gluten, gorczyca,soja</i> <i>Posilek nocny: Chleb graham 30g, Masło 10g, Kielbasa krakowska 30g</i>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień czwartek 4.09.2025r. Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
*alergeny :mleko, gluten, gorczyca		
Dieta łatwostrawna Wartość kaloryczna: 2114,22 Białko:95,65 Tłuszcz:57,69 Kwasy tłuszczowe:24,92 Węglowodany: 304,85 Cukry Proste: 38,51 Sód:1796,92 Błonnik:31,16		
<p>Zacierka na mleku 300ml (mleko, makaron zacierka) Chleb baltonowski 100g, Masło 15g, Parówka na ciepło 2szt 80g, Ketchup 30g, Mus z jabłka 80g, Kawa z mlekiem 250 ml. (mleko, cukier, Kawa)</p> <p><i>*alergeny: mleko,gluten,gorczyca,</i></p>	<p>Rosół z makaronem nitki 400ml(makaron nitki, marchew, seler, natka pietruszki, udko ćwiartka) Udko duszone z pieca 150g, Jarzynka gotowana 150g(marchew, seler, mąka pszenna) Sos jarzynowy 100g(marchew, seler, mąka pszenna) Ryż biały 150g, Kompot z owoców mieszanych 250ml (mieszanka kompotowa, cukier)Koktajl truskawkowo-bananowy 200g(maślanka, jogurt naturalny, truskawka, banan, cukier)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, seler, gorczyca,jaja,orzechy</i></p>	<p>Chleb baltonowski 100g, Masło 15g, Polędwica z kurcząt 50g, Serek tartare 20g, Cukinia duszona z koncentratem 80g,Herbata 250ml (Herbata czarna, cukier)</p> <p><i>*alergeny:mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p><i>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</i></p>
Dieta łatwostrawna mielona Wartość kaloryczna: 2194,22 Białko:98,65 Tłuszcze:57,49 Kwasy tłuszczowe:24,93 Węglowodany:323,85 Cukry Proste:37,51 Sód:1796,92 Błonnik:30,16		
<p>Zacierka na mleku 300ml (mleko, makaron zacierka) Chleb baltonowski 100g, Masło 15g Kurczak gotowany 60g, Twarożek Haga 20g, Mus z jabłka 80g, Kawa z mlekiem 250 ml. (mleko, cukier, Kawa)</p> <p><i>* alergeny: mleko,gluten,gorczyca,</i></p> <p>II Śniadanie: Sok z marchwi 300ml</p>	<p>Rosół z makaronem nitki 400ml(makaron nitki, marchew, seler, natka pietruszki, udko ćwiartka) Potrawka z udka 150g(ćwiartka udka, marchew, seler, mąka pszenna, natka pietruszki), Jarzynka gotowana 150g(marchew, seler, mąka pszenna) Ryż biały 150g, Kompot z owoców mieszanych 250ml (mieszanka kompotowa, cukier)</p> <p><i>*alergeny:mleko, gluten, seler, gorczyca, jaja, orzechy</i></p> <p>Pod: Koktajl truskawkowo-bananowy 200g(maślanka, jogurt naturalny, truskawka, banan, cukier)</p>	<p>Chleb baltonowski 100g, Masło 15g, Polędwica z kurcząt 50g, Serek tartare 20g, Cukinia duszona z koncentratem 80g,Herbata 250ml (Herbata czarna, cukier)</p> <p><i>*alergeny:mleko, gluten, gorczyca,</i></p> <p><i>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</i></p>
Dieta łatwostrawna niskotłuszczowa Wartość kaloryczna: 2065,23 Białko:92,29 Tłuszcze:44,51 Kwasy tłuszczowe:17,15 Węglowodany:332,66 Cukry Proste:53,13 Sód:1701,43 Błonnik:29,08		
<p>Zacierka na mleku 300ml (mleko, makaron zacierka) Chleb baltonowski 100g, Masło 10g Kurczak gotowany 60g, Twarożek Haga 20g, Mus z jabłka 80g,Kawa z mlekiem 250 ml. (mleko, cukier, Kawa)</p> <p><i>*alergeny: mleko,gluten,gorczyca,</i></p>	<p>Rosół z makaronem nitki 400ml(makaron nitki, marchew, seler, natka pietruszki, udko ćwiartka) Udko duszone z pieca 150g, Jarzynka gotowana 150g(marchew, seler, mąka pszenna) Sos jarzynowy 100g(marchew, seler, mąka pszenna) Ryż biały 150g, Kompot z owoców mieszanych 250ml (mieszanka kompotowa, cukier)Koktajl truskawkowo-bananowy 200g(maślanka, jogurt naturalny, truskawka, banan, cukier)</p> <p><i>*alergeny:mleko, gluten, seler, gorczyca, jaja</i></p>	<p>Chleb baltonowski 100g, Masło 10g Polędwica z kurcząt 50g, Serek tartare 20g, Cukinia duszona z koncentratem 80g,Herbata 250ml (Herbata czarna, cukier)</p> <p><i>*alergeny:mleko, gluten, gorczyca,</i></p> <p><i>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</i></p>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień czwartek 4.09.2025r. Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
Dieta dzieci 2 roku życia Wartość kaloryczna: 1877,96 Białko:66,83 Tłuszcze:47,05 Kwasy tłuszczowe:22,29 Węglowodany:230,96 Cukry Proste:47,91 Sód:1195,60 Błonnik:20,89		
<p>Zacierka na mleku 150ml (mleko, makaron zacierka) Chleb baltonowski 50g, Masło 10g Parówka na ciepło 2szt 80g, Ketchup 30g, Mus z jabłka 80g, Herbata 250ml (Herbata czarna, cukier) <i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca,</i></p> <p>II Śniadanie: Sok z marchwi 300ml <i>*alergeny: mleko,</i></p>	<p>Rosół z makaronem nitki 400ml(makaron nitki, marchew, seler, natka pietruszki, udko ćwiartka) Potrawka z udka 150g(ćwiartka udka, marchew, seler, mąka pszenna, natka pietruszki), Jarzyńska gotowana 80g(marchew, seler, mąka pszenna) Ryż biały 150g, Kompot z owoców mieszanych 250ml (mieszanka kompotowa, cukier)</p> <p><i>*alergeny:mleko, gluten, seler, gorczyca, jaja</i></p> <p>Pod: Koktajl truskawkowo-bananowy 200g(maślanka, jogurt naturalny, truskawka, banan, cukier) <i>*alergeny: mleko,</i></p>	<p>Chleb baltonowski 50g, Masło 15g, Polędwica z kurcząt 50g, Serek tartare 20g, Cukinia duszona z koncentratem 80g, Herbata 250ml (Herbata czarna, cukier) <i>*alergeny:mleko, gluten, gorczyca,</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
Dieta dzieci dużych Wartość kaloryczna: 2302,39 Białko:97,71 Tłuszcze:56,48 Kwasy tłuszczowe:17,48 Węglowodany:332,59 Cukry Proste:47,45 Sód:1148,74 Błonnik:31,89		
<p>Zacierka na mleku 300ml (mleko, makaron zacierka) Bulka grahamka 70g, Chleb baltonowski 30g, Masło 15g, Parówka na ciepło 2szt 80g, Ketchup 30g, Sałatka wiosenna 80g (sałata, pomidor, ogórek) Kawa z mlekiem 250 ml. (mleko, cukier, Kawa) <i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca,</i></p> <p>II Śniadanie: Sok z marchwi 300ml <i>*alergeny: mleko, orzechy, gluten</i></p>	<p>Rosół z makaronem nitki 400g(makaron nitki, marchew, seler, natka pietruszki, udko ćwiartka) Udło pieczone z pieca 150g, Mizeria z jogurtem 150g(ogórek świeży, jogurt naturalny, koperek) Ryż biały 150g, Kompot z owoców mieszanych 250ml (mieszanka kompotowa, cukier)</p> <p><i>*alergeny:mleko, gluten, seler, gorczyca, jaja</i></p> <p>Pod: Koktajl truskawkowo-bananowy 200g(maślanka, jogurt naturalny, truskawka, banan, cukier) <i>*alergeny: mleko,</i></p>	<p>Chleb baltonowski 70g, Chleb graham 30g, Masło 15g Polędwica z kurcząt 50g, Serek tartare 20g, Pomidor 80g, Herbata 250ml (Herbata czarna, cukier) <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca,</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>