

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 poniedziałek 8.09.2025 Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
Dieta podstawowa Wartości odżywcze: Energia : 2375.53 kcal; Białko ogółem: 105.35 g; Tłuszcz: 58.82 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 19.21 g; Węglowodany ogółem: 302.90 g; Cukry proste: 31.97 g; Sód: 1530.37 mg; Błonnik pokarmowy: 31.90 g;		
Makaron na mleku 300ml(makaron pszenny, mleko) Bułka grahamka 70g, Chleb baltonowski 30g, Masło 15g, Połudwica z warzywami 60g, Miód 1szt, Ogórek świeży 80g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa) <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i>	Kapuśniak 400ml (ziemniaki, kapusta młoda, marchew, seler, cebula, mąka pszenna , koncentrat pomidorowy) Wątróbka drobiowa duszona z cebulą i jabłkiem 110g (wątróbka drobiowa, cebula, jabłko, mąka pszenna) Surówka z marchwi i chrzanu 150g Ziemniaki 150g, Kompot truskawkowy 250ml, Arbuż 150g <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca, seler, jaja</i>	Chleb baltonowski 70g, Chleb razowy 30g Masło 15g, Kielbasa krakowska 50g, Ser żółty 20g, Pomidor 80g, Herbata 250ml (cukier, herbata czarna,) <i>*alergeny: gluten, gorczyca, mleko,</i> Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt
Dieta cukrzycowa Wartości odżywcze: Energia : 2306.35 kcal; Białko ogółem: 101.88 g; Tłuszcz: 59.87 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 24.17 g; Węglowodany ogółem: 266.41 g; Cukry proste: 12.96 g; Sód: 1740.68 mg; Błonnik pokarmowy: 34.52 g;		
Makaron na mleku 300ml(makaron pszenny, mleko), Chleb graham 75g, Masło 15g Połudwica z warzywami 60g, Twarożek haga 20g Ogórek świeży 80g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, Kawa zbożowa) <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i> II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g <i>*alergeny :mleko,</i>	Kapuśniak 400ml (ziemniaki, kapusta młoda, marchew, seler, cebula, mąka pszenna , koncentrat pomidorowy) Roladka z piersi kurczaka 90g (pierś z kurczaka, mąka pszenna) Ziemniaki 150g Surówka z marchwi i chrzanu 150g Sos pomidorowy 100ml (marchew, seler, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna) Kompot z truskawek bez cukru 250ml <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca, seler, jaja</i> Pod: Brokuł gotowany ze słonecznikiem 150g	Chleb graham 75g Masło 15g, Kielbasa krakowska 50g, Ser żółty 20g, Pomidor 80g, Herbata 250ml (herbata czarna,) <i>*alergeny: gluten, gorczyca, mleko,</i> Posilek nocny: Chleb razowy 30g, Masło 10g, Połudwica sopocka 30g, <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień poniedziałek 8.09.2025 Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
Dieta dzieci 2 roku życia Wartości odżywcze: Energia : 2148.94 kcal; Białko ogółem: 86.69 g; Tłuszcz: 44.44 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 18.38 g; Węglowodany ogółem: 299.98 g; Cukry proste: 58.81 g; Sód: 1619.39 mg; Błonnik pokarmowy: 27.52 g;		
<p>Makaron na mleku 150ml(makaron pszenny, mleko), Chleb bal. 50g ,Masło 15g, Polędwica z warzywami 60g, Twarożek haga 20g, Jabłko gotowane 150g, Herbata 250ml (cukier, herbata czarna,)</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p>II Śniadanie: Arbuz 150g</p>	<p>Koperkowa z ryżem 200 ml (Ryż biały, marchew, , korpus z kurcz., koper) Potrawka drobiowa z piersi 150g(pieś z kurczaka, marchew, seler, mąka pszenna, natka pietruszki) Sałatka z gotowanej marchwi z natką pietruszki80g Ziemniaki 80g Kompot truskawkowy 250ml</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca, seler, jaja</i></p> <p>Pod: Kisiel z owocami z/c 200 (mąka ziemniaczana, czarna porzeczka, cukier)</p>	<p>Chleb baltonowski 50g, Masło 15g Kielbasa krakowska 30g, Ser deliser 20g, Parzony pomidor bez skóry80g, Herbata 250ml (cukier, herbata czarna,)</p> <p><i>*alergeny: gluten, gorczyca, mleko,</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
Dieta dzieci dużych Wartości odżywcze: Energia : 2361.61 kcal; Białko ogółem: 111.20 g; Tłuszcz: 52.59 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 19.72 g; Węglowodany ogółem: 372.18 g; Cukry proste: 57.54 g; Sód: 1621.78 mg; Błonnik pokarmowy: 32.92 g;		
<p>Makaron na mleku 300ml(makaron pszenny, mleko), Bulka grahamka 70g, Chleb baltonowski 30g, Masło 15g Polędwica z warzywami 60g Miód 1szt, Ogórek świeży 80g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p>II Śniadanie: Arbuz 150g</p>	<p>Koperkowa z ryżem 400 ml (Ryż biały, marchew, , korpus z kurcz., koper) Roladka z piersi kurczaka 90g(pieś z kurczaka, mąka pszenna) Ziemniaki 150g Sałatka z gotowanej marchwi z natką pietruszki150g Sos pomidorowy 100ml (marchew, seler, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna)Kompot truskawkowy 250ml</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca, seler, jaja</i></p> <p>Pod: Kisiel z owocami z/c 200 (mąka ziemniaczana, czarna porzeczka, cukier)</p>	<p>Chleb bal.70g, Chleb razowy .30g, Masło 15g, Kielbasa krakowska 50g, Ser żółty 20g, Pomidor 80g, Herbata 250ml (cukier, herbata czarna,)</p> <p><i>*alergeny: gluten, gorczyca, mleko,</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>