

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

Jadłospis zatwierdzony przez:

Rebus

PROSTE ROZWIĄZANIA

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

Kamil Karluto
DIETETYK
Karluto

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień środa 10.09.2025 Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
Dieta podstawowa Wartości odżywcze: 2298.68 kcal; Białko ogółem: 94.07 g; Tłuszcz: 62.58 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 22.40 g; Węglowodany ogółem: 312.63 g; Cukry proste: 42.94 g; Sód: 1502.95 mg; Błonnik pokarmowy: 34.09 g;		
Manna na mleku 300ml(mleko,Kasza manna), Bulka grahamka 70g, Chleb baltonowski 30g, Masło 15g, Parówki na ciepło 2szt, Ketchup 30g, Surówka z kapusty pekińskiej z marchwią 80g, Kawa zbożowa 250ml (mleko, cukier,Kawa zbożowa) <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i>	Ogórkowa 400ml (ziemniak, ogórek kiszony, marchew, seler, śmietana, mąka pszenna ,koper) Zapiekanka z ryżu i jabłka 250g (ryż, jabłko, cynamon) Sos jogurtowy 100g(jogurt naturalny, cukier) Kompot z czerwonej porzeczki 250ml (czerwona porzeczka cukier) Nektarynka 1szt <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,seler ,</i>	Chleb balt. 70g, Chleb razowy 30g, Masło 15g , Pasta drobiowo warzywna 60g(udko ćwiartka, marchew, seler) Polędwica z warzywami 30g Papryka 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata) <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, ryby</i> Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt
Dieta cukrzycowa Wartości odżywcze: Energia : 2105.75 kcal; Białko ogółem: 90.53 g; Tłuszcz: 51.04 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 21.85 g; Węglowodany ogółem: 273.67 g; Cukry proste: 18.55 g; Sód: 1395.70 mg; Błonnik pokarmowy: 35.67 g;		
Manna na mleku 300ml(mleko,Kasza manna), Chleb graham 75g, Masło 15g Parówki na ciepło 2szt, Ketchup 30g, Surówka z kapusty pekińskiej z marchwią 80g, Kawa zbożowa 250ml (mleko, ,Kawa zbożowa), <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i> II Śniadanie : Jogurt naturalny 100g, <i>*alergeny: mleko,</i>	Ogórkowa 400ml (ziemniak, ogórek kiszony, marchew, seler, śmietana, mąka pszenna ,koper) Klopsik wieprzowy gotowany 90g (łopatka wieprzowa, bulka tarta, jajko, mąka pszenna) Sos pietruszkowy 100ml (marchew, seler, mąka pszenna, natka pietruszki) Sałata lodowa z dresingiem 150g, Kasza orkiszowa 150g, Kompot z czerwonej porzeczki bez cukru 250ml (agrest) <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,seler ,</i> Pod: Kalafior duszony z masłem i koperkiem 150g, <i>*alergeny: mleko,</i>	Chleb graham 75g, Masło 15g Pasta drobiowo warzywna 60g(udko ćwiartka, marchew, seler) Polędwica z warzywami 30g Papryka 80g, Herbata 250ml (Herbata czarna) <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,</i> Posilek nocny: Chleb razowy 30g, Twaróg 50g <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,</i>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień środa 10.09.2025 Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
<p>Dieta łatwostrawna Wartości odżywcze: Energia : 2053.09 kcal; Białko ogółem: 90.57 g; Tłuszcz: 47.38 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 20.70 g; Węglowodany ogółem: 313.01 g; Cukry proste: 56.82 g; Sód: 1896.93 mg; Błonnik pokarmowy: 34.07 g;</p>		
<p>Manna na mleku 300ml(mleko,Kasza manna), Chleb baltonowski 100g, Masło 15g Parówki na ciepło 2szt, Ketchup 30g, Cukinia duszona z marchwią i koncentratem80g, Kawa zbożowa 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p>	<p>Zacierka na wywarze 200ml (makaron zacierka, ziemniaki marchew, seler, mąka pszenna)Zapiekanka z ryżu i jabłka 250g (ryż, jabłko, cynamon) Sos jogurtowy 100g(jogurt naturalny, cukier) Kompot z czerwonej porzeczki 250ml (czerwona porzeczka cukier)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,seler ,</i></p>	<p>Chleb baltonowski 100g, Masło 15g, Pasta drobiowo warzywna 60g(udko ćwiartka, marchew, seler) Połudwica z warzywami 30g Parzony pomidor bez skóry80g Herbata 250ml (cukier, Herbata)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, ryby</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
<p>Dieta łatwostrawna mielona Wartości odżywcze: Energia : 2079.37 kcal; Białko ogółem: 90.91 g; Tłuszcz: 53.83 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 25.63 g; Węglowodany ogółem: 312.34 g; Cukry proste: 56.19 g; Sód: 1929.89 mg; Błonnik pokarmowy: 35.14 g;</p>		
<p>Manna na mleku 300ml(mleko,Kasza manna), Chleb balt. 100g, Masło 15g, Szynka delikatesowa z fileta 60g, Ser deliser 20g, Cukinia duszona z marchwią i koncentratem80g, Kawa zbożowa 250ml (mleko, cukier,Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,jaja</i></p> <p>II Śniadanie: Sok marchwiowo owocowy 300ml</p>	<p>Zacierka na wywarze 200ml (makaron zacierka, ziemniaki marchew, seler, mąka pszenna)Zapiekanka z ryżu i jabłka 250g (ryż, jabłko, cynamon) Sos jogurtowy 100g(jogurt naturalny, cukier) Kompot z czerwonej porzeczki 250ml (czerwona porzeczka cukier)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,seler ,jaja</i></p> <p>Pod: Biszkopty 30g <i>*alergeny : gluten</i></p>	<p>Chleb baltonowski 100g, Masło 15g Pasta drobiowo warzywna 60g(udko ćwiartka, marchew, seler) Połudwica z warzywami 30g Parzony pomidor bez skóry80g Herbata 250ml (cukier, Herbata)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, , jaja ryby</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
<p>Dieta łatwostrawna niskotłuszczowa Wartości odżywcze: Energia : 2089.79 kcal; Białko ogółem: 94.68 g; Tłuszcz: 40.74 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 18.40 g; Węglowodany ogółem: 318.12 g; Cukry proste: 57.10 g; Sód: 1715.88 mg; Błonnik pokarmowy: 31.06 g;</p>		
<p>Manna na mleku 300ml(mleko,Kasza manna), Chleb baltonowski 100g, Masło 10g, Szynka delikatesowa z fileta 60g, Ser deliser 20g, Cukinia duszona z marchwią i koncentratem80g, Kawa zbożowa 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,jaja</i></p>	<p>Zacierka na wywarze 200ml (makaron zacierka, ziemniaki marchew, seler, mąka pszenna)Zapiekanka z ryżu i jabłka 250g (ryż, jabłko, cynamon) Sos jogurtowy 100g(jogurt naturalny, cukier) Kompot z czerwonej porzeczki 250ml (czerwona porzeczka cukier)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,seler ,</i></p>	<p>Chleb baltonowski 100g, Masło 10g, Pasta drobiowo warzywna 60g(udko ćwiartka, marchew, seler) Połudwica z warzywami 30g Parzony pomidor bez skóry80g Herbata 250ml (cukier, Herbata)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, ryby</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień środa 10.09.2025 Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
Dieta dzieci 2 roku życia Wartości odżywcze: Energia : 1974.89 kcal; Białko ogółem: 78.54 g; Tłuszcz: 45.31 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 23.13 g; Węglowodany ogółem: 279.14 g; Cukry proste: 55.23 g; Sód: 1717.38 mg; Błonnik pokarmowy: 26.28 g;		
<p>Manna na mleku 150ml(mleko,Kasza manna), Chleb balt. 50g, Masło 15g, Parówki na ciepło 2szt, Ketchup 30g, Cukinia duszona z marchwią i koncentratem 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, jaja</i></p> <p>II Śniadanie: Sok marchwiowo owocowy 300ml</p>	<p>Zacierka na wywarze 200ml (makaron zacierka, ziemniaki marchew, seler, mąka pszenna)Zapiekanek z ryżu i jabłka 250g (ryż, jabłko, cynamon) Sos jogurtowy 100g(jogurt naturalny, cukier) Kompot z czerwonej porzeczki 250ml (czerwona porzeczka cukier)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, seler ,</i></p> <p>Pod: Biszkopty 30g <i>*alergeny : gluten</i></p>	<p>Chleb baltonowski 50g, Masło 15g, Pasta drobiowo warzywna 60g(udko ćwiartka, marchew, seler) Polędwica z warzywami 30g Parzony pomidor bez skóry 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, , jaja ryby</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
Dieta dzieci dużych Wartości odżywcze: Energia : 2369.78 kcal; Białko ogółem: 95.83 g; Tłuszcz: 49.38 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 22.02 g; Węglowodany ogółem: 327.47 g; Cukry proste: 52.81 g; Sód: 1545.05 mg; Błonnik pokarmowy: 34.18 g;		
<p>Manna na mleku 300ml(mleko,Kasza manna), Bułka grahamka 70g, Chleb baltonowski 30g, Masło 15g, Parówki na ciepło 2szt, Ketchup 30g, Surówka z kapusty pekińskiej z marchwią 80g,, Kawa zbożowa 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p> <p>II Śniadanie: Sok marchwiowo owocowy 300ml</p>	<p>Ogórkowa 400ml (ziemniak, ogórek kiszony, marchew, seler, śmietana, mąka pszenna , koper)Zapiekanek z ryżu i jabłka 250g (ryż, jabłko, cynamon) Sos jogurtowy 100g(jogurt naturalny, cukier) Kompot z czerwonej porzeczki 250ml (czerwona porzeczka cukier)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, seler ,</i></p> <p>Pod: Biszkopty 30g <i>*alergeny : gluten</i></p>	<p>Chleb balt. 70g, Chleb razowy 30g, Masło 15g, Pasta drobiowo warzywna 60g(udko ćwiartka, marchew, seler) Polędwica z warzywami 30g Papryka 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, ryby</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>