

Kuchnia - Wojewódzki Szpital Zespólny
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 niedziela 14.09.2025 Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
Dieta podstawowa Wartości odżywcze: Energia : 2372.90 kcal; Białko ogółem: 109.22 g; Tłuszcz: 64.77 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 14.04 g; Węglowodany ogółem: 366.14 g; Cukry proste: 42.07 g; Sód: 1184.66 mg; Błonnik pokarmowy: 32.74 g;		
Manna na mleku 300ml (kasza manna, mleko) Chleb bal.70g chleb razowy 30g, Masło 15g Polędwica z kurcząt 50g, Ser żółty 20g, Papryka 50g, Sałata lodowa z sosem vinegret 30g, kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, kawa zbożowa) <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i>	Barszcz czerwony ze śmietaną 400ml (burak, ziemniaki, marchew, seler, śmietana, natka pietruszki) Kotlet schabowy smażony 90g (schab b/k, bułka tarta, jajko, mąka pszenna) Surówka z kapusty białej 150g, Ziemniaki 150g, Kompot z agrestu i jabłka 250ml Sok marchwiowy 200ml <i>*alergeny:gluten, seler, gorczyca, mleko, jaja</i>	Chleb bal.70g chleb razowy 30g, Masło 15g, Pieczeń wiedeńska 60g, Dżem 1szt, Sałatka wiosenna 80g (sałata lodowa, ogórek świeży, pomidor, olej) Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna) <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i> Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt
Dieta cukrzycowa Wartości odżywcze: Energia : 2406.99 kcal; Białko ogółem: 121.03 g; Tłuszcz: 53.70 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 22.12 g; Węglowodany ogółem: 305.45 g; Cukry proste: 14.24 g; Sód: 1510.93 mg; Błonnik pokarmowy: 33.75 g;		
Manna na mleku 300ml (kasza manna, mleko chleb graham 75g, Masło 15g Polędwica z kurcząt 50g, Ser żółty 20g, Papryka 50g, Sałata lodowa z sosem vinegret 30g, kawa z mlekiem 250ml (mleko, kawa zbożowa) <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i> II Śniadanie : Serek tartare 20g, Chleb razowy 30g <i>*alergeny:mleko,</i>	Barszcz czerwony ze śmietaną 400ml (burak, ziemniaki, marchew, seler, śmietana, natka pietruszki) Schab duszony 90g (schab b/k, mąka pszenna) Sos jarzynowy 100ml (mąka pszenna, marchew, seler,) Surówka z kapusty białej 150g, Ziemniaki 150g, Kompot z agrestu i jabłka bez cukru 250ml <i>*alergeny:gluten, seler, gorczyca, mleko, jaja</i> Pod: Brokuł gotowany 150g	Chleb graham 75g, Masło 15g Pieczeń wiedeńska 60g, Ser deliser 20g, Sałatka wiosenna 80g (sałata lodowa, ogórek świeży, pomidor, olej) Herbata 250ml (Herbata czarna) <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i> Posiłek nocny: Chleb razowy 30g, Masło 10g, Kielbasa Krakowska 30g, <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień niedziela 14.09.2025 Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
Dieta łatwostrawna Wartości odżywcze: Energia : 2300.79 kcal; Białko ogółem: 95.94 g; Tłuszcz: 49.88 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 15.39 g; Węglowodany ogółem: 346.65 g; Cukry proste: 48.51 g; Sód: 1539.16 mg; Błonnik pokarmowy: 32.82 g;		
Manna na mleku 300ml (kasza manna, mleko Chleb baltonowski 100g, Masło 15g, Polędwica z kurcząt 50g, Serek tartare 20g, Sałatka z gotowanej marchwi z natką pietruszki 80g, kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, kawa zbożowa) <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i>	Barszcz czerwony bez śmietany 400ml (burak,ziemniaki, marchew, seler, natka pietruszki) Schab duszony 90g(schab b/k, mąka pszenna) Sos jarzynowy 100ml (mąka pszenna, marchew, seler,) Trio warzywne z masłem 150g, (kalafior, brokuł marchew, masło) Ziemniaki 150g, Kompot z agrestu i jabłka250ml Sok marchwiowy 200ml <i>*alergeny:gluten, seler, gorczyca,mleko</i>	Chleb baltonowski 100g, Masło 15g, Pieczeń wiedeńska 60g, Dżem 1szt, Sałatka z selera i jabłka 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna) <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i> Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt
Dieta łatwostrawna mielona Wartości odżywcze: Energia : 2291.74 kcal; Białko ogółem: 89.02 g; Tłuszcz: 51.04 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 15.95 g; Węglowodany ogółem: 363.60 g; Cukry proste: 59.08 g; Sód: 1069.09 mg; Błonnik pokarmowy: 32.51 g		
Manna na mleku 300ml (kasza manna, mleko chleb bal.100g, Masło 15g, Polędwica z kurcząt 50g, Serek tartare 20g, Sałatka z gotowanej marchwi z natką pietruszki 80g, kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, kawa zbożowa) <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i> II Śniadanie: Jogurt owocowy 100g* <i>alergeny : mleko</i>	Barszcz czerwony bez śmietany 400ml (burak,ziemniaki, marchew, seler, natka pietruszki) Klopsik ze schabu gotowany 90g(schab b/k, bulka tarta, jajko, mąka pszenna) Sos jarzynowy 100ml (mąka pszenna, marchew, seler,) Trio warzywne z masłem 150g, (kalafior, brokuł marchew, masło) Kompot z agrestu i jabłka250ml <i>*alergeny:gluten, seler, gorczyca,mleko</i> Pod: Sok marchwiowy 200ml	Chleb bal.100g, Masło 15g, Pieczeń wiedeńska 60g, Dżem 1szt, Sałatka z selera i jabłka 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna) <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i> Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt
Dieta łatwostrawna niskotłuszczowa Wartości odżywcze: Energia : 2362.63 kcal; Białko ogółem: 100.92 g; Tłuszcz: 41.15 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 14.39 g; Węglowodany ogółem: 385.00 g; Cukry proste: 58.56 g; Sód: 1116.66 mg; Błonnik pokarmowy: 32.49 g;		
Manna na mleku 300ml (kasza manna, mleko Chleb baltonowski 100g, Masło 10g, Polędwica z kurcząt 50g, Serek tartare 20g, Sałatka z gotowanej marchwi z natką pietruszki 80g, kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, kawa zbożowa) <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i>	Barszcz czerwony bez śmietany 400ml (burak,ziemniaki, marchew, seler, natka pietruszki) Schab duszony 90g(schab b/k, mąka pszenna) Sos jarzynowy 100ml (mąka pszenna, marchew, seler,) Trio warzywne z masłem 150g, (kalafior, brokuł marchew, masło) Kompot z agrestu i jabłka250ml Sok marchwiowy 200ml <i>*alergeny:gluten, seler, gorczyca,mleko</i>	Chleb baltonowski 100g, Masło 10g Pieczeń wiedeńska 60g, Dżem 1szt, Sałatka z selera i jabłka 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna) <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i> Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień niedziela 14.09.2025 Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
Dieta dzieci 2 roku życia Wartości odżywcze: Energia : 2039.06 kcal; Białko ogółem: 77.85 g; Tłuszcz: 46,31 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 13.46 g; Węglowodany ogółem: 302.82 g; Cukry proste: 53.46 g; Sód: 1013.48 mg; Błonnik pokarmowy: 31.99 g;		
<p>Manna na mleku 300ml (kasza manna, mleko chleb bal.50g, Masło 15g, Polędwica z kurcząt 50g, Serek tartare 20g, Sałatka z gotowanej marchwi z natką pietruszki 80g, Sałatka z gotowanego selera 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna,)</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p>II Śniadanie: Jogurt owocowy 100g</p> <p><i>*alergeny : mleko</i></p>	<p>Barszcz czerwony ze śmietaną 200ml (burak,ziemniaki, marchew, seler, śmietana, natka pietruszki) Klopsik ze schabu gotowany 90g(schab b/k, bulka tarta, jajko, mąka pszenna) Sos jarzynowy 100ml (mąka pszenna, marchew, seler,) Trio warzywne z masłem 150g, (kalafior, brokuł marchew, masło) Kompot z agrestu i jabłka250ml</p> <p><i>*alergeny:gluten, seler, gorczyca,mleko</i></p> <p>Pod: Sok marchwiowo-owocowy 300ml</p>	<p>Chleb Balton.50g, Masło 15g, Pieczeń wiedeńska 60g, Ser deliser 20g, Sałatka z selera i jabłka 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna)</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
Dieta dzieci dużych Wartości odżywcze: Energia : 2372.70 kcal; Białko ogółem: 114.22 g; Tłuszcz: 50.30 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 14.53 g; Węglowodany ogółem: 387.86 g; Cukry proste: 54.19 g; Sód: 1273.76 mg; Błonnik pokarmowy: 34.30 g;		
<p>Manna na mleku 300ml (kasza manna, mleko Chleb bal.70g chleb razowy 30g, Masło 15g Polędwica z kurcząt 50g, Ser żółty 20g, Papryka 50g, Sałata lodowa z sosem vinegret 30g, kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p>II Śniadanie: Jogurt owocowy 100g</p> <p><i>*alergeny : mleko</i></p>	<p>Barszcz czerwony ze śmietaną 400ml (burak,ziemniaki, marchew, seler, śmietana, natka pietruszki) Kotlet schabowy smażony 90g(schab b/k, bulka tarta, jajko, mąka pszenna) Surówka z kapusty białej 150g, Ziemniaki 150g, Kompot z agrestu i jabłka250ml</p> <p><i>*alergeny:gluten, seler, gorczyca,mlek,jaja</i></p> <p>Pod: Sok marchwiowo-owocowy 300ml</p>	<p>Chleb bal.70g chleb razowy 30g, Masło 15g, Pieczeń wiedeńska 60g, Dżem 1szt, Sałatka wiosenna 80g(sałata lodowa, ogórek świeży, pomidor, olej) Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna)</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>