

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 czwartek 18.09.2025r.  Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
Dieta podstawowa Energia : 2293.89 kcal; Białko ogółem: 95.19 g; Tłuszcz: 52.80 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 20.09 g; Węglowodany ogółem: 324.52 g; Cukry proste: 30.94 g; Sód: 1469.49 mg; Błonnik pokarmowy: 32.30 g;		
Manna mleku 300ml( mleko, Kasza manna), Bułka grahamka 70g, Chleb baltonowski 30g, Masło 15g, Szynkowa dębowa drobiowa 30g, Pasta z jajka ze szczypiorkiem i majonezem 60g, Surówka z kapusty pekińskiej z koperkiem 80g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko,cukier,Kawa zbożowa),  <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i>	Pomidorowa z makaronem 400ml (makaron pszenny, marchew, seler, koncentrat pomidorowy, śmietana, mąka pszenna) Potrawka wieprzowo-warzywna 150g(łopatka b/k, marchew, seler, mąka pszenna) Ziemniaki 150g, Fasolka szparagowa 150g, Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml (truskawka, czarna porzeczka, aronia, śliwka) Arbuź 150g  <i>*alergeny: gluten, mleko,gorczyca, seler, jaja</i>	Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g, Masło 15g, Pieczeń wiedeńska 60g, Miód 25g, Ogórek świeży 50g, Rzodkiewka 30g, Herbata 250ml (cukier, Herbata),  <i>*alergeny: gluten, mleko,gorczyca, ,</i>  Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt
Dieta cukrzycowa Energia : 2100.80 kcal; Białko ogółem: 92.67 g; Tłuszcz: 62.70 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 24.71 g; Węglowodany ogółem: 242.10 g; Cukry proste: 6.81 g; Sód: 1437.99 mg; Błonnik pokarmowy: 33.46 g;		
Manna mleku 300ml( mleko, Kasza manna), Chleb graham 75g, Masło 15g Szynkowa dębowa drobiowa 30g, Pasta z jajka ze szczypiorkiem i majonezem 60g, Surówka z kapusty pekińskiej z koperkiem 80g, Kawa z mlekiem 250ml b/c (mleko, Kawa zbożowa),  <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i>  II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g	Pomidorowa z makaronem 400ml (makaron pszenny, marchew, seler, koncentrat pomidorowy, śmietana, mąka pszenna) Potrawka wieprzowo-warzywna 150g(łopatka b/k, marchew, seler, mąka pszenna) Ziemniaki 150g, Fasolka szparagowa 150g, Kompot z owoców mieszanych bez cukru 250ml (truskawka, czarna porzeczka, aronia, śliwka) <i>*alergeny: gluten, mleko,gorczyca, seler, jaja</i>  Pod: Sałata lodowa z jogurtem i ziołami 100g,  <i>*alergeny: mleko</i>	Chleb graham 75g, Masło 15g Pieczeń wiedeńska 60g, Ser delier 1szt, Ogórek świeży 50g, Rzodkiewka 30g, Herbata 250ml (, Herbata)  <i>*alergeny: gluten, mleko,gorczyca, ,</i>  Posilek nocny: Chleb graham 30g, Masło 10g, Kielbasa krakowska podsuszana  <i>*alergeny: gluten, mleko,gorczyca</i>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień czwartek 18.09.2025r.  Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
Dieta łatwostrawna Energia : 2147.17 kcal; Białko ogółem: 81.84 g; Tłuszcz: 55.25 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 20.48 g; Węglowodany ogółem: 298.01 g; Cukry proste: 34.86 g; Sód: 1779.81 mg; Błonnik pokarmowy: 31.27 g;		
<p>Manna mleku 300ml( mleko, Kasza manna), Chleb baltonowski 100g Masło 15g, Szynkowa dębowa drobiowa 30g, Pasta z jajka z koperkiem 60g, Cukinia gotowana z koncentratem 80g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko,cukier,Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca seler</i></p>	<p>Pomidorowa z makaronem bez śmietany 400ml (makaron pszenny, marchew, seler, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna) Potrawka wieprzowo-warzywna 150g(łopatka b/k, marchew, seler, mąka pszenna) Ziemniaki 150g, Jarzynka gotowana 150g(marchew, seler, mąka pszenna, natka pietruszki) Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml (truskawka, czarna porzeczka, aronia, śliwka) Arbuz 150g</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko,gorczyca, seler, jaja</i></p>	<p>Chleb baltonowski 100g Masło 15g, Pieczeń wiedeńska60g, Miód 1szt, Parzony pomidor bez skóry 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko,gorczyca, ,</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
Dieta łatwostrawna mielona Energia : 2069.68 kcal; Białko ogółem: 73.38 g; Tłuszcz: 44.13 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 15.20 g; Węglowodany ogółem: 277.49 g; Cukry proste: 33.96 g; Sód: 1533.37 mg; Błonnik pokarmowy: 32.87 g;		
<p>Manna mleku 300ml( mleko, Kasza manna), Chleb baltonowski 100g, Masło 15g Szynkowa dębowa drobiowa 30g, Pasta z jajka z koperkiem 60g, Cukinia gotowana z koncentratem 80g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko,cukier,Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca seler</i></p> <p>II Śniadanie: Kefir 200g <i>*alergeny: mleko,</i></p>	<p>Pomidorowa z makaronem bez śmietany 400ml (makaron pszenny, marchew, seler, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna) Potrawka wieprzowo-warzywna 150g(łopatka b/k, marchew, seler, mąka pszenna) Ziemniaki 150g, Jarzynka gotowana 150g(marchew, seler, mąka pszenna, natka pietruszki) Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml (truskawka, czarna porzeczka, aronia, śliwka)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko,gorczyca, seler, jaja</i></p> <p>Pod: Kisiel z truskawkami z/c 200ml (mąka ziemniaczana, truskawki, cukier)</p>	<p>Chleb baltonowski 100g, Masło 15g, Pieczeń wiedeńska60g, Miód 1szt, Parzony pomidor bez skóry 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko,gorczyca, ,</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
Dieta łatwostrawna niskotłuszczowa Energia : 2136.89 kcal; Białko ogółem: 96.90 g; Tłuszcz: 40.38 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 15.24 g; Węglowodany ogółem: 324.37 g; Cukry proste: 48.50 g; Sód: 1544.77 mg; Błonnik pokarmowy: 32.64 g;		
<p>Manna mleku 300ml( mleko, Kasza manna), Chleb baltonowski 100g Masło 10g, Szynkowa dębowa drobiowa 30g, Pasta z białka z koperkiem 60g, Cukinia gotowana z koncentratem 80g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko,cukier,Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,seler</i></p>	<p>Pomidorowa z makaronem bez śmietany 400ml (makaron pszenny, marchew, seler, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna) Potrawka wieprzowo-warzywna 150g(łopatka b/k, marchew, seler, mąka pszenna) Ziemniaki 150g, Jarzynka gotowana 150g(marchew, seler, mąka pszenna, natka pietruszki) Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml (truskawka, czarna porzeczka, aronia, śliwka) Arbuz 150g</p> <p><i>*alergeny: gluten, gorczyca, seler, jaja</i></p>	<p>Chleb baltonowski 100g Masło 10g, Pieczeń wiedeńska60g, Miód 1szt, Parzony pomidor bez skóry 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko,gorczyca, ,</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień czwartek 18.09.2025r.  Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
<b>Dieta dzieci 2 roku życia</b> Energia : 1953.21 kcal; Białko ogółem: 76.17 g; Tłuszcz: 53.39 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 20.61 g; Węglowodany ogółem: 299.16 g; Cukry proste: 53.72 g; Sód: 1327.30 mg; Błonnik pokarmowy: 23.08 g;		
<p>Manna mleku 150ml( mleko, Kasza manna), Chleb baltonowski 50g, Masło 15g, Szynkowa dębowa drobiowa 30g, Pasta z jajka z koperkiem 60g, Cukinia gotowana z koncentratem 80g, Herbata 250ml (Herbata czarna, cukier)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p> <p>II Śniadanie: Sok marchwiowy 300ml</p>	<p>Pomidorowa z makaronem 200ml (makaron pszenny, marchew, seler, koncentrat pomidorowy, śmietana, mąka pszenna) Potrawka wieprzowo-warzywna 150g(łopatka b/k, marchew, seler, mąka pszenna) Ziemniaki 80g, Jarzynka gotowana 80g(marchew, seler, mąka pszenna, natka pietruszki) Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml (truskawka, czarna porzeczka, aronia, śliwka)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko,gorczyca, seler, jaja</i></p> <p>Pod: Arbuż 150g</p>	<p>Chleb baltonowski 50g, Masło 15g, Pieczeń wiedeńska 60g, Ser deliser 1szt, Parzony pomidor bez skóry 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko,gorczyca, jaja</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
<b>Dieta dzieci dużych</b> Energia : 2395.98 kcal; Białko ogółem: 99.89 g; Tłuszcz: 62.79 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 20.61 g; Węglowodany ogółem: 368.38 g; Cukry proste: 52.75 g; Sód: 1561.49 mg; Błonnik pokarmowy: 33.07 g;		
<p>Manna mleku 300ml( mleko, Kasza manna), Bulka grahamka 70g, Chleb baltonowski 30g, Masło 15g, Szynkowa dębowa drobiowa 30g, Pasta z jajka ze szczypiorkiem i majonezem 60g, Surówka z kapusty pekińskiej z koperkiem 80g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko,cukier,Kawa.zbożowa)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p> <p>II Śniadanie: Sok marchwiowy 300ml</p>	<p>Pomidorowa z makaronem 400ml (makaron pszenny, marchew, seler, koncentrat pomidorowy, śmietana, mąka pszenna) Potrawka wieprzowo-warzywna 150g(łopatka b/k, marchew, seler, mąka pszenna) Ziemniaki 150g, Fasolka szparagowa 150g, Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml (truskawka, czarna porzeczka, aronia, śliwka)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko,gorczyca, seler, jaja</i></p> <p>Pod: Arbuż 150g</p>	<p>Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g, Masło 15g, Pieczeń wiedeńska 60g, Miód 25g, Ogórek świeży 50g, Rzodkiewka 30g, Herbata 250ml (cukier, Herbata)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko,gorczyca, ,</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>