

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 Wtorek 23.09.2025  Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
<p><b>Dieta podstawowa</b>      Wartość kaloryczna:2349,17 Białko:116,25 Tłuszcz:55,60 Kwasy tłuszczowe:18,53 Węglowodany:319,55 Cukry Proste:31,65 Sód:1275, 85 Błonnik:30,27</p>		
<p>Ryż na mleku 300ml( mleko,Ryż), Bułka grahamka 70g, Chleb baltonowski 30g, Masło 15g, Twaróg z jogurtem i szczypiorkiem 60g, Szynka biała 30g, Sałatka z pomidora i rukoli 80g, Kawa z mlekiem 250ml ( mleko, cukier, Kawa zbożowa),</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, ryby</i></p>	<p>Solferino 400ml (Ziemniaki, kapusta biała, marchew, seler, groszek konserwowy, koncentrat pomidorowy, cebula korpus z kurczaka,) <b>Żołądki drobiowe w sosie koperkowym 110/100g, Marchewka gotowana oprószana 150g(mąka pszenna, marchew), Kasza jęczmienna 150g, Kompot z czerwonej porzeczki 250ml(cukier, czerwona porzeczka) Jabłko 150g</b></p> <p><i>*alergeny: gluten, seler, gorczyca</i></p>	<p><b>Chleb baltonowski 70g, Chleb graham 30g, Masło 15g, Połędwica z kurcząt 50g, Ser żółty 20g, Surówka z kapusty pekińskiej z papryką 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna)</b></p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p> <p><b>Posilek nocny:</b> Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
<p><b>Dieta cukrzycowa</b>      Wartość kaloryczna:2303,30 Białko:117,93 Tłuszcz:62,70 Kwasy tłuszczowe:21,42 Węglowodany:262,87 Cukry Proste:7,38 Sód:1236,84 Błonnik:33,76</p>		
<p>Ryż na mleku 300ml( mleko,Ryż), Chleb graham 75g, Masło 15g, Twaróg z jogurtem i szczypiorkiem 60g, Szynka biała 30g, Sałatka z pomidora i rukoli 80g, Kawa z mlekiem 250ml ( mleko, Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p> <p><b>II Śniadanie :</b>Sok pomidorowy 330ml</p>	<p>Solferino 400ml (Ziemniaki, kapusta biała, marchew, seler, groszek konserwowy, koncentrat pomidorowy, cebula korpus z kurczaka,) Sałata lodowa z dresingiem 150g, <b>Potrąwka z łopatki 150g(łopatka wieprzowa, marchew, seler, mąka pszenna), Kasza jęczmienna 150g, Kompot z czerwonej porzeczki bez cukru 250ml</b></p> <p><i>*alergeny: gluten, seler, gorczyca</i></p> <p><b>Pod: Warzywa gotowane 120g</b> (kalafior, fasolka szparagowa)</p>	<p><b>Chleb graham 75g, Masło 15g Połędwica z kurcząt 50g, Ser żółty 20g, Surówka z kapusty pekińskiej z papryką 80g, Herbata 250ml (Herbata czarna)</b></p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, seler</i></p> <p><b>Posilek nocny:</b> Chleb graham 30g, Masło 10g, Ser deliser 20g</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień Wtorek 23.09.2025  Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
<b>Dieta łatwostrawna</b> Wartość kaloryczna: 2376,43 Białko:114,96 Tłuszcz:61,13 Kwasy tłuszczowe:21,81 Węglowodany:345,45 Cukry proste:48,38 Sód:1727,44 Błonnik:30,36		
<p>Ryż na mleku 300ml( mleko,Ryż), Chleb baltonowski 100g, Masło 15g Twaróg z jogurtem naturalnym 60g, Szynka biała 30g, Puree z dyni i jabłka 80g, Kawa z mlekiem 250ml ( mleko, cukier, Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergenv: gluten, mleko, gorczyca</i></p>	<p>Zacierka na wywarze 400ml (Makaron zacierka, marchew, seler, korpus z kurczaka, natka pietruszki) Potrawka z łopatki 150g(łopatka wieprzowa, marchew, seler, mąka pszenna), Marchewka gotowana oprószana 150g(mąka pszenna, marchew), Kasza jęczmienna 150g, Kompot z czerwonej porzeczki250ml(cukier, czerwona porzeczka) Arbuz 150g</p> <p><i>*alergeny: gluten, seler, gorczyca</i></p>	<p>Chleb baltonowski 100g, Masło 15g Polędwica z kurcząt 50g, Twarożek Haga 20g, Salátka z selera i jabłka 80g,Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna)</p> <p><i>*alergenv: gluten, mleko, gorczyca,</i></p> <p><i>Posilek nocny:</i> Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
<b>Dieta łatwostrawna mielona</b> Wartość kaloryczna: 2371,96 Białko:117,54 Tłuszcz:56,02 Kwasy tłuszczowe:20,21 Węglowodany:346,36 Cukry Proste:55,45 Sód:1490,91 Błonnik:31,41		
<p>Ryż na mleku 300ml( mleko,Ryż), Chleb baltonowski 100g Masło 15g Twaróg z jogurtem naturalnym 60g, Szynka biała 30g, Puree z dyni i jabłka 80g, Kawa z mlekiem 250ml ( mleko, cukier, Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mlek, gorczyca</i></p> <p>II Śniadanie: Jogurt owocowy 100g</p> <p><i>*alergenv: mleko,</i></p>	<p>Zacierka na wywarze 400ml (Makaron zacierka, marchew, seler, korpus z kurczaka, natka pietruszki) Potrawka z łopatki 150g(łopatka wieprzowa, marchew, seler, mąka pszenna), Marchewka gotowana oprószana 150g(mąka pszenna, marchew), Ziemniaki 150g, Kompot z czerwonej porzeczki250ml(cukier, czerwona porzeczka)</p> <p><i>*alergeny: gluten, seler, gorczyca</i></p> <p>Pod: Bulka maślana 70g</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, jaja</i></p>	<p>Chleb baltonowski 100g, Masło 15g Polędwica z kurcząt 50g, Twarożek Haga 20g, Salátka z selera i jabłka 80g,Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna)</p> <p><i>*alergenv: gluten, mleko, gorczyca,</i></p> <p><i>Posilek nocny:</i> Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
<b>Dieta łatwostrawna niskotłuszczowa</b> Wartość kaloryczna: 2335,55 Białko:116,29 Tłuszcz:47,12 Kwasy tłuszczowe:17,10 Węglowodany:359,96 Cukry Proste:35,33 Sód:1405,70 Błonnik:31,46		
<p>Ryż na mleku 300ml( mleko,Ryż), Chleb baltonowski 100g, Masło 10g Twaróg z jogurtem naturalnym 60g, Szynka biała 30g, Puree z dyni i jabłka 80g, Kawa z mlekiem 250ml ( mleko, cukier, Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergenv: gluten, mleko, gorczyca</i></p>	<p>Zacierka na wywarze 400ml (Makaron zacierka, marchew, seler, korpus z kurczaka, natka pietruszki) Potrawka z łopatki 150g(łopatka wieprzowa, marchew, seler, mąka pszenna), Marchewka gotowana oprószana 150g(mąka pszenna, marchew), Kasza jęczmienna 150g, Kompot z czerwonej porzeczki250ml(cukier, czerwona porzeczka) Arbuz 150g</p> <p><i>*alergeny: gluten, seler, gorczyca</i></p>	<p>Chleb baltonowski 100g, Masło 10g Polędwica z kurcząt 50g, Twarożek Haga 20g., Salátka z selera i jabłka 80g,Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna)</p> <p><i>*alergenv: gluten, mleko, gorczyca,</i></p> <p><i>Posilek nocny:</i> Mus owocowo-warzywny 1szt</p>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień Wtorek 23.09.2025  Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
<b>Dieta dzieci 2 roku życia      Wartość kaloryczna:2165,99 Białko:111,41 Tłuszcz:50,97 Kwasy tłuszczowe:17,67 Węglowodany:296,99 Cukry Proste:57,34 Sód:1410,81 Błonnik:26,16</b>		
<p>Ryż na mleku 150ml( mleko,Ryż), Chleb baltonowski50g Masło 15g Twaróg z jogurtem naturalnym 60g, Szynka biała 30g, Puree z dyni i jabłka80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p> <p>II Śniadanie: Jogurt owocowy 100g</p> <p><i>*alergeny: mleko,</i></p>	<p>Zacierka na wywarze 200ml (Makaron zacierka, marchew, seler, korpus z kurczaka, natka pietruszki) Potrawka z łopatki 150g(łopatka wieprzowa, marchew, seler, mąka pszenna), Marchewka gotowana oprószana 80g(mąka pszenna, marchew), Ziemniaki 80g, Kompot z czerwonej porzeczki250ml(cukier, czerwona porzeczka)</p> <p><i>*alergeny: gluten, seler, gorczyca</i></p> <p>Pod: Bułka maślana 70g <i>*alergeny: gluten, mleko, jaja</i></p>	<p>Chleb baltonowski 50g, Masło 15g, Polędwica z kurcząt 50g, Twarożek Haga 20g, Sałatka z selera i jabłka 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,</i></p> <p><i>Posilek nocny:</i> Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
<b>Dieta dzieci dużych      Wartość kaloryczna:2398,16 Białko:111,35 Tłuszcz:56,10 Kwasy nasycone:19,54 Węglowodany:366,47 Cukry Proste:57,65 Sód:1456,25Błonnik:30,47</b>		
<p>Ryż na mleku 300ml( mleko,Ryż), Bułka grahamka 70g, Chleb baltonowski 30g, Masło 15g, Twaróg z jogurtem i szczypiorkiem 60g, Szynka biała 30g, Sałatka z pomidora i rukoli 80g, Kawa z mlekiem 250ml ( mleko, cukier, Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p> <p>II Śniadanie: Jogurt owocowy 100g</p> <p><i>*alergeny: mleko,</i></p>	<p>Solferino 400ml (Ziemniaki, kapusta biała, marchew, seler, groszek konserwowy, koncentrat pomidorowy, cebula korpus z kurczaka,) Potrawka z łopatki 150g(łopatka wieprzowa, marchew, seler, mąka pszenna), Marchewka gotowana oprószana 150g(mąka pszenna, marchew), Kasza jęczmienna 150g, Kompot z czerwonej porzeczki250ml(cukier, czerwona porzeczka)</p> <p><i>*alergeny: gluten, seler, gorczyca</i></p> <p>Pod: Bułka maślana 70g <i>*alergeny: gluten, mleko, jaja</i></p>	<p>Chleb baltonowski 70g, Chleb graham 30g, Masło 15g Polędwica z kurcząt 50g, Ser żółty 20g, Surówka z kapusty pekińskiej z papryką 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p> <p><i>Posilek nocny:</i> Mus owocowo-warzywny 1szt</p>