

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 5.01.2026 Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
Dieta podstawowa Wartość kaloryczna :2368,52 Białko:96,66 Tłuszcze: 59,61 Kwasy tłuszczowe: 21,05 Węglowodany:359,83 Cukry Proste:37,99 Sód:1295,37 Błonnik:33,49		
<p>Płatki owsiane na mleku 300ml (mleko, Płatki owsiane), Chleb razowy 70g, Chleb baltonowski 30g, Masło 15g, Pasta z jajka ze szczypiorkiem i majonezem 60g, Polędwica z kurcząt 20g, Biała rzodkiew 30g, Ogórek świeży 50g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa),</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p>	<p>Barszcz czerwony z/śm 300ml (burak, ziemniaki, marchew, pietruszka, śmietana, seler, mąka) Kotlet mielony smażony 90g (łopatka wieprzowa, bulka tarta, mąka, jaja) Surówka z kapusty czerwonej 150g(kapusta czerwona, jabłko, cebula, olej)Ziemniaki 150g , Kompot z owoców mieszanych 250ml (cukier, mieszanka Kompotowa) Mandarynka 1szt</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca, seler,jaja</i></p>	<p>Chleb baltonowski 70g, Chleb razowy 30g Masło 15g, Polędwica z warzywami 50g, Serek tartare 20g, Salata lodowa z jogurtem 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna),</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p><i>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</i></p>
Dieta cukrzycowa Wartość kaloryczna:2347,83 Białko:113,03 Tłuszcze:70,96 Kwasy tłuszczowe:22,84 Węglowodany:336,58 Cukry Proste:8,81 Sód:918,58 Błonnik:32,50		
<p>Płatki owsiane na mleku 300ml (mleko, Płatki owsiane), Chleb razowy ze słonecznikiem 75g Masło 15g, Pasta z jajka ze szczypiorkiem i majonezem 60g, Polędwica z kurcząt 20g, Biała rzodkiew 30g, Ogórek świeży 50g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p>II Śniadanie : Brokuł gotowany 150g</p>	<p>Barszcz czerwony z/śm 300ml (burak, ziemniaki, marchew, pietruszka, śmietana, seler, mąka) Klopsik wieprzowy z pieca 90g (łopatka wieprzowa, bulka tarta, mąka, jaja) Sos jarzynowy 100ml (mąka pszenna, marchew, pietruszka, seler) Surówka z kapusty czerwonej 150g(kapusta czerwona, jabłko, cebula, olej)Ziemniaki 150g, Kompot z owoców mieszanych bez cukru 250ml (mieszanka Kompotowa)</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca, seler,jaja</i></p> <p>Pod: Kisiel z czarnej porzeczki bez cukru 200g</p>	<p>Chleb razowy ze słonecznikiem 75g, Masło 15g, Polędwica z warzywami 50g, Serek tartare 20g, Salata lodowa z jogurtem 80g, Herbata 250ml b/c (Herbata czarna),</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p><i>Posilek nocny: Chleb razowy ze słonecznikiem 30g, Twaróg 50g,</i></p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień poniedziałek 5.01.2026		Kolacja Posilek nocny
Dieta łatwostrawna Wartość kaloryczna:2395,99 Bialko:95,80 Tłuszcz:50,49 Kwasy tłuszczowe:18,81 Węglowodany:378,85 Cukry Proste:47,20 Sód:1277,92 Błonnik :32,23			
<p>Platki owsiane na mleku 300ml (mleko, Platki owsiane), Chleb baltonowski 100g, Masło 15g, Pasta z jajka z koperkiem 60g, Połędwica z kurcząt 20g, Sałatka z selera 80g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa),</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p>	<p>Barszcz czerwony b/śm 300ml (burak, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, mąka) Klopsik wieprzowy z pieca 90g (łopatka wieprzowa, bułka tarta, mąka, jaja) Sos jarzynowy 100ml (, mąka pszenna, marchew, pietruszka, seler) sałatka z marchwi i jabłka 150g(marchew, jabłko,olej) Ziemniaki 150g Kompot z owoców mieszanych 250ml (cukier, mieszanka Kompotowa)</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca, seler,jaja</i></p>	<p>Chleb baltonowski 100g,, Masło 15g Połędwica z warzywami 50g, Serek tartare 20g, Pomidor bez skóry 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna),</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca,</i></p> <p><i>Posilek nocny:</i> Mus owocowo-warzywny 1szt</p>	
Dieta łatwostrawna mielona Wartość kaloryczna:2230,39 Bialko:95,68 Tłuszcz:48,69 Kwasy tłuszczowe:18,30 Węglowodany:350,73 Cukry Proste:46,44 Sód:1014,72 Błonnik:31,15			
<p>Platki owsiane na mleku 300ml (mleko, Platki owsiane), Chleb baltonowski 100 g, Masło 15g, Pasta z jajka z koperkiem 60g, Połędwica z kurcząt 20g, Sałatka z selera 80g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa),</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p>II: Śniadanie: Kisiel z czarnej porzeczki 200g</p>	<p>Barszcz czerwony b/śm 300ml (burak, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, mąka) Klopsik wieprzowy z pieca 90g (łopatka wieprzowa, bułka tarta, mąka, jaja) Sos jarzynowy 100ml (mąka pszenna, marchew, pietruszka, seler) sałatka z marchwi i jabłka 150g(marchew, jabłko,olej) Ziemniaki 150g, Kompot z owoców mieszanych 250ml (cukier, mieszanka Kompotowa)</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca, seler,jaja</i></p> <p>Pod: Kisiel z truskawkami z/c 200g (mąka ziemniaczana, truskawka, cukier)</p>	<p>Chleb baltonowski 100g, Masło 15g, Połędwica z warzywami 50g, Serek tartare 20g, Pomidor bez skóry 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna),</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca,</i></p> <p><i>Posilek nocny:</i> Mus owocowo-warzywny 1szt</p>	
Dieta łatwostrawna niskotłuszczowa Wartość kaloryczna:2296,44 Bialko:101,21 Tłuszcz:37,13 Kwasy tłuszczowe:13,91 Węglowodany:378,98 Cukry Proste:35,52 Sód:1011,37 Błonnik:31,25			
<p>Platki owsiane na mleku 300ml (mleko, Platki owsiane), Chleb baltonowski 100g, Masło 10g Pasta z białka z koperkiem 60g, Połędwica z kurcząt 20g, Sałatka z selera 80g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa),</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p>	<p>Barszcz czerwony b/śm 300ml (burak, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, mąka) Klopsik wieprzowy z pieca 90g (łopatka wieprzowa, bułka tarta, mąka, jaja) Sos jarzynowy 100ml (mąka pszenna, marchew, pietruszka, seler) sałatka z marchwi i jabłka 150g(marchew, jabłko,olej) Ziemniaki 150g Kompot z owoców mieszanych 250ml (cukier, mieszanka Kompotowa)</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca, seler,jaja</i></p>	<p>Chleb baltonowski 100g, Masło 10g Połędwica z warzywami 50g, Serek tartare 20g, Pomidor bez skóry 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna),</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca,</i></p> <p><i>Posilek nocny:</i> Mus owocowo-warzywny 1szt</p>	

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień poniedziałek 5.01.2026		Kolacja Posilek nocny
Dieta dzieci 2 roku życia Wartość kaloryczna:1946,78 Białko:81,81 Tłuszcz:45,34 Kwasy tłuszczowe:14,50 Węglowodany:292,30 Cukry proste:44,22 Sód:874,24 Błonnik:24,76			
<p>Platki owsiane na mleku 150ml (mleko, Platki owsiane), Chleb baltonowski 50 g, Masło 15g, Pasta z jajka z koperkiem 60g, Polędwica z kurcząt 20g., Sałatka z selera 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna),</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p>II Śniadanie: Kisiel z czarnej porzeczki 200g</p>	<p>Barszcz czerwony z/śm 200ml (burak, ziemniaki, marchew, pietruszka, śmietana, seler, mąka) Klopsik wieprzowy z pieca 90g (łopatka wieprzowa, bułka tarta, mąka, jaja) Sos jarzynowy 50ml (mąka pszenna, marchew, pietruszka, seler sałatka z marchwi i jabłka 80g(marchew, jabłko,olej) Ziemniaki 80g Kompot z owoców mieszanych 250ml (cukier, mieszanka Kompotowa)</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca, seler,jaja</i></p> <p>Pod: Sok marchwiowy 300ml</p>	<p>Chleb baltonowski 50 g, Masło 15g, Polędwica z warzywami 50g, Serek tartare 20g, Pomidor bez skóry 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 Wartość kaloryczna:2390,47 Białko:96,30 Tłuszcz:54,45 Kwasy tłuszczowe:21,03 Węglowodany:383,06 Cukry proste:42,84 Sód:1295,51 Błonnik:34,21			
<p>Platki owsiane na mleku 300ml (mleko, Platki owsiane), Chleb razowy 70g, Chleb baltonowski 30g, Masło 15g, Pasta z jajka ze szczypiorkiem i majonezem 60g, Polędwica z kurcząt 20g, Biała rzodkiew 30g, Ogórek świeży 50g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa),</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p>II Śniadanie: Kisiel z czarnej porzeczki 200g</p>	<p>Barszcz czerwony z/śm 300ml (burak, ziemniaki, marchew, pietruszka, śmietana, seler, mąka) Kotlet mielony smażony 90g (łopatka wieprzowa, bułka tarta, mąka, jaja) Surówka z kapusty czerwonej 150g(kapusta czerwona, jabłko, cebula, olej)Ziemniaki 150g, Kompot z owoców mieszanych 250ml (cukier, mieszanka Kompotowa)</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca, seler,jaja</i></p> <p>Pod: Mandarynka 1szt</p>	<p>Chleb baltonowski 70g, Chleb razowy 30g, Masło 15g Polędwica z warzywami 50g, Serek tartare 20g, Sałata lodowa z jogurtem 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna),</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>	

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

Rebus
PROSTE ROZWIĄZANIA

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

Jadłospis zatwierdzony przez:

Kamil Karluto
DIETETYK
Karluto

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 6.01.2026 Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
<p>Dieta podstawowa 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), Chleb razowy 70g, Chleb baltonowski 30g, Masło 15g, Twaróg z jogurtem i rzodkiewką 60g, Szynkowa dębowa drobiowa 20g, Pomidor 80g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa), <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, ryby</i></p>	<p>Solferino 300ml (Ziemniaki, kapusta biała, marchew, seler, groszek konserwowy, koncentrat pomidorowy, cebula korpus z kurczaka,) Żołądki drobiowe w sosie koperkowym 110/100g, Surówka z selera, pora i ogórka kiszzonego 150g, Kasza jęczmienna 150g, Kompot z czerwonej porzeczki 250ml(cukier, czerwona porzeczka) Jogurt owocowy 100g, <i>*alergeny: gluten, seler, gorczyca</i></p>	<p>Chleb baltonowski 70g, Chleb graham 30g, Masło 15g, Ser żółty 20g, Pasta drobiowo-warzywna 60g(udko ćwiartka, marchew, seler) Sałata lodowa z dresingiem 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna) <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i> Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
<p>Dieta cukrzycowa 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 razowy ze słonecznikiem 75g, Masło 15g, Twaróg z jogurtem 60g, Szynkowa dębowa drobiowa 20g, Pomidor 80g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, Kawa zbożowa) <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i> II Śniadanie :Sok pomidorowy 200ml</p>	<p>Solferino 300ml (Ziemniaki, kapusta biała, marchew, seler, groszek konserwowy, koncentrat pomidorowy, cebula korpus z kurczaka,) Surówka z selera, pora i ogórka kiszzonego 150g, Potrawka z łopatki 150g(łopatka wieprzowa, marchew, seler, mąka pszenna), Kasza jęczmienna 150g, Kompot z czerwonej porzeczki bez cukru 250ml <i>*alergeny: gluten, seler, gorczyca</i> Pod: Warzywa gotowane 120g (kalafior, fasolka szparagowa)</p>	<p>Chleb razowy ze słonecznikiem 75g, Masło 15g Ser żółty 20g, Pasta drobiowo-warzywna 60g(udko ćwiartka, marchew, seler) Sałata lodowa z dresingiem 80g, Herbata 250ml (Herbata czarna) <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, seler</i> Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt Posilek nocny: Chleb razowy ze słonecznikiem 30g, Masło 10g, Ser deliser 20g, <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień Wtorek 6.01.2026 Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
Dieta łatwostrawna 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 60g, Szynkowa dębowa drobiowa 20g, 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 300ml (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) Jogurt owocowy 100g,</p> <p><i>*alergeny: gluten, seler, gorczyca</i></p>	<p>Chleb baltonowski 100g, Masło Ser żółty 20g, Pasta drobiowo-warzywna 60g(udko ćwiartka, marchew, seler) Sałatka z gotowanego selera i jabłka 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna)</p> <p><i>*alergenv: gluten, mleko, gorczyca,</i> <i>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</i></p>
Dieta łatwostrawna mielona 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 baltonowski100g Masło 15g Twaróg z jogurtem 60g, Szynkowa dębowa drobiowa 20g, 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 300ml (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: Bułka maślana 70g</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, jaja</i></p>	<p>Chleb baltonowski 100g, Masło 15g Twarożek Haga 20g, Pasta drobiowo-warzywna 60g(udko ćwiartka, marchew, seler) Sałatka z gotowanego selera i jabłka 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna)</p> <p><i>*alergenv: gluten, mleko, gorczyca,</i> <i>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</i></p>
Dieta łatwostrawna niskotłuszczowa 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 60g, Szynkowa dębowa drobiowa 20g, 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 300ml (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) Jogurt owocowy 100g,</p> <p><i>*alergeny: gluten, seler, gorczyca</i></p>	<p>Chleb baltonowski 100g, Masło 10g Twarożek Haga 20g, Pasta drobiowo-warzywna 60g(udko ćwiartka, marchew, seler) Sałatka z gotowanego selera i jabłka 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna)</p> <p><i>*alergenv: gluten, mleko, gorczyca,</i> <i>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</i></p>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień Wtorek 6.01.2026 Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
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		
<p>Ryż na mleku 150ml(mleko,Ryż), Chleb baltonowski50g Masło 15g Twaróg z jogurtem 60g, Szynkowa dębowa drobiowa 20g, Puree z dyni i jabłka 80g, 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, Twarożek Haga 20g, Pasta drobiowo-warzywna 60g(udko ćwiartka, marchew, seler)Salatka z gotowanego selera i jabłka 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
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		
<p>Ryż na mleku 300ml(mleko,Ryż), Chleb razowy 70g, Chleb baltonowski 30g, Masło 15g, Twaróg z jogurtem i rzodkiewką 60g, Szynkowa dębowa drobiowa 20g, Pomidor 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 300ml (Ziemniaki, kapusta biała, marchew, seler, groszek konserwowy, koncentrat pomidorowy, cebula korpus z kurczaka,) Potrawka z łopatki 150g(łopatka wieprzowa, marchew, seler, mąka pszenna), Surówka z selera, pora i ogórka kiszzonego 150g, 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 Ser żółty 20g, Pasta drobiowo-warzywna 60g(udko ćwiartka, marchew, seler) Sałata lodowa z dresingiem 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>

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

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 środa 7.01.2026 Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
<p>Dieta podstawowa Wartość kaloryczna: 2243,17 Białko:92,92 Tłuszcz:61,95 Kwasy tłuszczowe:20,73 Węglowodany:278,73 Cukry Proste:39,87 Sód:1946,56 Błonnik:31,73</p>		
<p>Makaron na mleku 300ml(mleko,Makaron pszenny)Chleb razowy 70g, Chleb baltonowski 30g, Szynka biała 40g, Serek tartare 20g, Mix sałat z papryką 80g, Masło 15g, Kawa z mlekiem 250ml (Kawa zbożowa, mleko, cukier)</p> <p><i>*alergeny : mleko, gluten, gorczyca</i></p>	<p>Barszcz biały 300ml (Ziemniaki, marchew, seler,śmietana, maślanka, korpus z kurczaka,polędwica miodowa, mąka pszenna) Gołąbek bez zawijania 90g (łopatka b/k, kapusta biała, ryż biały, mąka pszenna, bułka tarta, cebula, marchew, jaja) Ziemniaki 150g, Surówka z marchwi z pomarańczą 150g, Sos pomidorowy 100g (marchew, seler, koncentrat pomidorowy, mąka, olej) Kompot truskawkowy 250ml (truskawka, cukier) Arbuz 150g</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, soja, gorczyca, seler</i></p>	<p>Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g Masło 15g Pasta wieprzowo-warzywna 60g(łopatka b/k, marchew, seler) Ser topiony 25g, Sałatka z ogórka świeżego i rzodkiewki 80g, Herbata 250ml (Herbata, cukier)</p> <p><i>*alergeny : mleko, gluten, gorczyca, seler, ryby</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
<p>Dieta cukrzycowa Wartość kaloryczna: 2212,07 Białko:95,02 Tłuszcz:64,54 Kwasy Tłuszczowe:18,46 Węglowodany:264,32 Cukry Proste: 31,64 Sód:1916 Błonnik:34,55</p>		
<p>Makaron na mleku 300ml(mleko,Makaron pszenny) Chleb razowy ze słonecznikiem 75g Szynka biała 40g, Serek tartare 20g, Mix sałat z papryką 80g, Masło 15g Kawa z mlekiem 250ml (Kawa zbożowa, mleko)</p> <p><i>*alergeny : mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p>II Śniadanie : Jogurt naturalny 100g</p> <p><i>*alergeny: mleko,</i></p>	<p>Barszcz biały 300ml (Ziemniaki, marchew, seler,śmietana, maślanka, korpus z kurczaka,polędwica miodowa, mąka pszenna) Gołąbek bez zawijania 90g (łopatka b/k, kapusta biała, ryż biały, mąka pszenna, bułka tarta, cebula, marchew, jaja) Ziemniaki 150g Surówka z marchwi z pomarańczą 150g, Sos pomidorowy 100g (marchew, seler, koncentrat pomidorowy, mąka, olej) Kompot truskawkowy bez cukru 250ml</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, soja, gorczyca, seler</i></p> <p>Pod: Serek wiejski 200g</p> <p><i>*alergeny : mleko,</i></p>	<p>Chleb razowy ze słonecznikiem 75g Masło 15g, Pasta wieprzowo-warzywna 60g(łopatka b/k, marchew, seler) Ser topiony 25g, Sałatka z ogórka świeżego i rzodkiewki 80g, Herbata 250ml (Herbata)</p> <p><i>* alergeny : mleko, gluten, gorczyca, seler,</i></p> <p>Posilek nocny: Chleb razowy ze słonecznikiem 30g, Paszтет drobiowy 30g</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień środa 7.01.2026 Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
Dieta łatwostrawna Wartość kaloryczna: 2120,72 Bialko:85,09 Tluszcz:57,23 Kwasy tluszczowe:18,48 Węglowodany:278,05 Cukry Proste:39,69 Sód:1452,06 Błonnik:32,32		
<p>Makaron na mleku 300ml(mleko,Makaron pszenny Chleb baltonowski 100g, Masło 15g Szynka biała 40g, Serek tartare 20g, Pomidor bez skóry 80g,, Kawa z mlekiem 250ml (Kawa zbożowa, mleko, cukier)</p> <p><i>*alergeny : mleko, gluten, gorczyca,</i></p>	<p>Barszcz biały bez śmietany 300ml (Ziemniaki, marchew, seler, maślanka, korpus z kurczaka,polędwica miodowa, mąka pszenna) Klopsik wieprzowo-ryżowy 90g(łopatka b/k, ryż biały, marchew, mąka pszenna, jaja) Ziemniaki 150g Sałatka z marchwi i jabłka 150g, Sos pomidorowy 100g (marchew, seler, koncentrat pomidorowy, mąka, olej) Kompot truskawkowy 250ml (truskawka, cukier) Arbuź 150g</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, soja, gorczyca, seler</i></p>	<p>Chleb baltonowski 100g, Masło 15g Pasta wieprzowo-warzywna 60g(łopatka b/k, marchew, seler) Sałata lodowa z dresingiem 80g, Ser topiony 25g Herbata 250ml (Herbata, cukier)</p> <p><i>* alergeny : mleko, gluten, gorczyca, , seler,</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
Dieta łatwostrawna mielona Wartość kaloryczna: 2043,12 Bialko:84,83 Tluszcz:51,21 Kwasy tluszczowe:16,10 Węglowodany: 284,57 Cukry Proste:38,41 Sód:1452,61 Błonnik:30,48		
<p>Makaron na mleku 300ml(mleko,Makaron pszenny Chleb baltonowski 100 g Szynka biała 40g, Serek tartare 20g, Pomidor bez skóry 80g, Masło 15g Kawa z mlekiem 250ml (Kawa zbożowa, mleko, cukier)</p> <p><i>*alergeny : mleko, gluten, gorczyca,</i></p> <p>II Śniadanie: Sok owocowy 200ml</p>	<p>Barszcz biały bez śmietany 300ml (Ziemniaki, marchew, seler, maślanka, korpus z kurczaka,polędwica miodowa, mąka pszenna) Klopsik wieprzowo-ryżowy 90g(łopatka b/k, ryż biały, marchew, mąka pszenna, jaja) Ziemniaki 150g Sałatka z marchwi i jabłka 150g, Sos pomidorowy 100g (marchew, seler, koncentrat pomidorowy, mąka, olej) Kompot truskawkowy 250ml (truskawka, cukier)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, soja, gorczyca, seler, jaja</i></p> <p>Pod: Jogurt owocowy 100g</p> <p><i>*alergeny : mleko,</i></p>	<p>Chleb baltonowski 100g Masło 15g Pasta wieprzowo-warzywna 60g(łopatka b/k, marchew, seler) Ser deliser 20g Jabłko gotowane 150g Herbata 250ml (Herbata, cukier)</p> <p><i>* alergeny : mleko, gluten, gorczyca, , seler,</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
Dieta łatwostrawna niskotłuszczowa Wartość kaloryczna: 2022,26 Bialko:82,31 Tluszcz:48,42 Kwasy tluszczowe:15,54 Węglowodany:268,80 Cukry Proste:38,33 Sód:1533,19 Błonnik:30,72		
<p>Makaron na mleku 300ml(mleko,Makaron pszenny Chleb baltonowski 100g, Szynka biała 40g, Serek tartare 20g, Pomidor bez skóry 80g, Masło 10g, Kawa z mlekiem 250ml (Kawa zbożowa, mleko, cukier)</p> <p><i>*alergeny : mleko, gluten, gorczyca,</i></p>	<p>Barszcz biały bez śmietany 300ml (Ziemniaki, marchew, seler, maślanka, korpus z kurczaka,polędwica miodowa, mąka pszenna) Klopsik wieprzowo-ryżowy 90g(łopatka b/k, ryż biały, marchew, mąka pszenna, jaja) Ziemniaki 150g Sałatka z marchwi i jabłka 150g, Sos pomidorowy 100g (marchew, seler, koncentrat pomidorowy, mąka, olej) Kompot truskawkowy 250ml (truskawka, cukier) Arbuź 150g</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, soja, gorczyca, seler</i></p>	<p>Chleb baltonowski 100g, Masło 10g Pasta wieprzowo-warzywna 60g(łopatka b/k, marchew, seler) Ser deliser 20g Sałata lodowa z dresingiem 80g, Herbata 250ml (Herbata, cukier)</p> <p><i>* alergeny : mleko, gluten, gorczyca, , seler,</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień środy 7.01.2026	Kolacja Posilek nocny
Dieta dzieci 2 roku życia Wartość kaloryczna: 1882,27 Białko:60,66 Tłuszcz:45,35 Kwasy Tłuszczowe:12,37 Węglowodany:205,25 Cukry Proste:40,00 Sód:1209,74 Błonnik:19,68		
<p>Makaron na mleku 150ml(mleko,Makaron pszenny)Chleb baltonowski 50 g Szyńka biała 40g, Serek tartare 20g, Pomidor bez skóry 80g, Masło 15g Herbata 250ml (Herbata, cukier)</p> <p><i>*alergeny : mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p>II Śniadanie: Arbuz 150g</p>	<p>Barszcz biały 200ml (Ziemniaki, marchew, seler,śmietana, maślanka, korpus z kurczaka,polędwica miodowa, mąka pszenna) Klopsik wieprzowo-ryżowy 90g(łopatka b/k, ryż biały, marchew, mąka pszenna, jaja) Ziemniaki 80g Sałatka z marchwi i jabłka 80g. Sos pomidorowy 100g (marchew, seler, koncentrat pomidorowy, mąka, olej) Kompot truskawkowy 250ml (truskawka, cukier)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, soja, gorczyca, seler,jaja</i></p> <p>Pod: Budyń waniliowy 200g, Biskopty 30g, <i>*alergeny : mleko,gluten</i></p>	<p>Chleb baltonowski 50g Masło 15g, Pasta wieprzowo-warzywna 60g(łopatka b/k, marchew, seler) Ser topiony 25g, Sałata lodowa z dresingiem 80g, Herbata 250ml (Herbata, cukier)</p> <p><i>*alergeny : mleko, gluten, gorczyca, seler,</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
Dieta dzieci dużych Wartość kaloryczna:2218,37 Białko:89,77 Tłuszcz:60,67 Kwasy tłuszczowe:19,95 Węglowodany:279,77 Cukry Proste:45,70 Sód:1209,66 Błonnik:31,97		
<p>Makaron na mleku 300ml(mleko,Makaron pszenny) Chleb razowy 70g, Chleb baltonowski 30g, Szyńka biała 40g, Serek tartare 20g, Mix sałat z papryką 80g, Masło 15g Kawa z mlekiem 250ml (Kawa zbożowa, mleko, cukier)</p> <p><i>*alergeny : mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p>II Śniadanie: Arbuz 150g</p>	<p>Barszcz biały 300ml (Ziemniaki, marchew, seler,śmietana, maślanka, korpus z kurczaka,polędwica miodowa, mąka pszenna) Gołąbek bez zawijania 90g (łopatka b/k, kapusta biała, ryż biały, mąka pszenna, bulka tarta, cebula, marchew, jaja) Ziemniaki 150g, Surówka z marchwi z pomarańczą 150g, Sos pomidorowy 100g (marchew, seler, koncentrat pomidorowy, mąka, olej) Kompot truskawkowy 250ml (truskawka, cukier) Kompot truskawkowy 250ml (truskawka, cukier)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, soja, gorczyca, seler</i></p> <p>Pod: Budyń waniliowy 200g, Biskopty 30g, <i>*alergeny : mleko,gluten</i></p>	<p>Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g, Masło 15g, Pasta wieprzowo-warzywna 60g(łopatka b/k, marchew, seler) Ser topiony 25g, Sałatka z ogórka świeżego i rzodkiewki 80g, Herbata 250ml (Herbata, cukier)</p> <p><i>*alergeny : mleko, gluten, gorczyca, seler,</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>

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

Rebus

PROSTE ROZWIĄZANIA

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

Jadłospis zatwierdzony przez:

Kamil Karluto
DIETETYK
Karluto

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień czwartek 8.01.2026r. Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
<p>Dieta podstawowa Wartość kaloryczna:2389,87 Bialko:117,10 Tluszcze:63,18 Kwasy tłuszczowe:17,30 Węglowodany:305,15 Cukry Proste:32,72 Sód:1251,97 Błonnik:30,14</p>		
<p>Zacierka na mleku 300ml (mleko, makaron zacierka) Chleb razowy 70g, Chleb baltonowski 30g, Masło 15g, Polędwica z kurcząt 50g, Dżem 1szt, Sałata lodowa 50g, Pomidorki koktajlowe 30g, Kawa z mlekiem 250 ml. (mleko, cukier, Kawa) * <i>alergeny: mleko,gluten,gorczyca,</i></p>	<p>Rosół z makaronem nitki 300ml(makaron nitki, marchew, seler, natka pietruszki, udko ćwiartka) Udko pieczone w piecu 150g, Fasolka szparagowa 150g, Ryż biały 150g, Sos jarzynowy(marchew, seler, mąka pszenna, natka pietruszki),Kompot z owoców mieszanych 250ml (mieszanka kompotowa, cukier) Jabłko 150g, *<i>alergeny: mleko, gluten, seler, gorczyca, orzechy</i></p>	<p>Chleb baltonowski 70g, Chleb graham 30g Masło 15g Pasta z czerwonej soczewicy z koncentratem 60g, Serek tartare 20g, Sałatka grecka 80g(pomidor, ogórek świeży, ser feta, oliwki, rukola, olej rzepakowy) Herbata 250ml (Herbata czarna, cukier) * <i>alergeny :mleko,gluten,gorczyca,soja</i> <i>Posilek nocny:</i> Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
<p>Dieta cukrzycowa Wartość kaloryczna:2191,34 Bialko:102,62 Tuszcz:57,73 Kwasy tłuszczowe:18,92 Węglowodany:280,67 Cukry Proste:8,00 Sód:1054,10 Błonnik:34,00</p>		
<p>Zacierka na mleku 300ml (mleko, makaron zacierka), Chleb razowy ze słonecznikiem 75g, Masło 15g, Polędwica z kurcząt 50g, Twarożek Haga 20g, Sałata lodowa 50g, Pomidorki koktajlowe 30g, Kawa z mlekiem 250 ml. (mleko, Kawa) *<i>alergeny: mleko,gluten,gorczyca,</i> II Śniadanie :Jogurt naturalny 100g *<i>alergeny:mleko</i></p>	<p>Rosół z makaronem nitki 300ml(makaron nitki, marchew, seler, natka pietruszki, udko ćwiartka) Udko duszone w piecu 150g, Sos jarzynowy(marchew, seler, mąka pszenna, natka pietruszki), Fasolka szparagowa 150g, Ryż brązowy 150g, Kompot z owoców mieszanych bez cukru 250ml *<i>alergeny: mleko, gluten, seler, gorczyca, jaja</i> Pod: Koktajl truskawkowy bez cukru 200g *<i>alergeny: mleko</i></p>	<p>Chleb razowy ze słonecznikiem 75g, Masło 15g, Pasta z czerwonej soczewicy z koncentratem 60g, Serek tartare 20g, Sałatka grecka 80g(pomidor, ogórek świeży, ser feta, oliwki, rukola, olej rzepakowy) Herbata 250ml (Herbata czarna,) *<i>alergeny:mleko, gluten, gorczyca,soja</i> <i>Posilek nocny:</i> Chleb razowy ze słonecznikiem 30g, Masło 10g, Kielbasa krakowska 30g *<i>alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień czwartek 8.01.2026r. Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
Dieta łatwostrawna Wartość kaloryczna: 2114,22 Białko:95,65 Tłuszcz:57,69 Kwasy tłuszczowe:24,92 Węglowodany: 304,85 Cukry Proste: 38,51 Sód:1796,92 Błonnik:31,16		
<p>Zacierka na mleku 300ml (mleko, makaron zacierka) Chleb baltonowski 100g, Masło 15g, Połędwica z kurcząt 50g, Dżem 1szt, Mus z jabłka 80g, Kawa z mlekiem 250 ml. (mleko, cukier, Kawa)</p> <p><i>*alergeny: mleko,gluten,gorczyca,</i></p>	<p>Rosół z makaronem nitki 300ml(makaron nitki, marchew, seler, natka pietruszki, udko ćwiartka) Udko duszone w piecu 150g, Sos jarzynowy(marchew, seler, mąka pszenna, natka pietruszki),Jarzynka gotowana 150g(marchew, seler, mąka pszenna) Ryż biały 150g, Kompot z owoców mieszanych 250ml (mieszanka kompotowa, cukier)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, seler, gorczyca,jaja,orzeczy</i></p>	<p>Chleb baltonowski 100g, Masło 15g, Połędwica z warzywami 50g, Serek tartare 20g, Cukinia z pieca z koncentratem 80g, Herbata 250ml (Herbata czarna, cukier)</p> <p><i>*alergeny:mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p><i>Posilek nocny:</i> Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
Dieta łatwostrawna mielona Wartość kaloryczna: 2194,22 Białko:98,65 Tłuszcze:57,49 Kwasy tłuszczowe:24,93 Węglowodany:323,85 Cukry Proste:37,51 Sód:1796,92 Błonnik:30,16		
<p>Zacierka na mleku 300ml (mleko, makaron zacierka) Chleb baltonowski 100g, Masło 15g Połędwica z kurcząt 50g, Dżem 1szt, Mus z jabłka 80g, Kawa z mlekiem 250 ml. (mleko, cukier, Kawa)</p> <p><i>* alergeny: mleko,gluten,gorczyca,</i></p> <p>II Śniadanie: Sok z marchwi 300ml</p>	<p>Rosół z makaronem nitki 300ml(makaron nitki, marchew, seler, natka pietruszki, udko ćwiartka) Potrawka z udka 150g(ćwiartka udka, marchew, seler, mąka pszenna, natka pietruszki), Jarzynka gotowana 150g(marchew, seler, mąka pszenna) Ryż biały 150g, Kompot z owoców mieszanych 250ml (mieszanka kompotowa, cukier)</p> <p><i>*alergeny:mleko, gluten, seler, gorczyca, jaja, orzechy</i></p> <p>Pod: Koktajl truskawkowy 200g(maślanka, jogurt naturalny, truskawka, cukier)</p>	<p>Chleb baltonowski 100g, Masło 15g, Połędwica z warzywami 50g, Serek tartare 20g, Cukinia z pieca z koncentratem 80g, Herbata 250ml (Herbata czarna, cukier)</p> <p><i>*alergeny:mleko, gluten, gorczyca,</i></p> <p><i>Posilek nocny:</i> Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
Dieta łatwostrawna niskotłuszczowa Wartość kaloryczna: 2065,23 Białko:92,29 Tłuszcze:44,51 Kwasy tłuszczowe:17,15 Węglowodany:332,66 Cukry Proste:53,13 Sód:1701,43 Błonnik:29,08		
<p>Zacierka na mleku 300ml (mleko, makaron zacierka) Chleb baltonowski 100g, Masło 10g Połędwica z kurcząt 50g, Dżem 1szt, Mus z jabłka 80g, Kawa z mlekiem 250 ml. (mleko, cukier, Kawa)</p> <p><i>*alergeny: mleko,gluten,gorczyca,</i></p>	<p>Rosół z makaronem nitki 300ml(makaron nitki, marchew, seler, natka pietruszki, udko ćwiartka) Udko duszone w piecu 150g, Sos jarzynowy(marchew, seler, mąka pszenna, natka pietruszki),Jarzynka gotowana 150g(marchew, seler, mąka pszenna) Ryż biały 150g, Kompot z owoców mieszanych 250ml (mieszanka kompotowa, cukier)</p> <p><i>*alergeny:mleko, gluten, seler, gorczyca, jaja</i></p>	<p>Chleb baltonowski 100g, Masło 10g Połędwica z warzywami 50g, Serek tartare 20g, Cukinia z pieca z koncentratem 80g, Herbata 250ml (Herbata czarna, cukier)</p> <p><i>*alergeny:mleko, gluten, gorczyca,</i></p> <p><i>Posilek nocny:</i> Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
Dieta dzieci 2 roku życia Wartość kaloryczna: 1877,96 Białko:66,83 Tłuszcze:47,05 Kwasy tłuszczowe:22,29 Węglowodany:230,96 Cukry Proste:47,91 Sód:1195,60 Błonnik:20,89		

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień czwartek 8.01.2026r. Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
<p>Zacierka na mleku 150ml (mleko, makaron zacierka) Chleb baltonowski 50g, Masło 10g Polędwica z kurcząt 50g, Dżem 1szt, Mus z jabłka 80g, Herbata 250ml (Herbata czarna, cukier) <i>*alergeny: mleko,gluten,gorczyca,</i></p> <p>II Śniadanie: Jabłko pieczone z cynamonem 150g</p>	<p>Rosół z makaronem nitki 300ml(makaron nitki, marchew, seler, natka pietruszki, udko ćwiartka) Potrawka z udka 150g(ćwiartka udka, marchew, seler, mąka pszenna, natka pietruszki), Jarzynka gotowana 80g(marchew, seler, mąka pszenna) Ryż biały 150g, Kompot z owoców mieszanych 250ml (mieszanka kompotowa, cukier)</p> <p><i>*alergeny:mleko, gluten, seler, gorczyca, jaja</i></p> <p>Pod: Koktajl truskawkowy 150g(maślanka, jogurt naturalny, truskawka, cukier) Herbatniki 30g, <i>*alergeny: mleko, gluten</i></p>	<p>Chleb baltonowski 50g, Masło 15g, Polędwica z warzywami 50g, Serek tartare 20g, Cukinia z pieca z koncentratem 80g, Herbata 250ml (Herbata czarna, cukier) <i>*alergeny:mleko, gluten, gorczyca,</i></p> <p><i>Posilek nocny:</i> Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
<p>Dieta dzieci dużych Wartość kaloryczna: 2302,39 Białko:97,71 Tłuszcze:56,48 Kwasy tłuszczowe:17,48 Węglowodany:332,59 Cukry Proste:47,45 Sód:1148,74 Błonnik:31,89</p>		
<p>Zacierka na mleku 300ml (mleko, makaron zacierka) Chleb razowy 70g, Chleb baltonowski 30g, Masło 15g, Polędwica z kurcząt 50g, Dżem 1szt, Sałata lodowa 50g, Pomidorki koktajlowe 30g, Kawa z mlekiem 250 ml. (mleko, cukier, Kawa) <i>*alergeny: mleko,gluten,gorczyca,</i></p> <p>II Śniadanie: Jabłko pieczone z cynamonem 150g</p>	<p>Rosół z makaronem nitki 300g(makaron nitki, marchew, seler, natka pietruszki, udko ćwiartka) Udko pieczone w piecu 150g, Fasolka szparagowa 150g, Ryż biały 150g, Sos jarzynowy(marchew, seler, mąka pszenna, natka pietruszki), Kompot z owoców mieszanych 250ml (mieszanka kompotowa, cukier)</p> <p><i>*alergeny:mleko, gluten, seler, gorczyca,jaja</i></p> <p>Pod: Koktajl truskawkowy 150g(maślanka, jogurt naturalny, truskawka, cukier) Herbatniki 30g, <i>*alergeny: mleko, gluten</i></p>	<p>Chleb baltonowski 70g, Chleb graham 30g, Masło 15g Polędwica z warzywami 50g, Serek tartare 20g, Sałatka grecka 80g(pomidor, ogórek świeży, ser feta, oliwki, rukola, olej rzepakowy) Herbata 250ml (Herbata czarna, cukier) <i>*alergeny :mleko,gluten,gorczyca,</i></p> <p><i>Posilek nocny:</i> Mus owocowo-warzywny 1szt</p>

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

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 piątek 9.01.2026 Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
Dieta podstawowa Wartość kaloryczna: 2215,00 Białko:79,39 Tłuszcze:66,87 Kwasy tłuszczowe:25,58 Węglowodany:280,49 Cukry Proste:40,29 Sód:1763,64 Błonnik:30,37		
<p>Płatki owsiane na mleku 300ml(mleko, Płatki owsiane), Chleb baltonowski70g Chleb graham 30g Masło 15g , Pasta twarogowo-jogurtowa z ziołami prowansalskimi 60g, Szynkowa dębowa drobiowa 20g, Ogórek świeży 50g, Sałata lodowa 30g, Kakao z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kakao)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko,gorczyca,</i></p>	<p>Zupa krem z dyni 300 ml, (dynia, ziemniaki, marchew, seler, mąka pszenna), Kotlet z morszczuka smażony 90g (morszczuk, bulka tarta, olej, jajka,), Surówka z kapusty kiszonej 150g (kapusta kiszona, marchew, olej) Ziemniaki 150g Kompot z truskawkowy 250ml (truskawka mrożona, cukier) Melon 150g</p> <p><i>*alergeny:gluten, mleko,seler, gorczyca, ryby,</i></p>	<p>Chleb baltonowski70g Chleb graham 30g , Masło 15g , Pasta z ciecierzycy z warzywami 60g, Ser żółty 20g, Sałatka z ogórka kiszzonego z cebulą 80g Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna)</p> <p><i>*alergeny: gluten, gorczyca, mleko</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
Dieta cukrzycowa Wartość kaloryczna: 2131,94 Białko:96,63 Tłuszcze:46,37 Kwasy tłuszczowe:15,41 Węglowodany:276,83 Cukry Proste: 9,17 Sód:1212,68 Błonnik:35,56		
<p>Płatki owsiane na mleku 300ml(mleko, Płatki owsiane), Chleb razowy ze słonecznikiem 75g, Masło 15g Pasta twarogowo-jogurtowa z ziołami prowansalskimi 60g, Szynkowa dębowa drobiowa 20g, Ogórek świeży 50g, Sałata lodowa 30g, Kakao z mlekiem 250ml(mleko, Kakao)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p> <p>II Śniadanie: Zapiekanka z trio warzyw z masłem i ziołami 150g</p> <p><i>*alergeny: mleko,</i></p>	<p>Zupa krem z dyni 300 ml, (dynia, ziemniaki, marchew, seler, mąka pszenna), Pulpet z morszczuka 90g (morszczuk, bulka tarta, marchew, olej, jajka,), Ziemniaki 150g , Surówka z kapusty kiszonej 150g (kapusta kiszona, marchew, olej) Kompot z truskawkowy bez cukru 250ml</p> <p><i>*alergeny:gluten, mleko,seler, gorczyca, ryby,</i></p> <p>Pod: Surówka orientalna 150g(marchew, imbir, olej rzepakowy)</p>	<p>Chleb razowy ze słonecznikiem 75g, Masło 15g , Pasta z ciecierzycy z warzywami 60g, Ser żółty 20g, Sałatka z ogórka kiszzonego z cebulą 80g, Herbata b/c 250ml</p> <p><i>*alergeny: gluten, gorczyca, mleko</i></p> <p>Posilek nocny: Chleb razowy ze słonecznikiem 30g, Masło 10g, Szynka z piersią z kurczaka 30g</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień piątek 9.01.2026 Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
Dieta łatwostrawna Wartość kaloryczna:2087,65 Białko:85,88 Tłuszcze:50,49 Kwasy tłuszczowe:15,96 Węglowodany:329,63 Cukry Proste:48,70 Sód:1535,52 Błonnik:30,61		
<p>Płatki owsiane na mleku 300ml(mleko, Płatki owsiane), Chleb baltonowski 100g,,Masło 15g Pasta twarogowo-jogurtowa z ziołami prowansalskimi 60g, Szynekowa dębowa drobiowa 20g, Ogórek świeży 50g, Sałata lodowa 30g, Kakao z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kakao)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko,</i></p>	<p>Zupa krem z dyni 300 ml, (dynia, ziemniaki, marchew, seler, mąka pszenna), Pulpet z morszczuka 90g (morszczuk, bulka tarta, marchew, olej, jajka,), Ziemniaki 150g , Sos grecki 150g(marchew, seler, koncentrat, natka pietr.) Kompot z truskawkowy 250ml (truskawka mrożona, cukier) Melon 150g</p> <p><i>*alergeny:gluten, mleko,seler, gorczyca, ryby,</i></p>	<p>Chleb baltonowski 100g,, Masło 15g, Pieczeń wiedeńska 50g, Ser żółty 20g, Sałatka gotowanych buraczków z natką pietruszki 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata)</p> <p><i>*alergeny: gluten, gorczyca, mleko</i></p> <p><i>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</i></p>
Dieta łatwostrawna mielona Wartość kaloryczna: 2062,60 Białko:76,50 Tłuszcze:51,46 Kwasy tłuszczowe:16,00 Węglowodany:317,83 Cukry Proste:47,98 Sód:1189,70 Błonnik:31,05		
<p>Płatki owsiane na mleku 300ml(mleko, Płatki owsiane), Chleb balt.100g ,Masło 15g , Pasta twarogowo-jogurtowa z ziołami prowansalskimi 60g, Szynekowa dębowa drobiowa 20g, Ogórek świeży 50g, Sałata lodowa 30g, Kakao z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kakao)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko,</i></p> <p>II Śniadanie: Bulka maślana 1szt <i>*alergeny: gluten, mleko, jaja</i></p>	<p>Zupa krem z dyni 300 ml, (dynia, ziemniaki, marchew, seler, mąka pszenna), Pulpet z morszczuka 90g (morszczuk, bulka tarta, marchew, olej, jajka,), Ziemniaki 150g , Sos grecki 150g(marchew, seler, koncentrat, natka pietr.) Kompot z truskawkowy 250ml (truskawka mrożona, cukier)</p> <p><i>*alergeny:gluten, mleko,seler, gorczyca, ryby, jaja</i></p> <p>Podwieczorek: Kefir 200ml <i>*alergeny : mleko</i></p>	<p>Chleb baltonowski100g, Masło 15g, Pieczeń wiedeńska 50g, Ser deliser 20g, Sałatka gotowanych buraczków z natką pietruszki 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata)</p> <p><i>*alergeny: gluten, gorczyca, mleko</i></p> <p><i>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</i></p>
Dieta łatwostrawna niskotłuszczowa Wartość kaloryczna: 2018,46 Białko:91,18 Tłuszcze:32,77 Kwasy tłuszczowe:14,87 Węglowodany:380,68 Cukry Proste: 55,30 Sód:1304,98 Błonnik:31,11		
<p>Płatki owsiane na mleku 300ml(mleko, Płatki owsiane), Chleb baltonowski 100g,,Masło 10g , Pasta twarogowo-jogurtowa z ziołami prowansalskimi 60g, Szynekowa dębowa drobiowa 20g, Ogórek świeży 50g, Sałata lodowa 30g, Kakao z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kakao),</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p>	<p>Zupa krem z dyni 300 ml, (dynia, ziemniaki, marchew, seler, mąka pszenna), Pulpet z morszczuka 90g (morszczuk, bulka tarta, marchew, olej, jajka,), Ziemniaki 150g , Sos grecki 150g(marchew, seler, koncentrat, natka pietr.) Kompot z truskawkowy 250ml (truskawka mrożona, cukier) Melon 150g</p> <p><i>*alergeny:gluten, mleko,seler, gorczyca, ryby,</i></p>	<p>Chleb baltonowski 100g, Masło 10g, Pieczeń wiedeńska 50g, Ser deliser 20g, Sałatka gotowanych buraczków z natką pietruszki 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata)</p> <p><i>*alergeny: gluten, gorczyca, mleko</i></p> <p><i>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</i></p>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień piątek 9.01.2026 Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
Dieta dzieci 2 roku życia Wartość kaloryczna: 1839,09 Białko:70,40 Tłuszcze:44,60 Kwasy tłuszczowe:15,78 Węglowodany:333,13 Cukry Proste:58,28 Sód:969,04 Blonnik:22,33		
<p>Platki owsiane na mleku 150ml(mleko, Platki owsiane), Chleb balt.50g ,Masło 15g Pasta twarogowo-jogurtowa z ziołami prowansalskimi 60g, Szynkowa dębowa drobiowa 20g, Ogórek świeży 50g, Sałata lodowa 30g, Kakao z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kakao)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko,</i></p> <p>II Śniadanie: Bulka maślana 1szt <i>*alergeny: gluten, mleko, jaja</i></p>	<p>Zupa krem z dyni 200 ml, (dynia, ziemniaki, marchew, seler, mąka pszenna), Pulpet z morszczuka 90g (morszczuk, bulka tarta, marchew, olej, jajka,), Ziemniaki 80g, Sos grecki 80g(marchew, seler, koncentrat, natka pietr.) Kompot z truskawkowy 250ml (truskawka mrożona, cukier)</p> <p><i>*alergeny:gluten, mleko,seler, gorczyca, ryby, jaja</i></p> <p>Podwieczorek: Melon 150g</p>	<p>Chleb baltonowski50g, Masło 15g, Pieczeń wiedeńska 50g, Ser żółty 20g, Sałatka gotowanych buraczków z natką pietruszki 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata)</p> <p><i>*alergeny: gluten, gorczyca, mleko</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
Dieta dzieci dużych Wartość kaloryczna: 2388,32 Białko:102,21 Tłuszcze:51,85 Kwasy tłuszczowe:18,44 Węglowodany:333,32 Cukry Proste: 58,66 Sód:1130,85 Blonnik:31,47		
<p>Platki owsiane na mleku 300ml(mleko, Platki owsiane), Chleb baltonowski70g Chleb graham 30g Masło 15g Pasta twarogowo-jogurtowa z ziołami prowansalskimi 60g, Szynkowa dębowa drobiowa 20g, Ogórek świeży 50g, Sałata lodowa 30g, Kakao z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kakao)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko,</i></p> <p>II Śniadanie: Bulka maślana 1szt <i>*alergeny: gluten, mleko, jaja</i></p>	<p>Zupa krem z dyni 300 ml, (dynia, ziemniaki, marchew, seler, mąka pszenna), Kotlet z morszczuka smażony 90g (morszczuk, bulka tarta, olej, jajka,), Surówka z kapusty kiszonej 150g (kapusta kiszona, marchew, olej) Ziemniaki 150g , Kompot z truskawkowy 250ml (truskawka mrożona, cukier)</p> <p><i>*alergeny:gluten, mleko,seler, gorczyca, ryby, jaja</i></p> <p>Podwieczorek: Melon 150g</p>	<p>Chleb baltonowski70g Chleb graham 30g, Masło 15g, Pasta z ciecierzycy z warzywami 60g, Ser żółty 20g, Sałatka z ogórka kiszzonego z cebulą 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata)</p> <p><i>*alergeny: gluten, gorczyca, mleko</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>

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

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 sobota 10.01.2026 Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
Dieta podstawowa Wartość kaloryczna: 2292,05 Bialko:90,41 Tluszcze:65,01 Kwasy tłuszczowe:24,38 Węglowodany:315,12 Cukry Proste:34,63 Sód:1596,98 Błonnik:33,62		
<p>Platki orkiszowe na mleku 300ml(mleko, Platki orkiszowe) Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g, Jajko gotowane 50g, Kielbasa krakowska 20g, Sałatka z pomidora ze słonecznikiem 80g, Sos tatarski 30g(jogurt naturalny, majonez, ogórek kiszony, musztarda) Masło 15g Kawa z mlekiem 250ml (Kawa zbożowa, mleko, cukier)</p> <p><i>*alergeny : mleko, gluten,gorczyca,jaja</i></p>	<p>Grochowa 300ml(Ziemniak, groch, marchew, seler, mąka pszenna, majeranek) Klopsik wieprzowy duszony 90g(łopatka wieprzowa, jajko, bulka tarta, mąka pszenna), Surówka z kapusty białej i czerwonej 150g,(kapusta biała, kapusta czerwona, cebula, olej rzepakowy) Sos koperkowy 100ml(marchew, seler, olej), Kasza jęczmienna 150g, Kompot z jabłka z miętą250ml (jabłko, herbata miętowa, cukier) Jogurt owocowy 100g</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, seler, gorczyca</i></p>	<p>Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g Masło 15g Kurczak w galarecie 50g, Miód 25g, Sałatka z ogórka świeżego z dresingiem 80g, Herbata 250ml (Herbata, cukier)</p> <p><i>*alergeny : mleko, gluten,gorczyca</i></p> <p><i>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</i></p>
Dieta cukrzycowa Wartość kaloryczna: 2377,76 Bialko:101,94 Tluszcze:69,82 Kwasy tłuszczowe:21,93 Węglowodany:300,22 Cukry Proste:16,67 Sód:1614,90 Błonnik:34,20		
<p>Platki orkiszowe na mleku 300ml(mleko, Platki orkiszowe) Chleb razowy ze słonecznikiem 75g Jajko gotowane 50g, Kielbasa krakowska 20g, Sałatka z pomidora ze słonecznikiem 80g, Sos tatarski 30g(jogurt naturalny, majonez, ogórek kiszony, musztarda) Masło 15g Kawa z mlekiem 250ml (Kawa zbożowa, mleko.)</p> <p><i>*alergeny : mleko, gluten,gorczyca jaja</i></p> <p>II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g</p> <p><i>*alergeny : mleko,</i></p>	<p>Brokułowa ze śmietaną 300ml(Ziemniak, brokuł, marchew, śmietana, seler, mąka pszenna) Klopsik wieprzowy duszony 90g(łopatka wieprzowa, jajko, bulka tarta, mąka pszenna), Surówka z kapusty białej i czerwonej 150g,(kapusta biała, kapusta czerwona, cebula, olej rzepakowy) Sos koperkowy 100ml(marchew, seler, olej), Kasza jęczmienna 150g, Kompot z jabłka z miętą bez cukru 250ml</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, seler, gorczyca</i></p> <p>Pod: Sok pomidorowy 200ml</p>	<p>Chleb razowy ze słonecznikiem 75g, Masło 15g Kurczak w galarecie 50g, Twarożek Haga 20g, Sałatka z ogórka świeżego z dresingiem 80g, Herbata 250ml</p> <p><i>*alergeny : mleko, gluten,gorczyca</i></p> <p><i>Posilek nocny: Chleb razowy ze słonecznikiem 30g, Masło 10g, Ser żółty 20g,</i></p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień sobota 10.01.2026 Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
Dieta łatwostrawna Wartość kaloryczna: 2397,34 Bialko:89,34 Tłuszcze:60,92 Kwasy tłuszczowe:20,87 Węglowodany:357,78 Cukry Proste:49,65 Sód:1715,96 Błonnik:32,84		
<p>Platki orkiszowe na mleku 300ml(mleko, Platki orkiszowe) Chleb baltonowski 100g Jajko gotowane 50g, Kielbasa krakowska 20g, Parzony Pomidor bez skóry 80g Masło 15g Kawa z mlekiem 250ml (Kawa zbożowa, mleko, cukier)</p> <p><i>*alergeny : mleko, gluten,gorczyca, seler,jaja</i></p>	<p>Brokułowa bez śmietany 300ml(Ziemniak, brokuł, marchew, , seler, mąka pszenna) Klopsik wieprzowy duszony 90g(łopatka wieprzowa, jajko, bulka tarta, mąka pszenna), Sałatka z gotowanego selera i jabłka 150g, Sos koperkowy 100ml(marchew, seler, olej), Kasza jęczmienna 150g, Kompot z jabłka z miętą250ml (jabłko, herbata miętowa, cukier) Jogurt owocowy 100g</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, seler, gorczyca</i></p>	<p>Chleb baltonowski 100g, Masło 15g, Kurczak w galarecie 50g, Miód 25g, Sałatka z ogórka świeżego z dresingiem 80g, Herbata 250ml (Herbata, cukier)</p> <p><i>*alergeny : mleko, gluten,gorczyca</i></p> <p><i>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</i></p>
Dieta łatwostrawna mielona Wartość kaloryczna: 2207,47 Bialko:90,87 Tłuszcze:59,93 Kwasy tłuszczowe:20,22 Węglowodany:319,95 Cukry Proste:49,11 Sód:1221,32 Błonnik:30,76		
<p>Platki orkiszowe na mleku 300ml(mleko, Platki orkiszowe) Chleb baltonowski 100g Pasta z jajka z koperkiem 50g, Kielbasa krakowska 20g, Parzony Pomidor bez skóry 80g Masło 15g Kawa z mlekiem 250ml (Kawa zbożowa, mleko, cukier)</p> <p><i>*alergeny : mleko, gluten,gorczyca , seler,jaja</i></p> <p>II Śniadanie: Biskopki 30g <i>*alergeny : gluten</i></p>	<p>Brokułowa bez śmietany 300ml(Ziemniak, brokuł, marchew, , seler, mąka pszenna Klopsik wieprzowy duszony 90g(łopatka wieprzowa, jajko, bulka tarta, mąka pszenna), Sałatka z gotowanego selera i jabłka 150g, Sos koperkowy 100ml(marchew, seler, olej), Ziemniaki 150g, Kompot z jabłka z miętą250ml (jabłko, herbata miętowa, cukier)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, seler, gorczyc,</i> Pod: Jogurt owocowy 100g <i>*alergeny: mleko,</i></p>	<p>Chleb baltonowski 100 Masło 15g Kurczak w galarecie 50g, Miód 25g, Sałatka z ogórka świeżego z dresingiem 80g, Herbata 250ml (Herbata, cukier)</p> <p><i>*alergeny : mleko, gluten,gorczyca</i></p> <p><i>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</i></p>
Dieta łatwostrawna niskotłuszczowa Wartość kaloryczna: 2061,49 Bialko:101,04 Tłuszcze:48,84 Kwasy tłuszczowe:14,54 Węglowodany:307,93 Cukry Proste:41,00 Sód:1076,18 Błonnik:30,94		
<p>Platki orkiszowe na mleku 300ml(mleko, Platki orkiszowe) Chleb baltonowski 100g, Pasta z białka z koperkiem 50g, Kielbasa krakowska 20g, Parzony Pomidor bez skóry 80g Masło 10g Kawa z mlekiem 250ml (Kawa zbożowa, mleko, cukier)</p> <p><i>*alergeny : mleko, gluten,gorczyca, seler,jaja</i></p>	<p>Brokułowa bez śmietany 300ml(Ziemniak, brokuł, marchew, seler, mąka pszenna) Klopsik wieprzowy duszony 90g(łopatka wieprzowa, jajko, bulka tarta, mąka pszenna), Sałatka z gotowanego selera i jabłka 150g, Sos koperkowy 100ml(marchew, seler, olej), Kasza jęczmienna 150g, Kompot z jabłka z miętą250ml (jabłko, herbata miętowa, cukier) Jogurt owocowy 100g</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, seler, gorczyca</i></p>	<p>Chleb baltonowski 100g, Masło 10g Kurczak w galarecie 50g, Miód 25g, Sałatka z ogórka świeżego z dresingiem 80g, Herbata 250ml (Herbata, cukier)</p> <p><i>*alergeny : mleko, gluten,gorczyca</i></p> <p><i>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</i></p>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień sobota 10.01.2026 Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
Dieta dzieci 2 roku życia Wartość kaloryczna: 2026,88 Białko:79,91 Tłuszcze:61,82 Kwasy tłuszczowe:23,91 Węglowodany:265,51 Cukry Proste:47,63 Sód:1209,26 Błonnik:21,98		
<p>Platki orkiszowe na mleku 150ml(mleko, Platki orkiszowe) Chleb baltonowski 50g Pasta z jajka z koperkiem 50g, Kielbasa krakowska 20g, Parzony Pomidor bez skóry 80g Masło 15g Herbata 250ml (Herbata, cukier)</p> <p><i>*alergeny : mleko, gluten,gorczyca ,jaja</i></p> <p>II Śniadanie: Mandarynka 1szt</p>	<p>Brokułowa ze śmietaną 200ml(Ziemniak, brokuł, marchew, śmietana, seler, mąka pszenna) Klopsik wieprzowy duszony 90g(łopatka wieprzowa, jajko, bulka tarta, mąka pszenna), Salatka z gotowanego selera i jabłka 80g, Sos koperkowy 100ml(marchew, seler, olej), Kasza jęczmienna 150g, Kompot z jabłka z miętą250ml (jabłko, herbata miętowa, cukier)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, seler, gorczyca</i></p> <p>Pod: Jogurt owocowy 100g</p> <p><i>*alergeny: mleko,</i></p>	<p>Chleb baltonowski 50 Masło 15g Kurczak w galarecie 50g, Twarożek Haga 20g, Salatka z ogórka świeżego z dresingiem 80g, Herbata 250ml (Herbata, cukier)</p> <p><i>*alergeny : mleko, gluten,gorczyca</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
Dieta dzieci dużych Wartość kaloryczna: 2366,85 Białko:93,69 Tłuszcze:69,41 Kwasy tłuszczowe:23,90 Węglowodany:345,84 Cukry Proste:47,80 Sód:1566,22 Błonnik:34,14		
<p>Platki orkiszowe na mleku 300ml(mleko, Platki orkiszowe) Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g Jajko gotowane 50g, Kielbasa krakowska 20g, Salatka z pomidora ze słonecznikiem 80g, Sos tatarski 30g(jogurt naturalny, majonez, ogórek kiszony, musztarda) Masło 15g Kawa z mlekiem 250ml (Kawa zbożowa, mleko, cukier)</p> <p><i>*alergeny : mleko, gluten,gorczyca ,jaja</i></p> <p>II Śniadanie: Mandarynka 1szt</p>	<p>Grochowa 300ml(Ziemniak, groch, marchew, seler, mąka pszenna, majeranek) Klopsik wieprzowy duszony 90g(łopatka wieprzowa, jajko, bulka tarta, mąka pszenna), Surówka z kapusty białej i czerwonej 150g,(kapusta biała, kapusta czerwona, cebula, olej rzepakowy) Sos koperkowy 100ml(marchew, seler, olej), Kasza jęczmienna 150g, <i>*alergeny: gluten, mleko, seler, gorczyca</i></p> <p>Pod: Jogurt owocowy 100g</p> <p><i>*alergeny: mleko,</i></p>	<p>Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g Masło 15g, Kurczak w galarecie 50g, Miód 25g, Salatka z ogórka świeżego z dresingiem 80g, Herbata 250ml (Herbata, cukier)</p> <p><i>*alergeny : mleko, gluten,gorczyca</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>

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

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 niedziela 11.02.2026 Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
Dieta podstawowa Wartość kaloryczna:2463,50 Bialko:115,09 Tluszcze:66,17 Kwasy tłuszczowe:22,55 Węglowodany:324,27 Cukry Proste:34,79 Sód:1370,03 Błonnik:32,68		
Ryż na mleku 300ml(mleko, Ryż biały) Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g, Masło 15g, Parówka wieprzowa 2szt 80g, Ser żółty 20g , Ketchup 15g, Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką 80g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa) <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, jaja</i>	Barszcz czerwony z/śm 300ml (burak, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, śmietana, mąka pszenna) Sos mięsno-jarzynowy 180g(łopatka, marchew, seler, mąka pszenna) Makaron pszenny 200g, Jarzynka gotowana 150g, Kompot z gruszek 250ml(gruszka, cukier) Jabłko 150g <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, seler,jaja</i>	Chleb baltonowski 100g, Masło 15g Pasta twarogowa z makrelą i szczypiorkiem 60g , polędwica sopocka 20g, Pomidor 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna,) <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i> Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt
Dieta cukrzycowa Wartość kaloryczna: 2387,04 Bialko:119,33 Tluszcze:74,81 Kwasy tłuszczowe:22,95 Węglowodany:294,34 Cukry Proste: 9,24 Sód:1379,10 Błonnik:32,37		
Ryż na mleku 300ml(mleko, Ryż biały) Chleb graham 75g, Masło 15g, Parówka wieprzowa 2szt 80g, Ser żółty 20g Ketchup 15g, Surówka z kapusty pekińskiej 50g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, Kawa zbożowa) <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca , jaja</i> II Śniadanie : Serek wiejski 200g <i>*alergeny: mleko</i>	Barszcz czerwony z/śm 300ml (burak, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, śmietana, mąka pszenna) Sos mięsno-jarzynowy 180g(łopatka, marchew, seler, mąka pszenna) Makaron razowy 200g, Kompot z gruszek bez cukru 250ml (gruszka) <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, seler,jaja</i> Pod: Budyń waniliowy bez cukru 200g <i>alergeny: mleko</i>	Chleb graham 75g, Masło 15g, Pasta twarogowa z makrelą i szczypiorkiem 60g , polędwica sopocka 20g, Pomidor 80g, Herbata 250ml (Herbata czarna,) <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i> Posilek nocny: Chleb razowy ze słonecznikiem 30g, Paszтет drobiowy 30g <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień niedziela 11.02.2026 Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
Dieta łatwostrawna Wartość kaloryczna:2345,03 Białko:118,91Tłuszcze:47,00 Kwasy tłuszczowe:19,96 Węglowodany:334,94 Cukry Proste:41,67 Sód:1567,54 Błonnik:31,34		
<p>Ryż na mleku 300ml(mleko, Ryż biały) Chleb baltonowski 100g,, Masło 15g, Parówka wieprzowa 2szt 80g, Ser żółty 20g Ketchup 15g,Sałata lodowa z dresingiem 80g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, jaja</i></p>	<p>Barszcz czerwony b/śm 300ml (burak, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, mąka) Sos mięsno-jarzynowy 180g(łopatka, marchew, seler, mąka pszenna) Makaron pszenny 200g, Kompot z gruszek 250ml (gruszka,cukier)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, seler,jaja</i></p>	<p>Chleb baltonowski 100g,, Masło 15g, Pasta twarogowa z gotowanym mintajem 60g , polędwica sopocka 20g, Cukinia z pieca z koncentratem 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 mielona Wartość kaloryczna: 2273,15 Białko:109,72 Tłuszcze:46,03 Kwasy tłuszczowe:19,79 Węglowodany:330,79 Cukry Proste:41,16 Sód:1285,96 Błonnik:31,06		
<p>Ryż na mleku 300ml(mleko, Ryż biały) Chleb baltonowski 100g, Masło 15g, Pieczeń wiedeńska 50g, Ser deliser 20g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa) Jabłko gotowane 150g</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca , jaja</i></p> <p>II Śniadanie: Sok marchwiowo-owocowy 300ml</p>	<p>Barszcz czerwony b/śm 300ml (burak, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, mąka) Sos mięsno-jarzynowy 180g(łopatka, marchew, seler, mąka pszenna) Makaron pszenny 200g, Kompot z gruszek 250ml (gruszka,cukier)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, seler,jaja</i></p> <p>Pod: Budyń waniliowy 200g (MLE)</p> <p><i>*alergeny :mleko,</i></p>	<p>Chleb baltonowski 100g, Masło 15g Pasta twarogowa z gotowanym mintajem 60g , polędwica sopocka 20g, Cukinia z pieca z koncentratem 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 Wartość kaloryczna: 2229,88 Białko:118,21 Tłuszcze:41,34 Kwasy tłuszczowe:18,50 Węglowodany:330,29 Cukry Proste:44,13 Sód:1251,99 Błonnik:32,39		
<p>Ryż na mleku 300ml(mleko, Ryż biały) Chleb baltonowski 100g, Masło 15g, Pieczeń wiedeńska 50g, Ser deliser 20g, Sałata lodowa z dresingiem 80g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, jaja</i></p>	<p>Barszcz czerwony b/śm 300ml (burak, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, mąka) Sos mięsno-jarzynowy 180g(łopatka, marchew, seler, mąka pszenna) Makaron pszenny 200g, Kompot z gruszek 250ml (gruszka,cukier)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, seler,jaja</i></p>	<p>Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g, Masło 10g, Pasta twarogowa z gotowanym mintajem 60g , polędwica sopocka 20g, Cukinia z pieca z koncentratem 80g Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna,)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień niedziela 11.02.2026 Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
Dieta dzieci 2 roku życia Wartość kaloryczna: 1942,03 Białko:100,66 Tłuszcze:44,48 Kwasy tłuszczowe:19,29 Węglowodany:275,97 Cukry Proste:42,68 Sód:1147,65 Błonnik:25,31		
<p>Ryż na mleku 150ml(mleko, Ryż biały) Chleb baltonowski 50g, Masło 15g, Parówka wieprzowa 2szt 80g, Ser żółty 20g, Ketchup 15g, Sałata lodowa z dresingiem 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna,) *alergeny: <i>gluten, mleko, gorczyca , jaja,</i></p> <p>II Śniadanie: Jabłko 150g</p>	<p>Barszcz czerwony z/śm 200ml (burak, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, śmietana, mąka) Sos mięsno-jarzynowy 180g(łopatka, marchew, seler, mąka pszenna) Makaron pszenny 100g, Kompot z gruszek 250ml (gruszka,cukier) *alergeny: <i>gluten, mleko, gorczyca, seler,jaja</i></p> <p>Pod: Budyń waniliowy 100g (MLE) *alergeny :<i>mleko,</i></p>	<p>Chleb baltonowski 50g, Masło 15g Pasta twarogowa z gotowanym mintajem 60g , polędwica sopocka 20g, Cukinia z pieca z koncentratem 80g Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna,) *alergeny: <i>gluten, mleko, gorczyca</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
Dieta dzieci dużych Wartość kaloryczna: 2361,35 Białko:115,16 Tłuszcze:66,21 Kwasy tłuszczowe:22,56 Węglowodany:328,89 Cukry Proste:38,26 Sód:1370,38 Błonnik:33,03		
<p>Ryż na mleku 300ml(mleko, Ryż biały)Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g, Masło 15g, Parówka wieprzowa 2szt 80g, Ser żółty 20g Ketchup 15g, Surówka z kapusty pekińskiej 50g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa) *alergeny: <i>gluten, mleko, gorczyca , jaja</i></p> <p>II Śniadanie: Jabłko 150g</p>	<p>Barszcz czerwony z/śm 300ml (burak, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, śmietana, mąka pszenna) Sos mięsno-jarzynowy 180g(łopatka, marchew, seler, mąka pszenna) Makaron pszenny 200g, Kompot z gruszek 250ml (gruszka, cukier) *alergeny: <i>gluten, mleko, gorczyca, seler,jaja</i></p> <p>Pod: Budyń waniliowy 200g (MLE) *alergeny :<i>mleko,</i></p>	<p>Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g, Masło 15g, Pasta twarogowa z makrelą i szczypiorkiem 60g , polędwica sopocka 20g, Pomidor 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna,) *alergeny: <i>gluten, mleko, gorczyca</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>

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