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

Jadłospis zatwierdzony przez:

Kamil Karluto
DIETETYK

Rebus
PROSTE ROZWIĄZANIA
Dąbrowa Chotomowska, ul. Lipowa 36D, 05–123 Chotomów

Śniadanie **II Śniadanie**	**Jadłospis na dzień poniedziałek 30.03.2026** **Obiad** **Podwieczorek**	**Kolacja** **Posiłek 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**	
Płatki owsiane na mleku 300ml (mleko, Płatki owsiane), Chleb razowy 70g, Chleb baltonowski 30g, Masło 15g, Jajko gotowane 60g, Polędwica z kurcząt 20g, Ogórek świeży 80g,**Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (mleko,** , **Kawa zbożowa),** ***alergeny :mleko, gluten, gorczyca***	**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 (, mieszanka Kompotowa) Mandarynka 1szt ***alergeny :mleko, gluten, gorczyca, seler,jaja***	**Chleb baltonowski 70g, Chleb razowy 30g Masło 15g, Polędwica z warzywami 50g, Serek tartare 20g, Sałata lodowa z jogurtem 80g,** Herbata bez cukru 250ml (, Herbata czarna), ***alergeny :mleko, gluten, gorczyca*** ***Posiłek nocny:*** Mus owocowo-warzywny 1szt
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**	
Płatki owsiane na mleku 300ml (mleko, Płatki owsiane), Chleb graham 75g Masło 15g, Jajko gotowane 60g Polędwica z kurcząt 20g, Ogórek świeży 80g,**Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (mleko, Kawa zbożowa)** ***alergeny :mleko, gluten, gorczyca*** **II Śniadanie :** Brokuł gotowany 150g	**Barszcz czerwony z/śm 300ml** (burak, ziemniaki, marchew, pietruszka, **śmietana, seler**, **mąka**) **Klopsik wieprzowy z pieca 90g** (łopatka wieprzowa, **bułka 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) ***alergeny :mleko, gluten, gorczyca, seler,jaja*** **Pod:** Kisiel z czarnej porzeczki bez cukru 200g	**Chleb graham 75g, Masło 15g, Polędwica z warzywami 50g, Serek tartare 20g, Sałata lodowa z jogurtem 80g,** Herbata bez cukru 250ml b/c (Herbata czarna), ***alergeny :mleko, gluten, gorczyca*** ***Posiłek nocny:*** **Chleb graham 30g, Twaróg 50g,** ***alergeny :mleko, gluten, gorczyca***

Śniadanie II Śniadanie	**Jadłospis na dzień poniedziałek 30.03.2026** **Obiad** **Podwieczorek**	**Kolacja** **Posiłek nocny**
Dieta łatwostrawna **Wartość kaloryczna:2395,99 Białko:95,80 Tłuszcze:50,49 Kwasy tłuszczowe:18,81 Węglowodany:378,85 Cukry Proste:47,20 Sód:1277,92 Błonnik :32,23**		
Płatki owsiane na mleku 300ml (mleko, Płatki owsiane), Chleb baltonowski 100g, Masło 15g, Jajko gotowane 60g Polędwica z kurcząt 20g, Sałatka z gotowanego selera 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (mleko, , **Kawa zbożowa),** ***alergeny :mleko, gluten, gorczyca***	**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 (, mieszanka Kompotowa) ***alergeny :mleko, gluten, gorczyca, seler,jaja***	**Chleb baltonowski 100g,, Masło 15g Polędwica z warzywami 50g, Serek tartare 20g**, Pomidor bez skóry 80g, Herbata bez cukru 250ml (, Herbata czarna), ***alergeny :mleko, gluten, gorczyca,*** ***Posiłek nocny:*** Mus owocowo-warzywny 1szt
Dieta łatwostrawna mielona **Wartość kaloryczna:2230,39 Białko:95,68 Tłuszcz:48,69 Kwasy tłuszczowe:18,30 Węglowodany:350,73 Cukry Proste:46,44 Sód:1014,72 Błonnik:31,15**		
Płatki owsiane na mleku 300ml (mleko, Płatki owsiane), Chleb baltonowski 100 g, Masło 15g, Pasta z jajka z koperkiem 60g, Polędwica z kurcząt 20g, Sałatka z gotowanego selera 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (mleko, , **Kawa zbożowa),** ***alergeny :mleko, gluten, gorczyca*** **II: Śniadanie:** Kisiel z czarnej porzeczki 200g	**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 (, mieszanka Kompotowa) ***alergeny :mleko, gluten, gorczyca, seler,jaja*** **Pod: Kefir 200g** ***alergeny :mleko,***	**Chleb baltonowski 100g, Masło 15g, Polędwica z warzywami 50g, Serek tartare 20g**, Pomidor bez skóry 80g, Herbata bez cukru 250ml (, Herbata czarna), ***alergeny :mleko, gluten, gorczyca,*** ***Posiłek nocny:*** Mus owocowo-warzywny 1szt
Dieta łatwostrawna niskotłuszczowa Wartość kaloryczna:2296,44 Białko:101,21 Tłuszcz:37,13 Kwasy tłuszczowe:13,91 Węglowodany:378,98 Cukry Proste:35,52 Sód:1011,37 Błonnik:31,25		
Płatki owsiane na mleku 300ml (**mleko, Płatki owsiane), Chleb baltonowski 100g, Masło 10g Pasta z białka z koperkiem 60g, Polędwica z kurcząt 20g, Sałatka z gotowanego selera 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (mleko,** , **Kawa zbożowa),** ***alergeny :mleko, gluten, gorczyca***	**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 (, mieszanka Kompotowa) ***alergeny :mleko, gluten, gorczyca, seler,jaja***	**Chleb baltonowski 100g, Masło 10g Polędwica z warzywami 50g, Serek tartare 20g**, Pomidor bez skóry 80g, Herbata bez cukru 250ml (, Herbata czarna), ***alergeny :mleko, gluten, gorczyca,*** ***Posiłek nocny:*** Mus owocowo-warzywny 1szt

Śniadanie II Śniadanie	**Jadłospis na dzień poniedziałek 30.03.2026** **Obiad** **Podwieczorek**	**Kolacja** **Posiłek 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**	
Płatki owsiane na mleku 150ml (mleko, Płatki owsiane), Chleb baltonowski 50 g, Masło 15g, Pasta z jajka z koperkiem 60g, Polędwica z kurcząt 20g,, **Sałatka z gotowanego selera 80g,** Herbata bez cukru 250ml (, Herbata czarna**),** ***alergeny :mleko, gluten, gorczyca*** **II Śniadanie:** Kisiel z czarnej porzeczki 200g	**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 (, mieszanka Kompotowa) ***alergeny :mleko, gluten, gorczyca, seler,jaja*** **Pod:** Sok owocowy 200ml	**Chleb baltonowski 50 g, Masło 15g, Polędwica z warzywami 50g, Serek tartare 20g**, Pomidor bez skóry 80g, Herbata bez cukru 250ml (, Herbata czarna**),** ***alergeny :mleko, gluten, gorczyca*** ***Posiłek nocny:*** Mus owocowo-warzywny 1szt
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**	
Płatki owsiane na mleku 300ml (mleko, Płatki owsiane), Chleb razowy 70g, Chleb baltonowski 30g, Masło 15g, Jajko gotowane 60g Polędwica z kurcząt 20g, Ogórek świeży 80g, **Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (mleko,** , **Kawa zbożowa),** ***alergeny :mleko, gluten, gorczyca*** **II Śniadanie:** Kisiel z czarnej porzeczki 200g	**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 (, mieszanka Kompotowa) ***alergeny :mleko, gluten, gorczyca, seler,jaja*** **Pod:** Mandarynka 1szt	**Chleb baltonowski 70g, Chleb razowy 30g, Masło 15g Polędwica z warzywami 50g, Serek tartare 20g, Sałata lodowa z jogurtem 80g,** Herbata bez cukru 250ml (, Herbata czarna), ***alergeny :mleko, gluten, gorczyca*** ***Posiłek nocny:*** Mus owocowo-warzywny 1szt

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

Jadłospis zatwierdzony przez:

Kamil Karluto
DIETETYK

Rebus
PROSTE ROZWIĄZANIA
Dąbrowa Chotomowska, ul. Lipowa 36D, 05–123 Chotomów

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

Jadłospis zatwierdzony przez:

Kamil Karluto
DIETETYK

Rebus
PROSTE ROZWIĄZANIA
Dąbrowa Chotomowska, ul. Lipowa 36D, 05–123 Chotomów

Śniadanie **II Śniadanie**	**Jadłospis na dzień Wtorek 31.03.2026** **Obiad** **Podwieczorek**	**Kolacja** **Posiłek nocny**
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**		
Ryż na mleku 300ml(mleko,Ryż), Chleb razowy 70g, Chleb baltonowski 30g, Masło 15g, Twaróg z jogurtem i rzodkiewką 60g, Szynkowa dębowa drobiowa 20g, Sałatka z pomidora ze słonecznikiem 80g, **Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (mleko, , Kawa zbożowa),** ***alergenv: gluten, mleko, gorczyca,ryby***	**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 kiszonego 150g, Kasza jęczmienna 150g,** Kompot z czerwonej porzeczki250ml(, czerwona porzeczka) Melon 150g ***alergeny: gluten, seler, gorczyca***	**Chleb baltonowski 70g, Chleb graham 30g, Masło 15g, Ser żółty 20g, Szynkowa dębowa 40g,** Surówka z kapusty pekińskiej i papryki 80g, Herbata bez cukru 250ml (, Herbata czarna) ***alergenv: gluten, mleko, gorczyca*** ***Posiłek nocny: Baton naturalny 35g*** ***alergeny: gluten, soja, mleko,orzechy***
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**		
Ryż na mleku 300ml(mleko,Ryż), Chleb graham 75g, Masło l5g, Twaróg z jogurtem i rzodkiewką 60g, Szynkowa dębowa drobiowa 20g, Sałatka z pomidora ze słonecznikiem 80g, **Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (mleko, Kawa zbożowa)** ***alergenv: gluten, mleko, gorczyca*** **II Śniadanie :**Sok pomidorowy 200ml	**Solferino 300ml (**Ziemniaki, kapusta biała, marchew, **seler,** groszek konserwowy, koncentrat pomidorowy, cebula korpus z kurczaka,**) Surówka z selera, pora i ogórka kiszonego 150g, Potrawka z łopatki 150g(**łopatka wieprzowa, marchew, **seler, mąka pszenna), Kasza jęczmienna 150g,** Kompot z czerwonej porzeczki bez cukru 250ml ***alergeny: gluten, seler, gorczyca*** **Pod: Warzywa gotowane 120g** (kalafior, fasolka szparagowa)	**Chleb graham 75g, Masło l5g Ser żółty 20g, Szynkowa dębowa 40g,** Surówka z kapusty pekińskiej i papryki 80g, Herbata bez cukru 250ml (Herbata czarna) ***alergenv: gluten, mleko, gorczyca, seler*** ***Posiłek nocny:* Chleb graham 30g, Masło 10g, Ser deliser 20g,** ***alergeny :mleko, gluten, gorczyca***

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień Wtorek 31.03.2026 Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek 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**		
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 bez cukru 250ml (mleko,** , Kawa zbożowa) **alergenv: gluten, mleko, gorczyca*	**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(, czerwona porzeczka) Melon 150g ****alergeny: gluten, seler, gorczyca***	**Chleb baltonowski 100g, Masło Ser żółty 20g, Szynkowa dębowa 40g, Sałatka z gotowanego selera i jabłka 80g,** Herbata bez cukru 250ml (, Herbata czarna) ****alergenv: gluten, mleko, gorczyca,*** ***Posiłek nocny:*** Mus owocowo-warzywny 1szt
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**		
Ryż na mleku 300ml(mleko,Ryż), Chleb baltonowskil00g Masło 15g Twaróg z jogurtem 60g, Szynkowa dębowa drobiowa 20g, Puree z dyni i jabłka 80g, **Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (mleko,** , Kawa zbożowa) **alergeny: gluten, mlek, gorczyca* **II Śniadanie: Jogurt owocowy 100g** **alergenv: mleko,*	**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(, czerwona porzeczka) ****alergeny: gluten, seler, gorczyca*** **Pod: Bułka maślana 70g** **alergeny: gluten, mleko, jaja*	**Chleb baltonowski l00g, Masło 15g Twarożek Haga 20g, Szynkowa dębowa 40g, Sałatka z gotowanego selera i jabłka 80g,** Herbata bez cukru 250ml (, Herbata czarna) ****alergenv: gluten, mleko, gorczyca,*** ***Posiłek nocny:*** Mus owocowo-warzywny 1szt
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		
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 bez cukru 250ml (mleko,** , Kawa zbożowa) ****alergenv: gluten, mleko, gorczyca***	**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(, czerwona porzeczka) Melon 150g ****alergeny: gluten, seler, gorczyca***	**Chleb baltonowski 100g, Masło 10g Twarożek Haga 20g, Szynkowa dębowa 40g, Sałatka z gotowanego selera i jabłka 80g,** Herbata bez cukru 250ml (, Herbata czarna) ****alergenv: gluten, mleko, gorczyca,*** ***Posiłek nocny:*** Mus owocowo-warzywny 1szt p

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień Wtorek 31.03.2026 Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek 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**		
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 bez cukru 250ml (, Herbata czarna) **alergenv: gluten, mleko, gorczyca* **II Śniadanie: Jogurt owocowy 100g** ****alergenv: mleko,***	**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(, czerwona porzeczka) ****alergeny: gluten, seler, gorczyca*** **Pod: Bułka maślana 70g** **alergeny: gluten, mleko, jaja*	**Chleb baltonowski 50g, Masło 15g, Twarożek Haga 20g, Szynkowa dębowa 40g, Sałatka z gotowanego selera i jabłka 80g,** Herbata bez cukru 250ml (, Herbata czarna) ****alergenv: gluten, mleko, gorczyca,*** ***Posiłek nocny:*** Mus owocowo-warzywny 1szt
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		
Ryż na mleku 300ml(mleko,Ryż), Chleb razowy 70g, Chleb baltonowski 30g, Masło 15g, Twaróg z jogurtem i rzodkiewką 60g, Szynkowa dębowa drobiowa 20g, Sałatka z pomidora ze słonecznikiem 80g, **Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (mleko,** , **Kawa zbożowa)** ****alergenv: gluten, mleko, gorczyca*** **II Śniadanie: Jogurt owocowy 100g** ****alergenv: mleko,***	**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 kiszonego 150g, Kasza jęczmienna 150g,** Kompot z czerwonej porzeczki250ml(, czerwona porzeczka) ****alergeny: gluten, seler, gorczyca*** **Pod: Bułka maślana 70g,** **alergeny: gluten, mleko, jaja*	**Chleb baltonowski 70g, Chleb graham 30g, Masło 15g Ser żółty 20g, Szynkowa dębowa 40g,** Surówka z kapusty pekińskiej i papryki 80g, Herbata bez cukru 250ml (, Herbata czarna) ****alergenv: gluten, mleko, gorczyca*** ***Posiłek nocny: Baton naturalny 35g*** ****alergeny: gluten, soja, mleko,orzechy***

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

Jadłospis zatwierdzony przez:

Kamil Karluto
DIETETYK

Rebus
PROSTE ROZWIĄZANIA
Dąbrowa Chotomowska, ul. Lipowa 36D, 05–123 Chotomów

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

Jadłospis zatwierdzony przez:

Kamil Karluto
DIETETYK

Rebus
PROSTE ROZWIĄZANIA
Dąbrowa Chotomowska, ul. Lipowa 36D, 05–123 Chotomów

Śniadanie **II Śniadanie**	**Jadłospis na dzień środa 1.04.2026** **Obiad** **Podwieczorek**	**Kolacja** **Posiłek nocny**
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**	
Makaron na mleku 300ml(mleko,Makaron pszenny)Chleb razowy 70g, Chleb baltonowski 30g, Szynka biała 40g, Serek tartare 20g, Pomidor 80g, **Masło 15g**, **Kawa z mlekiem bez cukru 250ml** (**Kawa zbożowa**, **mleko**, cukier) **alergeny : mleko, gluten, gorczyca*	**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) Jabłko 150g **alergeny: gluten, mleko, soja, gorczyca, seler*	**Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g Masło 15g Twaróg z jogurtem 60g, Kurczak w galarecie 20g,** Sałatka z ogórka świeżego i rzodkiewki 80g, Herbata bez cukru 250ml (Herbata, cukier) **alergeny : mleko, gluten, gorczyca, seler, ryby* ***Posiłek nocny: Wafle ryżowe w polewie malinowej 25g*** ****alergeny: gluten, orzechy***
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**	
Makaron na mleku 300ml(mleko,Makaron pszenny) Chleb graham 75g Szynka biała 40g, Serek tartare 20g, Pomidor 80g, **Masło 15g Kawa z mlekiem bez cukru 250ml** (**Kawa zbożowa**, **mleko**) **alergeny : mleko, gluten, gorczyca* **II Śniadanie** : **Jogurt naturalny 100g** ****alergeny: mleko,***	**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 **alergeny: gluten, mleko, soja, gorczyca, seler* **Pod**: **Serek wiejski 200g** **alergeny : mleko,*	**Chleb graham 75g Masło 15g, Twaróg z jogurtem 60g, Kurczak w galarecie 20g,** Sałatka z ogórka świeżego i rzodkiewki 80g, Herbata bez cukru 250ml (Herbata) ** alergeny : mleko, gluten, gorczyca, seler,* ***Posiłek nocny:*** **Chleb graham 30g, Pasztet drobiowy 30g** ****alergeny :mleko, gluten, gorczyca***

Śniadanie **II Śniadanie**	**Jadłospis na dzień środa 1.04.2026** **Obiad** **Podwieczorek**	**Kolacja** **Posiłek nocny**
Dieta łatwostrawna **Wartość kaloryczna: 2120,72 Białko:85,09 Tłuszcz:57,23 Kwasy tłuszczowe:18,48 Węglowodany:278,05 Cukry Proste:39,69 Sód:1452,06 Błonnik:32,32**		
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 bez cukru 250ml (Kawa zbożowa**, **mleko**, cukier) ***alergeny : mleko, gluten, gorczyca,***	**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) ***alergeny: gluten, mleko, soja, gorczyca, seler***	**Chleb baltonowski 100g, Masło 15g Twaróg z jogurtem 60g, Kurczak w galarecie 20g,** Sałata lodowa z dresingiem 80g, Herbata bez cukru 250ml (Herbata, cukier) * ***alergeny : mleko, gluten***, ***gorczyca, , seler,*** ***Posiłek nocny:*** Mus owocowo-warzywny 1szt
Dieta łatwostrawna mielona **Wartość kaloryczna: 2043,12 Białko:84,83 Tłuszcz:51,21 Kwasy tłuszczowe:16,10 Węglowodany: 284,57 Cukry Proste:38,41 Sód:1452,61 Błonnik:30,48**		
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 bez cukru 250ml (Kawa zbożowa**, **mleko**, cukier) ***alergeny : mleko, gluten, gorczyca,*** **II Śniadanie:** Sok owocowy 200ml	**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) ***alergeny: gluten, mleko, soja, gorczyca, seler, jaja*** **Pod: Biszkopty 30g,** *alergeny : ***mleko**,**gluten***	**Chleb baltonowski 100g Masło 15g Twaróg z jogurtem 60g, Kurczak w galarecie 20g,** Jabłko gotowane 150g Herbata bez cukru 250ml (Herbata, cukier) * ***alergeny : mleko, gluten***, ***gorczyca, , seler,*** ***Posiłek nocny:*** Mus owocowo-warzywny 1szt
Dieta łatwostrawna niskotłuszczowa Wartość kaloryczna: 2022,26 Białko:82,31 Tłuszcz:48,42 Kwasy tłuszczowe:15,54 Węglowodany:268,80 Cukry Proste:38,33 Sód:1533,19 Błonnik:30,72		
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 bez cukru 250ml (Kawa zbożowa**, **mleko**, cukier) *__alergeny : mleko, gluten, gorczyca,__	**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) ***alergeny: gluten, mleko, soja, gorczyca, seler***	**Chleb baltonowski 100g, Masło 10g Twaróg z jogurtem 60g, Kurczak w galarecie 20g,** Sałata lodowa z dresingiem 80g, Herbata bez cukru 250ml (Herbata, cukier) * ***alergeny : mleko, gluten***, ***gorczyca, , seler,*** ***Posiłek nocny:*** Mus owocowo-warzywny 1szt

Śniadanie **II Śniadanie**	**Jadłospis na dzień środa 1.04.2026** **Obiad** **Podwieczorek**	**Kolacja** **Posiłek 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**		
Makaron na mleku 150ml(mleko,Makaron pszenny)Chleb baltonowski 50 g Szynka biała 40g, Serek tartare 20g, Pomidor bez skóry 80g, **Masło 15g** Herbata bez cukru 250ml (Herbata, cukier) **alergeny : mleko, gluten, gorczyca* **II Śniadanie:** Jabłko 150g	**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) **alergeny: gluten, mleko, soja, gorczyca, seler,jaja* **Pod: Biszkopty 30g,** **alergeny : **mleko**,**gluten***	**Chleb baltonowski 50g Masło 15g, Twaróg z jogurtem 60g, Kurczak w galarecie 20g,** Sałata lodowa z dresingiem 80g, Herbata bez cukru 250ml (Herbata, cukier) **alergeny : mleko, gluten, gorczyca, seler,* ***Posiłek nocny:*** Mus owocowo-warzywny 1szt
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**		
Makaron na mleku 300ml(mleko,Makaron pszenny) Chleb razowy 70g, Chleb baltonowski 30g, Szynka biała 40g, Serek tartare 20g, Pomidor 80g, **Masło 15g Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (Kawa zbożowa, mleko**, cukier) **alergeny : mleko, gluten, gorczyca* **II Śniadanie:** Jabłko 150g	**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) **alergeny: gluten, mleko, soja, gorczyca, seler* **Pod: Biszkopty 30g,** **alergeny : **mleko**,**gluten***	**Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g, Masło 15g, Twaróg z jogurtem 60g, Kurczak w galarecie 20g,** Sałatka z ogórka świeżego i rzodkiewki 80g, Herbata bez cukru 250ml (Herbata, cukier) ** alergeny : mleko, gluten, gorczyca, seler,* ***Posiłek nocny: Wafle ryżowe w polewie malinowej 25g*** ****alergeny: gluten, orzechy***

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

Jadłospis zatwierdzony przez:

Kamil Karluto
DIETETYK

Rebus
PROSTE ROZWIĄZANIA
Dąbrowa Chotomowska, ul. Lipowa 36D, 05–123 Chotomów

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

Jadłospis zatwierdzony przez:

Kamil Karluto
DIETETYK

Rebus
PROSTE ROZWIĄZANIA
Dąbrowa Chotomowska, ul. Lipowa 36D, 05–123 Chotomów

Śniadanie **II Śniadanie**	**Jadłospis na dzień czwartek 2.04.2026r.** **Obiad** **Podwieczorek**	**Kolacja** **Posiłek nocny**
Dieta podstawowa Wartość kaloryczna:2389,87 Białko:117,10 Tłuszcze:63,18 Kwasy tłuszczowe:17,30 Węglowodany:305,15 Cukry Proste:32,72 Sód:1251,97 Błonnik:30,14		
Zacierka na mleku 300ml (mleko, makaron zacierka) Chleb razowy 70g, Chleb baltonowski 30g, Masło 15g, Polędwica z kurcząt 50g, Dżem 1szt, Sałatka wiosenna 80g(pomidor, ogórek świeży, sałata lodowa, olej rzepakowy), **Kawa z mlekiem bez cukru 250 ml. (mleko**, , **Kawa)** **** alergeny: mleko,gluten,gorczyca,***	**Kapuśniak 300ml(**ziemniaki, kapusta biała, marchew**, seler,** cebula**, mąka pszenna**, koncentrat pomidorowy) **Wątróbka drobiowa duszona z cebulą i jabłkiem 110g(**wątroba drobiowa, cebula, jabłko, **mąka pszenna)** Fasolka szparagowa 150g Ziemniaki 150g, Kompot z owoców mieszanych 250ml (mieszanka kompotowa,) Jabłko 150g, ****alergeny: mleko, gluten, seler, gorczyca, orzechy***	**Chleb baltonowski 70g, Chleb graham 30g Masło 15g** Pasta z czerwonej soczewicy z koncentratem 60g, **Serek tartare 20g,** Pomidor 80g Herbata bez cukru 250ml (Herbata czarna,) Orzechy włoskie 20g **** alergeny :mleko,gluten,gorczyca,soja*** ***Posiłek nocny: Ciasteczka owsiane 35g*** ****alergeny: gluten,soja,orzechy***
Dieta cukrzycowa Wartość kaloryczna:2191,34 Białko:102,62 Tłuszcz:57,73 Kwasy tłuszczowe:18,92 Węglowodany:280,67 Cukry Proste:8,00 Sód:1054,10 Błonnik:34,00		
Zacierka na mleku 300ml (mleko, makaron zacierka), **Chleb graham 75g, Masło 15g, Polędwica z kurcząt 50g, Twarożek Haga 20g,** Sałatka wiosenna 80g(pomidor, ogórek świeży, sałata lodowa, olej rzepakowy),, **Kawa z mlekiem bez cukru 250 ml. (mleko**, **Kawa)** ****alergeny: mleko,gluten,gorczyca,*** **II Śniadanie :Jogurt naturalny 100g** ***alergeny:mleko**	**Kapuśniak 300ml(**ziemniaki, kapusta biała, marchew**, seler,** cebula**, mąka pszenna**, koncentrat pomidorowy) **Wątróbka drobiowa duszona z cebulą i jabłkiem 110g(**wątroba drobiowa, cebula, jabłko, **mąka pszenna)** Fasolka szparagowa 150g Ziemniaki 150g, Kompot z owoców mieszanych bez cukru 250ml ****alergeny: mleko, gluten, seler, gorczyca, jaja*** **Pod: Maślanka 200g** ****alergeny: mleko***	**Chleb graham 75g, Masło 15g**, Pasta z czerwonej soczewicy z koncentratem 60g, **Serek tartare 20g,** Pomidor 80g Herbata bez cukru 250ml (Herbata czarna,) Orzechy włoskie 20g ****alergeny:mleko, gluten, gorczyca,soja*** ***Posiłek nocny:*** **Chleb graham 30g, Masło 10g, Kiełbasa krakowska 30g** ****alergeny :mleko, gluten, gorczyca***

Śniadanie **II Śniadanie**	**Jadłospis na dzień czwartek 2.04.2026r.** **Obiad** **Podwieczorek**	**Kolacja** **Posiłek 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		
Zacierka na mleku 300ml (mleko, makaron zacierka) Chleb baltonowski 100g, Masło 15g, Polędwica z kurcząt 50g, Dżem 1szt, Mus z jabłka 80g, **Kawa z mlekiem bez cukru 250 ml**. **(mleko**, , **Kawa)** ***alergeny: mleko,gluten,gorczyca,***	**Koperkowa z ryżem 300 ml** (Ryż biały, marchew, , korpus z kurcz., koper) **Potrawka z udka ćwiartki 150g(**ćwiartka z kurczaka**,** marchew, **seler, mąka pszenna)** Ziemniaki 150g **Jarzynka gotowana 150g(**marchew, **seler, mąka pszenna)** Kompot z owoców mieszanych 250ml (mieszanka kompotowa,) ***alergeny: mleko, gluten, seler, gorczyca,jaja,orzechy***	**Chleb baltonowski 100g, Masło 15g, Polędwica z warzywami 50g, Serek tartare 20g,** Cukinia z pieca z koncentratem 80g, Herbata bez cukru 250ml (Herbata czarna,) ***alergeny:mleko, gluten, gorczyca*** ***Posiłek nocny:*** Mus owocowo-warzywny 1szt
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		
Zacierka na mleku 300ml (mleko, makaron zacierka) Chleb baltonowski l00g, Masło 15g Polędwica z kurcząt 50g, Dżem 1szt, Mus z jabłka 80g, **Kawa z mlekiem bez cukru 250 ml. (mleko**, , **Kawa)** **** alergeny: mleko,gluten,gorczyca,*** **II Śniadanie:** Sok z marchwi 300ml	**Koperkowa z ryżem 300 ml** (Ryż biały, marchew, , korpus z kurcz., koper) **Potrawka z udka ćwiartki 150g(**ćwiartka z kurczaka**,** marchew, **seler, mąka pszenna)** Ziemniaki 150g **Jarzynka gotowana 150g(**marchew, **seler, mąka pszenna)** Kompot z owoców mieszanych 250ml (mieszanka kompotowa,) ****alergeny:mleko, gluten, seler, gorczyca, jaja, orzechy*** **Pod: Koktajl truskawkowy 200g(maślanka, jogurt naturalny,** truskawka,)	**Chleb baltonowski l00g, Masło 15g, Polędwica z warzywami 50g, Serek tartare 20g,** Cukinia z pieca z koncentratem 80g, Herbata bez cukru 250ml (Herbata czarna,) **alergeny:mleko, gluten, gorczyca,* ***Posiłek nocny:*** Mus owocowo-warzywny 1szt
Dieta łatwostrawna niskotłuszczowa Wartość kaloryczna: 2065,23 Bałko:92,29 Tłuszcze:44,51 Kwasy tłuszczowe:17,15 Węglowodany:332,66 Cukry Proste:53,13 Sód:1701,43 Błonnik:29,08		
Zacierka na mleku 300ml (mleko, makaron zacierka) Chleb baltonowski 100g, Masło 10g Polędwica z kurcząt 50g, Dżem 1szt, Mus z jabłka 80g, **Kawa z mlekiem bez cukru 250 ml. (mleko**, , **Kawa)** ****alergeny: mleko,gluten,gorczyca,***	**Koperkowa z ryżem 300 ml** (Ryż biały, marchew, , korpus z kurcz., koper) **Potrawka z udka ćwiartki 150g(**ćwiartka z kurczaka**,** marchew, **seler, mąka pszenna)** Ziemniaki 150g **Jarzynka gotowana 150g(**marchew, **seler, mąka pszenna)** Kompot z owoców mieszanych 250ml (mieszanka kompotowa,) ****alergeny:mleko, gluten, seler, gorczyca, jaja***	**Chleb baltonowski 100g, Masło 10g Polędwica z warzywami 50g, Serek tartare 20g,** Cukinia z pieca z koncentratem 80g, Herbata bez cukru 250ml (Herbata czarna,) **alergeny:mleko, gluten, gorczyca,* ***Posiłek nocny:*** Mus owocowo-warzywny 1szt

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień czwartek 2.04.2026r. Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
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		
Zacierka na mleku 150ml (mleko, makaron zacierka) **Chleb baltonowski 50g, Masło 15g Polędwica z kurcząt 50g,** Dżem 1szt, Mus z jabłka 80g, Herbata bez cukru 250ml (Herbata czarna,) ***alergeny: mleko,gluten,gorczyca,*** **II Śniadanie:** Sok jabłkowy 200ml	**Koperkowa z ryżem 200 ml** (Ryż biały, marchew, , korpus z kurcz., koper) **Potrawka z udka ćwiartki 80g(**ćwiartka z kurczaka**,** marchew, **seler, mąka pszenna)** Ziemniaki 80g **Jarzynka gotowana 80g(**marchew, **seler, mąka pszenna)** Kompot z owoców mieszanych 250ml (mieszanka kompotowa,) ***alergeny:mleko, gluten, seler, gorczyca, jaja*** **Pod**: **Koktajl truskawkowy 150g(maślanka, jogurt naturalny,** truskawka,) **Herbatniki 30g,** ***alergeny: mleko**, **gluten***	**Chleb baltonowski 50g, Masło 15g, Polędwica z warzywami 50g, Serek tartare 20g,** Cukinia z pieca z koncentratem 80g, Herbata bez cukru 250ml (Herbata czarna,) *alergeny:mleko, gluten, gorczyca,* ***Posiłek nocny:*** Mus owocowo-warzywny 1szt
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		
Zacierka na mleku 300ml (mleko, makaron zacierka) Chleb razowy 70g, Chleb baltonowski 30g, Masło 15g, Polędwica z kurcząt 50g, Dżem 1szt, Sałatka wiosenna 80g(pomidor, ogórek świeży, sałata lodowa, olej rzepakowy), **Kawa z mlekiem bez cukru 250 ml. (mleko**, , **Kawa)** **** alergeny: mleko,gluten,gorczyca,*** **II Śniadanie:** Sok jabłkowy 200ml	**Kapuśniak 300ml(**ziemniaki, kapusta biała, marchew**, seler,** cebula**, mąka pszenna**, koncentrat pomidorowy) **Potrawka z udka ćwiartki 150g(**ćwiartka z kurczaka**,** marchew, **seler, mąka pszenna)** Ziemniaki 150g Fasolka szparagowa 150g Kompot z owoców mieszanych 250ml (mieszanka kompotowa,) ***alcrgcny:mleko, gluten, seler, gorczyca,jaja*** **Pod: Koktajl truskawkowy 150g(maślanka, jogurt naturalny,** truskawka,) **Herbatniki 30g,** ***alergeny: mleko**, **gluten***	**Chleb baltonowski 70g, Chleb graham 30g, Masło 15g Polędwica z warzywami 50g, Serek tartare 20g,** Pomidor 80g Herbata bez cukru 250ml (Herbata czarna,) Orzechy włoskie 20g ** alergeny :mleko,gluten,gorczyca,* ***Posiłek nocny: Ciasteczka owsiane 35g*** ***alergeny: gluten,soja,orzechy***

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

Jadłospis zatwierdzony przez:

Kamil Karluto
DIETETYK

Rebus
PROSTE ROZWIĄZANIA
Dąbrowa Chotomowska, ul. Lipowa 36D, 05–123 Chotomów

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

Jadłospis zatwierdzony przez:
Kamil Karluto
DIETETYK

Rebus
PROSTE ROZWIĄZANIA
Dąbrowa Chotomowska, ul. Lipowa 36D, 05–123 Chotomów

Śniadanie **II Śniadanie**	**Jadłospis na dzień piątek 3.04.2026** **Obiad** **Podwieczorek**	**Kolacja** **Posiłek 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		
Płatki owsiane na mleku 300ml(mleko, **Płatki owsiane), Chleb baltonowski70g Chleb razowy 30g Masło 15g , Twaróg z jogurtem 60g,** Szynkowa dębowa drobiowa 20g, Ogórek świeży 50g, Sałata lodowa 30g, **Kawa z mlekiem 250ml** (**mleko**, , **Kawa**) ***alergeny: gluten, mleko,gorczyca,***	**Zupa krem z dyni ze śmietaną i petkami dyni 300 ml,** (dynia, ziemniaki, marchew, seler, mąka pszenna**), Kotlet z morszczuka smażony 90g (morszczuk**, **bułka tarta,** olej, **jajka**,**),** Surówka z kapusty kiszonej 150g (kapusta kiszona, marchew, olej) Ziemniaki 150g Kompot z truskawkowy 250ml (truskawka mrożona,) Mandarynka 1szt ***alergeny:gluten, mleko,seler, gorczyca, ryby,***	**Chleb baltonowski70g Chleb graham 30g , Masło 15g , Pasztet drobiowy 50g, Ser żółty 20g,** Sałatka z ogórka kiszonego z cebulą 80g Herbata bez cukru 250ml **(** , Herbata czarna) ***alergeny: gluten, gorczyca, mleko*** ***Posiłek nocny:*** Mus owocowo-warzywny 1szt
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		
Płatki owsiane na mleku 300ml(mleko, Płatki owsiane), Chleb graham 75g, Masło 15g Twaróg z jogurtem 60g, Szynkowa dębowa drobiowa 20g, Ogórek świeży 50g, Sałata lodowa 30g, **Kawa z mlekiem 250ml**(**mleko**, **Kawa**) ***alergeny: gluten, mleko, gorczyca*** **II Śniadanie:** Trio warzywne gotowane z masłem 120g ***alergeny: mleko,***	**Zupa krem z dyni ze śmietaną i petkami dyni 300 ml,** (dynia, ziemniaki, marchew, seler, mąka pszenna**), Pulpet z morszczuka 90g (morszczuk**, **bułka tarta,** marchew, olej, **jajka**,**),** Ziemniaki 150g , Surówka z kapusty kiszonej 150g (kapusta kiszona, marchew, olej) Kompot z truskawkowy bez cukru 250ml ***alergeny:gluten, mleko,seler, gorczyca, ryby,*** **Pod:** Surówka orientalna 150g(marchew, imbir, olej rzepakowy)	**Chleb graham 75g, Masło 15g , Pasztet drobiowy 50g, Ser żółty 20g,** Sałatka z ogórka kiszonego z cebulą 80g, Herbata b/c 250ml ***alergeny: gluten, gorczyca, mleko*** ***Posiłek nocny:*** **Chleb graham 30g, Masło 10g,** Szynka z piersią z kurczaka 30g ***alergeny :mleko, gluten, gorczyca***

Śniadanie **II Śniadanie**	**Jadłospis na dzień piątek 3.04.2026** **Obiad** **Podwieczorek**	**Kolacja** **Posiłek 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		
Płatki owsiane na mleku 300ml(**mleko, Płatki owsiane**), **Chleb baltonowski 100g,,Masło 15g Twaróg z jogurtem 60g,** Szynkowa dębowa drobiowa 20g, Sałatka z gotowanej marchwi z natką pietruszki 80g, **Kawa z mlekiem 250ml** (**mleko**, , **Kawa**) ***alergeny: gluten, mleko,***	**Zupa krem z dyni 300 ml,** (dynia, ziemniaki, marchew, seler, mąka pszenna**), Pulpet z morszczuka 90g (morszczuk**, **bułka tarta,** marchew, olej, **jajka**,**),** Ziemniaki 150g **, Sos grecki 150g**(marchew, **seler**, koncentrat, natka pietr.) Kompot z truskawkowy 250ml (truskawka mrożona,) ***alergeny:gluten, mleko,seler, gorczyca, ryby,***	**Chleb baltonowski 100g,, Masło 15g, Pasztet drobiowy 50g, Ser żółty 20g,** Sałatka gotowanych buraczków z natką pietruszki 80g, Herbata bez cukru 250ml (, Herbata) ***alergeny: gluten, gorczyca, mleko*** ***Posiłek nocny:*** Mus owocowo-warzywny 1szt
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		
Płatki owsiane na mleku 300ml(mleko, Płatki owsiane), **Chleb balt.l00g ,Masło 15g , Twaróg z jogurtem 60g,** Szynkowa dębowa drobiowa 20g, Sałatka z gotowanej marchwi z natką pietruszki 80g, **Kawa z mlekiem 250ml** (**mleko**, , **Kawa**) ***alergeny: gluten, mleko,*** **II Śniadanie: Bułka maślana 1szt** ***alergeny: gluten, mleko, jaja***	**Zupa krem z dyni 300 ml,** (dynia, ziemniaki, marchew, seler, mąka pszenna**), Pulpet z morszczuka 90g (morszczuk**, **bułka tarta,** marchew, olej, **jajka**,**),** Ziemniaki 150g **, Sos grecki 150g**(marchew, **seler**, koncentrat, natka pietr.) Kompot z truskawkowy 250ml (truskawka mrożona,) ***alergeny:gluten, mleko,seler, gorczyca, ryby, jaja*** **Podwieczorek: Kefir 200ml** ***alergeny : mleko***	**Chleb baltonowski100g, Masło 15g**, **Pieczeń wiedeńska 50g**, **Ser deliser 20g,** Sałatka gotowanych buraczków z natką pietruszki 80g, Herbata bez cukru 250ml (, Herbata) ***alergeny: gluten, gorczyca, mleko*** ***Posiłek nocny:*** Mus owocowo-warzywny 1szt
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		
Płatki owsiane na mleku 300ml(**mleko**, **Płatki owsiane**), **Chleb baltonowski 100g,,Masło 10g , Twaróg z jogurtem 60g,** Szynkowa dębowa drobiowa 20g, Sałatka z gotowanej marchwi z natką pietruszki 80g, **Kawa z mlekiem 250ml** (**mleko**, , **Kawa**), ***alergeny: gluten, mleko, gorczyca***	**Zupa krem z dyni 300 ml,** (dynia, ziemniaki, marchew, seler, mąka pszenna**), Pulpet z morszczuka 90g (morszczuk**, **bułka tarta,** marchew, olej, **jajka**,**),** Ziemniaki 150g **, Sos grecki 150g**(marchew, **seler**, koncentrat, natka pietr.) Kompot z truskawkowy 250ml (truskawka mrożona,) ***alergeny:gluten, mleko,seler, gorczyca, ryby,***	**Chleb baltonowski 100g, Masło 10g**, **Pieczeń wiedeńska 50g**, **Ser deliser 20g,** Sałatka gotowanych buraczków z natką pietruszki 80g, Herbata bez cukru 250ml (, Herbata) ***alergeny: gluten, gorczyca, mleko*** ***Posiłek nocny:*** Mus owocowo-warzywny 1szt

Śniadanie II Śniadanie	**Jadłospis na dzień piątek 3.04.2026** **Obiad** **Podwieczorek**	**Kolacja** **Posiłek 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 Błonnik:22,33		
Płatki owsiane na mleku 150ml(mleko, **Płatki owsiane**), **Chleb balt.50g ,Masło 15g Twaróg z jogurtem 60g,** Szynkowa dębowa drobiowa 20g, Sałatka z gotowanej marchwi z natką pietruszki 80g, **Kawa z mlekiem 250ml** (**mleko**, , **Kawa**) ***alergeny: gluten, mleko,*** **II Śniadanie: Bułka maślana 1szt** ***alergeny: gluten, mleko, jaja***	**Zupa krem z dyni 200 ml,** (dynia, ziemniaki, marchew, seler, mąka pszenna**), Pulpet z morszczuka 90g (morszczuk**, **bułka tarta,** marchew, olej, **jajka**,**),** Ziemniaki 80g, **Sos grecki 80g**(marchew, **seler**, koncentrat, natka pietr.) Kompot z truskawkowy 250ml (truskawka mrożona,) ***alergeny:gluten, mleko,seler, gorczyca, ryby, jaja*** **Podwieczorek:** Mandarynka 1szt	**Chleb baltonowski50g, Masło 15g**, **Pieczeń wiedeńska 50g**, **Ser żółty 20g,** Sałatka gotowanych buraczków z natką pietruszki 80g, Herbata bez cukru 250ml (, Herbata) ***alergeny: gluten, gorczyca, mleko*** ***Posiłek nocny:*** Mus owocowo-warzywny 1szt
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 Błonnik:31,47		
Płatki owsiane na mleku 300ml(mleko, Płatki owsiane), **Chleb baltonowski70g Chleb razowy 30g Masło 15g Twaróg z jogurtem 60g,** Szynkowa dębowa drobiowa 20g, Ogórek świeży 50g, Sałata lodowa 30g, **Kawa z mlekiem 250ml** (**mleko**, , **Kawa**) ***alergeny: gluten, mleko,*** **II Śniadanie: Bułka maślana 1szt** ***alergeny: gluten, mleko, jaja***	**Zupa krem z dyni ze śmietaną i petkami dyni 300 ml,** (dynia, ziemniaki, marchew, seler, mąka pszenna**), Kotlet z morszczuka smażony 90g (morszczuk**, **bułka tarta,** olej, **jajka**,**),** Surówka z kapusty kiszonej 150g (kapusta kiszona, marchew, olej) Ziemniaki 150g **,** Kompot z truskawkowy 250ml (truskawka mrożona,) ***alergeny:gluten, mleko,seler, gorczyca, ryby, jaja*** **Podwieczorek:** Mandarynka 1szt	**Chleb baltonowski70g Chleb graham 30g, Masło 15g**, **Pasztet drobiowy 50g, Ser żółty 20g,** Sałatka z ogórka kiszonego z cebulą 80g, Herbata bez cukru 250ml (, Herbata) ***alergeny: gluten, gorczyca, mleko*** ***Posiłek nocny:*** Mus owocowo-warzywny 1szt

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

Jadlospis zatwierdzony przez:

Kamil Karluto
DIETETYK

Rebus
PROSTE ROZWIĄZANIA
Dąbrowa Chotomowska, ul. Lipowa 36D, 05–123 Chotomów

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

Jadłospis zatwierdzony przez:

Kamil Karluto
DIETETYK

Rebus
PROSTE ROZWIĄZANIA
Dąbrowa Chotomowska, ul. Lipowa 36D, 05–123 Chotomów

Śniadanie **II Śniadanie**	**Jadłospis na dzień sobota 4.04.2026** **Obiad** **Podwieczorek**	**Kolacja** **Posiłek nocny**
Dieta podstawowa Wartość kaloryczna: 2292,05 Białko:90,41 Tłuszcze:65,01 Kwasy tłuszczowe:24,38 Węglowodany:315,12 Cukry Proste:34,63 Sód:1596,98 Błonnik:33,62		
Płatki orkiszowe na mleku 300ml(mleko, Płatki orkiszowe) Chleb baltonowski 70g Chleb razowy 30g, Serek tartare 20g, Kiełbasa krakowska 40g, Pomidor **80g, Masło 15g Kawa z mlekiem bez cukru 250ml** (**Kawa zbożowa, mleko**,) ***alergeny : mleko, gluten,gorczyca,jaja***	**Grochowa 300ml**(Ziemniak, groch, marchew, **seler, mąka pszenna,** majeranek**) Klopsik wieprzowy duszony 90g**(łopatka wieprzowa, **jajko, bułka 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,) **Jogurt naturalny 100g** ***alergeny: gluten, mleko, seler, gorczyca***	**Chleb baltonowski 70g Chleb razowy 30g Masło 15g Kurczak w galarecie 50g,** Miód 25g, Sałatka z ogórka świeżego ze słonecznikiem 80g, Herbata bez cukru50ml (Herbata,) ***alergeny : mleko, gluten,gorczyca*** ***Posiłek nocny: Baton naturalny 35g*** ***alergeny: gluten, soja, mleko,orzechy***
Dieta cukrzycowa Wartość kaloryczna: 2377,76 Białko:101,94 Tłuszcze:69,82 Kwasy tłuszczowe:21,93 Węglowodany:300,22 Cukry Proste:16,67 Sód:1614,90 Błonnik:34,20		
Płatki orkiszowe na mleku 300ml(mleko, Płatki orkiszowe) Chleb graham 75g Serek tartare 20g, Kiełbasa krakowska 40g,, Pomidor **80g, Masło 15g Kawa z mlekiem bez cukru 250ml** (**Kawa zbożowa, mleko**,) ***alergeny : mleko, gluten,gorczyca ,jaja*** **II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g** ***alergeny : mleko,***	**Brokułowa ze śmietaną 300ml**(Ziemniak, brokuł, marchew, **śmietana, seler, mąka pszenna) Klopsik wieprzowy duszony 90g**(łopatka wieprzowa, **jajko, bułka 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 ***alergeny: gluten, mleko, seler, gorczyca*** **Pod:** Sok Pomidorowy 200ml	**Chleb graham 75g, Masło 15g Kurczak w galarecie 50g, Twarożek Haga 20g,** Sałatka z ogórka świeżego ze słonecznikiem 80g, Herbata bez cukru50ml ***alergeny : mleko, gluten,gorczyca*** ***Posiłek nocny:*** **Chleb graham 30g, Masło 10g, Ser żółty 20g,** ***alergeny :mleko, gluten, gorczyca***

Śniadanie **II Śniadanie**	**Jadłospis na dzień sobota 4.04.2026** **Obiad** **Podwieczorek**	**Kolacja** **Posiłek nocny**
Dieta łatwostrawna Wartość kaloryczna: 2397,34 Białko:89,34 Tłuszcze:60,92 Kwasy tłuszczowe:20,87 Węglowodany:357,78 Cukry Proste:49,65 Sód:1715,96 Błonnik:32,84		
Płatki orkiszowe na mleku 300ml(mleko, Płatki orkiszowe) Chleb baltonowski 100g Serek tartare 20g, Kiełbasa krakowska 40g, Parzony Pomidor bez skóry 80g **Masło 15g Kawa z mlekiem bez cukru 250ml** (**Kawa zbożowa, mleko**,) ***alergeny : mleko, gluten,gorczyca, seler,jaja***	**Brokułowa bez śmietany 300ml**(Ziemniak, brokuł, marchew, **, seler, mąka pszenna) Klopsik wieprzowy duszony 90g**(łopatka wieprzowa, **jajko, bułka 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,) **Jogurt naturalny 100g** ***alergeny: gluten, mleko, seler, gorczyca***	**Chleb baltonowski 100g, Masło 15g, Kurczak w galarecie 50g,** Miód 25g, Sałatka z gotowanej marchwi80g, Herbata bez cukru50ml (Herbata,) ***alergeny : mleko, gluten,gorczyca*** ***Posiłek nocny:*** Mus owocowo-warzywny 1szt
Dieta łatwostrawna mielona Wartość kaloryczna: 2207,47 Białko:90,87 Tłuszcze:59,93 Kwasy tłuszczowe:20,22 Węglowodany:319,95 Cukry Proste:49,11 Sód:1221,32 Błonnik:30,76		
Płatki orkiszowe na mleku 300ml(mleko, Płatki orkiszowe) Chleb baltonowski 100g Serek tartare 20g, Kiełbasa krakowska 40g, Parzony Pomidor bez skóry 80g **Masło 15g Kawa z mlekiem bez cukru 250ml** (**Kawa zbożowa, mleko**,) ***alergeny : mleko, gluten,gorczyca , seler,jaja*** **II Śniadanie: Biszkopty 30g** ***alergeny : gluten***	**Brokułowa bez śmietany 300ml**(Ziemniak, brokuł, marchew, **, seler, mąka pszenna Klopsik wieprzowy duszony 90g**(łopatka wieprzowa, **jajko, bułka 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,) ***alergeny: gluten, mleko, seler, gorczyc,*** **Pod: Jogurt naturalny 100g** ***alergeny: mleko,***	**Chleb baltonowski 100 Masło 15g Kurczak w galarecie 50g,** Miód 25g, Sałatka z gotowanej marchwi80g Herbata bez cukru50ml (Herbata,) ***alergeny : mleko, gluten,gorczyca*** ***Posiłek nocny:*** Mus owocowo-warzywny 1szt
Dieta łatwostrawna niskotłuszczowa Wartość kaloryczna: 2061,49 Białko:101,04 Tłuszcze:48,84 Kwasy tłuszczowe:14,54 Węglowodany:307,93 Cukry Proste:41,00 Sód:1076,18 Błonnik:30,94		
Płatki orkiszowe na mleku 300ml(mleko, Płatki orkiszowe) Chleb baltonowski 100g, Pasta z białka z koperkiem 50g, Kiełbasa krakowska 20g, Parzony Pomidor bez skóry 80g **Masło 10g Kawa z mlekiem bez cukru 250ml** (**Kawa zbożowa, mleko**,) ***alergeny : mleko, gluten,gorczyca, seler,jaja***	**Brokułowa bez śmietany 300ml**(Ziemniak, brokuł, marchew, **seler, mąka pszenna) Klopsik wieprzowy duszony 90g**(łopatka wieprzowa, **jajko, bułka 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,) **Jogurt naturalny 100g** ***alergeny: gluten, mleko, seler, gorczyca***	**Chleb baltonowski 100g, Masło 10g Kurczak w galarecie 50g,** Miód 25g, Sałatka z gotowanej marchwi80g Herbata bez cukru50ml (Herbata,) ***alergeny : mleko, gluten,gorczyca*** ***Posiłek nocny:*** Mus owocowo-warzywny 1szt

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień sobota 4.04.2026 Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek 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**		
Płatki orkiszowe na mleku 150ml(mleko, Płatki orkiszowe) Chleb baltonowski 50g Serek tartare 20g, Kiełbasa krakowska 40g, Parzony Pomidor bez skóry 80g **Masło 15g** Herbata bez cukru50ml (Herbata,) ***alergeny : mleko, gluten,gorczyca ,jaja*** **II Śniadanie:** Mandarynka 1szt	**Brokułowa bez śmietany 200ml**(Ziemniak, brokuł, marchew, **, seler, mąka pszenna) Klopsik wieprzowy duszony 90g**(łopatka wieprzowa, **jajko, bułka tarta, mąka** pszenna), **Sałatka z gotowanego selera i jabłka 80g, Sos koperkowy 100ml**(marchew, **seler**, olej), **Kasza jęczmienna 150g,** Kompot z jabłka z miętą250ml (jabłko, herbata miętowa,) ***alergeny: gluten, mleko, seler, gorczyca*** **Pod: Jogurt naturalny 100g** ***alergeny: mleko,***	**Chleb baltonowski 50 Masło 15g Kurczak w galarecie 50g, Twarożek Haga 20g,** Sałatka z gotowanej marchwi80g Herbata bez cukru50ml (Herbata,) ***alergeny : mleko, gluten,gorczyca*** ***Posiłek nocny:*** Mus owocowo-warzywny 1szt
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**		
Płatki orkiszowe na mleku 300ml(mleko, Płatki orkiszowe) Chleb baltonowski 70g Chleb razowy 30g Serek tartare 20g, Kiełbasa krakowska 40g, Pomidor **80g, Masło 15g Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (Kawa zbożowa, mleko**,) ***alergeny : mleko, gluten,gorczyca ,jaja*** **II Śniadanie:** Mandarynka 1szt	**Grochowa 300ml**(Ziemniak, groch, marchew, **seler, mąka pszenna,** majeranek**) Klopsik wieprzowy duszony 90g**(łopatka wieprzowa, **jajko, bułka 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, *alergeny: gluten, mleko, seler, gorczyca*** **Pod: Jogurt naturalny 100g** ***alergeny: mleko,***	**Chleb baltonowski 70g Chleb razowy 30g Masło 15g, Kurczak w galarecie 50g,** Miód 25g, Sałatka z ogórka świeżego ze słonecznikiem 80g, Herbata bez cukru50ml (Herbata,) ***alergeny : mleko, gluten,gorczyca*** ***Posiłek nocny: Baton naturalny 35g*** ***alergeny: gluten, soja, mleko,orzechy***

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

Jadłospis zatwierdzony przez:

Kamil Karluto
DIETETYK

Rebus
PROSTE ROZWIĄZANIA
Dąbrowa Chotomowska, ul. Lipowa 36D, 05–123 Chotomów

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

Jadłospis zatwierdzony przez:

Kamil Karluto
DIETETYK

Rebus
PROSTE ROZWIĄZANIA
Dąbrowa Chotomowska, ul. Lipowa 36D, 05–123 Chotomów

Śniadanie **II Śniadanie**	**Jadłospis na dzień niedziela 5.04.2026** **Obiad** **Podwieczorek**	**Kolacja** **Posiłek nocny**
Dieta podstawowa Wartość kaloryczna:2463,50 Białko:115,09 Tłuszcze:66,17 Kwasy tłuszczowe:22,55 Węglowodany:324,27 Cukry Proste:34,79 Sód:1370,03 Błonnik:32,68		
Manna na mleku 300ml(mleko, Kasza manna) Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g, Masło 15g, Szynka gotowana 20g, Jajko gotowane 60g, Sałatka wiosenna 80g(ogórek świeży, pomidor, sałata lodowa, olej rzepakowy) **Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (mleko,** , Kawa zbożowa) **Babka cytrynowa 50g** ***alergeny: gluten, mleko, gorczyca, jaja***	**Żurek 300ml** (, ziemniaki, marchew, pietruszka, **seler**, **żur) Schab duszony 90g(**schab b/k**, mąka pszenna), Sos jarzynowy 100g (**marchew, **seler, mąka pszenna,** olej rzepakowy**), Jarzynka gotowana 150g (**marchew, **seler, mąka pszenna,** olej rzepakowy**),** Ziemniaki 150g, Kompot z gruszek 250ml(gruszka,) Jabłko 150g ***alergeny: gluten, mleko, gorczyca, seler,jaja***	**Chleb baltonowski 100g, Masło 15g Pasta twarogowa z makrelą i szczypiorkiem 60g , polędwica sopocka 20g, Sałatka jarzynowa 80g**(ziemniak, marchew, jabłko, **majonez, seler,** ogórek kiszony, groszek, cebula,jaja), Herbata bez cukru 250ml (, Herbata czarna,) Orzechy włoskie 20g ***alergeny: gluten, mleko, gorczyca*** ***Posiłek nocny: Wafle kukurydziane pizza 25g*** ***alergeny: gluten, soja, mleko, orzechy***
Dieta cukrzycowa Wartość kaloryczna: 2387,04 Białko:119,33 Tłuszcze:74,81 Kwasy tłuszczowe:22,95 Węglowodany:294,34 Cukry Proste: 9,24 Sód:1379,10 Błonnik:32,37		
Manna na mleku 300ml(mleko, Kasza manna) Chleb graham 75g, Masło 15g, Szynka gotowana 20g, Jajko gotowane 60g, , Sałatka wiosenna 80g(ogórek świeży, pomidor, sałata lodowa, olej rzepakowy), **Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (mleko,** Kawa zbożowa) **Babka drożdżowa bez cukru 50g** ***alergeny: gluten, mleko, gorczyca , jaja*** **II Śniadanie : Serek wiejski 200g** ***alergeny: mleko***	**Żurek 300ml** (, ziemniaki, marchew, pietruszka, **seler**, **żur) Schab duszony 90g(**schab b/k**, mąka pszenna), Sos jarzynowy 100g (**marchew, **seler, mąka pszenna,** olej rzepakowy**), Jarzynka gotowana 150g (**marchew, **seler, mąka pszenna,** olej rzepakowy**),** Ziemniaki 150g, Kompot z gruszek bez cukru 250ml (gruszka) ***alergeny: gluten, mleko, gorczyca, seler,jaja*** **Pod: Budyń waniliowy bez cukru 200g** ***alergeny: mleko***	**Chleb graham 75g, Masło 15g, Pasta twarogowa z makrelą i szczypiorkiem 60g , polędwica sopocka 20g, Sałatka jarzynowa 80g**(ziemniak, marchew, jabłko, **majonez, seler,** ogórek kiszony, groszek, cebula,jaja), Herbata bez cukru 250ml (Herbata czarna,) Orzechy włoskie 20g ***alergeny: gluten, mleko, gorczyca*** ***Posiłek nocny:*** **Chleb graham 30g, Pasztet drobiowy 30g** ***alergeny :mleko, gluten, gorczyca***

Śniadanie **II Śniadanie**	**Jadłospis na dzień niedziela 5.04.2026** **Obiad** **Podwieczorek**	**Kolacja** **Posiłek 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		
Manna na mleku 300ml(mleko, Kasza manna) Chleb baltonowski 100g,, Masło 15g, Szynka gotowana 20g, Jajko gotowane 60g, Sałata lodowa z dresingiem 80g, **Kawa z mlekiem bez cukru 250ml** (**mleko,** , Kawa zbożowa) **Babka cytrynowa 50g** ***alergeny: gluten, mleko, gorczyca, jaja***	**Żurek 300ml** (, ziemniaki, marchew, pietruszka, **seler**, **żur) Schab duszony 90g(**schab b/k**, mąka pszenna), Sos jarzynowy 100g (**marchew, **seler, mąka pszenna,** olej rzepakowy**), Jarzynka gotowana 150g (**marchew, **seler, mąka pszenna,** olej rzepakowy**),** Ziemniaki 150g, Kompot z gruszek 250ml (gruszka,) ***alergeny: gluten, mleko, gorczyca, seler,jaja***	**Chleb baltonowski 100g,, Masło 15g, Pasta twarogowa z gotowanym mintajem 60g , polędwica sopocka 20g, Sałatka jarzynowa łatwostrawna 80g**(ziemniak, marchew, jabłko, olej rzepakowy, **seler,** ,jaja), Herbata bez cukru 250ml (, Herbata czarna,) ***alergeny: gluten, mleko, gorczyca*** ***Posiłek nocny:*** Mus owocowo-warzywny 1szt
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		
Manna na mleku 300ml(mleko, Kasza manna) Chleb baltonowski 100g, Masło 15g, Szynka gotowana 20g, Jajko gotowane 60g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (**mleko,** , Kawa zbożowa) Jabłko gotowane 150g **Babka cytrynowa 50g** ***alergeny: gluten, mleko, gorczyca , jaja*** **II Śniadanie:** Sok marchwiowo-owocowy 300ml	**Żurek 300ml** (, ziemniaki, marchew, pietruszka, **seler**, **żur) Klopsik ze schabu gotowany 90g(**schab b/k**, bułka tarta, jajka, mąka pszenna), Sos jarzynowy 100g (**marchew, **seler, mąka pszenna,** olej rzepakowy**), Jarzynka gotowana 150g (**marchew, **seler, mąka pszenna,** olej rzepakowy**),** Ziemniaki 150g, Kompot z gruszek 250ml (gruszka,) ***alergeny: gluten, mleko, gorczyca, seler,jaja*** **Pod: Budyń waniliowy 200g (MLE)** ***alergeny :mleko***,	**Chleb baltonowski 100g, Masło 15g Pasta twarogowa z gotowanym mintajem 60g , polędwica sopocka 20g, Sałatka jarzynowa łatwostrawna 80g**(ziemniak, marchew, jabłko, olej rzepakowy, **seler,** ,jaja), Herbata bez cukru 250ml (, Herbata czarna,) ***alergeny: gluten, mleko, gorczyca*** ***Posiłek nocny:*** Mus owocowo-warzywny 1szt
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		
Manna na mleku 300ml(mleko, Kasza manna) Chleb baltonowski 100g, Masło 15g, Szynka gotowana 20g, Jajko gotowane 60g, Sałata lodowa z dresingiem 80g, **Kawa z mlekiem bez cukru 250ml** (**mleko,** , Kawa zbożowa) **Babka cytrynowa 50g** ***alergeny: gluten, mleko, gorczyca, jaja***	**Żurek 300ml** (, ziemniaki, marchew, pietruszka, **seler**, **żur) Schab duszony 90g(**schab b/k**, mąka pszenna), Sos jarzynowy 100g (**marchew, **seler, mąka pszenna,** olej rzepakowy**), Jarzynka gotowana 150g (**marchew, **seler, mąka pszenna,** olej rzepakowy**),** Ziemniaki 150g, Kompot z gruszek 250ml (gruszka,) ***alergeny: gluten, mleko, gorczyca, seler,jaja***	**Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g, Masło 10g, Pasta twarogowa z gotowanym mintajem 60g , polędwica sopocka 20g, Sałatka jarzynowa łatwostrawna 80g**(ziemniak, marchew, jabłko, olej rzepakowy, **seler,** ,jaja), Herbata bez cukru 250ml (, Herbata czarna,) ***alergeny: gluten, mleko, gorczyca*** ***Posiłek nocny:*** Mus owocowo-warzywny 1sz

Śniadanie **II Śniadanie**	**Jadłospis na dzień niedziela 5.04.2026** **Obiad** **Podwieczorek**	**Kolacja** **Posiłek 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		
Manna na mleku 150ml(mleko, Kasza manna) Chleb baltonowski 50g, Masło 15g, Szynka gotowana 20g, Jajko gotowane 60g, Sałata lodowa z dresingiem 80g, Herbata bez cukru 250ml (, Herbata czarna,**)** **Babka cytrynowa 50g** ***alergeny: gluten, mleko, gorczyca , jaja,*** **II Śniadanie:** Jabłko 150g	**Żurek 300ml** (, ziemniaki, marchew, pietruszka, **seler**, **żur) Klopsik ze schabu gotowany 90g(**schab b/k**, bułka tarta, jajka, mąka pszenna), Sos jarzynowy 50g (**marchew, **seler, mąka pszenna,** olej rzepakowy**),** **Jarzynka gotowana 80g (**marchew, **seler, mąka pszenna,** olej rzepakowy**),** Ziemniaki 80g, Kompot z gruszek 250ml (gruszka,) ***alergeny: gluten, mleko, gorczyca, seler,jaja*** **Pod: Budyń waniliowy 100g (MLE)** ***alergeny :mleko***,	**Chleb baltonowski 50g, Masło 15g Pasta twarogowa z gotowanym mintajem 60g , polędwica sopocka 20g, Sałatka jarzynowa łatwostrawna 80g(**ziemniak, marchew, jabłko, olej rzepakowy, **seler,** ,jaja), Herbata bez cukru 250ml (, Herbata czarna,**)** **alergeny: gluten,* ***mleko,*** *gorczyca* ***Posiłek nocny:*** Mus owocowo-warzywny 1szt
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		
Manna na mleku 300ml(mleko, Kasza manna)Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g, Masło 15g, Szynka gotowana 20g, Jajko gotowane 60g, , Sałatka wiosenna 80g(ogórek świeży, pomidor, sałata lodowa, olej rzepakowy)**Kawa z mlekiem bez cukru 250ml** (**mleko,** , Kawa zbożowa) **Babka cytrynowa 50g** ***alergeny: gluten, mleko, gorczyca , jaja*** **II Śniadanie:** Jabłko 150g	**Żurek 300ml** (, ziemniaki, marchew, pietruszka, **seler**, **żur) Schab duszony 90g(**schab b/k**, mąka pszenna), Sos jarzynowy 100g (**marchew, **seler, mąka pszenna,** olej rzepakowy**), Jarzynka gotowana 150g (**marchew, **seler, mąka pszenna,** olej rzepakowy**),** Ziemniaki 150g, Kompot z gruszek 250ml (gruszka,) ***alergeny: gluten, mleko, gorczyca, seler,jaja*** **Pod: Budyń waniliowy 200g (MLE)** ***alergeny :mleko***,	**Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g, Masło 15g, Pasta twarogowa z makrelą i szczypiorkiem 60g , polędwica sopocka 20g, Sałatka jarzynowa 80g(**ziemniak, marchew, jabłko, **majonez, seler,** ogórek kiszony, groszek, cebula,jaja), Herbata bez cukru 250ml (, Herbata czarna,) Orzechy włoskie 20g ***alergeny: gluten, mleko, gorczyca*** ***Posiłek nocny: Wafle kukurydziane pizza 25g*** ***alergeny: gluten, soja, mleko, orzechy**

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

Jadłospis zatwierdzony przez:

Kamil Karluto
DIETETYK

Rebus
PROSTE ROZWIĄZANIA
Dąbrowa Chotomowska, ul. Lipowa 36D, 05–123 Chotomów