

Kuchnia - Wojewódzki Szpital Zespolony  
ul. Królewicka 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 27.04.2026  Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
<b>Dieta podstawowa</b> Wartości odżywcze: Energia : 2375.53 kcal; Białko ogółem: 105.35 g; Tłuszcz: 58.82 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 19.21 g; Węglowodany ogółem: 302.90 g; Cukry proste: 31.97 g; Sód: 1530.37 mg; Błonnik pokarmowy: 31.90 g;		
<b>Ryż na mleku 300ml</b> (Ryż biały, mleko) <b>Chleb razowy 70g, Chleb baltonowski 30g, Masło 15g, Polędwica z warzywami 50g, Serek tartare 20g, Ogórek świeży 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml</b> (mleko, , Kawa zbożowa )  <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i>	<b>Rosół z makaronem nitki durum 300ml</b> (makaron nitki durum, marchew, seler, natka pietruszki)Udko z kurczaka pieczone 150g Surówka z marchwi i pora150g <b>Kasza jęczmienna 150g</b> , Kompot truskawkowy 250ml, Arbus 150g  <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca, seler, jaja</i>	<b>Chleb baltonowski 70g, Chleb razowy 30g Masło 15g, Ser żółty 40g, Kielbasa krakowska 20g, Sałatka z pomidorów z koperkiem i słonecznikiem 80g, Herbata bez cukru 250ml</b> ( , herbata czarna, ),  <i>*alergeny: gluten, gorczyca, mleko,</i>  <i>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</i>
<b>Dieta cukrzycowa</b> Wartości odżywcze: Energia : 2306.35 kcal; Białko ogółem: 101.88 g; Tłuszcz: 59.87 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 24.17 g; Węglowodany ogółem: 266.41 g; Cukry proste: 12.96 g; Sód: 1740.68 mg; Błonnik pokarmowy: 34.52 g;		
<b>Ryż na mleku 300ml</b> (Ryż biały, mleko), <b>Chleb graham 75g, Masło 15g Polędwica z warzywami 50g, Serek tartare 20g, Ogórek świeży 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml</b> (mleko, Kawa zbożowa )  <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i>  <b>II Śniadanie: Skyr naturalny 100g</b> <i>*alergeny :mleko,</i>	<b>Rosół z makaronem nitki durum 300ml</b> (makaron nitki durum, marchew, seler, natka pietruszki) Udko z kurczaka pieczone 150g <b>Kasza jęczmienna 150g</b> , Surówka z marchwi i pora150g <b>Sos koperkowy 100ml</b> (marchew, seler, mąka pszenna) Kompot z truskawek bez cukru 250ml  <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca, seler, jaja</i> <b>Pod: Colesław 150g</b> (kapusta biała, marchew, śmietana, koper, sól, kwasek cytrynowy) <i>*alergeny :mleko</i>	<b>Chleb graham 75g Masło 15g, Ser żółty 40g, Kielbasa krakowska 20g, Sałatka z pomidorów z koperkiem i słonecznikiem 80g, Herbata bez cukru 250ml</b> (herbata czarna, )  <i>*alergeny: gluten, gorczyca, mleko,</i>  <i>Posilek nocny: Chleb graham 30g, Masło 10g, Polędwica sopocka 30g</i>  <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień poniedziałek 27.04.2026  Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
<b>Dieta łatwostrawna</b> Wartości odżywcze: Energia : 2250.89 kcal; Białko ogółem: 93.23 g; Tłuszcz: 45.31 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 18.79 g; Węglowodany ogółem: 328.71 g; Cukry proste: 57.66 g; Sód: 1957.83 mg; Błonnik pokarmowy: 32.47 g;		
<b>Ryż na mleku 300ml</b> (Ryż biały, mleko), <b>Chleb baltonowski 100g, Masło 15g Polędwica z warzywami 50g, Serek tartare 20g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (mleko, , Kawa zbożowa )</b> Jabłko gotowane 150g  <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i>	<b>Rosół z makaronem nitki durum 300ml</b> (makaron nitki durum, marchew, seler, natka pietruszki)Udko z kurczaka pieczone 150g <b>Kasza jęczmienna 150g,</b> Sałatka z gotowanej marchwi z natką pietruszki150g <b>Sos koperkowy 100ml</b> (marchew, seler, mąka pszenna) <b>Kompot truskawkowy 250ml</b> Arbuź 150g <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca, seler, jaja</i>	<b>Chleb baltonowski 100g, Masło 15g, Ser żółty 40g, Kielbasa krakowska 20g,</b> Herbata bez cukru 250ml ( , herbata czarna,) Parzony pomidor bez skóry 80g  <i>*alergeny: gluten, gorczyca, mleko,</i>  <b>Posilek nocny:</b> Mus owocowo-warzywny 1szt
<b>Dieta łatwostrawna mielona</b> Wartości odżywcze: Energia : 2241.66 kcal; Białko ogółem: 98.59 g; Tłuszcz: 46.86 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 19.01 g; Węglowodany ogółem: 328.12 g; Cukry proste: 56.99 g; Sód: 1566.75 mg; Błonnik pokarmowy: 32.47 g;		
<b>Ryż na mleku 300ml</b> (Ryż biały, mleko), <b>Chleb baltonowski 100g, Masło 15g Polędwica z warzywami 50g, Serek tartare 20g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (mleko, , Kawa zbożowa )</b> Jabłko gotowane 150g <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i>  <b>II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g</b> <i>*alergeny :mleko,</i>	<b>Rosół z makaronem nitki durum 300ml</b> (makaron nitki durum, marchew, seler, natka pietruszki) <b>Potrąwka z udka ćwiartki 150g</b> (udko ćwiartka, marchew, seler, mąka pszenna) Ziemiaki150g Sałatka z gotowanej marchwi z natką pietruszki150g Kompot truskawkowy 250ml  <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca, seler, jaja</i>  <b>Pod:</b> Kisiel z owocami z/c 200 (mąka ziemniaczana, czarna porzeczka, )	<b>Chleb baltonowski 100g, Masło 15g Ser deliser 40g, Kielbasa krakowska 20g,</b> Herbata bez cukru 250ml ( , herbata czarna,) Parzony pomidor bez skóry 80g  <b>Posilek nocny:</b> Mus owocowo-warzywny 1szt  <i>*alergeny: gluten, gorczyca, mleko,</i>
<b>Dieta łatwostrawna niskotłuszczowa</b> Wartości odżywcze: Energia : 2130.10 kcal; Białko ogółem: 105.89 g; Tłuszcz: 36.48 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 13.24 g; Węglowodany ogółem: 333.23 g; Cukry proste: 54.46 g; Sód: 1317.37 mg; Błonnik pokarmowy: 31.29 g;		
<b>Ryż na mleku 300ml</b> (Ryż biały, mleko) <b>Chleb baltonowski 100g, Masło 10g, Polędwica z warzywami 50g, Serek tartare 20g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (mleko, , Kawa zbożowa )</b> Jabłko gotowane 150g  <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i>	<b>Rosół z makaronem nitki durum 300ml</b> (makaron nitki durum, marchew, seler, natka pietruszki) Udko z kurczaka pieczone 150g <b>Kasza jęczmienna 150g,</b> Sałatka z gotowanej marchwi z natką pietruszki150g <b>Sos koperkowy 100ml</b> (marchew, seler, mąka pszenna) <b>Kompot truskawkowy 250ml</b> Arbuź 150g  <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca, seler, jaja</i>	<b>Chleb baltonowski 100g, Masło 10g Ser deliser 40g, Kielbasa krakowska 20g,</b> Herbata bez cukru 250ml ( , herbata czarna,) Parzony pomidor bez skóry 80g  <i>*alergeny: gluten, gorczyca, mleko,</i>  <b>Posilek nocny:</b> Mus owocowo-warzywny 1szt

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień poniedziałek 27.04.2026  Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
<b>Dieta dzieci 2 roku życia</b> Wartości odżywcze: Energia : 2148.94 kcal; Białko ogółem: 86.69 g; Tłuszcz: 44.44 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 18.38 g; Węglowodany ogółem: 299.98 g; Cukry proste: 58.81 g; Sód: 1619.39 mg; Błonnik pokarmowy: 27.52 g;		
<p><b>Ryż na mleku 150ml</b>(Ryż biały, mleko), <b>Chleb bal. 50g</b>, <b>Masło 15g</b>, <b>Polędwica z warzywami 50g</b>, <b>Serek tartare 20g</b>, Herbata bez cukru 250ml ( , herbata czarna,) Jabłko gotowane 150g</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p><b>II Śniadanie:</b> Mandarynka 1szt</p>	<p><b>Rosół z makaronem nitki durum 200ml</b>(makaron nitki durum, marchew, seler, natka pietruszki) <b>Potrąwka z udka ćwiartki 150g</b>(udko ćwiartka, marchew, seler, mąka pszenna) Sałatka z gotowanej marchwi z natką pietruszki 80g Ziemniaki 80g Kompot truskawkowy 250ml</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca, seler, jaja</i></p> <p><b>Pod:</b> Kisiel z owocami z/c 200 (mąka ziemniaczana, czarna porzeczka, )</p>	<p><b>Chleb baltonowski 50g, Masło 15g Ser żółty 40g, Kielbasa krakowska 20g</b>, Herbata bez cukru 250ml ( , herbata czarna,) Parzony pomidor bez skóry 80g</p> <p><i>*alergeny: gluten, gorczyca, mleko,</i></p> <p><b>Posilek nocny:</b> Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
<b>Dieta dzieci dużych</b> Wartości odżywcze: Energia : 2361.61 kcal; Białko ogółem: 111.20 g; Tłuszcz: 52.59 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 19.72 g; Węglowodany ogółem: 372.18 g; Cukry proste: 57.54 g; Sód: 1621.78 mg; Błonnik pokarmowy: 32.92 g;		
<p><b>Ryż na mleku 300ml</b>(Ryż biały, mleko), <b>Chleb razowy 70g</b>, <b>Chleb baltonowski 30g</b>, <b>Masło 15g Polędwica z warzywami 50g</b>, <b>Serek tartare 20g</b>, <b>Ogórek świeży 80g</b>, <b>Kawa z mlekiem bez cukru 250ml</b> (mleko, , Kawa zbożowa )</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p><b>II Śniadanie:</b> Mandarynka 1szt</p>	<p><b>Rosół z makaronem nitki durum 300ml</b>(makaron nitki durum, marchew, seler, natka pietruszki) <b>Udka z kurczaka pieczone 150g Kasza jęczmienna 150g</b>, <b>Surówka z marchwi i pora 150g Sos koperkowy 100ml</b> (marchew, seler, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna) <b>Kompot truskawkowy 250ml</b></p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca, seler, jaja</i></p> <p><b>Pod:</b> Kisiel z owocami z/c 200 (mąka ziemniaczana, czarna porzeczka, )</p>	<p><b>Chleb bal.70g, Chleb razowy .30g, Masło 15g, Ser żółty 40g, Kielbasa krakowska 20g</b>, Sałatka z pomidorów z koperkiem i słonecznikiem 80g, Herbata bez cukru 250ml ( , herbata czarna,)</p> <p><i>*alergeny: gluten, gorczyca, mleko,</i></p> <p><b>Posilek nocny:</b> Mus owocowo-warzywny 1szt</p>

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

**Rebus**  
PROSTE ROZWIĄZANIA

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

Jadłospis zatwierdzony przez:

Kamil Karluto  
DIETETYK  
*Karluto*



# Rebus

PROSTE ROZWIĄZANIA

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

Kamil Karluto  
DIETETYK  
*Karluto*

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień wtorek 28.04.2026  Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
<b>Dieta podstawowa</b> Wartości odżywcze: Energia : 2390.72 kcal; Białko ogółem: 117.88 g; Tłuszcz: 64.42 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 18.83 g; Węglowodany ogółem: 314.36 g; Cukry proste: 36.16 g; Sód: 1373.53 mg; Błonnik pokarmowy: 33.90 g;		
<b>Manna na mleku 300ml(mleko,Kasza manna), Chleb razowy 70gChleb baltonowski 30g, Masło 15g, Pasta twarogowa z ziołami 60g, Polędwica sopocka 20g, Sałatka wiosenna 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml, (mleko, , Kawa zbożowa)</b>  <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i>	<b>Zupa z czerwonej soczewicy 300ml</b> (soczewica czerwona ziemniaki marchew, koncentrat pomidorowy, seler, seler, mąka pszenna) <b>Filet drobiowy smażony 90g</b> (pierś z kurczaka, jaja, bulka tarta, mąka pszenna) <b>Sos jarzynowy 100g</b> (marchew, seler, mąka pszenna, natka pietruszki) <b>Surówka z kapusty czerwonej 150g</b> (kapusta czerwona, jabłko, cebula, olej) <b>Ziemniaki 150g, Kompot z gruszek 250ml Arbuz 150g</b>  <i>*alergeny: gluten, mleko, seler, gorczyca, jaja</i>	<b>Chleb bal.70g Chleb razowy 30g, Masło 15g, Pasta z mintaja z warzywami z koncentratem 60g, Polędwica z kurcząt 20g, Sałatka z ogórka świeżego ze słonecznikiem 80g, Herbata bez cukru 250ml (, Herbata czarna,)</b>  <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i>  <b>Posilek nocny: Wafle ryżowe w polewie malinowej 25g</b> <i>*alergeny: gluten, orzechy</i>
<b>Dieta cukrzycowa</b> Wartości odżywcze: Energia : 2396.27 kcal; Białko ogółem: 118.12 g; Tłuszcz: 65.00 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 23.85 g; Węglowodany ogółem: 288.06 g; Cukry proste: 9.79 g; Sód: 1761.12 mg; Błonnik pokarmowy: 35.40 g;		
<b>Manna na mleku 300ml(mleko,Kasza manna), Chleb graham 75g, Masło 15g Pasta twarogowa z ziołami 60g, Polędwica sopocka 20g, Sałatka wiosenna 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml, (mleko,,Kawa zbożowa)</b>  <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i>  <b>II Śniadanie : Sok pomidorowy 200ml, Pieczywo razowe Wasa 2szt</b>  <i>*alergeny: gluten,</i>	<b>Zupa z czerwonej soczewicy 300ml</b> (soczewica czerwona ziemniaki marchew, koncentrat pomidorowy, seler, seler, mąka pszenna) <b>Filet drobiowy z pieca 90g</b> (pierś z kurczaka, mąka pszenna) <b>Sos jarzynowy 100g</b> (marchew, seler, mąka pszenna, natka pietruszki) <b>Surówka z kapusty czerwonej 150g</b> (kapusta czerwona, jabłko, cebula, olej) <b>Ziemniaki 150g, Kompot z gruszek bez cukru 250ml</b>  <i>*alergeny: gluten, mleko, seler, gorczyca,</i>  <b>Pod:</b> Surówka z kalafiora z papryką 150g	<b>Chleb graham 75g Masło 15g Pasta z mintaja z warzywami z koncentratem 60g, Polędwica z kurcząt 20g, Sałatka z ogórka świeżego ze słonecznikiem 80g, Herbata bez cukru 250ml (Herbata czarna,)</b>  <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i>  <b>Posilek nocny: Chleb graham 30g, Masło 10g, Kielbasa krakowska 30g,</b> <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień wtorek 28.04.2026  Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
<b>Dieta łatwostrawna</b> Wartości odżywcze: Energia : 2358.84 kcal; Białko ogółem: 116.97 g; Tłuszcz: 49.50 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 15.75 g; Węglowodany ogółem: 357.82 g; Cukry proste: 38.37 g; Sód: 1849.23 mg; Błonnik pokarmowy: 35.02 g;		
<p>Manna na mleku 300ml(mleko,Kasza manna), Chleb baltonowski 100g, Masło 15g, Pasta twarogowa z ziołami 60g, Polędwica sopocka 20g, Mus z jabłka 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml, (mleko, ,Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p>	<p>Pomidorowa z makaronem bez śmietany 300ml (makaron pszenny, marchew, seler, koncentrat pomidorowy, natka pietruszki) Filet drobiowy z pieca 90g(pierś z kurczaka, mąka pszenna) Sos jarzynowy 100g(marchew, seler, mąka pszenna, natka pietruszki) Salátka z selera i jabłka 150g, Ziemniaki 150g, Kompot z gruszek 250ml Arbuz 150g</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, seler, gorczyca,</i></p>	<p>Chleb baltonowski 100g, Masło 15g, Pasta z mintaja z warzywami z koncentratem 60g, Polędwica z kurcząt 20g, Salata lodowa z jogurtem 80g Herbata bez cukru 250ml (, Herbata czarna,)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p> <p><b>Posilek nocny:</b> Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
<b>Dieta łatwostrawna mielona</b> Wartości odżywcze: Energia : 2267.54 kcal; Białko ogółem: 115.88 g; Tłuszcz: 44.87 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 13.85 g; Węglowodany ogółem: 348.96 g; Cukry proste: 39.00 g; Sód: 1565.16 mg; Błonnik pokarmowy: 33.77 g;		
<p>Manna na mleku 300ml(mleko,Kasza manna), Chleb bal.100g, Masło 15g, Pasta twarogowa z ziołami 60g, Polędwica sopocka 20g, Mus z jabłka 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml, (mleko, ,Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p> <p>II śniadanie: Jogurt naturalny 100g</p> <p><i>*alergeny: mleko,</i></p>	<p>Pomidorowa z makaronem bez śmietany 300ml (makaron pszenny, marchew, seler, koncentrat pomidorowy, natka pietruszki) Potrawka drobiowa z piersi 150g(pierś z kurczaka, marchew, seler, mąka pszenna, natka pietruszki) Salátka z selera i jabłka 150g, Ziemniaki 150g, Kompot z gruszek 250ml</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, seler, gorczyca,</i></p> <p><b>Pod:</b> Bulka maślana 1szt</p> <p><i>*alergeny: gluten,</i></p>	<p>Chleb bal.100g, Masło 15g Pasta z mintaja z warzywami z koncentratem 60g, Polędwica z kurcząt 20g, Salata lodowa z jogurtem 80g Herbata bez cukru 250ml (Herbata czarna,)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p> <p><b>Posilek nocny:</b> Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
<b>Dieta łatwostrawna niskotłuszczowa</b> Wartości odżywcze: Energia : 2368.01 kcal; Białko ogółem: 114.28 g; Tłuszcz: 35.44 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 10.65 g; Węglowodany ogółem: 373.94 g; Cukry proste: 46.46 g; Sód: 1723.00 mg; Błonnik pokarmowy: 32.62 g;		
<p>Manna na mleku 300ml(mleko,Kasza manna), Chleb baltonowski 100g, Masło 10g, Pasta twarogowa z ziołami 60g, Polędwica sopocka 20g, Mus z jabłka 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml, (mleko, ,Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p>	<p>Pomidorowa z makaronem bez śmietany 300ml (makaron pszenny, marchew, seler, koncentrat pomidorowy, natka pietruszki) Filet drobiowy z pieca 90g(pierś z kurczaka, mąka pszenna) Sos jarzynowy 100g(marchew, seler, mąka pszenna, natka pietruszki) Salátka z selera i jabłka 150g, Ziemniaki 150g, Kompot z gruszek 250ml Arbuz 150g</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, seler, gorczyca,</i></p>	<p>Chleb baltonowski 100g, Masło 10g, Pasta z mintaja z warzywami z koncentratem 60g, Polędwica z kurcząt 20g, Salata lodowa z jogurtem 80g Herbata bez cukru 250ml (, Herbata czarna,)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p> <p><b>Posilek nocny:</b> Mus owocowo-warzywny 1szt</p>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień wtorek 28.04.2026  Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
<b>Dieta dzieci 2 roku życia</b> Wartości odżywcze: Energia : 2097.77 kcal; Białko ogółem: 105.17 g; Tłuszcz: 44.82 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 14.11 g; Węglowodany ogółem: 308.45 g; Cukry proste: 36.95 g; Sód: 1191.39 mg; Błonnik pokarmowy: 27.41 g;		
<b>Manna na mleku 150ml(mleko,Kasza manna), Chleb bal.50g, Masło 15g Pasta twarogowa z ziołami 60g, Połudwica sopocka 20g, Mus z jabłka 80g, Herbata bez cukru 250ml (, Herbata czarna.)</b>  <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i>  <b>II śniadanie: Jogurt naturalny 100g</b>  <i>*alergeny: mleko,</i>	<b>Pomidorowa z makaronem bez śmietany 200ml (makaron pszenny, marchew, seler, , koncentrat pomidorowy, natka pietruszki) Potrawka drobiowa z piersi 150g(pierś z kurczaka, marchew, seler, mąka pszenna, natka pietruszki) Sałatka z selera i jabłka 150g, Ziemniaki 150g, Kompot z gruszek 250ml</b>  <i>*alergeny: gluten, mleko, seler, gorczyca,</i>  <b>Pod: Bulka maślana 1szt</b>  <i>*alergeny: gluten,</i>	<b>Chleb bal.50g, Masło 15g, Połudwica z kurcząt 50g, Ser deliser 20g, Sałata lodowa z jogurtem 80g, Herbata bez cukru 250ml (, Herbata czarna.)</b>  <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i>  <b>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</b>
<b>Dieta dzieci dużych</b> Wartości odżywcze: Energia : 2394.22 kcal; Białko ogółem: 117.48 g; Tłuszcz: 46.37 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 19.63 g; Węglowodany ogółem: 337.56 g; Cukry proste: 36.34 g; Sód: 1425.93 mg; Błonnik pokarmowy: 33.91 g;		
<b>Manna na mleku 300ml(mleko,Kasza manna) Chleb razowy 70gChleb baltonowski 30g, Masło 15g Pasta twarogowa z ziołami 60g, Połudwica sopocka 20g, Sałatka wiosenna 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml, (mleko, ,Kawa zbożowa)</b>  <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i>  <b>II śniadanie: Jogurt naturalny 100g</b>  <i>*alergeny: mleko,</i>	<b>Zupa z czerwonej soczewicy300ml (soczewica czerwona ziemniaki marchew, koncentrat pomidorowy, seler, seler, mąka pszenna) Filet drobiowy smażony 90g(pierś z kurczaka, jaja, bulka tarta, mąka pszenna) Surówka z kapusty czerwonej 150g(kapusta czerwona, jabłko, cebula, olej) Ziemniaki 150g, Kompot z gruszek 250ml</b>  <i>*alergeny: gluten, mleko, seler, gorczyca,jaja</i>  <b>Pod: Bulka maślana 1szt</b>  <i>*alergeny: gluten,</i>	<b>Chleb bal.70g Chleb razowy 30g, Masło 15g, Połudwica z kurcząt 50g, Ser deliser 20g, Sałatka z ogórka świeżego ze słonecznikiem 80g, Herbata bez cukru 250ml (, Herbata czarna.)</b>  <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i>  <b>Posilek nocny: Wafle ryżowe w polewie malinowej 25g</b> <i>*alergeny: gluten, orzechy</i>

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 Zespólny  
ul. Królewiecka 146  
82-300 Elbląg

Jadłospis zatwierdzony przez:

# Rebus

PROSTE ROZWIĄZANIA

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

Kamil Karluto  
DIETETYK  
*Karluto*

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień środa 29.04.2026 Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
<b>Dieta podstawowa</b> Wartości odżywcze: 2298.68 kcal; Białko ogółem: 94.07 g; Tłuszcz: 62.58 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 22.40 g; Węglowodany ogółem: 312.63 g; Cukry proste: 42.94 g; Sód: 1502.95 mg; Błonnik pokarmowy: 34.09 g;		
<b>Ryż na mleku 300ml ( mleko, Ryż biały), Chleb razowy 70g, Chleb baltonowski 30g, Masło 15g, Ser żółty 40g, Szynka schabowa 20g, Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml ( mleko, Kawa zbożowa)</b>  <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i>	<b>Ogórkowa 300ml</b> (ziemniak, ogórek kiszony, marchew, seler, śmietana, mąka pszenna ,koper) <b>Klopsik wieprzowy duszony 90g</b> (łopatka b/k, bulka tarta, jaja, olej rzepakowy) <b>Sos pomidorowy 100g</b> (mąka pszenna, marchew, seler, koncentrat pomidorowy) Mix warzyw gotowanych 150g(kalafior, brokuł, marchew), <b>Kasza jęczmienna 150g</b> , Kompot z czerwonej porzeczki 250ml (czerwona porzeczka ) Melon 150g,  <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, seler ,</i>	<b>Chleb biał. 70g, Chleb razowy 30g, Masło 15g , Serek tartare 20g, Szynka biała 40g, Pomidor 80g., Herbata bez cukru 250ml ( , Herbata )</b> <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, ryby</i>  <b>Posilek nocny: Baton naturalny 35g</b>  <i>*alergeny: gluten, soja, mleko, orzechy</i>
<b>Dieta cukrzycowa</b> Wartości odżywcze: Energia : 2105.75 kcal; Białko ogółem: 90.53 g; Tłuszcz: 51.04 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 21.85 g; Węglowodany ogółem: 273.67 g; Cukry proste: 18.55 g; Sód: 1395.70 mg; Błonnik pokarmowy: 35.67 g;		
<b>Ryż na mleku 300ml ( mleko, Ryż biały), Chleb graham 75g, Masło 15g Ser żółty 40g, Szynka schabowa 20g, Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml ( mleko, Kawa zbożowa),</b>  <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i>  <b>II Śniadanie : Serek wiejski 200g</b>  <i>*alergeny: mleko</i>	<b>Ogórkowa 300ml</b> (ziemniak, ogórek kiszony, marchew, seler, śmietana, mąka pszenna ,koper) <b>Klopsik wieprzowy duszony 90g</b> (łopatka b/k, bulka tarta, jaja, olej rzepakowy) ix warzyw gotowanych 150g(kalafior, brokuł, marchew), <b>Kasza jęczmienna 150g, Sos pomidorowy 100g</b> (mąka pszenna, marchew, seler, koncentrat pomidorowy) Kompot z czerwonej porzeczki bez cukru 250ml  <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, seler ,</i>  <b>Pod: Brokuł gotowany 150g</b>	<b>Chleb graham 75g, Masło 15g Serek tartare 20g, Szynka biała 40g, Pomidor 80g, , Herbata bez cukru 250ml (Herbata czarna )</b>  <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,</i>  <b>Posilek nocny: Chleb graham 30g, Twaróg 30g</b>  <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień środa 29.04.2026  Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
<b>Dieta łatwostrawna</b> Wartości odżywcze: Energia : 2053.09 kcal; Białko ogółem: 90.57 g; Tłuszcz: 47.38 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 20.70 g; Węglowodany ogółem: 313.01 g; Cukry proste: 56.82 g; Sód: 1896.93 mg; Błonnik pokarmowy: 34.07 g;		
<b>Ryż na mleku 300ml( mleko,Ryż biały), Chleb baltonowski 100g, Masło 15g Ser żółty 40g, Szyńka schabowa 20g, Cukinia duszona z marchewką i koncentratem 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml ( mleko, ,Kawa zbożowa)</b>  <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i>	<b>Zacierka na wywarze 300ml (makaron zacierka, ziemniaki marchew, seler, mąka pszenna ) Klopsik wieprzowy duszony 90g(łopatka b/k, bulka tarta, jaja, olej rzepakowy) Sałatka z marchwi i jabłka 150g, Kasza jęczmienna 150g, Sos pomidorowy 100g(mąka pszenna, marchew, seler, koncentrat pomidorowy) Kompot z czerwonej porzeczki 250ml (czerwona porzeczka ) Melon 150g,</b>  <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,seler ,</i>	<b>Chleb baltonowski 100g, Masło 15g, Serek tartare 20g, Szyńka biała 40g, Parzony pomidor bez skóry 80g, Herbata bez cukru 250ml ( , Herbata )</b>  <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, ryby</i> <b>Posilek nocny:</b> Mus owocowo-warzywny 1szt
<b>Dieta łatwostrawna mielona</b> Wartości odżywcze: Energia : 2079.37 kcal; Białko ogółem: 90.91 g; Tłuszcz: 53.83 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 25.63 g; Węglowodany ogółem: 312.34 g; Cukry proste: 56.19 g; Sód: 1929.89 mg; Błonnik pokarmowy: 35.14 g;		
<b>Ryż na mleku 300ml( mleko,Ryż biały), Chleb bałt. 100g, Masło 15g, Ser deliser 40g, Szyńka schabowa 20g, Cukinia duszona z marchewką i koncentratem 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml ( mleko, ,Kawa zbożowa)</b>  <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,jaja</i>  <b>II Śniadanie:</b> Sok jabłkowy 200ml	<b>Zacierka na wywarze 300ml (makaron zacierka, ziemniaki marchew, seler, mąka pszenna ) Klopsik wieprzowy duszony 90g(łopatka b/k, bulka tarta, jaja, olej rzepakowy) Sałatka z marchwi i jabłka 150g, Ziemniaki 150g, Sos pomidorowy 100g(mąka pszenna, marchew, seler, koncentrat pomidorowy) Kompot z czerwonej porzeczki 250ml (czerwona porzeczka )</b>  <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,seler ,jaja</i>  <b>Pod: Biszkopcy 30g</b> <i>*alergeny : gluten</i>	<b>Chleb baltonowski 100g, Masło 15g Serek tartare 20g, Szyńka biała 40g, Parzony pomidor bez skóry 80g, Herbata bez cukru 250ml ( , Herbata )</b>  <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, , jaja ryby</i> <b>Posilek nocny:</b> Mus owocowo-warzywny 1szt
<b>Dieta łatwostrawna niskotłuszczowa</b> Wartości odżywcze: Energia : 2089.79 kcal; Białko ogółem: 94.68 g; Tłuszcz: 40.74 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 18.40 g; Węglowodany ogółem: 318.12 g; Cukry proste: 57.10 g; Sód: 1715.88 mg; Błonnik pokarmowy: 31.06 g;		
<b>Ryż na mleku 300ml( mleko,Ryż biały), Chleb baltonowski 100g, Masło 10g, Ser deliser 40g, Szyńka schabowa 20g, Cukinia duszona z marchewką i koncentratem 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml ( mleko, ,Kawa zbożowa)</b>  <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,jaja</i>	<b>Zacierka na wywarze 300ml (makaron zacierka, ziemniaki marchew, seler, mąka pszenna ) Klopsik wieprzowy duszony 90g(łopatka b/k, bulka tarta, jaja, olej rzepakowy) Sałatka z marchwi i jabłka 150g, Kasza jęczmienna 150g, Sos pomidorowy 100g(mąka pszenna, marchew, seler, koncentrat pomidorowy) Kompot z czerwonej porzeczki 250ml (czerwona porzeczka ) Melon 150g,</b>  <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,seler ,</i>	<b>Chleb baltonowski 100g, Masło 10g, Serek tartare 20g, Szyńka biała 40g, Parzony pomidor bez skóry 80g,, Herbata bez cukru 250ml ( , Herbata )</b>  <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, ryby</i> <b>Posilek nocny:</b> Mus owocowo-warzywny 1szt

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień środy 29.04.2026  Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
<b>Dieta dzieci 2 roku życia</b> Wartości odżywcze: Energia : 1974.89 kcal; Białko ogółem: 78.54 g; Tłuszcz: 45.31 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 23.13 g; Węglowodany ogółem: 279.14 g; Cukry proste: 55.23 g; Sód: 1717.38 mg; Błonnik pokarmowy: 26.28 g;		
<p>Ryż na mleku 150ml( mleko,Ryż biały), Chleb biał. 50g, Masło 15g, Ser żółty 40g, Szyńka schabowa 20g, Cukinia duszona z marchewką i koncentratem 80g, Herbata bez cukru 250ml ( , Herbata )</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,jaja</i></p> <p>II Śniadanie: Sok jabłkowy 200ml</p>	<p>Zacierka na wywarze 200ml (makaron zacierka, ziemniaki marchew, seler, mąka pszenna ) Klopsik wieprzowy duszony 90g(łopatka b/k, bulka tarta, jaja, olej rzepakowy) Sałatka z marchwi i jabłka 150g, Ziemniaki 150g, Sos jarzynowy 100g(mąka pszenna, marchew, seler) Kompot z czerwonej porzeczki 250ml (czerwona porzeczka )</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,seler ,</i></p> <p>Pod: Biszkopty 30g, Jogurt naturalny 100g, <i>*alergeny : gluten, mleko</i></p>	<p>Chleb baltonowski 50g, Masło 15g, Serek tartare 20g, Szyńka biała 40g, Parzony pomidor bez skóry 80g, Herbata bez cukru 250ml ( , Herbata )</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, , jaja ryby</i></p> <p><b>Posilek nocny:</b> Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
<b>Dieta dzieci dużych</b> Wartości odżywcze: Energia : 2369.78 kcal; Białko ogółem: 95.83 g; Tłuszcz: 49.38 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 22.02 g; Węglowodany ogółem: 327.47 g; Cukry proste: 52.81 g; Sód: 1545.05 mg; Błonnik pokarmowy: 34.18 g;		
<p>Ryż na mleku 300ml( mleko,Ryż biały), Chleb razowy 70g, Chleb baltonowski 30g, Masło15g, Ser żółty 40g, Szyńka schabowa 20g, Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml ( mleko, ,Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p> <p>II Śniadanie: Sok jabłkowy 200ml</p>	<p>Ogórkowa 300ml (ziemniak, ogórek kiszony, marchew, seler, śmietana, mąka pszenna ,koper) Klopsik wieprzowy duszony 90g(łopatka b/k, bulka tarta, jaja, olej rzepakowy) Sos jarzynowy 100g(mąka pszenna, marchew, seler) Mix warzyw gotowanych 150g(kalafior, brokuł, marchew), Kasza jęczmienna 150g, Kompot z czerwonej porzeczki 250ml (czerwona porzeczka )</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,seler ,</i></p> <p>Pod: Biszkopty 30g, Jogurt naturalny 100g, <i>*alergeny : gluten, mleko</i></p>	<p>Chleb biał. 70g, Chleb razowy 30g, Masło 15g, Serek tartare 20g, Szyńka biała 40g, Pomidor 80g, , Herbata bez cukru 250ml ( , Herbata )</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, ryby</i></p> <p><b>Posilek nocny:</b> Baton naturalny 35g</p> <p><i>*alergeny: gluten, soja, mleko,orzechy</i></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 czwartek 30.04.2026r.  Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
<b>Dieta podstawowa</b> Wartości odżywcze: Energia : 2367.09 kcal; Białko ogółem: 94.32 g; Tłuszcz: 57.42 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 23.65 g; Węglowodany ogółem: 313.07 g; Cukry proste: 35.30 g; Sód: 1044.14 mg; Błonnik pokarmowy: 32.36 g;		
<b>Zacierka na mleku 300ml(mleko, makaron zacierka), Chleb razowy 70g, Chleb baltonowski 30g , Masło 15g, Jajko gotowane 60g, Polędwica sopocka 20g, Sałatka wiosenna 80g(pomidor ,ogórek świeży, sałata lodowa, olej rzepakowy), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (mleko, Kawa zbożowa)</b>  <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, jaja</i>	<b>Barszcz czerwony ze śmietaną 300ml(burak ćwikłowy, ziemniak, marchew, seler, śmietana, majeranek) Potrawka wieprzowo-warzywna 150g(łopatka b/k, marchew, seler, mąka pszenna) Ziemniaki 150g, Surówka z kapusty białej z olejem 150g, Kompot z owoców mieszanych 250ml(jabłko, czarna porzeczka, truskawka,) Jabłko 150g</b>  <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, seler,</i>	<b>Chleb bal.70g, razowy 30g, Masło 15g, Szynka schabowa 40g, Twarożek Haga 20g, Pomidor 80g, Herbata bez cukru 250 ml ( Herbata),</b>  <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,</i>  <b>Posilek nocny: Ciasteczka owsiane 35g</b>  <i>*alergeny: gluten, soja, orzechy</i>
<b>Dieta cukrzycowa</b> Wartości odżywcze: Energia : 2181.80 kcal; Białko ogółem: 102.05 g; Tłuszcz: 47.37 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 14.99 g; Węglowodany ogółem: 247.44 g; Cukry proste: 15.72 g; Sód: 1579.55 mg; Błonnik pokarmowy: 34.82 g;		
<b>Zacierka na mleku 300ml(mleko, makaron zacierka) Chleb graham 75g, Masło 15g, Jajko gotowane 60g, Polędwica sopocka 20g, Sałatka wiosenna 80g(pomidor ,ogórek świeży, sałata lodowa, olej rzepakowy), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (mleko, Kawa zbożowa)</b>  <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, jaja</i>  <b>II śniadanie: Kefir 200g,</b> <i>*alergeny: mleko</i>	<b>Barszcz czerwony ze śmietaną 300ml(burak ćwikłowy, ziemniak, marchew, seler, śmietana, majeranek) Potrawka wieprzowo-warzywna 150g(łopatka b/k, marchew, seler, mąka pszenna) Ziemniaki 150g, Surówka z kapusty białej z olejem 150g, Kompot z owoców mieszanych bez cukru 250ml(jabłko, czarna porzeczka, truskawka,)</b> <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, seler, jaja</i> <b>Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g</b> <i>*alergeny: mleko</i>	<b>Chleb graham 75g,, Masło 15g, Szynka schabowa 40g, Twarożek Haga 20g, Pomidor 80g, Herbata bez cukru 250 ml (Herbata),</b>  <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,</i>  <b>Posilek nocny: Chleb graham 30g, Masło 10g, Ser deliser 20g,</b>  <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień czwartek 30.04.2026r.  Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
<b>Dieta łatwostrawna</b> Wartości odżywcze: Energia : 2210.05 kcal; Białko ogółem: 103.06 g; Tłuszcz: 49.47 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 19.44 g; Węglowodany ogółem: 319.91 g; Cukry proste: 38.60 g; Sód: 1825.29 mg; Błonnik pokarmowy: 32.45 g;		
<b>Zacierka na mleku 300ml(mleko, makaron zacierka)Chleb baltonowski 100g, Masło 15g Masło 15g, Jajko gotowane 60g, Polędwica sopocka 20g, Mus z jabłka 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (mleko, Kawa zbożowa)</b>  <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,jaja</i>	<b>Barszcz czerwony ze śmietaną 300ml(burak ćwikłowy, ziemniak, marchew, seler, śmietana, majeranek) Potrawka wieprzowo-warzywna 150g(łopatka b/k, marchew, seler, mąka pszenna) Ziemniaki 150g, Salatką z gotowanego selera i marchwi 150g, Kompot z owoców mieszanych 250ml(jabłko, czarna porzeczka, truskawka.)</b>  <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,seler, jaja</i>	<b>Chleb baltonowski 100g, Masło 15g, Szyunka schabowa 40g, Twarożek Haga 20g, Parzony pomidor bez skóry 80g Herbata bez cukru 250 ml ( Herbata),</b> <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,</i>  <b>Posilek nocny:</b> Mus owocowo-warzywny 1szt
<b>Dieta łatwostrawna mielona</b> Wartości odżywcze: Energia : 2172.07 kcal; Białko ogółem: 95.40 g; Tłuszcz: 46.55 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 19.33 g; Węglowodany ogółem: 307.22 g; Cukry proste: 39.80 g; Sód: 1354.93 mg; Błonnik pokarmowy: 32.96 g;		
<b>Zacierka na mleku 300ml(mleko, makaron zacierka)Chleb bal.100g, Masło 15g, Pasta z jajka z koperkiem 60g, Polędwica sopocka 20g, Mus z jabłka 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (mleko, Kawa zbożowa)</b>  <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,jaja</i>  <b>II śniadanie :</b> Kisiel z czarnej porzeczki 200g(skrobia ziemniaczana, czarna porzeczka, )	<b>Barszcz czerwony ze śmietaną 300ml(burak ćwikłowy, ziemniak, marchew, seler, śmietana, majeranek) Potrawka wieprzowo-warzywna 150g(łopatka b/k, marchew, seler, mąka pszenna) Ziemniaki 150g, Salatką z gotowanego selera i marchwi 150g, Kompot z owoców mieszanych 250ml(jabłko, czarna porzeczka, truskawka.)</b>  <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,seler, jaja</i>  <b>Pod: Jogurt owocowy 100g</b>  <i>*alergeny: mleko,</i>	<b>Chleb baltonowski 100g, Masło 15g, Szyunka schabowa 40g, Twarożek Haga 20g, Parzony pomidor bez skóry 80g Herbata bez cukru 250 ml ( Herbata),</b> <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,</i>  <b>Posilek nocny:</b> Mus owocowo-warzywny 1szt
<b>Dieta łatwostrawna niskotłuszczowa</b> Wartości odżywcze: Energia : 2161.14 kcal; Białko ogółem: 119.01 g; Tłuszcz: 41.69 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 12.19 g; Węglowodany ogółem: 348.61 g; Cukry proste: 53.42 g; Sód: 1221.98 mg; Błonnik pokarmowy: 31.12 g;		
<b>Zacierka na mleku 300ml(mleko, makaron zacierka)Chleb baltonowski 100g, Masło 10g Pasta z białka z koperkiem 60g, Polędwica sopocka 20g, Mus z jabłka 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (mleko, Kawa zbożowa)</b>  <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,jaja</i>	<b>Barszcz czerwony ze śmietaną 300ml(burak ćwikłowy, ziemniak, marchew, seler, śmietana, majeranek) Potrawka wieprzowo-warzywna 150g(łopatka b/k, marchew, seler, mąka pszenna) Ziemniaki 150g, Salatką z gotowanego selera i marchwi 150g, Kompot z owoców mieszanych 250ml(jabłko, czarna porzeczka, truskawka.)</b>  <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,seler, jaja</i>	<b>Chleb baltonowski 100g,, Masło 10g, Szyunka schabowa 40g, Twarożek Haga 20g, Parzony pomidor bez skóry 80g Herbata bez cukru 250 ml ( Herbata),</b>  <b>Posilek nocny:</b> Mus owocowo-warzywny 1sz  <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,</i>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień czwartek 30.04.2026r.		Kolacja Posilek nocny
<b>Dieta dzieci 2 roku życia</b> Wartości odżywcze: Energia : 1966.97 kcal; Białko ogółem: 82.62 g; Tłuszcz: 44.62 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 18.81 g; Węglowodany ogółem: 282.21 g; Cukry proste: 48.12 g; Sód: 1272.61 mg; Błonnik pokarmowy: 24.04 g;			
<p><b>Zacierka na mleku 150ml(mleko, makaron zacierka)</b> <b>Chleb baltonowski 50g, Masło 15g, Pasta z jajka z koperkiem 60g, Polędwica sopocka 20g,</b> Mus z jabłka 80g, Herbata bez cukru 250 ml ( Herbata),</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,jaja</i></p> <p><b>II śniadanie :</b> Kisiel z czarnej porzeczki 200g(skrobia ziemniaczana, czarna porzeczka, ) Wafle ryżowe 20g</p>	<p><b>Barszcz czerwony ze śmietaną 200ml</b>(burak ćwikłowy, ziemniak, marchew, seler, śmietana, majeranek) <b>Potrąwka wieprzowo-warzywna 150g</b>(łopatka b/k, marchew, seler, mąka pszenna) Ziemniaki 80g, <b>Salatka z gotowanego selera i marchwi 80g,</b> Kompot z owoców mieszanych 250ml(jabłko, czarna porzeczka, truskawka.)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,seler, jaja</i></p> <p><b>Pod: Jogurt naturalny 100g</b></p> <p><i>*alergeny: mleko,</i></p>	<p><b>Chleb baltonowski 50g, Masło 15g Szynka schabowa 40g, Twarożek Haga 20g,</b> Parzony pomidor bez skóry 80g, Herbata bez cukru 250 ml ( Herbata),</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,</i></p> <p><b>Posilek nocny:</b> Mus owocowo-warzywny 1szt</p>	
<b>Dieta dzieci dużych</b> Wartości odżywcze: Energia : 2389.19 kcal; Białko ogółem: 97.27 g; Tłuszcz: 57.96 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 28.45 g; Węglowodany ogółem: 344.50 g; Cukry proste: 49.41 g; Sód: 1092.54 mg; Błonnik pokarmowy: 33.53 g;			
<p><b>Zacierka na mleku 300ml(mleko, makaron zacierka), Chleb razowy70g, Chleb baltonowski 30g Masło 15g, Masło 15g, Jajko gotowane 60g, Polędwica sopocka 20g,</b> Salatka wiosenna 80g(pomidor ,ogórek świeży, sałata lodowa, olej rzepakowy), <b>Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (mleko, Kawa zbożowa)</b></p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,jaja</i></p> <p><b>II śniadanie :</b> Kisiel z czarnej porzeczki 200g(skrobia ziemniaczana, czarna porzeczka, ) Wafle ryżowe 20g</p>	<p><b>Barszcz czerwony ze śmietaną 300ml</b>(burak ćwikłowy, ziemniak, marchew, seler, śmietana, majeranek) <b>Potrąwka wieprzowo-warzywna 150g</b>(łopatka b/k, marchew, seler, mąka pszenna) Ziemniaki 150g, Surówka z kapusty białej z olejem 150g,) Kompot z owoców mieszanych 250ml(jabłko, czarna porzeczka, truskawka.)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,seler, jaja</i></p> <p><b>Pod: Jogurt naturalny 100g</b></p> <p><i>*alergeny: mleko,</i></p>	<p><b>Chleb bal.70g, razowy 30g,, Masło 15g Szynka schabowa 40g, Twarożek Haga 20g,</b> Pomidor 80g, Herbata bez cukru 250 ml ( Herbata)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,</i></p> <p><b>Posilek nocny: Ciasteczka owsiane 35g</b></p> <p><i>*alergeny: gluten,soja,orzechy</i></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 1.05.2026r.  Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
<b>Dieta podstawowa</b> Wartości odżywcze: Energia : 2351.69 kcal; Białko ogółem: 99.62 g; Tłuszcz: 55.16 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 22.86 g; Węglowodany ogółem: 302.69 g; Cukry proste: 45.85 g; Sód: 1964.72 mg; Błonnik pokarmowy: 30.95 g;		
<b>Manna na mleku 300ml (mleko, kasza manna), Chleb razowy 70g, Chleb baltonowski 30g, Masło 15g, Twaróg z jogurtem naturalnym 60g, Połędwica z kurcząt 20g, Sałatka z ogórka świeżego ze słonecznikiem 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (mleko, , Kawa zbożowa)</b>  <i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca, orzechy</i>	<b>Selerowa z makaronem durum 300ml(seler, makaron pszenny, marchew, mąka pszenna, natka pietruszki) Filet z dorsza smażony 90g (dorsz, mąka pszenna, jaja, olej rzepakowy), Surówka z kapusty kiszzonej 150g (kapusta kiszona, marchew, jabłko, olej)Ziemniaki 150g, Kompot z jabłka z miętą z cukrem 250ml , Arbuz 150g</b> <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, seler,ryby,sezam</i>	<b>Chleb baltonowski 70g, Chleb razowy 30g, Masło 15g Pasztet drobiowy 50g, Ser żółty 20g, Sałatka z ogórka kiszzonego z cebulą 80g, Herbata bez cukru50ml (, herbata czarna, )</b>  <i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca,</i>  <b>Posilek nocny: Wafle kukurydziane pizza 25g</b> <i>*alergeny: gluten, soja, mleko, orzechy</i>
<b>Dieta cukrzycowa</b> Wartości odżywcze: Energia : 2218.76 kcal; Białko ogółem: 107.45 g; Tłuszcz: 48.43 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 21.71 g; Węglowodany ogółem: 294.78 g; Cukry proste: 17.69 g; Sód: 1587.32 mg; Błonnik pokarmowy: 35.66 g;		
<b>Manna na mleku 300ml (mleko, kasza manna), Chleb graham 75g, Masło 15g Twaróg z jogurtem naturalnym 60g, Połędwica z kurcząt 20g, Sałatka z ogórka świeżego ze słonecznikiem 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (mleko, Kawa zbożowa)</b> <i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca,</i>  <b>II Śniadanie:</b> Sok pomidorowy 200ml	<b>Selerowa z makaronem durum 300ml(seler, makaron pszenny, marchew, mąka pszenna, natka pietruszki) Dorsz z pieca 90g (dorsz, przyprawa do ryby, olej rzepakowy), Ziemniaki 150g, Surówka z kapusty kiszzonej 150g (kapusta kiszona, marchew, jabłko, olej)Kompot z jabłka z miętą bez cukru 250ml ,</b>  <i>*alergeny: gluten, mleko, seler, gorczyca, jaja, ryby,</i>  <b>Pod: Brokuł gotowany z masłem 150g</b> <i>*alergeny: mleko</i>	<b>Chleb graham 75g, Masło 15g, Pasztet drobiowy 50g, Ser żółty 20g, Sałatka z ogórka kiszzonego z cebulą 80g, Herbata bez cukru50ml (herbata czarna, )</b>  <i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca,</i>  <b>Posilek nocny: Chleb graham 30g, Masło 10g, Połędwica sopocka 30g,</b>  <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień piątek 1.05.2026r.  Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>Dieta łatwostrawna</b> Wartości odżywcze: Energia : 2223.13 kcal; Białko ogółem: 102.15 g; Tłuszcz: 48.62 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 23.63 g; Węglowodany ogółem: 355.87 g; Cukry proste: 49.56 g; Sód: 1380.87 mg; Błonnik pokarmowy: 32.77 g;		
<b>Manna na mleku 300ml (mleko, kasza manna), Chleb baltonowski 100g Masło 15g, Twaróg z jogurtem naturalnym 60g, Polędwica z kurcząt 20g, Mus z jabłka 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (mleko, , Kawa zbożowa)</b>  <i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca,</i>	<b>Selerowa z makaronem durum 300ml(seler, makaron pszenny, marchew, mąka pszenna, natka pietruszki) Dorsz z pieca 90g (dorsz, przyprawa do ryby, olej rzepakowy), Ziemiaki 150g, Sos grecki gotowany150g(marchew, pietruszka, seler, konc. Pomid. olej, mąka) Kompot z jabłka z miętą z cukrem 250ml , Arbuż 150g</b> <i>*alergeny: gluten, mleko, seler, gorczyca, jaja, ryby, sezam</i>	<b>Chleb baltonowski 100g, Masło 15g, Paszтет drobiowy 50g, Ser żółty 20g, Cukinia gotowana z koncentratem i ziołami 80g, Herbata bez cukru50ml (, herbata czarna, )</b>  <i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca,</i>  <b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowo-warzywny 1szt
<b>Dieta łatwostrawna mielona</b> Wartości odżywcze: Energia : 2184.22 kcal; Białko ogółem: 88.63 g; Tłuszcz: 45.32 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 24.75 g; Węglowodany ogółem: 320.71 g; Cukry proste: 49.76 g; Sód: 1032.43 mg; Błonnik pokarmowy: 31.02 g;		
<b>Manna na mleku 300ml (mleko, kasza manna), Chleb baltonowski 100g, Masło 15g, Twaróg z jogurtem naturalnym 60g, Polędwica z kurcząt 20g, Mus z jabłka 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (mleko, , Kawa zbożowa)</b>  <i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca,</i> <b>II Śniadanie: Biskopki 30g, Jogurt naturalny 100g</b> <i>*alergeny: gluten,mleko</i>	<b>Selerowa z makaronem durum 300ml(seler, makaron pszenny, marchew, mąka pszenna, natka pietruszki) Pulpet z mintaja gotowany 90g (mintaj, bulka tarta, marchew, olej, jajka.), Ziemiaki 150g, Sos grecki gotowany150g(marchew, pietruszka, seler, konc. Pomid. olej, mąka) Kompot z jabłka z miętą z cukrem 250ml ,</b> <i>*alergeny: gluten, mleko, seler, gorczyca, jaja, ryby,</i> <b>Pod:</b> Sok jabłkowy 200ml	<b>Chleb baltonowski 100g, Masło 15g, Szynkowa dębowa drobiowa 50g, Serek tartare 20g, Cukinia gotowana z koncentratem i ziołami 80g, Herbata bez cukru50ml (, herbata czarna, )</b>  <i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca,</i>  <b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowo-warzywny 1szt
<b>Dieta łatwostrawna niskotłuszczowa</b> Wartości odżywcze: Energia : 2072.53 kcal; Białko ogółem: 91.79 g; Tłuszcz: 39.31 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 21.75 g; Węglowodany ogółem: 313.21 g; Cukry proste: 46.50 g; Sód: 934.87 mg; Błonnik pokarmowy: 32.53 g;		
<b>Manna na mleku 300ml (mleko, kasza manna), Chleb baltonowski 100g Masło 10g, Twaróg z jogurtem naturalnym 60g, Polędwica z kurcząt 20g, Mus z jabłka 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (mleko, , Kawa zbożowa)</b>  <i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca,</i>	<b>Selerowa z makaronem durum 300ml(seler, makaron pszenny, marchew, mąka pszenna, natka pietruszki) Dorsz z pieca 90g (dorsz, przyprawa do ryby, olej rzepakowy), Ziemiaki 150g, Sos grecki gotowany 150g(marchew, pietruszka, seler, konc. Pomid. olej, mąka) Kompot z jabłka z miętą z cukrem 250ml , Arbuż 150g</b> <i>*alergeny: gluten, mleko, seler, gorczyca, jaja, ryby,</i>	<b>Chleb baltonowski 100g, Masło 10g, Szynkowa dębowa drobiowa 50g, Serek tartare 20g, Cukinia gotowana z koncentratem i ziołami 80g, Herbata bez cukru50ml (, herbata czarna, )</b>  <i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca,</i>  <b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowo-warzywny 1szt

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień piątek 1.05.2026r.  Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
<b>Dieta dzieci 2 roku życia</b> Wartości odżywcze: Energia : 1952.49 kcal; Białko ogółem: 80.31 g; Tłuszcz: 45.91 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 16.57 g; Węglowodany ogółem: 317.04 g; Cukry proste: 50.55 g; Sód: 852.62 mg; Błonnik pokarmowy: 25.37 g;		
<p><b>Manna na mleku 150ml (mleko, kasza manna), Chleb baltonowski 50g, Twaróg z jogurtem naturalnym 60g, Połędwica z kurcząt 20g, Mus z jabłka 80g, Masło 15g, Herbata bez cukru 50ml (, herbata czarna, )</b></p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca,</i></p> <p><b>II Śniadanie: Biskopki 30g, Jogurt naturalny 100g</b> <i>*alergeny: gluten, mleko</i></p>	<p><b>Selerowa z makaronem durum 200ml(seler, makaron pszenny, marchew, mąka pszenna, natka pietruszki) Pulpet z mintaja gotowany 90g (mintaj, bulka tarta, marchew, olej, jajka.), Ziemniaki 80g, Sos grecki gotowany 150g(marchew, pietruszka, seler, konc. Pomid. olej, mąka) Kompot z jabłka z miętą z cukrem 250ml ,</b> <i>*alergeny: gluten, mleko, seler, gorczyca, jaja, ryby,</i></p> <p><b>Pod:</b> Sok jabłkowy 200ml</p>	<p><b>Chleb baltonowski 50g, Masło 15g Szynkowa dębowa drobiowa 50g, Serek tartare 20g, Cukinia gotowana z koncentratem i ziołami 80g, Herbata bez cukru 50ml (, herbata czarna, )</b></p> <p><i>*alergeny: gorczyca, gluten, mleko</i></p> <p><b>Posilek nocny:</b> Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
<b>Dieta dzieci dużych</b> Wartości odżywcze: Energia : 2359.99 kcal; Białko ogółem: 101.51 g; Tłuszcz: 55.64 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 22.97 g; Węglowodany ogółem: 327.92 g; Cukry proste: 47.17 g; Sód: 1965.62 mg; Błonnik pokarmowy: 32.45 g;		
<p><b>Manna na mleku 300ml (mleko, kasza manna), Chleb razowy 70g, Chleb baltonowski 30g, Masło 15g, Twaróg z jogurtem naturalnym 60g, Połędwica z kurcząt 20g, Sałatka z ogórka świeżego ze słonecznikiem 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (mleko, , Kawa zbożowa),</b></p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca,</i></p> <p><b>II Śniadanie: Biskopki 30g, Jogurt naturalny 100g</b> <i>*alergeny: gluten, mleko</i></p>	<p><b>Selerowa z makaronem durum 300ml(seler, makaron pszenny, marchew, mąka pszenna, natka pietruszki) Filet z dorsza smażony 90g (dorsz, mąka pszenna, jaja, olej rzepakowy), Ziemniaki 150g, Surówka z kapusty kiszzonej 150g (kapusta kiszona, marchew, jabłko, olej) Kompot z jabłka z miętą z cukrem 250ml ,</b></p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, seler, ryby,</i></p> <p><b>Pod:</b> Sok jabłkowy 200ml</p>	<p><b>Chleb baltonowski 70g, Chleb razowy 30g, Masło 15g, Paszтет drobiowy 50g, Ser żółty 20g, Sałatka z ogórka kiszzonego z cebulą 80g, Herbata bez cukru 50ml (, herbata czarna, )</b></p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca,</i></p> <p><b>Posilek nocny:</b> Wafle kukurydziane pizza 25g <i>*alergeny: gluten, soja, mleko, orzechy</i></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

Kamil Karluto  
DIETETYK  
*Karluto*

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień Sobota 2.05.2026  Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
<b>Dieta podstawowa</b> Wartości odżywcze: Energia : 2374.01 kcal; Białko ogółem: 94.30 g; Tłuszcz: 53.37 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 21.90 g; Węglowodany ogółem: 351.42 g; Cukry proste: 52.17 g; Sód: 1912.53 mg; Błonnik pokarmowy: 33.88 g;		
<b>Zacierka na mleku 300ml (mleko, Makaron zacierka), Chleb bal.70g Chleb razowy 30g Masło 15g, Połudwica sopocka 50g, Twarożek Haga 20g, Ogórek świeży 80g Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (mleko, , Kawa zbożowa)</b>  <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i>	<b>Krupnik jęczmienny 300 ml, (ziemniaki, kasza jęczmienna, śmietana, marchew, seler, natka pietr.), Klopsik wieprzowy duszony 90g(łopatka b/k, bulka tarta, mąka pszenna, jaja) Ryż biały 150g, Sos jarzynowy 100g(marchew, seler, mąka pszenna, olej)Surówka orientalna 150g(marchew, pomarańcza, imbir, cytryna) Kompot z czerwonej porzeczki i jabłka 250ml (czerwona porzeczka, jabłko, ) Jogurt naturalny 100g</b> <i>*alergeny:gluten, mleko, gorczyca, seler, jaja</i>	<b>Chleb bal.70g Chleb razowy 30g, Masło 15g Szynkowa dębowa 40g, Ser deliser 20g, Pomidor 80g, Herbata bez cukru 250ml (, Herbata czarna)</b> <i>*alergeny:gluten, mleko,gorczyca</i> <b>Posilek nocny:</b> Mus owocowo-warzywny 1szt
<b>Dieta cukrzycowa</b> Wartości odżywcze: Energia : 2339.21 kcal; Białko ogółem: 115.55 g; Tłuszcz: 57.89 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 25.66 g; Węglowodany ogółem: 302.66 g; Cukry proste: 23.98 g; Sód: 1972.08 mg; Błonnik pokarmowy: 33.26 g;		
<b>Zacierka na mleku 300ml (mleko, Makaron zacierka), Chleb graham 75g Masło 15g Połudwica sopocka 50g, Twarożek Haga 20g, Ogórek świeży 80g Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (mleko, Kawa zbożowa)</b>  <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i> <b>II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g</b>  <i>*alergeny :mleko,</i>	<b>Krupnik jęczmienny 300 ml, (ziemniaki, kasza jęczmienna, śmietana, marchew, seler, natka pietr.), Klopsik wieprzowy duszony 90g(łopatka b/k, bulka tarta, mąka pszenna, jaja) Ryż brązowy 150g, Sos jarzynowy 100g(marchew, seler, mąka pszenna, olej) Surówka orientalna 150g(marchew, imbir, cytryna) Kompot z czerwonej porzeczki i jabłka bez cukru 250ml (czerwona porzeczka, jabłko,) <i>*alergeny:gluten, mleko, gorczyca, seler, jaja</i> <b>Pod: Serek wiejski 200g</b>  <i>*alergeny :mleko,</i></b>	<b>Chleb graham 75g, Masło 15g Szynkowa dębowa 40g, Ser deliser 20g, Pomidor 80g, Herbata bez cukru 250ml (, Herbata czarna)</b> <i>*alergeny:gluten, mleko,gorczyca</i> <b>Posilek nocny:</b> Chleb graham 30g, Masło 10g, Pasztet drobiowy 30g  <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień Sobota 2.05.2026  Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
<b>Dieta łatwostrawna</b> Wartości odżywcze: Energia : 2286.33 kcal; Białko ogółem: 83.75 g; Tłuszcz: 60.49 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 21.08 g; Węglowodany ogółem: 335.20 g; Cukry proste: 56.13 g; Sód: 1925.06 mg; Błonnik pokarmowy: 33.53 g;		
<b>Zacierka na mleku 300ml (mleko, Makaron zacierka), Chleb baltonowski 100g, Masło 15g, Połudwica sopocka 50g, Twarożek Haga 20g, Jabłko gotowane 150g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (mleko, , Kawa zbożowa)</b>  <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i>	<b>Krupnik jęczmienny bez śmietany 300 ml, (ziemniaki, kasza jęczmienna, marchew, seler, natka pietr Klopsik wieprzowy duszony 90g(łopatka b/k, bulka tarta, mąka pszenna, jaja) Ryż biały 150g Sos jarzynowy 100g(marchew, seler, mąka pszenna, olej) Sałatka z gotowanej marchwi i jabłka 150g, Kompot z czerwonej porzeczki i jabłka 250ml (czerwona porzeczka, jabłko, ) Jogurt naturalny 100g</b>  <i>*alergeny:gluten, mleko, gorczyca, seler,</i>	<b>Chleb baltonowski 100g, Masło 15g</b> Szyrkowa dębowa 40g, <b>Ser deliser 20g,</b> Pomidor bez skóry 80g, Herbata bez cukru 250ml (, Herbata czarna)  <i>*alergeny:gluten, mleko,gorczyca</i>  <b>Posilek nocny:</b> Mus owocowo-warzywny 1szt
<b>Dieta łatwostrawna mielona</b> Wartości odżywcze: Energia : 2188.17 kcal; Białko ogółem: 82.07 g; Tłuszcz: 46.50 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 17.06 g; Węglowodany ogółem: 336.13 g; Cukry proste: 45.13 g; Sód: 1496.06 mg; Błonnik pokarmowy: 32.49 g;		
<b>Zacierka na mleku 300ml (mleko, Makaron zacierka),Chleb bal.100g Masło 15g Połudwica sopocka 50g, Twarożek Haga 20g, Jabłko gotowane 150g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (mleko, , Kawa zbożowa)</b>  <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i>  <b>II Śniadanie: Biszkopty 30g</b> <i>*alergeny :mleko, gluten,</i>	<b>Krupnik jęczmienny bez śmietany 300 ml, (ziemniaki, kasza jęczmienna, marchew, seler, natka pietr.), Klopsik wieprzowy duszony 90g(łopatka b/k, bulka tarta, mąka pszenna, jaja) Ryż biały 150g, Sałatka z gotowanej marchwi i jabłka 150g, Kompot z czerwonej porzeczki i jabłka 250ml (czerwona porzeczka, jabłko, )</b> <i>*alergeny:gluten, mleko, gorczyca, seler, jaja</i> <b>Pod: Budyń waniliowy z cukrem 200g</b> <i>*alergeny: mleko</i>	<b>Chleb bal.100g, Masło 15g</b> Szyrkowa dębowa 40g, <b>Ser deliser 20g,</b> Pomidor bez skóry 80g, Herbata bez cukru 250ml (,Herbata czarna)  <i>*alergeny:gluten, mleko,gorczyca</i>  <b>Posilek nocny:</b> Mus owocowo-warzywny 1szt
<b>Dieta łatwostrawna niskotłuszczowa</b> Wartości odżywcze: Energia : 2272.12 kcal; Białko ogółem: 111.64 g; Tłuszcz: 36.57 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 13.49 g; Cholesterol: 182.70 mg; Węglowodany ogółem: 358.59 g; Cukry proste: 58.63 g; Sód: 1817.16 mg; Błonnik pokarmowy: 32.49 g;		
<b>Zacierka na mleku 300ml (mleko, Makaron zacierka), Chleb baltonowski 100g, Masło 10g, Połudwica sopocka 50g, Twarożek Haga 20g, Jabłko gotowane 150g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (mleko, , Kawa zbożowa)</b>  <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i>	<b>Krupnik jęczmienny bez śmietany 300 ml, (ziemniaki, kasza jęczmienna, marchew, seler, natka pietr.), Klopsik wieprzowy duszony 90g(łopatka b/k, bulka tarta, mąka pszenna, jaja) Ryż biały 150g Sos jarzynowy 100g(marchew, seler, mąka pszenna, olej) Sałatka z gotowanej marchwi i jabłka 150g, Kompot z czerwonej porzeczki i jabłka 250ml (czerwona porzeczka, jabłko, ) Jogurt naturalny 100g</b>  <i>*alergeny:gluten, mleko, gorczyca, seler,</i>	<b>Chleb baltonowski 100g, Masło 10g</b> Szyrkowa dębowa 40g, <b>Ser deliser 20g,,</b> Pomidor bez skóry 80g, Herbata bez cukru 250ml (,Herbata czarna)  <b>Posilek nocny:</b> Mus owocowo-warzywny 1szt  <i>*alergeny:gluten, mleko,gorczyca</i>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień Sobota 2.05.2026  Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
<b>Dieta dzieci 2 roku życia</b> Wartości odżywcze: Energia : 2171.10 kcal; Białko ogółem: 76.07 g; Tłuszcz: 40.42 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 15.34 g; Węglowodany ogółem: 342.27 g; Cukry proste: 58.45 g; Sód: 1678.51 mg; Błonnik pokarmowy: 27.04 g;		
<b>Zacierka na mleku 300ml (mleko, Makaron zacierka), Chleb bal.50g Masło 15g, Połudwica sopocka 50g, Twarożek Haga 20g, Jabłko gotowane 150g, Herbata bez cukru 250ml (,Herbata czarna)</b>  <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i>  <b>II Śniadanie:</b> Sok owocowy 200ml	<b>Krupnik jęczmienny 200 ml (ziemniaki, kasza jęczmienna, śmietana, marchew, seler, natka pietr.), Klopsik wieprzowy duszony 90g(łopatka b/k, bulka tarta, mąka pszenna, jaja) Ryż biały 150g Sos jarzynowy 100g(marchew, seler, mąka pszenna, olej) Sałatka z gotowanej marchwi i jabłka 150g, Kompot z czerwonej porzeczki i jabłka 250ml (czerwona porzeczka, jabłko, )</b> <i>*alergeny:gluten, mleko, gorczyca, seler,</i>  <b>Pod: Budyń waniliowy z cukrem 200g Ciasteczka be-be 1op.</b> <i>*alergeny :mleko,</i>	<b>Chleb bal.50g, Masło 15g Szynkowa dębowa 40g, Ser deliser 20g, Pomidor bez skóry 80g, Herbata bez cukru 250ml (,Herbata czarna)</b>  <i>*alergeny:gluten, mleko,gorczyca</i>  <b>Posilek nocny:</b> Mus owocowo-warzywny 1szt
<b>Dieta dzieci dużych</b> Wartości odżywcze: Energia : 2384.96 kcal; Białko ogółem: 91.04 g; Tłuszcz: 57.24 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 23.40 g; Węglowodany ogółem: 342.44 g; Cukry proste: 55.77 g; Sód: 1982.88 mg; Błonnik pokarmowy: 33.35 g;		
<b>Zacierka na mleku 300ml (mleko, Makaron zacierka), Chleb bal.70g Chleb razowy 30g Masło 15g, Połudwica sopocka 50g, Twarożek Haga 20g, Ogórek świeży 80g Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (mleko, , Kawa zbożowa)</b>  <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i>  <b>II Śniadanie:</b> Sok owocowy 200ml	<b>Krupnik jęczmienny 300 ml (ziemniaki, kasza jęczmienna, śmietana, marchew, seler, natka pietr.), Klopsik wieprzowy duszony 90g(łopatka b/k, bulka tarta, mąka pszenna, jaja) Ryż biały 150g Sos jarzynowy 100g(marchew, seler, mąka pszenna, olej) Surówka orientalna 150g(marchew, pomarańcza, imbir, cytryna) Kompot z czerwonej porzeczki i jabłka 250ml (czerwona porzeczka, jabłko, )</b> <i>*alergeny:gluten, mleko, gorczyca, seler, jaja</i>  <b>Pod: Budyń waniliowy z cukrem 200g, Ciasteczka be-be 1op.</b> <i>*alergeny :mleko,</i>	<b>Chleb bal.70g Chleb razowy 30g, Masło 15g, Szynkowa dębowa 40g, Ser deliser 20g, Pomidor 80g, Herbata bez cukru 250ml (,Herbata czarna)</b>  <i>*alergeny:gluten, mleko,gorczyca</i>  <b>Posilek nocny:</b> Mus owocowo-warzywny 1szt

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 3.05.2026  Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<p><b>Dieta podstawowa</b> Wartości odżywcze: Energia : 2372.90 kcal; Białko ogółem: 109.22 g; Tłuszcz: 64.77 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 14.04 g; Węglowodany ogółem: 366.14 g; Cukry proste: 42.07 g; Sód: 1184.66 mg; Błonnik pokarmowy: 32.74 g;</p>		
<p>Manna na mleku 300ml (kasza manna, mleko) Chleb bal.70g chleb razowy 30g, Masło 15g Parówki wieprzowe 2szt 80g, Ser żółty 20g, Ketchup 15g, Ogórek świeży 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (mleko, , kawa zbożowa)</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) Kotlet schabowy smażony 90g (schab b/k, bulka tarta, jajka, olej rzepakowy) Surówka z kapusty białej z kukurydzą i olejem 150g, Ziemniaki 150g, Kompot z truskawek z cukrem 250ml Sok marchwiowo-owocowy 200ml</p> <p><i>*alergeny: gluten, seler, gorczyca, mleko, jaja</i></p>	<p>Chleb bal.70g chleb razowy 30g, Masło 15g, Pasta z czerwonej soczewicy z koncentratem 60g, Polędwica sopocka 20g, Sałatka wiosenna 80g (ogórek świeży, pomidor, sałata lodowa, olej rzepakowy), Herbata bez cukru 250ml (, Herbata czarna)</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p><b>Posiłek nocny: Wafle ryżowe w polewie malinowej 25g</b></p> <p><i>*alergeny: gluten, orzechy</i></p>
<p><b>Dieta cukrzycowa</b> Wartości odżywcze: Energia : 2406.99 kcal; Białko ogółem: 111.03 g; Tłuszcz: 53.70 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 22.12 g; Węglowodany ogółem: 305.45 g; Cukry proste: 14.24 g; Sód: 1510.93 mg; Błonnik pokarmowy: 33.75 g;</p>		
<p>Manna na mleku 300ml (kasza manna, mleko chleb graham 75g, Masło 15g Parówki wieprzowe 2szt 80g, Ser żółty 20g, Ketchup 15g, Ogórek świeży 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (mleko, kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p>II Śniadanie : Maślanka 200g,</p> <p><i>*alergeny:mleko,</i></p>	<p>Barszcz biały 300ml (Ziemniaki, marchew, seler, śmietana, maślanka, korpus z kurczaka, polędwica miodowa, mąka pszenna) Roladka ze schabu duszona 90g (schab b/k mąka pszenna) Sos jarzynowy 100ml (mąka pszenna, marchew, seler Surówka z kapusty białej z kukurydzą i olejem 150g, Ziemniaki 150g, Kompot z truskawek bez cukru 250ml</p> <p><i>*alergeny: gluten, seler, gorczyca, mleko, jaja</i></p> <p>Pod: Twaróg z jogurtem i szczypiorkiem 30g, Chleb graham 30g,</p> <p><i>*alergeny:mleko,</i></p>	<p>Chleb graham 75g, Masło 15g Pasta z czerwonej soczewicy z koncentratem 60g, Polędwica sopocka 20g, Sałatka wiosenna 80g (ogórek świeży, pomidor, sałata lodowa, olej rzepakowy), Herbata bez cukru 250ml (Herbata czarna)</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p><b>Posiłek nocny: Chleb graham 30g, Masło 10g, Kielbasa krakowska 30g</b></p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień niedziela 3.05.2026  Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
<b>Dieta łatwostrawna</b> Wartości odżywcze: Energia : 2300.79 kcal; Białko ogółem: 95.94 g; Tłuszcz: 49.88 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 15.39 g; Węglowodany ogółem: 346.65 g; Cukry proste: 48.51 g; Sód: 1539.16 mg; Błonnik pokarmowy: 32.82 g;		
<b>Manna na mleku 300ml (kasza manna, mleko Chleb baltonowski 100g, Masło 15g, Parówki wieprzowe 2szt 80g, Ser żółty 20g, Ketchup 15g, Cukinia duszona z koncentratem 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (mleko, , kawa zbożowa)</b>  <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i>	<b>Barszcz biały bez śmietany 300ml (Ziemniaki, marchew, seler, maślanka, korpus z kurczaka, polędwica miodowa, mąka pszenna) Roladka ze schabu duszona 90g(schab b/k mąka pszenna) Sos jarzynowy 100ml (mąka pszenna, marchew, seler,) Salátka z gotowanego selera i jabłka 150g ) Ziemniaki 150g, Kompot z truskawek z cukrem 250ml Sok marchwiowo-owocowy 200ml</b>  <i>*alergeny:gluten, seler, gorczyca,mleko</i>	<b>Chleb baltonowski 100g, Masło 15g, Twaróg z jogurtem 50g, Polędwica sopocka 20g, Salata lodowa z jogurtem 80g, Herbata bez cukru 250ml (, Herbata czarna)</b>  <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i>  <b>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny Iszt</b>
<b>Dieta łatwostrawna mielona</b> Wartości odżywcze: Energia : 2291.74 kcal; Białko ogółem: 89.02 g; Tłuszcz: 51.04 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 15.95 g; Węglowodany ogółem: 363.60 g; Cukry proste: 59.08 g; Sód: 1069.09 mg; Błonnik pokarmowy: 32.51 g		
<b>Manna na mleku 300ml (kasza manna, mleko chleb bal.100g, Masło 15g, Szyńka schabowa 40g, Serek tartare 20g, Cukinia duszona z koncentratem 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (mleko, , kawa zbożowa)</b>  <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i>  <b>II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g</b> <i>*alergeny : mleko</i>	<b>Barszcz biały bez śmietany 300ml (Ziemniaki, marchew, seler, maślanka, korpus z kurczaka, polędwica miodowa, mąka pszenna) Klopsik ze schabu gotowany 90g(szyńka b/k, bulka tarta, jajko, mąka pszenna) Sos jarzynowy 100ml (mąka pszenna, marchew, seler,) Salátka z gotowanego selera i jabłka 150g ) Ziemniaki 150g Kompot z truskawek z cukrem 250ml</b>  <i>*alergeny:gluten, seler, gorczyca,mleko</i> <b>Pod: Sok jabłkowy 200ml</b>	<b>Chleb bal.100g, Masło 15g, Twaróg z jogurtem 50g, Polędwica sopocka 20g, Salátka z selera i jabłka 80g, Herbata bez cukru 250ml (, Herbata czarna)</b>  <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i>  <b>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny Iszt</b>
<b>Dieta łatwostrawna niskotłuszczowa</b> Wartości odżywcze: Energia : 2362.63 kcal; Białko ogółem: 100.92 g; Tłuszcz: 41.15 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 14.39 g; Węglowodany ogółem: 385.00 g; Cukry proste: 58.56 g; Sód: 1116.66 mg; Błonnik pokarmowy: 32.49 g;		
<b>Manna na mleku 300ml (kasza manna, mleko Chleb baltonowski 100g, Masło 10g, Szyńka schabowa 40g, Serek tartare 20g, Cukinia duszona z koncentratem 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (mleko, , kawa zbożowa)</b>  <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i>	<b>Barszcz biały bez śmietany 300ml (Ziemniaki, marchew, seler, maślanka, korpus z kurczaka, polędwica miodowa, mąka pszenna) Roladka ze schabu duszona 90g(schab b/k mąka pszenna) Sos jarzynowy 100ml (mąka pszenna, marchew, seler,) Salátka z gotowanego selera i jabłka 150g ) Ziemniaki 150g, Kompot z truskawek z cukrem 250ml Sok marchwiowo-owocowy 200ml</b>  <i>*alergeny:gluten, seler, gorczyca,mleko</i>	<b>Chleb baltonowski 100g, Masło 10g Twaróg z jogurtem 50g, Polędwica sopocka 20g, Salata lodowa z jogurtem 80g, Herbata bez cukru 250ml (, Herbata czarna)</b>  <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i>  <b>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny Iszt</b>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień niedziela 3.05.2026  Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
<b>Dieta dzieci 2 roku życia</b> Wartości odżywcze: Energia : 2039.06 kcal; Białko ogółem: 77.85 g; Tłuszcz: 46,31 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 13.46 g; Węglowodany ogółem: 302.82 g; Cukry proste: 53.46 g; Sód: 1013.48 mg; Błonnik pokarmowy: 31.99 g;		
<b>Manna na mleku 300ml (kasza manna, mleko chleb bal.50g, Masło 15g, Parówki wieprzowe 2szt 80g, Ser żółty 20g, Ketchup 15g, Cukinia duszona z koncentratem 80g, Herbata bez cukru 250ml (, Herbata czarna)</b>  <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i>  <b>II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g</b>  <i>*alergeny : mleko</i>	<b>Barszcz biały 200ml (Ziemniaki, marchew, seler,śmietana, maślanka, korpus z kurczaka,polędwica miodowa, mąka pszenna) Klopsik ze schabu gotowany 90g(szynka b/k, bulka tarta, jajko, mąka pszenna) Sos jarzynowy 50ml (mąka pszenna, marchew, seler,) Sałatka z gotowanego seler a i jabłka 80g , Ziemniaki 80g Kompot z truskawek z cukrem250ml</b>  <i>*alergeny:gluten, seler, gorczyca,mleko</i>  <b>Pod: Sok jabłkowy 200ml</b>	<b>Chleb Balton.50g, Masło 15g, Twaróg z jogurtem 50g, Polędwica sopočka 20g, Sałata lodowa z jogurtem 80g, Herbata bez cukru 250ml (, Herbata czarna)</b>  <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i>  <b>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</b>
<b>Dieta dzieci dużych</b> Wartości odżywcze: Energia : 2372.70 kcal; Białko ogółem: 114.22 g; Tłuszcz: 50.30 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 14.53 g; Węglowodany ogółem: 387.86 g; Cukry proste: 54.19 g; Sód: 1273.76 mg; Błonnik pokarmowy: 34.30 g;		
<b>Manna na mleku 300ml (kasza manna, mleko Chleb bal.70g chleb razowy 30g, Masło 15g Parówki wieprzowe 2szt 80g, Ser żółty 20g, Ketchup 15g, Ogórek świeży 80g,Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (mleko, , kawa zbożowa)</b>  <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i>  <b>II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g</b>  <i>*alergeny : mleko</i>	<b>Barszcz biały 300ml (Ziemniaki, marchew, seler,śmietana, maślanka, korpus z kurczaka,polędwica miodowa, mąka pszenna) Kotlet schabowy smażony 90g(schab b/k, bulka tarta, jajka, olej rzepakowy) Surówka z kapusty białej z kukurydzą i olejem 150g, Ziemniaki 150g, Kompot z truskawek z cukrem250ml</b>  <i>*alergeny:gluten, seler, gorczyca,mlek,jaja</i>  <b>Pod: Sok jabłkowy 200ml</b>	<b>Chleb bal.70g chleb razowy 30g, Masło 15g, Pasta z czerwonej soczewicy z koncentratem 60g, Polędwica sopočka 20g, Sałatka wiosenna 80g(ogórek świeży, pomidor, sałata lodowa, olej rzepakowy), Herbata bez cukru 250ml (, Herbata czarna)</b>  <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i>  <b>Posilek nocny: Wafle ryżowe w polewie malinowej 25g</b> <i>*alergeny: gluten, orzechy</i>

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*

