



Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień poniedziałek 25.05.2026  Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
Dieta łatwostrawna Energia : 2211.13 kcal; Białko ogółem: 115.15 g; Tłuszcz: 50.79 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 20.28 g; Węglowodany ogółem: 293.08 g; Cukry proste: 34.54 g; Sód: 1912.29 mg; Błonnik pokarmowy: 31.30 g;		
<p>Ryż na mleku 300ml(ryż biały, mleko ), Chleb baltonowski 100g Masło 15g Twarożek Haga 20g, Polędwica z kurcząt 50g Parzony pomidor bez skóry 80g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, , Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p>	<p>Kalafiorowa b/śm 300ml ( kalafior, ziemniaki, marchew, seler, mąka pszenna, natka pietruszki) Klopsik wieprzowy gotowany 90g(łopatka b/k, bulka tarta, jajko, mąka pszenna) Sos pomidorowy 100ml(marchew, seler, mąka pszenna, koncentrat pomidorowy, koper) Sałatka z gotowanych buraczków 150g, Makaron pszenny 200g, Kompot z jabłka z miętą bez cukru 250ml, Melon 150g,</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca jaja, seler</i></p>	<p>Chleb baltonowski 100g, Masło 15g Jajko gotowane 50g, Kielbasa krakowska 20g Jabłko gotowane 150g, Herbata 250ml (Herbata czarna, )</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p><i>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny Iszt</i></p>
Dieta łatwostrawna mielona Energia : 2162.64 kcal; Białko ogółem: 95.35 g; Tłuszcz: 49.56 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 20.12 g; Węglowodany ogółem: 300.85 g; Cukry proste: 34.98 g; Sód: 1816.91 mg; Błonnik pokarmowy: 31.23 g;		
<p>Ryż na mleku 300ml(ryż biały, mleko ), Chleb baltonowski 100g, Masło 15g, Twarożek Haga 20g, Polędwica z kurcząt 50g Parzony pomidor bez skóry 80g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, , Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p>II Śniadanie : Koktajl truskawkowy 200g</p> <p><i>*alergeny :mleko,</i></p>	<p>Kalafiorowa b/śm 300ml ( kalafior, ziemniaki, marchew, seler, mąka pszenna, natka pietruszki) Klopsik wieprzowy gotowany 90g(łopatka b/k, bulka tarta, jajko, mąka pszenna) Sos pomidorowy 100ml(marchew, seler, mąka pszenna, koncentrat pomidorowy, koper) Sałatka z gotowanych buraczków 150g, Makaron pszenny 200g, Kompot z jabłka z miętą bez cukru 250ml</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca jaja, seler</i></p> <p>Pod:Kisiel z owocami leśnymi z/c 200g(mąka ziemniaczana, , owoce mrożone)</p>	<p>Chleb baltonowski 100g, Masło 15g, Pasta z jajka z koperkiem 60g, Kielbasa krakowska 20g Jabłko gotowane 150g, Herbata 250ml (Herbata czarna, )</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p><i>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny Iszt</i></p>
Dieta łatwostrawna niskotłuszczowa Energia : 2104.98 kcal; Białko ogółem: 98.38 g; Tłuszcz: 38.70 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 16.01 g; Węglowodany ogółem: 311.18 g; Cukry proste: 45.46 g; Sód: 1678.49 mg; Błonnik pokarmowy: 30.78 g;		
<p>Ryż na mleku 300ml(ryż biały, mleko ), Chleb baltonowski 100g Masło 10g, Twarożek Haga 20g, Polędwica z kurcząt 50g Parzony pomidor bez skóry 80g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, , Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p>	<p>Kalafiorowa b/śm 300ml ( kalafior, ziemniaki, marchew, seler, mąka pszenna, natka pietruszki) Klopsik wieprzowy gotowany 90g(łopatka b/k, bulka tarta, jajko, mąka pszenna) Sos pomidorowy 100ml(marchew, seler, mąka pszenna, koncentrat pomidorowy, koper) Sałatka z gotowanych buraczków 150g, Makaron pszenny 200g, Kompot z jabłka z miętą bez cukru 250ml Melon 150g,</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca seler</i></p>	<p>Chleb baltonowski 100g Masło 10g, Pasta z białka z koperkiem 60g Kielbasa krakowska 20g Jabłko gotowane 150g, Herbata 250ml (Herbata czarna, )</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p><i>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny Iszt</i></p>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień poniedziałek 25.05.2026  Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
<b>Dieta dzieci 2 roku życia</b> Energia : 1940.12 kcal; Białko ogółem: 89.31 g; Tłuszcz: 44.75 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 19.78 g; Węglowodany ogółem: 301.20 g; Cukry proste: 46.96 g; Sód: 1681.73 mg; Błonnik pokarmowy: 30.61 g;		
<p>Ryż na mleku 150ml(ryż biały, mleko ), Chleb baltonowski 50g, Masło 15g, Twarożek Haga 20g, Polędwica z kurcząt 50g Parzony pomidor bez skóry 80g, Herbata 250ml (Herbata czarna, )</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p>II Śniadanie : Biszkopty 30g</p> <p><i>*alergeny :gluten,</i></p>	<p>Kalafiorowa z/śm 200ml ( kalafior, ziemniaki, marchew, seler, śmietana, mąka pszenna, natka pietruszki) Klopsik wieprzowy gotowany 90g(łopatka b/k, bulka tarta, jajko, mąka pszenna) Sos pomidorowy 50ml(marchew, seler, mąka pszenna, koncentrat pomidorowy, koper) Sałatka z gotowanych buraczków 80g, Makaron pszenny 100g, Kompot z jabłka z miętą bez cukru 250ml</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca jaja, seler</i></p> <p>Pod:Sok jabłkowy 200ml</p>	<p>Chleb baltonowski 50g, Masło 15g Pasta z jajka z koperkiem 60g, Kielbasa krakowska 20g Jabłko gotowane 150g, Herbata 250ml (Herbata czarna, )</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
<b>Dieta dzieci dużych</b> Energia : 2369.51 kcal; Białko ogółem: 98.57 g; Tłuszcz: 49.40 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 20.72 g; Węglowodany ogółem: 327.42 g; Cukry proste: 44.90 g; Sód: 1757.03 mg; Błonnik pokarmowy: 33.18 g;		
<p>Ryż na mleku 300ml(ryż biały, mleko ), Chleb razowy 70g, Chleb baltonowski 30g, Masło 15g, Polędwica z kurcząt 50g, Twarożek Haga 20g, Ogórek świeży 50g, Sałata lodowa 30g, Kawa z mlekiem 250ml ( mleko, , Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p>II Śniadanie : Biszkopty 30g</p> <p><i>*alergeny :gluten,</i></p>	<p>Kalafiorowa z/śm 300ml ( kalafior, ziemniaki, marchew, seler, śmietana, mąka pszenna, natka pietruszki) Klopsik wieprzowy gotowany 90g(łopatka b/k, bulka tarta, jajko, mąka pszenna) Sos pomidorowy 100ml(marchew, seler, mąka pszenna, koncentrat pomidorowy, koper) Sałatka z gotowanych buraczków 150g, Makaron pszenny 200g, Kompot z jabłka z miętą bez cukru 250ml</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca jaja, seler</i></p> <p>Pod:Sok jabłkowy 200ml</p>	<p>Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g Masło 15g Jajko gotowane 50g, Kielbasa krakowska 20g, Pomidorki koktajlowe 30g, Sałata lodowa 30g, Herbata 250ml (, Herbata czarna)</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca ryby, jaja</i></p> <p>Posilek nocny: Ciasteczka owsiane 35g</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 Wtorek 26.05.2026 Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
<b>Dieta podstawowa</b> Energia : 2370.75 kcal; Białko ogółem: 105.56 g; Tłuszcz: 73.49 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 22.92 g; Węglowodany ogółem: 334.97 g; Cukry proste: 49.81 g; Sód: 1680.99 mg; Błonnik pokarmowy: 33.79 g;		
<p>Kasza manna na mleku 300 ml(mleko, kasza manna), Chleb razowy 70g, Chleb baltonowski 30g. Masło 15g, Pasta z twarogu i makreli ze szczypiorkiem 60g(twaróg, jogurt naturalny, makrela wędzona, szczypior), Połędwica sopocka 20g, Pomidor 80g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, , Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca,ryby</i></p>	<p>Rosół z makaronem 300ml (makaron pszenny durum, Marchew, mąka pszenna, seler, natka pietruszki, kurczak ćwiartka) Udko ćw. piecz. 150g (ćwiartka z kurczaka, olej rzepakowy) Ryż biały 150g, Surówka z marchwi i pora z olejem 150g, Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml (truskawka, czarna porzeczka, aronia, śliwka) Maślanka 200g</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca ,seler, jaja</i></p>	<p>Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g, Masło 15g, Szynkowa dębowa 40g, Serek tartare 20g, Surówka z kapusty pekińskiej z koperkiem 80g, Herbata 250ml (, Herbata czarna</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca,seler</i></p> <p>Posilek nocny: Wafle kukurydziane pizza 25g <i>*alergeny: gluten, soja, mleko, orzechy</i></p>
<b>Dieta cukrzycowa</b> Energia : 2333.00 kcal; Białko ogółem: 116.35 g; Tłuszcz: 68.35 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 22.76 g; Węglowodany ogółem: 263.95 g; Cukry proste: 13.40 g; Sód: 1477.02 mg; Błonnik pokarmowy: 32.47 g;		
<p>Kasza manna na mleku 300 ml( mleko, kasza manna), Chleb graham 75g, Masło 15g, Twaróg z jogurtem i gotowanym mintajem 60g(twaróg, jogurt naturalny, mintaj), Połędwica sopocka 20g, Pomidor 80g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca,</i></p> <p>II Śniadanie : Sok pomidorowy 200ml</p>	<p>Rosół z makaronem pełnoziarnistym 300ml (makaron pełnoziarnisty , Marchew, mąka pszenna, seler, natka pietruszki, kurczak ćwiartka) Udko ćw. dusz. 150g, Ryż brązowy 150g, Surówka z marchwi i pora z olejem 150g, Sos pietruszkowy 100g(Marchew, mąka, pietruszka, seler) Kompot z owoców mieszanych bez cukru 250ml(truskawka, czarna porzeczka, aronia, śliwka)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca ,seler, jaja</i></p> <p>Pod: Serek naturalny homogenizowany 150g <i>*alergeny:mleko,</i></p>	<p>Chleb graham 75g, Masło 15g, Szynkowa dębowa 40g, Serek tartare 20g, Surówka z kapusty pekińskiej z koperkiem 80g, Herbata 250ml (, Herbata czarna)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca,seler</i></p> <p>Posilek nocny: Chleb graham 30g, Masło 10g, Ser deliser 20g,</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten,</i></p>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień Wtorek 26.05.2026 Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
<b>Dieta łatwostrawna</b> Energia : 2284.91 kcal; Bialko ogółem: 101.03 g; Tłuszcz: 62.80 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 22.44 g; Węglowodany ogółem: 337.94 g; Cukry proste: 58.35 g; Sód: 1899.68 mg; Błonnik pokarmowy: 31.55 g;		
<p><b>Kasza manna na mleku 300 ml</b>( mleko, kasza manna), <b>Chleb baltonowski 100g Masło 15g, Twaróg z jogurtem i gotowanym mintajem 60g</b>(twaróg, jogurt naturalny, mintaj), <b>Połudwica sopocka 20g.</b>, <b>Parzony pomidor bez skóry 80g Kawa z mlekiem 250ml</b> (mleko, , <b>Kawa zbożowa</b>)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca,</i></p>	<p><b>Rosół z makaronem 300ml</b> (makaron pszenny durum, Marchew, <b>mąka pszenna, seler</b>, natka pietruszki, kurczak ćwiartka) <b>Udko św. dusz. 150g Ryż biały 150g, Marchew gotowana oprószana 150g</b>(marchew, <b>mąka pszenna</b>), <b>Sos pietruszkowy 100g</b>(Marchew, <b>mąka</b>, pietruszka, <b>seler</b>) <b>Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml</b>(truskawka, czarna porzeczka, aronia, śliwka)</p> <p><b>Maślanka 200g</b> <i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca ,seler, jaja</i></p>	<p><b>Chleb baltonowski 100g Masło 15g</b>, Szynekowa dębowa 40g, <b>Serek tartare 20g</b>, Sałatka z cukinii z koncentratem 80g, Herbata 250ml (, Herbata czarna)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca,seler</i></p> <p><i>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</i></p>
<b>Dieta łatwostrawna mielona</b> Energia : 2384.80 kcal; Bialko ogółem: 106.66 g; Tłuszcz: 67.36 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 23.05 g; Węglowodany ogółem: 374.88 g; Cukry proste: 58.23 g; Sód: 1958.36 mg; Błonnik pokarmowy: 32.54 g;		
<p><b>Kasza manna na mleku 300 ml</b>( mleko, kasza manna), <b>Chleb baltonowski 100g Masło 15g Twaróg z jogurtem i gotowanym mintajem 60g</b>(twaróg, jogurt naturalny, mintaj), <b>Połudwica sopocka 20g.</b>, <b>Parzony pomidor bez skóry 80g Kawa z mlekiem 250ml</b> (mleko, , <b>Kawa zbożowa</b>)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca,</i></p> <p><b>II Śniadanie : Bulka maślana 1szt</b> <i>*alergeny: gluten, mleko, jaja</i></p>	<p><b>Rosół z makaronem 300ml</b> (makaron pszenny durum, Marchew, <b>mąka pszenna, seler</b>, natka pietruszki, kurczak ćwiartka) <b>Potrąwka z kurczaka 150g</b>(udko ćwiartka, marchew, <b>seler</b>, pietruszka, <b>mąka</b>) <b>Ryż biały 150g, Marchew gotowana oprószana 150g</b>(marchew, <b>mąka pszenna</b>), <b>Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml</b> (truskawka, czarna porzeczka, aronia, śliwka)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca ,seler, jaja</i></p> <p><b>Pod: Maślanka 200g</b> <i>*alergeny:mleko,</i></p>	<p><b>Chleb baltonowski 100g, Masło 15g</b> , Szynekowa dębowa 40g,) <b>Serek tartare 20g</b>, Sałatka z cukinii z koncentratem 80g, Herbata 250ml (, Herbata czarna)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca,seler</i></p> <p><i>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</i></p>
<b>Dieta łatwostrawna niskotłuszczowa</b> Energia : 2211.91 kcal; Bialko ogółem: 100.96 g; Tłuszcz: 44.60 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 18.44 g; Węglowodany ogółem: 337.87 g; Cukry proste: 50.39 g; Sód: 1798.78 mg; Błonnik pokarmowy: 31.15 g;		
<p><b>Kasza manna na mleku 300 ml</b>( mleko, kasza manna), <b>Chleb baltonowski 100g Masło 10g, Twaróg z jogurtem i gotowanym mintajem 60g</b>(twaróg, jogurt naturalny, mintaj), <b>Połudwica sopocka 20g.</b>, <b>Parzony pomidor bez skóry 80g Kawa z mlekiem 250ml</b> (mleko, , <b>Kawa zbożowa</b>)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca,</i></p>	<p><b>Rosół z makaronem 300ml</b> (makaron pszenny durum, Marchew, <b>mąka pszenna, seler</b>, natka pietruszki, kurczak ćwiartka) <b>Udko św. dusz. 150g Ryż biały 150g, Marchew gotowana oprószana 150g</b>(marchew, <b>mąka pszenna</b>), <b>Sos pietruszkowy 100g</b>(Marchew, <b>mąka</b>, pietruszka, <b>seler</b>) <b>Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml</b> (truskawka, czarna porzeczka, aronia, śliwka) <b>Maślanka 200g</b> <i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca ,seler, jaja</i></p>	<p><b>Chleb baltonowski 100g Masło 10g</b>, , Szynekowa dębowa 40g, <b>Serek tartare 20g</b>, z cukinii z koncentratem 80g, Herbata 250ml (, Herbata czarna)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca,seler</i></p> <p><i>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</i></p>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień Wtorek 26.05.2026 Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
<b>Dieta dzieci 2 roku życia</b> Energia : 1957.85 kcal; Białko ogółem: 100.75 g; Tłuszcz: 56.47 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 17.29 g; Węglowodany ogółem: 312.49 g; Cukry proste: 57.79 g; Sód: 1561.57 mg; Błonnik pokarmowy: 22.71 g;		
<p>Kasza manna na mleku 150 ml( mleko, kasza manna), Chleb baltonowski 50g Masło 15g, Twaróg z jogurtem naturalnym 60g, Polędwica sopocka 20g., Parzony pomidor bez skóry 80g Herbata 250ml (Herbata czarna, )</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca,</i></p> <p>II Śniadanie : Bulka maślana 1szt</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, jaja</i></p>	<p>Rosół z makaronem 200ml (makaron pszenny durum, Marchew, mąka pszenna, seler, natka pietruszki, kurczak ćwiartka) Potrawka z kurczaka 150g(udko ćwiartka, marchew, seler, pietruszka, mąka) Ryż biały 80g, Marchew gotowana oprószana 80g(marchew, mąka pszenna), Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml (truskawka, czarna porzeczka, aronia, śliwka)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca ,seler, jaja</i></p> <p>Pod: Jogurt naturalny 100g,</p>	<p>Chleb baltonowski 50g, Masło 15g, Szynekowa dębowa 40g, Serek tartare 20g, Sałatka z cukinii z koncentratem 80g, Herbata 250ml (, Herbata czarna)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca,seler</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
<b>Dieta dzieci dużych</b> Energia : 2532.45 kcal; Białko ogółem: 108.99 g; Tłuszcz: 78.33 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 23.73 g; Węglowodany ogółem: 381.91 g; Cukry proste: 57.80 g; Sód: 1640.59 mg; Błonnik pokarmowy: 34.10 g;		
<p>Kasza manna na mleku 300 ml( mleko, kasza manna), Chleb razowy 70g, Chleb baltonowski 30g. Masło 15g Twaróg z jogurtem naturalnym 60g, Polędwica sopocka 20g, Pomidor 80g Kawa z mlekiem 250ml (mleko, , Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca,</i></p> <p>II Śniadanie : Bulka maślana 1szt,</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, jaja</i></p>	<p>Rosół z makaronem 300ml (makaron pszenny durum, Marchew, mąka pszenna, seler, natka pietruszki, kurczak ćwiartka) Udko ćw. piecz. 150g (ćwiartka z kurczaka, olej rzepakowy) Sos pietruszkowy 100g(Marchew, mąka, pietruszka, seler) Ryż biały 150g, Surówka z marchwi i pora z olejem 150g, Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml (truskawka, czarna porzeczka, aronia, śliwka)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca ,seler, jaja</i></p> <p>Pod: Jogurt naturalny 100g,</p> <p><i>*alergeny: mleko,</i></p>	<p>Chleb baltonowski 70g Chleb razowy 30g Masło 15g, , Szynekowa dębowa 40g, Serek tartare 20g, Surówka z kapusty pekińskiej z koperkiem 80g, Herbata 250ml (, Herbata czarna)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca, seler</i></p> <p>Posilek nocny: Wafle kukurydziane pizza 25g</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*

# Rebus

PROSTE ROZWIĄZANIA

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

Jadłospis zatwierdzony przez:

Kamil Karluto  
DIETETYK

Karluto

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień środa 27.05.2026 Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
<b>Dieta podstawowa</b> Energia : 2352.31 kcal; Białko ogółem: 109.12 g; Tłuszcz: 70.22 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 23.53 g; Węglowodany ogółem: 327.30 g; Cukry proste: 26.16 g; Sód: 1177.17 mg; Błonnik pokarmowy: 31.08 g;		
Makaron na mleku 300ml (mleko, Makaron pszenny durum, Chleb razowy 70g, Chleb baltonowski 30g, Masło 15g, Polędwica z kurcząt 40g, Ser żółty 20g, Sałatka z pomidora z koperkiem 80g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, , Kawa zbożowa.)  <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,</i>	<b>Zupa z czerwonej soczewicy 300ml</b> (soczewica czerwona ziemniaki marchew, koncentrat pomidorowy, seler, seler, <b>mąka pszenna</b> ) <b>Wątroba drobiowa duszona z cebulą i jabłkiem 110g</b> (wątroba drobiowa, cebula, jabłko, <b>mąka pszenna</b> ) Ziemniaki 150g, Fasolka szparagowa 150g, Kompot truskawkowy 250ml (truskawki, ) Melon 150g  <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, jaja,seler,orzechy</i>	Chleb baltonowski 70g, Chleb graham 30g, Masło 15g, Pasta z mintaja z warzywami i koncentratem 60g, Polędwica z warzywami 20g, Ogórek świeży 80g Herbata 250ml (, Herbata)  <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> Energia : 2313.46 kcal; Białko ogółem: 110.94 g; Tłuszcz: 58.74 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 24.47 g; Węglowodany ogółem: 286.47 g; Cukry proste: 6.04 g; Sód: 1621.49 mg; Błonnik pokarmowy: 34.14 g;		
Makaron na mleku 300ml (mleko, Makaron pszenny durum, Chleb graham 75g, Masło 15g, Polędwica z kurcząt 40g, Ser żółty 20g, Sałatka z pomidora z koperkiem 80g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, Kawa zbożowa.)  <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,</i>  II Śniadanie : Maślanka 200g  <i>*alergeny: mleko,</i>	<b>Zupa z czerwonej soczewicy 300ml</b> (soczewica czerwona ziemniaki marchew, koncentrat pomidorowy, seler, seler, <b>mąka pszenna</b> ) <b>Wątroba drobiowa duszona z cebulą i jabłkiem 110g</b> (wątroba drobiowa, cebula, jabłko, <b>mąka pszenna</b> ) Ziemniaki 150g, Fasolka szparagowa 150g, Kompot truskawkowy bez cukru 250ml,  <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, jaja,seler</i>  II Śniadanie : Brokuł gotowany ze słonecznikiem 150g	Chleb razowy ze słonecznikiem 75g, Masło 15g Pasta z mintaja z warzywami i koncentratem 60g, Polędwica z warzywami 20g, Ogórek świeży 80g Herbata 250ml (Herbata)  <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i>  <b>Posilek nocny: Chleb graham 30g, Twaróg 50g,</b>  <i>*alergeny :mleko, gluten,</i>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień środa 27.05.2026  Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
<b>Dieta łatwostrawna</b> Energia : 2284.44 kcal; Białko ogółem: 102.22 g; Tłuszcz: 58.63 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 24.05 g; Węglowodany ogółem: 360.80 g; Cukry proste: 32.68 g; Sód: 1972.73 mg; Błonnik pokarmowy: 30.81 g;		
<p>Makaron na mleku 300ml (mleko, Makaron pszenny durum, Chleb baltonowski 100g Masło 15g, Polędwica z kurcząt 40g, Ser żółty 20g, Jabłko gotowane 150g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, , Kawa zbożowa.)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p>	<p>Pomidorowa z ryżem 300ml(Ryż biały, marchew, seler, koncentrat pomidorowy, natka pietruszki) Potrawka wieprzowo-warzywna 150g, (łopatka b/k, marchew, seler, mąka pszenna, koper) Ziemniaki 150g, Jarzynka gotowana 150g (marchew, seler, mąka pszenna) Kompot truskawkowy 250ml (truskawki, ) Melon 150g</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, jaja,seler</i></p>	<p>Chleb baltonowski 100g Masło 15g, Pasta z mintaja z warzywami i koncentratem 60g, Polędwica z warzywami 20g, Sałatka sałatka z selera i jabłka 80g, Herbata 250ml (, Herbata)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p> <p><i>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny Iszt</i></p>
<b>Dieta łatwostrawna mielona</b> Energia : 2247.21 kcal; Białko ogółem: 107.20 g; Tłuszcz: 56.51 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 18.86 g; Węglowodany ogółem: 356.96 g; Cukry proste: 31.03 g; Sód: 1839.35 mg; Błonnik pokarmowy: 31.35 g;		
<p>Makaron na mleku300ml (mleko, Makaron pszenny durum, Chleb bal.100g, Masło 15g, Polędwica z kurcząt 40g, Ser deliser 20g, Jabłko gotowane 150g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, , Kawa zbożowa.)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,</i></p> <p>II Śniadanie : Biskwopty 30g</p> <p><i>*alergeny: gluten,</i></p>	<p>Pomidorowa z ryżem 300ml(Ryż biały, marchew, seler, koncentrat pomidorowy, natka pietruszki) Potrawka wieprzowo-warzywna 150g, (łopatka b/k, marchew, seler, mąka pszenna, koper)Ziemniaki 150g, Jarzynka gotowana 150g (marchew, seler, mąka pszenna) Kompot truskawkowy 250ml (truskawki, )</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, jaja,seler</i></p> <p>Pod: Jogurt owocowy 100g</p> <p><i>*alergeny: mleko</i></p>	<p>Chleb bal. 100g, Masło 15g, Pasta z mintaja z warzywami i koncentratem 60g, Polędwica z warzywami 20g, Sałatka sałatka z selera i jabłka 80g, Herbata 250ml (, Herbata)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p> <p><i>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny Iszt</i></p>
<b>Dieta łatwostrawna niskotłuszczowa</b> Energia : 2311.44 kcal; Białko ogółem: 105.15 g; Tłuszcz: 46.43 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 18.05 g; Węglowodany ogółem: 359.73 g; Cukry proste: 31.68 g; Sód: 1903.83 mg; Błonnik pokarmowy: 30.81 g;		
<p>Makaron na mleku 300ml (mleko, Makaron pszenny durum, Chleb baltonowski 100g Masło 10g, Polędwica z kurcząt 40g, Ser deliser 20g, Jabłko gotowane 150g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, , Kawa zbożowa.)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p>	<p>Pomidorowa z ryżem 300ml(Ryż biały, marchew, seler, koncentrat pomidorowy, natka pietruszki) Potrawka wieprzowo-warzywna 150g, (łopatka b/k, marchew, seler, mąka pszenna, koper)Ziemniaki 150g, Jarzynka gotowana 150g (marchew, seler, mąka pszenna) Kompot truskawkowy 250ml (truskawki, ) Melon 150g</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, jaja,seler</i></p>	<p>Chleb baltonowski 100g Masło 10g Pasta z mintaja z warzywami i koncentratem 60g, Polędwica z warzywami 20g, Sałatka sałatka z selera i jabłka 80g, Herbata 250ml (, Herbata)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p> <p><i>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny Iszt</i></p>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień środa 27.05.2026  Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
<b>Dieta dzieci 2 roku życia</b> Energia : 1865.87 kcal; Białko ogółem: 92.94 g; Tłuszcz: 45.94 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 16.64 g; Węglowodany ogółem: 310.53 g; Cukry proste: 30.30 g; Sód: 1401.96 mg; Błonnik pokarmowy: 20.44 g;		
<p>Makaron na mleku 150ml (mleko, Makaron pszenny durum, Chleb bal.50g, Masło 15g, Polędwica z kurcząt 40g, Ser żółty 20g, Jabłko gotowane 150g, Herbata 250ml (Herbata czarna, )</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p> <p>II Śniadanie : Sok jabłkowy 200ml</p>	<p>Pomidorowa z ryżem 200ml(Ryż biały, marchew, seler, koncentrat pomidorowy, natka pietruszki) Potrawka wieprzowo-warzywna 150g, (łopatka b/k, marchew, seler, mąka pszenna, koper)Ziemniaki 150g, Jarzynka gotowana 150g (marchew, seler, mąka pszenna) Kompot truskawkowy 250ml (truskawki, )</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, jaja,seler</i></p> <p>Pod: Biskwopty 30g,</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten</i></p>	<p>Chleb baltonowski 50g, Masło 15 Twarożek Haga 20g, Polędwica z warzywami 50g, Sałatka sałatka z selera i jabłka 80g, Herbata 250ml (, Herbata)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
<b>Dieta dzieci dużych</b> Energia : 2380.16 kcal; Białko ogółem: 117.74 g; Tłuszcz: 67.25 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 24.75 g; Węglowodany ogółem: 322.62 g; Cukry proste: 29.63 g; Sód: 1083.53 mg; Błonnik pokarmowy: 31.43 g;		
<p>Makaron na mleku 300ml(mleko, Makaron pszenny durum, Bułka grahamka 70g, Chleb baltonowski 30g, Masło 15g, Polędwica z kurcząt 40g, Ser żółty 20g, Sałatka z pomidora z koperkiem 80g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, , Kawa zbożowa.)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p> <p>II Śniadanie : Sok jabłkowy 200ml</p>	<p>Pomidorowa z ryżem 300ml(Ryż biały, marchew, seler, koncentrat pomidorowy, natka pietruszki) Potrawka wieprzowo-warzywna 150g, (łopatka b/k, marchew, seler, mąka pszenna, koper) Jarzynka gotowana 150g (marchew, seler, mąka pszenna)Kompot truskawkowy 250ml (truskawki, )</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, jaja,seler</i></p> <p>Pod: Biskwopty 30g,</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten</i></p>	<p>Chleb baltonowski 70g, Chleb graham 30g, Masło 15g Twarożek Haga 20g, Polędwica z warzywami 50g, Ogórek świeży 80g Herbata 250ml (, Herbata)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p> <p>Posilek nocny: 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 28.05.2026r.  Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
Dieta podstawowa Energia : 2293.89 kcal; Białko ogółem: 95.19 g; Tłuszcz: 52.80 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 20.09 g; Węglowodany ogółem: 324.52 g; Cukry proste: 30.94 g; Sód: 1469.49 mg; Błonnik pokarmowy: 32.30 g;		
Manna mleku 300ml( mleko, Kasza manna), Chleb razowy 70g, Chleb baltonowski 30g, Masło 15g, Pasta z jajka ze szczypiorkiem i majonezem 60g, Polędwica sopocka 20g, Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką 80g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, Kawa),  <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i>	Ogórkowa ze śmietaną 300ml (ziemniaki, ogórek kiszony, marchew, seler, śmietana, mąka pszenna, olej rzepakowy) Klopsik wieprzowy duszony 90g(łopatka b/k, bulka tarta, jaja, mąka pszenna) Sos jarzynowy 100g(marchew, seler, mąka pszenna, ) Kasza jęczmienna 150g, Sałatka z gotowanych buraczków i jabłka 150g, Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml (truskawka, czarna porzeczka, aronia, śliwka) Jogurt naturalny 100g  <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, seler, jaja</i>	Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g, Masło 15g, Szynkowa dębowa 40g, Serek tartare 20g, Sałata lodowa 30g, Pomidor 50g, Herbata 250ml (, Herbata),  <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, ,</i>  <i>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</i>
Dieta cukrzycowa Energia : 2100.80 kcal; Białko ogółem: 92.67 g; Tłuszcz: 62.70 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 24.71 g; Węglowodany ogółem: 242.10 g; Cukry proste: 6.81 g; Sód: 1437.99 mg; Błonnik pokarmowy: 33.46 g;		
Manna mleku 300ml( mleko, Kasza manna), Chleb graham 75g, Masło 15g Pasta z jajka ze szczypiorkiem i majonezem 60g, Polędwica sopocka 20g, Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką 80g, Kawa z mlekiem 250ml b/c (mleko, Kawa),  <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i>  II Śniadanie: Serek wiejski 200g <i>*alergeny: mleko,</i>	Ogórkowa ze śmietaną 300ml (ziemniaki, ogórek kiszony, marchew, seler, śmietana, mąka pszenna, olej rzepakowy) Klopsik wieprzowy duszony 90g(łopatka b/k, bulka tarta, jaja, mąka pszenna) Sos jarzynowy 100g(marchew, seler, mąka pszenna, ) Kasza jęczmienna 150g, Brokuł gotowany 150g, Kompot z owoców mieszanych bez cukru 250ml (truskawka, czarna porzeczka, aronia, śliwka) <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, seler, jaja</i>  Pod: Jogurt naturalny 100g, , <i>*alergeny: mleko,</i>	Chleb graham 75g, Masło 15g Szynkowa dębowa 40g, Serek tartare 20g, Sałata lodowa 30g, Pomidor 50g, Herbata 250ml (, Herbata)  <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, ,</i>  <i>Posilek nocny: Chleb graham 30g, Masło 10g, Krakowska 30g,</i>  <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień czwartek 28.05.2026r.  Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
Dieta łatwostrawna Energia : 2147.17 kcal; Białko ogółem: 81.84 g; Tłuszcz: 55.25 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 20.48 g; Węglowodany ogółem: 298.01 g; Cukry proste: 34.86 g; Sód: 1779.81 mg; Błonnik pokarmowy: 31.27 g;		
<p>Manna mleku 300ml( mleko, Kasza manna), Chleb baltonowski 100g Masło 15g Pasta z jajka z koperkiem 60g., Polędwica sopocka 20g, Cukinia duszona z tartą marchewką i koncentratem 80g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko,,Kawa)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca seler</i></p>	<p>Zacierka na wywarze 300ml (ziemniaki, makaron zacierka, marchew, seler, natka pietruszki) Klopsik wieprzowy duszony 90g(łopatka b/k, bułka tarta, jaja, mąka pszenna)Sos jarzynowy 100g(marchew, seler, mąka pszenna, ) Kasza jęczmienna 150g, Sałatka z gotowanych buraczków i jabłka 150g,Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml (truskawka, czarna porzeczka, aronia, śliwka) Jogurt naturalny 100g</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko,gorczyca, seler, jaja</i></p>	<p>Chleb baltonowski 100g Masło 15g, Szynkowa dębowa 40g, Serek tartare 20g, Parzony Pomidor bez skóry 80g, Herbata 250ml (, Herbata)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko,gorczyca, ,</i></p> <p><i>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</i></p>
Dieta łatwostrawna mielona Energia : 2069.68 kcal; Białko ogółem: 73.38 g; Tłuszcz: 44.13 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 15.20 g; Węglowodany ogółem: 277.49 g; Cukry proste: 33.96 g; Sód: 1533.37 mg; Błonnik pokarmowy: 32.87 g;		
<p>Manna mleku 300ml( mleko, Kasza manna), Chleb baltonowski 100g, Masło 15g Pasta z jajka z koperkiem 60g, Polędwica sopocka 20g, Cukinia duszona z tartą marchewką i koncentratem 80g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko,,Kawa)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca seler</i></p> <p>II Śniadanie: Sok jabłkowy 200ml</p>	<p>Zacierka na wywarze 300ml (ziemniaki, makaron zacierka, marchew, seler, natka pietruszki) Klopsik wieprzowy duszony 90g(łopatka b/k, bułka tarta, jaja, mąka pszenna)Sos jarzynowy 100g(marchew, seler, mąka pszenna, ) Ziemniaki 150g, Sałatka z gotowanych buraczków i jabłka 150g,Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml (truskawka, czarna porzeczka, aronia, śliwka)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko,gorczyca, seler, jaja</i></p> <p>Pod: Jogurt naturalny 100g,</p>	<p>Chleb baltonowski 100g, Masło 15g, Szynkowa dębowa 40g, Serek tartare 20g, Parzony Pomidor bez skóry 80g, Herbata 250ml (, Herbata czarna)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko,gorczyca, ,</i></p> <p><i>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</i></p>
Dieta łatwostrawna niskotłuszczowa Energia : 2136.89 kcal; Białko ogółem: 96.90 g; Tłuszcz: 40.38 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 15.24 g; Węglowodany ogółem: 324.37 g; Cukry proste: 48.50 g; Sód: 1544.77 mg; Błonnik pokarmowy: 32.64 g;		
<p>Manna mleku 300ml( mleko, Kasza manna), Chleb baltonowski 100g Masło 10g, Pasta z białka z koperkiem 60g, Polędwica sopocka 20g, Cukinia duszona z tartą marchewką i koncentratem 80g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko,,Kawa)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,seler</i></p>	<p>Zacierka na wywarze 300ml (ziemniaki, makaron zacierka, marchew, seler, natka pietruszki) Klopsik wieprzowy duszony 90g(łopatka b/k, bułka tarta, jaja, mąka pszenna)Sos jarzynowy 100g(marchew, seler, mąka pszenna, ) Kasza jęczmienna 150g, Sałatka z gotowanych buraczków i jabłka 150g,Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml (truskawka, czarna porzeczka, aronia, śliwka) Jogurt naturalny 100g</p> <p><i>*alergeny: gluten, gorczyca, seler, jaja</i></p>	<p>Chleb baltonowski 100g Masło 10g, Szynkowa dębowa 40g, Serek tartare 20g, Parzony Pomidor bez skóry 80g, Herbata 250ml (, Herbata)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko,gorczyca, ,</i></p> <p><i>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</i></p>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień czwartek 28.05.2026r.  Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
<b>Dieta dzieci 2 roku życia</b> Energia : 1953.21 kcal; Białko ogółem: 76.17 g; Tłuszcz: 53.39 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 20.61 g; Węglowodany ogółem: 299.16 g; Cukry proste: 53.72 g; Sód: 1327.30 mg; Błonnik pokarmowy: 23.08 g;		
<p>Manna mleku 150ml( mleko, Kasza manna), Chleb baltonowski 50g, Masło 15g, Pasta z jajka z koperkiem 60g, Polędwica sopocka 20g, Cukinia duszona z tartą marchewką i koncentratem 80g, Herbata 250ml (Herbata czarna, )</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p> <p>II Śniadanie: Sok jabłkowy 200ml</p>	<p>Zacierka na wywarze 150ml (ziemniaki, makaron zacierka, marchew, seler, natka pietruszki) Klopsik wieprzowy duszony 90g(łopatka b/k, bulka tarta, jaja, mąka pszenna)Sos jarzynowy 50g(marchew, seler, mąka pszenna, ) Ziemniaki 80g Sałatka z gotowanych buraczków i jabłka 80g.Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml (truskawka, czarna porzeczka, aronia, śliwka)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko,gorczyca, seler, jaja</i></p> <p>Pod: Herbatniki 30g,</p> <p><i>*alergeny: gluten</i></p>	<p>Chleb baltonowski 50g, Masło 15g, Szynkowa dębowa 40g, Serek tartare 20g, Parzony Pomidor bez skóry 80g, Herbata 250ml (, Herbata)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko,gorczyca, jaja</i></p> <p><i>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</i></p>
<b>Dieta dzieci dużych</b> Energia : 2395.98 kcal; Białko ogółem: 99.89 g; Tłuszcz: 62.79 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 20.61 g; Węglowodany ogółem: 368.38 g; Cukry proste: 52.75 g; Sód: 1561.49 mg; Błonnik pokarmowy: 33.07 g;		
<p>Manna mleku 300ml( mleko, Kasza manna), Chleb razowy70g, Chleb baltonowski 30g, Masło 15g, Pasta z jajka ze szczypiorkiem i majonezem 60g,, Polędwica sopocka 20g, Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką 80g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko,,Kawa.zbożowa)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p> <p>II Śniadanie: Sok jabłkowy 200ml</p>	<p>Ogórkowa ze śmietaną 300ml (ziemniaki, ogórek kiszony, marchew, seler, śmietana, mąka pszenna, olej rzepakowy) Klopsik wieprzowy duszony 90g(łopatka b/k, bulka tarta, jaja, mąka pszenna)Sos jarzynowy 100g(marchew, seler, mąka pszenna, ) Kasza jęczmienna 150g, Sałatka z gotowanych buraczków i jabłka 150g.Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml (truskawka, czarna porzeczka, aronia, śliwka)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko,gorczyca, seler, jaja</i></p> <p>Pod: Herbatniki 30g,</p> <p><i>*alergeny: gluten</i></p>	<p>Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g, Masło 15g, Szynkowa dębowa 40g, Serek tartare 20g, Sałata lodowa 30g, ,Pomidor 50g, Herbata 250ml (, Herbata)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko,gorczyca, ,</i></p> <p><i>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</i></p>

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

Jadłospis zatwierdzony przez:

**Rebus**  
PROSTE ROZWIĄZANIA

Kamil Karluto  
DIETETYK  
*Karluto*

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

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

Jadlospis zatwierdzony przez:

# Rebus

PROSTE ROZWIĄZANIA

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

Kamil Karluto  
DIETETYK  
*Karluto*

Śniadanie II Śniadanie	Jadlospis na dzień piątek 29.05.2026r. Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
<p><b>Dieta podstawowa</b> Energia : 2366.94 kcal; Białko ogółem: 96.61 g; Tłuszcz: 65.62 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 18.62 g; Węglowodany ogółem: 325.84 g; Cukry proste: 40.16 g; Sód: 1628.56 mg; Błonnik pokarmowy: 31.84 g;</p>		
<p>Ryż na mleku 300ml (mleko, Ryż biały), Chleb razowy 70g, Chleb baltonowski 30g, Masło 15g, Pasta z twarogu z koncentratem 60g, Szynka schabowa 20g, Ogórek świeży 80g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, , Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca,</i></p>	<p><b>Pieczarkowa z makaronem 300ml</b> (makaron pszenny, pieczarki, marchew, seler, śmietana, cebula, <b>mąka pszenna</b>) <b>Pulpet z ryby 90g</b> (mintaj, bulka tarta, marchew, olej, jajka.), <b>Ziemniaki 150g</b>, Kompot z czarnej porzeczki z cukrem 250ml Surówka z kapusty czerwonej 150g, Pomarańcza 150g</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca, jaja, ryba, seler,</i></p>	<p><b>Chleb baltonowski 70g, Chleb razowy 30g, Masło 15g Paszтет drobiowy 50g, Ser żółty 20g</b>, Sałatka z ogórka kiszzonego i papryki 80g, Herbata 250ml (, Herbata czarna)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca,</i></p> <p><b>Posilek nocny: Wafle ryżowe w polewie malinowej 25g</b> <i>*alergeny: gluten, orzechy</i></p>
<p><b>Dieta cukrzycowa</b> Energia : 2351.34 kcal; Białko ogółem: 117.21 g; Tłuszcz: 83.68 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 26.43 g; Węglowodany ogółem: 307.48 g; Cukry proste: 16.99 g; Sód: 1583.22 mg; Błonnik pokarmowy: 31.79 g;</p>		
<p>Ryż na mleku 300ml (mleko, Ryż biały), Chleb graham 75g, Masło 15g Pasta z twarogu z koncentratem 60g, Szynka schabowa 20g, Ogórek świeży 80g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca,</i></p> <p><b>II Śniadanie:</b> Sok pomidorowy 200ml, Wafle ryżowe 20g</p>	<p><b>Krupnik jęczmienny b/śm. 300 ml</b>, (ziemniaki, kasza jęczmienna, marchew, seler, pietruszka, natka pietr.), <b>Pulpet z ryby 90g</b> (mintaj, bulka tarta, marchew, olej, jajka.), <b>Ziemniaki 150g</b>, Surówka z kapusty czerwonej 150g (kapusta czerwona, olej) Kompot z czarnej porzeczki bez cukru 250ml</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca, ryba, seler,</i></p> <p><b>Pod: Sałatka kalafiorowa 150g</b>(kalafior, papryka, jogurt naturalny, jabłko, pieprz czarny)</p>	<p><b>Chleb graham 75g, Masło 15g, Paszтет drobiowy 50g, Ser żółty 20g</b>, Sałatka z ogórka kiszzonego i papryki 80g, Herbata 250ml ( Herbata czarna)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca,</i></p> <p><b>Posilek nocny: Chleb graham 30g, Masło 10g, Szynka delikatesowa z fileta 30g,</b> <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień piątek 29.05.2026r. Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
<b>Dieta łatwostrawna</b> Energia : 2276.60 kcal; Białko ogółem: 115.80 g; Tłuszcz: 59.07 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 18.65 g; Węglowodany ogółem: 324.01 g; Cukry proste: 44.78 g; Sód: 1347.05 mg; Błonnik pokarmowy: 30.12 g;		
<p>Ryż na mleku 300ml (mleko, Ryż biały), Chleb baltonowski 100g Masło 15g, Pasta z twarogu z koncentratem60g, Szynka schabowa 20g, Mus z jabłka 80g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, , Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca,</i></p>	<p>Krupnik jęczmienny b/śm. 300 ml, (ziemniaki, kasza jęczmienna, marchew, seler, pietruszka, natka pietr.), Pulpet z ryby 90g (mintaj, bulka tarta, marchew, olej, jajka.), , Ziemniaki 150g, Sos grecki z cukinią 150g (marchew, seler, cukinia, mąka pszenna, olej) Kompot z czarnej porzeczki z cukrem 250ml</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca, ryba, seler,</i></p>	<p>Chleb baltonowski 100g Masło 15g, Paszтет drobiowy 50g, Ser żółty 20g, Salátka z selera i marchwi 80g, Herbata 250ml (, Herbata czarna)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca, seler</i></p> <p><i>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</i></p>
<b>Dieta łatwostrawna mielona</b> Energia : 2140.05 kcal; Białko ogółem: 103.07 g; Tłuszcz: 59.03 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 17.94 g; Węglowodany ogółem: 340.96 g; Cukry proste: 55.18 g; Sód: 963.28 mg; Błonnik pokarmowy: 31.11 g;		
<p>Ryż na mleku 300ml (mleko, Ryż biały), Chleb baltonowski 100g, Masło 15g, Pasta z twarogu z koncentratem60g, Szynka schabowa 20g, Mus z jabłka 80g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, , Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca,</i></p> <p>II Śniadanie: Bulka maślana 1szt <i>*alergeny: gluten</i></p>	<p>Krupnik jęczmienny b/śm. 300 ml, (ziemniaki, kasza jęczmienna, marchew, seler, pietruszka, natka pietr.), Pulpet z ryby 90g (mintaj, bulka tarta, marchew, olej, jajka.), Ziemniaki 150g, Sos grecki z cukinią 150g (marchew, seler, cukinia, mąka pszenna, olej) Kompot z czarnej porzeczki z cukrem 250ml</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca, jaja, ryba, seler,</i></p> <p>Pod: Jogurt naturalny 100g <i>*alergeny: mleko</i></p>	<p>Chleb baltonowski 100g Masło 15g, Szynkowa dębowa drobiowa 50g, Twarożek Haga 20g, Salátka z selera i marchwi 80g, Herbata 250ml (, Herbata czarna)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca, seler</i></p> <p><i>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</i></p>
<b>Dieta łatwostrawna niskotłuszczowa</b> Energia : 2214.26 kcal; Białko ogółem: 116.63 g; Tłuszcz: 43.57 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 16.14 g; Węglowodany ogółem: 336.29 g; Cukry proste: 49.97 g; Sód: 1069.60 mg; Błonnik pokarmowy: 30.76 g;		
<p>Ryż na mleku 300ml (mleko, Ryż biały), Chleb baltonowski 100g Masło 10g, Pasta z twarogu z koncentratem60g, Szynka schabowa 20g, Mus z jabłka 80g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, , Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca,</i></p>	<p>Krupnik jęczmienny b/śm. 300 ml, (ziemniaki, kasza jęczmienna, marchew, seler, pietruszka, natka pietr.), Pulpet z ryby 90g (mintaj, bulka tarta, marchew, olej, jajka.), Ziemniaki 150g, Sos grecki z cukinią 150g (marchew, seler, cukinia, mąka pszenna, olej) Kompot z czarnej porzeczki z cukrem 250ml</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca, ryba, seler,</i></p>	<p>Chleb baltonowski 100g Masło 10g Szynkowa dębowa drobiowa 50g, Twarożek Haga 20g, Salátka z selera i marchwi 80g, Herbata 250ml (, Herbata czarna)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca, seler</i></p> <p><i>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</i></p>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień piątek 29.05.2026r. Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
<b>Dieta dzieci 2 roku życia</b> Energia : 1907.01 kcal; Białko ogółem: 87.92 g; Tłuszcz: 57.44 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 16.70 g; Węglowodany ogółem: 323.31 g; Cukry proste: 46.77 g; Sód: 1041.66 mg; Błonnik pokarmowy: 25.46 g;		
<p>Ryż na mleku 150ml (mleko, Ryż biały), Chleb baltonowski 50g, Pasta z twarogu z koncentratem 60g, Szynka schabowa 20g, Mus z jabłka 80g, Masło 15g, Herbata 250ml (Herbata czarna, )</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca,</i></p> <p>II Śniadanie: Bulka maślana 1szt, <i>*alergeny: gluten, mleko</i></p>	<p>Krupnik jęczmienny b/śm. 200 ml, (ziemniaki, kasza jęczmienna, marchew, seler, natka pietr.), Pulpet z ryby 90g (mintaj, bułka tarta, marchew, olej, jajka.), Ziemniaki 80g, Sos grecki z cukinią 80g (marchew, seler, cukinia, mąka pszenna, olej) Kompot z czarnej porzeczki z cukrem 250ml</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca, jaja, ryba, seler,</i></p> <p>Pod: Jogurt naturalny 100g <i>*alergeny: mleko,</i></p>	<p>Chleb baltonowski 50g, Masło 15g, Szynkowa dębowa drobiowa 50g, Ser żółty 20g, Sałatka z selera i marchwi 80g, Herbata 250ml (, Herbata czarna)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca, seler</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
<b>Dieta dzieci dużych</b> Energia : 2363.94 kcal; Białko ogółem: 105.11 g; Tłuszcz: 71.52 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 20.31 g; Węglowodany ogółem: 356.84 g; Cukry proste: 47.76 g; Sód: 1728.56 mg; Błonnik pokarmowy: 33.64 g;		
<p>Ryż na mleku 300ml (mleko, Ryż biały), Chleb razowy 70g, Chleb baltonowski 30g, Masło 15g, Pasta z twarogu z koncentratem 60g, Szynka schabowa 20g, Ogórek świeży 80g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, , Kawa zbożowa),</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca,</i></p> <p>II Śniadanie: Bulka maślana 1szt, <i>*alergeny: gluten , mleko</i></p>	<p>Pieczarkowa z makaronem 300ml (makaron pszenny, pieczarki, marchew, seler, śmietana, cebula, mąka pszenna) Pulpet z ryby 90g (mintaj, bułka tarta, marchew, olej, jajka.), Surówka z kapusty czerwonej 150g Ziemniaki 150g, Kompot z czarnej porzeczki z cukrem 250ml ,</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca, jaja, ryba, seler,</i></p> <p>Pod: Jogurt naturalny 100g <i>*alergeny: mleko,</i></p>	<p>Chleb baltonowski 70g, Chleb graham 30g, Masło 15g, Paszтет drobiowy 50g, Ser żółty 20g, Sałatka z ogórka kiszzonego i papryki 80g, Herbata 250ml (, Herbata czarna)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca,</i></p> <p>Posilek nocny: Wafle ryżowe w polewie malinowej 25g <i>*alergeny: gluten, orzechy</i></p>

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*

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 sobota 30.05.2026  Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
<b>Dieta podstawowa</b> Energia : 2359.04 kcal; Bialko ogółem: 113.04 g; Tłuszcz: 76.08 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 23.49 g; Węglowodany ogółem: 355.59 g; Cukry proste: 45.71 g; Sód: 1665.14 mg; Błonnik pokarmowy: 31.79 g;		
<b>Makaron na mleku 300ml( mleko, Makaron pszenny)</b> <b>Chleb baltonowski 70g, Chleb graham 30g, Masło 15g Jajko gotowane 50g, Kurczak w galarecie 20g, Pomidor 80g, , Kawa z mlekiem 250ml (Kawa zbożowa, mleko, cukier)</b>  <i>*alergeny : mleko, gluten, gorczyca</i>	<b>Grochowa 300ml</b> (ziemniaki, groch, marchew, seler, mąka pszenna, majeranek, czosnek, por) Zapiekanka z ryżu i jabłka 250g, Sos jogurtowy 100g(jogurt naturalny, cukier) Kompot truskawkowy 250ml (truskawka mrożony, cukier) Mandarynka 1szt  <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, seler</i>	<b>Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g Masło 15g</b> Sałatka z ogórka świeżego ze słonecznikiem 80g, Szynkowa dębowa 40g, Twarożek Haga20g 1szt, Herbata 250ml (Herbata, cukier),  <i>*alergeny : mleko, gluten, gorczyca</i>  <b>Posilek nocny: Ciasteczka owsiane 35g</b> <i>*alergeny: gluten, soja, orzechy</i>
<b>Dieta cukrzycowa</b> Energia : 2304.17 kcal; Bialko ogółem: 116.37 g; Tłuszcz: 66.48 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 18.66 g; Węglowodany ogółem: 318.28 g; Cukry proste: 25.86 g; Sód: 1610.38 mg; Błonnik pokarmowy: 33.48 g;		
<b>Makaron na mleku 300ml( mleko, Makaron pszenny)</b> <b>Chleb graham 75g, Masło 15g Jajko gotowane 50g, Kurczak w galarecie 20g, Pomidor 80g, , Kawa z mlekiem 250ml (Kawa zbożowa, mleko),</b>  <i>*alergeny : mleko, gluten, gorczyca</i>  <b>II Śniadanie: Skyr naturalny 150g</b> <i>*alergeny : mleko,</i>	<b>Grochowa 300ml</b> (ziemniaki, groch, marchew, seler, mąka pszenna, majeranek, czosnek, por) <b>Roladka z piersi kurczaka z pieca 90g</b> (piersi z kurczaka, mąka pszenna), Sos jarzynowy 100g(marchew, seler, mąka pszenna, natka pietruszki) Ryż brązowy 150g, Surówka z warzyw mieszanych 150g, Kompot truskawkowy bez cukru 250ml  <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, seler</i>  <b>Pod:</b> Trio warzywne gotowane 120g (kalafior, brokuł, marchew)	<b>Chleb graham 75g, Masło 15g</b> Sałatka z ogórka świeżego ze słonecznikiem 80g, Szynkowa dębowa 40g, Twarożek Haga20g 1szt, Herbata 250ml (Herbata),  <i>*alergeny : mleko, gluten, gorczyca</i>  <b>Posilek nocny: Chleb graham 30g, Twaróg 50g,</b> <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień sobota 30.05.2026  Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
<b>Dieta łatwostrawna</b> Energia : 2352.11 kcal; Białko ogółem: 104.57 g; Tłuszcz: 59.58 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 18.46 g; Węglowodany ogółem: 352.64 g; Cukry proste: 51.84 g; Sód: 1995.53 mg; Błonnik pokarmowy: 31.22 g;		
<b>Makaron na mleku 300ml( mleko, Makaron pszenny)</b> <b>Chleb baltonowski 100g Jajko gotowane 50g, Kurczak w galarecie 20g, Parzony Pomidor bez skóry 80g, Masło 15g</b> <b>Kawa z mlekiem 250ml (Kawa zbożowa, mleko, cukier)</b>  <i>*alergeny : mleko, gluten, gorczyca</i>	<b>Koperkowa z ziemniakami 300ml</b> (Ziemniaki, marchew, <b>seler</b> , koperek, <b>mąka pszenna</b> ) Zapiekanka z ryżu i jabłka 250g, <b>Sos jogurtowy 100g(jogurt naturalny, cukier)</b> Kompot truskawkowy 250ml (truskawka mrożony, cukier)  <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, seler</i>	<b>Chleb baltonowski 100g Masło 15g</b> Szynkowa dębowa 40g, <b>Twarożek Haga20g Iszt</b> , Jabłko gotowane 150g, Herbata 250ml (Herbata, cukier),  <i>*alergeny : mleko, gluten, gorczyca</i>  <b>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny Iszt</b>
<b>Dieta łatwostrawna mielona</b> Energia : 2218.49 kcal; Białko ogółem: 94.01 g; Tłuszcz: 50.27 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 16.22 g; Węglowodany ogółem: 345.54 g; Cukry proste: 51.51 g; Sód: 1747.37 mg; Błonnik pokarmowy: 31.85 g;		
<b>Makaron na mleku 300ml( mleko, Makaron pszenny)</b> <b>Chleb baltonowski 100g, Pasta z jajka z koperkiem 60g, Kurczak w galarecie 20g, Parzony Pomidor bez skóry 80g</b> <b>Masło 15g Kawa z mlekiem 250ml (Kawa zbożowa, mleko, cukier)</b>  <i>*alergeny : mleko, gluten, gorczyca</i>  <b>II Śniadanie: Biskopity 30g,</b> <i>*alergeny: gluten</i>	<b>Koperkowa z ziemniakami 300ml</b> (Ziemniaki, marchew, <b>seler</b> , koperek, <b>mąka pszenna</b> ) Zapiekanka z ryżu i jabłka 250g, <b>Sos jogurtowy 100g(jogurt naturalny, cukier)</b> Kompot truskawkowy 250ml (truskawka mrożony, cukier) <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, seler,jaja</i> <b>Pod: Jogurt naturalny 100g</b> <i>*alergeny: mleko</i>	<b>Chleb baltonowski 100g Masło 15g,</b> Szynkowa dębowa 40g, <b>Twarożek Haga 20g,</b> Jabłko gotowane 150g, Herbata 250ml (Herbata, cukier),  <i>*alergeny : mleko, gluten, gorczyca</i>  <b>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny Iszt</b>
<b>Dieta łatwostrawna niskotłuszczowa</b> Energia : 2230.59 kcal; Białko ogółem: 104.91 g; Tłuszcz: 39.13 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 16.34 g; Węglowodany ogółem: 356.59 g; Cukry proste: 51.36 g; Sód: 1898.15 mg; Błonnik pokarmowy: 33.72 g;		
<b>Makaron na mleku 300ml( mleko, Makaron pszenny)</b> <b>Chleb baltonowski 100g Pasta z białka z koperkiem 60g, Kurczak w galarecie 20g, Parzony Pomidor bez skóry 80g</b> <b>Masło 10g Kawa z mlekiem 250ml (Kawa zbożowa, mleko, cukier)</b>  <i>*alergeny : mleko, gluten</i>	<b>Koperkowa z ziemniakami 300ml</b> (Ziemniaki, marchew, <b>seler</b> , koperek, <b>mąka pszenna</b> ) Zapiekanka z ryżu i jabłka 250g, <b>Sos jogurtowy 100g(jogurt naturalny, cukier)</b> Kompot truskawkowy 250ml (truskawka mrożony, cukier)  <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, seler</i>	<b>Chleb baltonowski 100g Masło 10g</b> Szynkowa dębowa 40g, <b>Twarożek Haga 20g,</b> Jabłko gotowane 150g, Herbata 250ml (Herbata, cukier),  <i>*alergeny : mleko, gluten, gorczyca</i>  <b>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny Iszt</b>
<b>Dieta dzieci 2 roku życia</b> Energia : 2044.97 kcal; Białko ogółem: 80.28 g; Tłuszcz: 46.73 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 15.88 g; Węglowodany ogółem: 309.72 g; Cukry proste: 53.81 g; Sód:		

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień sobota 30.05.2026  Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
1498.65 mg; Błonnik pokarmowy: 26.98 g;		
<p>Makaron na mleku 150ml( mleko, Makaron pszenny) Chleb baltonowski 50g, Pasta z jajka z koperkiem 60g, Kurczak w galarecie 20g, Parzony Pomidor bez skóry 80g Masło 15g Herbata 250ml (Herbata czarna, cukier)</p> <p><i>*alergeny : mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p>II Śniadanie: Biszkopty 30g, <i>*alergeny: gluten, mleko</i></p>	<p>Koperkowa z ziemniakami 300ml (Ziemniaki, marchew, seler, koperek, mąka pszenna) Zapiekanka z ryżu i jabłka 250g. Sos jogurtowy 100g(jogurt naturalny, cukier) Kompot truskawkowy 250ml (truskawka mrożony, cukier)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, seler,jaja</i></p> <p>Pod: Sok owocowy 200ml</p>	<p>Chleb baltonowski 50g Masło 15g Szynekowa dębowa 40g, Twarożek Haga 20g, Jabłko gotowane 150g, Herbata 250ml (Herbata, cukier),</p> <p><i>*alergeny : mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
Dieta dzieci dużych Energia : 2374.13 kcal; Białko ogółem: 118.59 g; Tłuszcz: 76.83 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 24.00 g; Węglowodany ogółem: 386.55 g; Cukry proste: 53.66 g; Sód: 1755.33 mg; Błonnik pokarmowy: 32.89 g;		
<p>Makaron na mleku 300ml( mleko, Makaron pszenny) Chleb baltonowski 70g,Chleb graham 30g, Masło 15g Jajko gotowane 50g, Kurczak w galarecie 20g, Pomidor 80g, , Kawa z mlekiem 250ml (Kawa zbożowa, mleko, cukier), <i>*alergeny : mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p>II Śniadanie: Biszkopty 30g, <i>*alergeny: gluten, mleko</i></p>	<p>Grochowa 300ml(ziemniaki, groch, marchew, seler, mąka pszenna, majeranek, czosnek, por) Zapiekanka z ryżu i jabłka 250g. Sos jogurtowy 100g(jogurt naturalny, cukier) Kompot truskawkowy 250ml (truskawka mrożony, cukier)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, seler</i></p> <p>Pod: Sok owocowy 200ml</p>	<p>Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g, Masło 15g Sałatka z ogórka świeżego ze słonecznikiem 80g, Szynekowa dębowa 40g, Twarożek Haga20g 1szt, Herbata 250ml (Herbata, cukier), <i>*alergeny : mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p>Posilek nocny: Ciasteczka owsiane 35g <i>*alergeny: gluten,soja,orzechy</i></p>

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*

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 niedziela 31.05.2026r.  Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
<b>Dieta podstawowa</b> Energia : 2270.12 kcal; Białko ogółem: 106.95 g; Tłuszcz: 51.57 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 23.29 g; Węglowodany ogółem: 322.84 g; Cukry proste: 43.37 g; Sód: 1751.22 mg; Błonnik pokarmowy: 32.67 g;		
<b>Manna na mleku 300ml ( mleko, kasza manna), Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g, Masło 15g, Szynka biała 40g, Ser żółty 20g, Surówka z mixu sałat i rzodkiewki z olejem 80g, Kawa z mlekiem 250ml ( mleko, , Kawa zbożowa),</b>  <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,</i>	<b>Brokułowa 300ml(Brokuł, ziemniaki, marchew, seler, śmietana, mąka pszenna) Filet drobiowy gotowany90g (pierś z kurczaka, mąka pszenna) Sos jarzynowy 100g(marchew, seler, olej) Mizeria z jogurtem 150g, Kasza orkiszowa 150g Kompot z rabarbaru i jabłka z/c 250ml Jogurt naturalny 100g</b>  <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, jaja,seler</i>	<b>Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g Masło 15g, Twaróg z jogurtem 60g, Połędwica sopocka 20g, Pomidor 80g Herbata 250ml ( , Herbata czarna)</b>  <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,</i>  <b>Posilek nocny: Wafle kukurydziane pizza 25g</b> <i>*alergeny: gluten, soja, mleko, orzechy</i>
<b>Dieta cukrzycowa</b> Energia : 2276.66 kcal; Białko ogółem: 107.75 g; Tłuszcz: 49.92 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 21.70 g; Węglowodany ogółem: 320.83 g; Cukry proste: 27.53 g; Sód: 1667.98 mg; Błonnik pokarmowy: 33.53 g;		
<b>Manna na mleku 300ml(mleko, kasza manna), Chleb graham 75g, Masło 15g , Szynka biała 40g, Ser żółty 20g, Surówka z mixu sałat i rzodkiewki z olejem 80g, Kawa z mlekiem 250ml ( mleko, Kawa zbożowa),</b>  <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i>  <b>II Śniadanie : Jogurt naturalny 100g, Pieczywo razowe Wasa 2szt 20g,</b> <i>*alergeny: mleko,gluten</i>	<b>Brokułowa 300ml(Brokuł, ziemniaki, marchew, seler, śmietana, mąka pszenna) Filet drobiowy gotowany90g (pierś z kurczaka, mąka pszenna) Sos jarzynowy 100g(marchew, seler, , olej) Kasza orkiszowa 150g Mizeria z jogurtem 150g, Kompot z rabarbaru i jabłka bez cukru 250ml</b> <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, seler</i>  <b>Pod: Maślanka 200g</b> <i>*alergeny: mleko</i>	<b>Chleb graham 75g, Masło 15g Twaróg z jogurtem 60g, Połędwica sopocka 20g, Pomidor 80g Herbata 250ml (Herbata czarna)</b>  <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,</i>  <b>Posilek nocny: Chleb graham 30g, Pasztet drobiowy 30g,</b> <i>*alergeny: gluten, mleko,gorczyca</i>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień niedziela 31.05.2026r.  Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
<b>Dieta lekkostrawna</b> Energia : 2238.34 kcal; Białko ogółem: 104.87 g; Tłuszcz: 50.13 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 21.35 g; Węglowodany ogółem: 320.44 g; Cukry proste: 50.52 g; Sód: 1761.30 mg; Błonnik pokarmowy: 32.71 g;		
<b>Manna na mleku 300ml ( mleko, kasza manna), Chleb baltonowski 100g Masło 15g, Szynka biała 40g, Ser żółty 20g, Sałatka z marchwi 80g, Kawa z mlekiem 250ml ( mleko, , Kawa zbożowa)</b>  <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, seler</i>	<b>Brokułowa bez śmietany 300ml(Brokuł, ziemniaki, marchew, seler, mąka pszenna) Filet drobiowy gotowany90g (pierś z kurczaka, mąka pszenna) Sos jarzynowy 100g(marchew, seler, , olej) Sałatka z buraczków z natką pietruszki 150g, Kasza orkiszowa 150g Kompot z rabarbaru i jabłka z/c 250ml Jogurt naturalny 100g</b>  <i>*alergeny: glun, mleko, gorczyca, seler</i>	<b>Chleb baltonowski 100g Masło 15g Twaróg z jogurtem 60g, Polędwica sopocka 20g, Pomidor bez skóry 80g, Herbata 250ml ( , Herbata czarna)</b>  <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,</i>  <i>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</i>
<b>Dieta lekkostrawna mielona</b> Energia : 2158.95 kcal; Białko ogółem: 104.71 g; Tłuszcz: 49.01 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 21.15 g; Węglowodany ogółem: 320.86 g; Cukry proste: 50.54 g; Sód: 1655.23 mg; Błonnik pokarmowy: 31.92 g;		
<b>Manna na mleku 300ml (mleko, kasza manna), Chleb baltonowski 100 g, Masło 15g, Szynka biała 40g, Ser deliser 20g, Sałatka z marchwi 80g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, , Kawa zbożowa)</b>  <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, seler</i>  <b>II Śniadanie:</b> Sok owocowy 200ml	<b>Brokułowa bez śmietany 300ml(Brokuł, ziemniaki, marchew, seler, mąka pszenna) potrawka ze schabu 150g(schab, marchew, seler, pietruszka, mąka, ) Ziemniaki 150g, Sałatka z buraczków z natką pietruszki 150g, Kompot z rabarbaru i jabłka z/c 250ml</b>  <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, seler</i> <b>Pod: Maślanka 200g</b> <i>*alergeny: mleko</i>	<b>Chleb baltonowski 100g, Masło 15g Twaróg z jogurtem 60g, Polędwica sopocka 20g, Pomidor bez skóry 80g, Herbata 250ml ( , Herbata czarna)</b>  <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,</i>  <i>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</i>
<b>Dieta lekkostrawna niskotłuszczowa</b> Energia : 2225.48 kcal; Białko ogółem: 98.28 g; Tłuszcz: 38.33 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 19.64 g; Węglowodany ogółem: 325.23 g; Cukry proste: 58.86 g; Sód: 1673.17 mg; Błonnik pokarmowy: 30.27 g;		
<b>Manna na mleku 300ml( mleko, kasza manna), Chleb baltonowski 100g Masło 10g, Szynka biała 40g, Ser deliser 20g, Sałatka z marchwi 80g, Kawa z mlekiem 250ml ( mleko, , Kawa zbożowa)</b>  <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, seler</i>	<b>Brokułowa bez śmietany 300ml(Brokuł, ziemniaki, marchew, seler, mąka pszenna) Filet drobiowy gotowany90g (pierś z kurczaka, mąka pszenna) Sos jarzynowy 100g(marchew, seler, , olej) Kasza orkiszowa 150g Sałatka z buraczków z natką pietruszki 150g, Kompot z rabarbaru i jabłka z/c 250ml Jogurt naturalny 100g</b>  <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, seler</i>	<b>Chleb baltonowski 100g Masło 10g , Twaróg z jogurtem 60g, Polędwica sopocka 20g, Pomidor bez skóry 80g, Herbata 250ml ( , Herbata czarna)</b>  <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,</i>  <i>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</i>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień niedziela 31.05.2026r.  Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
<b>Dieta dzieci 2 roku życia</b> Energia : 1870.11 kcal; Białko ogółem: 100.93 g; Tłuszcz: 45.84 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 21.70 g; Węglowodany ogółem: 323.04 g; Cukry proste: 54.52 g; Sód: 1322.83 mg; Błonnik pokarmowy: 24.71 g;		
<p>Manna na mleku 150ml( mleko, kasza manna), Chleb baltonowski 50 g, Masło 15g, Szyunka biała 40g, Ser żółty 20g, Sałatka z marchwi 80g, Herbata 250ml (Herbata czarna, ) <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, orzech, seler</i></p> <p>II Śniadanie: Herbatniki 30g, <i>*alergeny: gluten,</i></p>	<p>Brokułowa 200ml(Brokuł, ziemniaki, marchew, seler, śmietana, mąka pszenna) potrawka ze schabu 150g(schab, marchew, seler, pietruszka, mąka ) Sałatka z buraczków z natką pietruszki 80g, Ziemniaki 80g Kompot z rabarbaru i jabłka z/c 250ml</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, seler</i></p> <p>Pod: Sok owocowy 200ml,</p>	<p>Chleb baltonowski 50g, Masło 15g, Twaróg z jogurtem 60g, Polędwica sopocka 20g, Pomidor bez skóry 80g, Herbata 250ml ( , Herbata czarna) <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
<b>Dieta dzieci dużych</b> Energia : 2358.00 kcal; Białko ogółem: 115.06 g; Tłuszcz: 56.94 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 24.39 g; Węglowodany ogółem: 334.36 g; Cukry proste: 58.18 g; Sód: 1856.33 mg; Błonnik pokarmowy: 33.03 g;		
<p>Manna na mleku 300ml( mleko, kasza manna), Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g Masło 15g, Szyunka biała 40g, Ser żółty 20g, Surówka z mixu sałat i rzodkiewki z olejem 80g, Kawa z mlekiem 250ml ( mleko, , Kawa zbożowa) <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,</i></p> <p>II Śniadanie: Herbatniki 30g, <i>*alergeny: gluten,</i></p>	<p>Brokułowa 300ml(Brokuł, ziemniaki, marchew, seler, śmietana, mąka pszenna) Filet drobiowy gotowany 90g (pierś z kurczaka, mąka pszenna) Sos jarzynowy 100g(marchew, seler, , olej) Kasza orkiszowa 150g Mizeria z jogurtem 150g, Kompot z rabarbaru i jabłka z/c 250ml <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, jaja, seler</i></p> <p>Pod: Sok owocowy 200ml,</p>	<p>Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g Masło 15g Twaróg z jogurtem 60g, Polędwica sopocka 20g, Pomidor 80g 250ml ( , Herbata czarna) <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,</i></p> <p>Posilek nocny: Wafle kukurydziane pizza 25g <i>*alergeny: gluten, soja, mleko, orzechy</i></p>

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*