

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

Rebus

PROSTE ROZWIĄZANIA

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

Jadłospis zatwierdzony przez:

Kamil Karluto
DIETETYK
Karluto

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień poniedziałek 22.06.2026 Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
<p>Dieta podstawowa Wartość kaloryczna :2368,52 Białko:96,66 Tłuszcze: 59,61 Kwasy tłuszczowe: 21,05 Węglowodany:359,83 Cukry Proste:37,99 Sód:1295,37 Błonnik:33,49</p>		
<p>Płatki owsiane na mleku 300ml (mleko, Płatki owsiane), Chleb razowy 70g, Chleb baltonowski 30g, Masło 15g, Jajko gotowane 60g, Polędwica z kurcząt 20g, Sałatka wiosenna80g(pomidor, ogórek świeży, sałata lodowa, olej rzepakowy),Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (mleko, , Kawa zbożowa),</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p>	<p>Barszcz czerwony z/śm 300ml (burak, ziemniaki, marchew, pietruszka, śmietana, seler, mąka) Kotlet mielony smażony 90g (łopatka b/k, mąka, bułka tarta, jajko) Surówka z kapusty czerwonej 150g(kapusta czerwona, jabłko, cebula, olej)Ziemniaki 150g , Kompot z owoców mieszanych 250ml (, mieszanka Kompotowa) Pomarańcza 150g</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca, seler,jaja</i></p>	<p>Chleb baltonowski 70g, Chleb razowy 30g Masło 15g, Polędwica z warzywami 50g, Serek tartare 20g, Sałata lodowa z jogurtem 80g, Herbata bez cukru 250ml (, Herbata czarna),</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
<p>Dieta cukrzycowa Wartość kaloryczna:2347,83 Białko:113,03 Tłuszcze:70,96 Kwasy tłuszczowe:22,84 Węglowodany:336,58 Cukry Proste:8,81 Sód:918,58 Błonnik:32,50</p>		
<p>Płatki owsiane na mleku 300ml (mleko, Płatki owsiane), Chleb graham 75g Masło 15g, Jajko gotowane 60g Polędwica z kurcząt 20g, Sałatka wiosenna80g(pomidor, ogórek świeży, sałata lodowa, olej rzepakowy),,Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (mleko, Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p>II Śniadanie : Brokuł gotowany 150g</p>	<p>Barszcz czerwony z/śm 300ml (burak, ziemniaki, marchew, pietruszka, śmietana, seler, mąka) Klopsik wieprzowy z pieca 90g (łopatka b/k, bułka tarta, mąka, jaja) Sos koperkowy 100ml (mąka pszenna, marchew, pietruszka, seler) Surówka z kapusty czerwonej 150g(kapusta czerwona, jabłko, cebula, olej)Ziemniaki 150g, Kompot z owoców mieszanych bez cukru 250ml (mieszanka Kompotowa)</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca, seler,jaja</i></p> <p>Pod: Fasolka szparagowa z masłem 150g</p> <p><i>*alergeny: mleko</i></p>	<p>Chleb graham 75g, Masło 15g, Polędwica z warzywami 50g, Serek tartare 20g, Sałata lodowa z jogurtem 80g, Herbata bez cukru 250ml b/c (Herbata czarna),</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p>Posilek nocny: Chleb graham 30g, Twaróg 50g,</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień poniedziałek 22.06.2026		Kolacja Posilek nocny
Dieta łatwostrawna Wartość kaloryczna:2395,99 Białko:95,80 Tłuszcz:50,49 Kwasy tłuszczowe:18,81 Węglowodany:378,85 Cukry Proste:47,20 Sód:1277,92 Błonnik :32,23			
<p>Platki owsiane na mleku 300ml (mleko, Platki owsiane), Chleb baltonowski 100g, Masło 15g, Jajko gotowane 60g Połędwica z kurcząt 20g, Sałatka z gotowanego selera 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (mleko, , Kawa zbożowa),</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p>	<p>Barszcz czerwony b/śm 300ml (burak, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, mąka) Klopsik wieprzowy z pieca 90g (łopatka b/k, bulka tarta, mąka, jaja) Sos koperkowy 100ml (, mąka pszenna, marchew, pietruszka, seler) sałatka z marchwi i jabłka 150g(marchew, jabłko,olej) Ziemniaki 150g Kompot z owoców mieszanych 250ml (, mieszanka Kompotowa)</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca, seler,jaja</i></p>	<p>Chleb baltonowski 100g,, Masło 15g Połędwica z warzywami 50g, Serek tartare 20g, Sałata lodowa z jogurtem 80g, Herbata bez cukru 250ml (, Herbata czarna),</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca,</i></p> <p><i>Posilek nocny:</i> Mus owocowo-warzywny 1szt</p>	
Dieta łatwostrawna mielona Wartość kaloryczna:2230,39 Białko:95,68 Tłuszcz:48,69 Kwasy tłuszczowe:18,30 Węglowodany:350,73 Cukry Proste:46,44 Sód:1014,72 Błonnik:31,15			
<p>Platki owsiane na mleku 300ml (mleko, Platki owsiane), Chleb baltonowski 100 g, Masło 15g, Pasta z jajka z koperkiem 60g, Połędwica z kurcząt 20g, Sałatka z gotowanego selera 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (mleko, , Kawa zbożowa),</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p>II: Śniadanie: Kisiel z czarnej porzeczki 200g</p>	<p>Barszcz czerwony b/śm 300ml (burak, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, mąka) Klopsik wieprzowy z pieca 90g (łopatka b/k, bulka tarta, mąka, jaja) Sos koperkowy 100ml (mąka pszenna, marchew, pietruszka, seler) sałatka z marchwi i jabłka 150g(marchew, jabłko,olej) Ziemniaki 150g, Kompot z owoców mieszanych 250ml (, mieszanka Kompotowa)</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca, seler,jaja</i></p> <p>Pod: Kefir 200g</p> <p><i>*alergeny :mleko,</i></p>	<p>Chleb baltonowski 100g, Masło 15g, Połędwica z warzywami 50g, Serek tartare 20g, Pomidor bez skóry 80g, Herbata bez cukru 250ml (, Herbata czarna),</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca,</i></p> <p><i>Posilek nocny:</i> Mus owocowo-warzywny 1szt</p>	
Dieta łatwostrawna niskotłuszczowa Wartość kaloryczna:2296,44 Białko:101,21 Tłuszcz:37,13 Kwasy tłuszczowe:13,91 Węglowodany:378,98 Cukry Proste:35,52 Sód:1011,37 Błonnik:31,25			
<p>Platki owsiane na mleku 300ml (mleko, Platki owsiane), Chleb baltonowski 100g, Masło 10g Pasta z białka z koperkiem 60g, Połędwica z kurcząt 20g, Sałatka z gotowanego selera 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (mleko, , Kawa zbożowa),</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p>	<p>Barszcz czerwony b/śm 300ml (burak, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, mąka) Klopsik wieprzowy z pieca 90g (łopatka b/k, bulka tarta, mąka, jaja) Sos koperkowy 100ml (mąka pszenna, marchew, pietruszka, seler) sałatka z marchwi i jabłka 150g(marchew, jabłko,olej) Ziemniaki 150g Kompot z owoców mieszanych 250ml (, mieszanka Kompotowa)</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca, seler,jaja</i></p>	<p>Chleb baltonowski 100g, Masło 10g Połędwica z warzywami 50g, Serek tartare 20g, Sałata lodowa z jogurtem 80g, Herbata bez cukru 250ml (, Herbata czarna),</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca,</i></p> <p><i>Posilek nocny:</i> Mus owocowo-warzywny 1szt</p>	

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień poniedziałek 22.06.2026		Kolacja Posilek nocny
Dieta dzieci 2 roku życia Wartość kaloryczna:1946,78 Białko:81,81 Tłuszcz:45,34 Kwasy tłuszczowe:14,50 Węglowodany:292,30 Cukry proste:44,22 Sód:874,24 Błonnik:24,76			
<p>Platki owsiane na mleku 150ml (mleko, Platki owsiane), Chleb baltonowski 50 g, Masło 15g, Pasta z jajka z koperkiem 60g, Polędwica z kurcząt 20g., Sałatka z gotowanego selera 80g, Herbata bez cukru 250ml (, Herbata czarna),</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p>II Śniadanie: Herbatniki 30g</p>	<p>Barszcz czerwony z/śm 200ml (burak, ziemniaki, marchew, pietruszka, śmietana, seler, mąka) Klopsik wieprzowy z pieca 90g (łopatka b/k, bułka tarta, mąka, jaja) Sos koperkowy 50ml (mąka pszenna, marchew, pietruszka, seler sałatka z marchwi i jabłka 80g(marchew, jabłko,olej) Ziemniaki 80g Kompot z owoców mieszanych 250ml (, mieszanka Kompotowa)</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca, seler,jaja</i></p> <p>Pod: Pomarańcza 150g</p>	<p>Chleb baltonowski 50 g, Masło 15g, Polędwica z warzywami 50g, Serek tartare 20g, Sałata lodowa z jogurtem 80g, Herbata bez cukru 250ml (, Herbata czarna),</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>	
Dieta dzieci dużych Wartość kaloryczna:2390,47 Białko:96,30 Tłuszcz:54,45 Kwasy tłuszczowe:21,03 Węglowodany:383,06 Cukry proste:42,84 Sód:1295,51 Błonnik:34,21			
<p>Platki owsiane na mleku 300ml (mleko, Platki owsiane), Chleb razowy 70g, Chleb baltonowski 30g, Masło 15g, Jajko gotowane 60g Polędwica z kurcząt 20g, Sałatka wiosenna80g(pomidor, ogórek świeży, sałata lodowa, olej rzepakowy),Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (mleko, , Kawa zbożowa),</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p>II Śniadanie: Herbatniki 30g</p>	<p>Barszcz czerwony z/śm 300ml (burak, ziemniaki, marchew, pietruszka, śmietana, seler, mąka) Kotlet mielony smażony 90g (łopatka b/k, mąka, bułka tarta, jajko) Surówka z kapusty czerwonej 150g(kapusta czerwona, jabłko, cebula, olej)Ziemniaki 150g, Kompot z owoców mieszanych 250ml (, mieszanka Kompotowa)</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca, seler,jaja</i></p> <p>Pod: Pomarańcza 150g</p>	<p>Chleb baltonowski 70g, Chleb razowy 30g, Masło 15g Polędwica z warzywami 50g, Serek tartare 20g, Sałata lodowa z jogurtem 80g, Herbata bez cukru 250ml (, Herbata czarna),</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>	

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

Rebus
PROSTE ROZWIĄZANIA

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

Jadłospis zatwierdzony przez:

Kamil Karluto
DIETETYK
Karluto

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

Rebus

PROSTE ROZWIĄZANIA

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

Jadłospis zatwierdzony przez:

Kamil Karluto
DIETETYK

Karluto

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień Wtorek 23.06.2026 Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
<p>Dieta podstawowa Wartość kaloryczna:2349,17 Białko:116,25 Tłuszcz:55,60 Kwasy tłuszczowe:18,53 Węglowodany:319,55 Cukry Proste:31,65 Sód:1275, 85 Błonnik:30,27</p>		
<p>Ryż na mleku 300ml(mleko,Ryż), Chleb razowy 70g, Chleb baltonowski 30g, Masło 15g, Twaróg z jogurtem i rzodkiewką 60g, Szynkowa dębowa drobiowa 20g, Sałatka z pomidora ze słonecznikiem 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (mleko, , Kawa zbożowa), <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,ryby</i></p>	<p>Fasolowa 300ml (Ziemniaki, fasola biała, marchew, seler, cebula, mąka pszenna, por) Żołądki drobiowe w sosie koperkowym 110/100g, Surówka z selera, pora i ogórka kiszzonego 150g, Kasza orkiszowa 150g, Kompot z czerwonej porzeczki250ml(, czerwona porzeczka) Melon 150g <i>*alergeny: gluten, seler, gorczyca</i></p>	<p>Chleb baltonowski 70g, Chleb graham 30g, Masło 15g, Ser żółty 20g. Szynkowa dębowa 40g, Surówka z kapusty pekińskiej i papryki 80g, Herbata bez cukru 250ml (, Herbata czarna) <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i> <i>Posilek nocny: Baton naturalny 35g</i> <i>*alergeny: gluten, soja, mleko,orzechy</i></p>
<p>Dieta cukrzycowa Wartość kaloryczna:2303,30 Białko:117,93 Tłuszcz:62,70 Kwasy tłuszczowe:21,42 Węglowodany:262,87 Cukry Proste:7,38 Sód:1236,84 Błonnik:33,76</p>		
<p>Ryż na mleku 300ml(mleko,Ryż), Chleb graham 75g, Masło 15g, Twaróg z jogurtem i rzodkiewką 60g, Szynkowa dębowa drobiowa 20g, Sałatka z pomidora ze słonecznikiem 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (mleko, Kawa zbożowa) <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i> II Śniadanie :Sok pomidorowy 200ml</p>	<p>Fasolowa 300ml (Ziemniaki, fasola biała, marchew, seler, cebula, mąka pszenna, por) Surówka z selera, pora i ogórka kiszzonego 150g, Potrawka z łopatki 150g(łopatka wieprzowa, marchew, seler, mąka pszenna), Kasza orkiszowa 150g, Kompot z czerwonej porzeczki bez cukru 250ml <i>*alergeny: gluten, seler, gorczyca</i> Pod: Warzywa gotowane 120g (kalafior, fasolka szparagowa)</p>	<p>Chleb graham 75g, Masło 15g Ser żółty 20g, Szynkowa dębowa 40g, Surówka z kapusty pekińskiej i papryki 80g, Herbata bez cukru 250ml (Herbata czarna) <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, seler</i> <i>Posilek nocny: Chleb graham 30g, Twarożek haga 20g,</i> <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień Wtorek 23.06.2026 Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
Dieta łatwostrawna Wartość kaloryczna: 2376,43 Białko:114,96 Tłuszcz:61,13 Kwasy tłuszczowe:21,81 Węglowodany:345,45 Cukry proste:48,38 Sód:1727,44 Błonnik:30,36		
<p>Ryż na mleku 300ml(mleko,Ryż), Chleb baltonowski 100g, Masło 15g Twaróg z jogurtem 60g, Szynkowa dębowa drobiowa 20g, Mus z jabłka 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (mleko, , Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergenv: gluten, mleko, gorczyca</i></p>	<p>Zacierka na wywarze 300ml (Makaron zacierka, marchew, seler, korpus z kurczaka, natka pietruszki) Potrawka z łopatki 150g(łopatka wieprzowa, marchew, seler, mąka pszenna), Marchewka gotowana oprószana 150g(mąka pszenna, marchew), Kasza orkiszowa 150g, Kompot z czerwonej porzeczki250ml(, czerwona porzeczka) Melon 150g</p> <p><i>*alergeny: gluten, seler, gorczyca</i></p>	<p>Chleb baltonowski 100g, Masło Ser żółty 20g, Szynkowa dębowa 40g, Salatką z gotowanego selera i jabłka 80g, Herbata bez cukru 250ml (, Herbata czarna)</p> <p><i>*alergenv: gluten, mleko, gorczyca,</i> <i>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</i></p>
Dieta łatwostrawna mielona Wartość kaloryczna: 2371,96 Białko:117,54 Tłuszcz:56,02 Kwasy tłuszczowe:20,21 Węglowodany:346,36 Cukry Proste:55,45 Sód:1490,91 Błonnik:31,41		
<p>Ryż na mleku 300ml(mleko,Ryż), Chleb baltonowski 100g Masło 15g Twaróg z jogurtem 60g, Szynkowa dębowa drobiowa 20g, Mus z jabłka 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (mleko, , Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mlek, gorczyca</i></p> <p>II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g</p> <p><i>*alergenv: mleko,</i></p>	<p>Zacierka na wywarze 300ml (Makaron zacierka, marchew, seler, korpus z kurczaka, natka pietruszki) Potrawka z łopatki 150g(łopatka wieprzowa, marchew, seler, mąka pszenna), Marchewka gotowana oprószana 150g(mąka pszenna, marchew), Ziemiaki 150g, Kompot z czerwonej porzeczki250ml(, czerwona porzeczka)</p> <p><i>*alergeny: gluten, seler, gorczyca</i> Pod: Bułka maślana 70g <i>*alergeny: gluten, mleko, jaja</i></p>	<p>Chleb baltonowski 100g, Masło 15g Twarożek Haga 20g, Szynkowa dębowa 40g, Salatką z gotowanego selera i jabłka 80g, Herbata bez cukru 250ml (, Herbata czarna)</p> <p><i>*alergenv: gluten, mleko, gorczyca,</i> <i>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</i></p>
Dieta łatwostrawna niskotłuszczowa Wartość kaloryczna: 2335,55 Białko:116,29 Tłuszcz:47,12 Kwasy tłuszczowe:17,10 Węglowodany:359,96 Cukry Proste:35,33 Sód:1405,70 Błonnik:31,46		
<p>Ryż na mleku 300ml(mleko,Ryż), Chleb baltonowski 100g, Masło 10g Twaróg z jogurtem 60g, Szynkowa dębowa drobiowa 20g, Mus z jabłka 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (mleko, , Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergenv: gluten, mleko, gorczyca</i></p>	<p>Zacierka na wywarze 300ml (Makaron zacierka, marchew, seler, korpus z kurczaka, natka pietruszki) Potrawka z łopatki 150g(łopatka wieprzowa, marchew, seler, mąka pszenna), Marchewka gotowana oprószana 150g(mąka pszenna, marchew), Kasza orkiszowa 150g, Kompot z czerwonej porzeczki250ml(, czerwona porzeczka) Melon 150g</p> <p><i>*alergeny: gluten, seler, gorczyca</i></p>	<p>Chleb baltonowski 100g, Masło 10g Twarożek Haga 20g, Szynkowa dębowa 40g, Salatką z gotowanego selera i jabłka 80g, Herbata bez cukru 250ml (, Herbata czarna)</p> <p><i>*alergenv: gluten, mleko, gorczyca,</i> <i>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</i></p> <p>p</p>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień Wtorek 23.06.2026 Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
Dieta dzieci 2 roku życia Wartość kaloryczna:2165,99 Białko:111,41 Tłuszcz:50,97 Kwasy tłuszczowe:17,67 Węglowodany:296,99 Cukry Proste:57,34 Sód:1410,81 Błonnik:26,16		
<p>Ryż na mleku 150ml(mleko,Ryż), Chleb baltonowski50g Masło 15g Twaróg z jogurtem 60g, Szynkowa dębowa drobiowa 20g, Mus z jabłka 80g, Herbata bez cukru 250ml (, Herbata czarna)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p> <p>II Śniadanie: Sok owocowy 200ml</p>	<p>Zacierka na wywarze 200ml (Makaron zacierka, marchew, seler, korpus z kurczaka, natka pietruszki) Potrawka z łopatki 150g(łopatka wieprzowa, marchew, seler, mąka pszenna), Marchewka gotowana oprószana 80g(mąka pszenna, marchew), Ziemniaki 80g, Kompot z czerwonej porzeczki250ml(, czerwona porzeczka)</p> <p><i>*alergeny: gluten, seler, gorczyca</i></p> <p>Pod: Bułka maślana 70g <i>*alergeny: gluten, mleko, jaja</i></p>	<p>Chleb baltonowski 50g, Masło 15g, Twarożek Haga 20g, Szynkowa dębowa 40g, Salátka z gotowanego selera i jabłka 80g, Herbata bez cukru 250ml (, Herbata czarna)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
Dieta dzieci dużych Wartość kaloryczna:2398,16 Białko:111,35 Tłuszcz:56,10 Kwasy nasycone:19,54 Węglowodany:366,47 Cukry Proste:57,65 Sód:1456,25Błonnik:30,47		
<p>Ryż na mleku 300ml(mleko,Ryż), Chleb razowy 70g, Chleb baltonowski 30g, Masło 15g, Twaróg z jogurtem i rzodkiewką 60g, Szynkowa dębowa drobiowa 20g, Salátka z pomidora ze słonecznikiem 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (mleko, , Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p> <p>II Śniadanie: Sok owocowy 200ml</p>	<p>Fasolowa 300ml (Ziemniaki, fasola biała, marchew, seler, cebula, mąka pszenna, por) Potrawka z łopatki 150g(łopatka wieprzowa, marchew, seler, mąka pszenna), Surówka z selera, pora i ogórka kiszzonego 150g, Kasza orkiszowa 150g, Kompot z czerwonej porzeczki250ml(, czerwona porzeczka)</p> <p><i>*alergeny: gluten, seler, gorczyca</i></p> <p>Pod: Bułka maślana 70g, <i>*alergeny: gluten, mleko, jaja</i></p>	<p>Chleb baltonowski 70g, Chleb graham 30g, Masło 15g Ser żółty 20g, Szynkowa dębowa 40g, Surówka z kapusty pekińskiej i papryki 80g, Herbata bez cukru 250ml (, Herbata czarna)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p> <p>Posilek nocny: Baton naturalny 35g <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

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 24.06.2026 Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
<p>Dieta podstawowa Wartość kaloryczna: 2243,17 Białko:92,92 Tłuszcz:61,95 Kwasy tłuszczowe:20,73 Węglowodany:278,73 Cukry Proste:39,87 Sód:1946,56 Błonnik:31,73</p>		
<p>Makaron na mleku 300ml(mleko,Makaron pszenny)Chleb razowy 70g, Chleb baltonowski 30g, Szynka biała 40g, Serek tartare 20g, Pomidor 50g, Sałata lodowa 30g, Masło 15g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (Kawa zbożowa, mleko, cukier)</p> <p><i>*alergeny : mleko, gluten, gorczyca</i></p>	<p>Jarzynowa 300ml (ziemniak, kalafior, marchew, groszek, fasolka, śmietana, seler, mąka pszenna)) Gołąbek bez zawijania 90g (łopatka b/k, kapusta biała, ryż biały, mąka pszenna, bulka tarta, cebula, marchew, jaja) Ziemniaki 150g, Surówka z marchwi z pomarańczą 150g, Sos pomidorowy 100g (marchew, seler, koncentrat pomidorowy, mąka, olej) Kompot truskawkowy 250ml (truskawka, cukier) Jabłko 150g</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, soja, gorczyca, seler</i></p>	<p>Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g Masło 15g Jajko gotowane 60g, Kurczak w galarecie 20g, Sałatka z ogórka świeżego i rzodkiewki 80g, Herbata bez cukru 250ml (Herbata, cukier)</p> <p><i>*alergeny : mleko, gluten, gorczyca, seler, ryby</i></p> <p>Posilek nocny: Wafle ryżowe w polewie malinowej 25g</p> <p><i>*alergeny: gluten, orzechy</i></p>
<p>Dieta cukrzycowa Wartość kaloryczna: 2212,07 Białko:95,02 Tłuszcz:64,54 Kwasy Tłuszczowe:18,46 Węglowodany:264,32 Cukry Proste: 31,64 Sód:1916 Błonnik:34,55</p>		
<p>Makaron na mleku 300ml(mleko,Makaron pszenny) Chleb graham 75g Szynka biała 40g, Serek tartare 20g, Pomidor 50g, Sałata lodowa 30g, Masło 15g Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (Kawa zbożowa, mleko)</p> <p><i>*alergeny : mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p>II Śniadanie : Jogurt naturalny 100g</p> <p><i>*alergeny: mleko,</i></p>	<p>Jarzynowa 300ml (ziemniak, kalafior, marchew, groszek, fasolka, śmietana, seler, mąka pszenna)) Gołąbek bez zawijania 90g (łopatka b/k, kapusta biała, ryż biały, mąka pszenna, bulka tarta, cebula, marchew, jaja) Ziemniaki 150g Surówka z marchwi z pomarańczą 150g, Sos pomidorowy 100g (marchew, seler, koncentrat pomidorowy, mąka, olej) Kompot truskawkowy bez cukru 250ml</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, soja, gorczyca, seler</i></p> <p>Pod: Serek wiejski 200g</p> <p><i>*alergeny : mleko,</i></p>	<p>Chleb graham 75g Masło 15g, Jajko gotowane 60g, Kurczak w galarecie 20g, Sałatka z ogórka świeżego i rzodkiewki 80g, Herbata bez cukru 250ml (Herbata)</p> <p><i>* alergeny : mleko, gluten, gorczyca, seler,</i></p> <p>Posilek nocny: Chleb graham 30g, Paszтет drobiowy 30g</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień środa 24.06.2026 Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
Dieta łatwostrawna Wartość kaloryczna: 2120,72 Bialko:85,09 Tluszcz:57,23 Kwasy tłuszczowe:18,48 Węglowodany:278,05 Cukry Proste:39,69 Sód:1452,06 Błonnik:32,32		
<p>Makaron na mleku 300ml(mleko,Makaron pszenny Chleb baltonowski 100g, Masło 15g Szyńska biała 40g, Serek tartare 20g, Pomidor bez skóry 80g,, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (Kawa zbożowa, mleko, cukier)</p> <p><i>*alergeny : mleko, gluten, gorczyca,</i></p>	<p>Barszcz biały bez śmietany 300ml (Ziemniaki, marchew, seler, maślanka, korpus z kurczaka,półdewica miodowa, mąka pszenna) Klopsik wieprzowo-ryżowy 90g(łopatka b/k, ryż biały, marchew, mąka pszenna, jaja) Ziemniaki 150g Sałatka z marchwi i jabłka 150g, Sos pomidorowy 100g (marchew, seler, koncentrat pomidorowy, mąka, olej) Kompot truskawkowy 250ml (truskawka, cukier)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, soja, gorczyca, seler</i></p>	<p>Chleb baltonowski 100g, Masło 15g Jajko gotowane 60g, Kurczak w galarecie 20g, Sałata lodowa z dresingiem 80g, Herbata bez cukru 250ml (Herbata, cukier)</p> <p><i>* alergeny : mleko, gluten, gorczyca, , seler,</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
Dieta łatwostrawna mielona Wartość kaloryczna: 2043,12 Bialko:84,83 Tluszcz:51,21 Kwasy tłuszczowe:16,10 Węglowodany: 284,57 Cukry Proste:38,41 Sód:1452,61 Błonnik:30,48		
<p>Makaron na mleku 300ml(mleko,Makaron pszenny Chleb baltonowski 100 g Szyńska biała 40g, Serek tartare 20g, Pomidor bez skóry 80g, Masło 15g Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (Kawa zbożowa, mleko, cukier)</p> <p><i>*alergeny : mleko, gluten, gorczyca,</i></p> <p>II Śniadanie: Sok owocowy 200ml</p>	<p>Barszcz biały bez śmietany 300ml (Ziemniaki, marchew, seler, maślanka, korpus z kurczaka,półdewica miodowa, mąka pszenna) Klopsik wieprzowo-ryżowy 90g(łopatka b/k, ryż biały, marchew, mąka pszenna, jaja) Ziemniaki 150g Sałatka z marchwi i jabłka 150g, Sos pomidorowy 100g (marchew, seler, koncentrat pomidorowy, mąka, olej) Kompot truskawkowy 250ml (truskawka, cukier)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, soja, gorczyca, seler, jaja</i></p> <p>Pod: Biskopty 30g, <i>*alergeny : mleko,gluten</i></p>	<p>Chleb baltonowski 100g Masło 15g Pasta z jajka z koperkiem 60g, Kurczak w galarecie 20g, Jabłko gotowane 150g Herbata bez cukru 250ml (Herbata, cukier)</p> <p><i>* alergeny : mleko, gluten, gorczyca, , seler,</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
Dieta łatwostrawna niskotłuszczowa Wartość kaloryczna: 2022,26 Bialko:82,31 Tluszcz:48,42 Kwasy tłuszczowe:15,54 Węglowodany:268,80 Cukry Proste:38,33 Sód:1533,19 Błonnik:30,72		
<p>Makaron na mleku 300ml(mleko,Makaron pszenny Chleb baltonowski 100g, Szyńska biała 40g, Serek tartare 20g, Pomidor bez skóry 80g, Masło 10g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (Kawa zbożowa, mleko, cukier)</p> <p><i>*alergeny : mleko, gluten, gorczyca,</i></p>	<p>Barszcz biały bez śmietany 300ml (Ziemniaki, marchew, seler, maślanka, korpus z kurczaka,półdewica miodowa, mąka pszenna) Klopsik wieprzowo-ryżowy 90g(łopatka b/k, ryż biały, marchew, mąka pszenna, jaja) Ziemniaki 150g Sałatka z marchwi i jabłka 150g, Sos pomidorowy 100g (marchew, seler, koncentrat pomidorowy, mąka, olej) Kompot truskawkowy 250ml (truskawka, cukier)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, soja, gorczyca, seler</i></p>	<p>Chleb baltonowski 100g, Masło 10g Pasta z białka z koperkiem 60g, Kurczak w galarecie 20g, Sałata lodowa z dresingiem 80g, Herbata bez cukru 250ml (Herbata, cukier)</p> <p><i>* alergeny : mleko, gluten, gorczyca, , seler,</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień środa 24.06.2026	Kolacja Posilek nocny
Dieta dzieci 2 roku życia Wartość kaloryczna: 1882,27 Bialko:60,66 Tluszcz:45,35 Kwasy Tluszczowe:12,37 Węglowodany:205,25 Cukry Proste:40,00 Sód:1209,74 Błonnik:19,68		
<p>Makaron na mleku 150ml(mleko,Makaron pszenny)Chleb baltonowski 50 g Szynka biała 40g, Serek tartare 20g, Pomidor bez skóry 80g, Masło 15g Herbata bez cukru 250ml (Herbata, cukier)</p> <p><i>*alergeny : mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p>II Śniadanie: Jabłko 150g</p>	<p>Barszcz biały 200ml (Ziemniaki, marchew, seler,śmietana, maślanka, korpus z kurczaka,polędwica miodowa, mąka pszenna) Klopsik wieprzowo-ryżowy 90g(łopatka b/k, ryż biały, marchew, mąka pszenna, jaja) Ziemniaki 80g Sałatka z marchwi i jabłka 80g. Sos pomidorowy 100g (marchew, seler, koncentrat pomidorowy, mąka, olej) Kompot truskawkowy 250ml (truskawka, cukier)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, soja, gorczyca, seler,jaja</i></p> <p>Pod: Biskopity 30g, <i>*alergeny : mleko,gluten</i></p>	<p>Chleb baltonowski 50g Masło 15g, Pasta z jajka z koperkiem 60g, Kurczak w galarecie 20g, Sałata lodowa z dresingiem 80g, Herbata bez cukru 250ml (Herbata, cukier)</p> <p><i>*alergeny : mleko, gluten, gorczyca, seler,</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
Dieta dzieci dużych Wartość kaloryczna:2218,37 Bialko:89,77 Tluszcz:60,67 Kwasy tluszczowe:19,95 Węglowodany:279,77 Cukry Proste:45,70 Sód:1209,66 Błonnik:31,97		
<p>Makaron na mleku 300ml(mleko,Makaron pszenny) Chleb razowy 70g, Chleb baltonowski 30g, Szynka biała 40g, Serek tartare 20g, Pomidor 50g, Sałata lodowa 30g, Masło 15g Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (Kawa zbożowa, mleko, cukier)</p> <p><i>*alergeny : mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p>II Śniadanie: Jabłko 150g</p>	<p>Jarzynowa 300ml (ziemniak, kalafior, marchew, groszek, fasolka, śmietana, seler, mąka pszenna)) Gołąbek bez zawijania 90g (łopatka b/k, kapusta biała, ryż biały, mąka pszenna, bulka tarta, cebula, marchew, jaja) Ziemniaki 150g, Surówka z marchwi z pomarańczą 150g, Sos pomidorowy 100g (marchew, seler, koncentrat pomidorowy, mąka, olej) Kompot truskawkowy 250ml (truskawka, cukier)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, soja, gorczyca, seler</i></p> <p>Pod: Biskopity 30g, <i>*alergeny : mleko,gluten</i></p>	<p>Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g, Masło 15g, Jajko gotowane 60g, Kurczak w galarecie 20g, Sałatka z ogórka świeżego i rzodkiewki 80g, Herbata bez cukru 250ml (Herbata, cukier)</p> <p><i>* alergeny : mleko, gluten, gorczyca, seler,</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

Rebus

PROSTE ROZWIĄZANIA

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

Jadłospis zatwierdzony przez:

Kamil Karluto
DIETETYK
Karluto

Rebus

PROSTE ROZWIĄZANIA

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

Jadłospis zatwierdzony przez:

Kamil Karluto
DIETETYK
Karluto

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień czwartek 25.06.2026r. Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
Dieta podstawowa Wartość kaloryczna:2389,87 Bialko:117,10 Tluszcze:63,18 Kwasy tłuszczowe:17,30 Węglowodany:305,15 Cukry Proste:32,72 Sód:1251,97 Błonnik:30,14		
<p>Zacierka na mleku 300ml (mleko, makaron zacierka) Chleb razowy 70g, Chleb baltonowski 30g, Masło 15g, Polędwica z kurcząt 50g, Dżem 1szt, Sałatka wiosenna 80g(pomidor, ogórek świeży, sałata lodowa, olej rzepakowy), Kawa z mlekiem bez cukru 250 ml. (mleko, , Kawa)</p> <p><i>* alergeny: mleko,gluten,gorczyca,</i></p>	<p>Kapuśniak 300ml(ziemniaki, kapusta biała, marchew, seler, cebula, mąka pszenna, koncentrat pomidorowy) Wątróbka drobiowa duszona z cebulą i jabłkiem 110g(wątroba drobiowa, cebula, jabłko, mąka pszenna) Trio warzywne 150g(kalafior, brokuł, fasolka szparagowa) Kasza jęczmienna 150g, Kompot z owoców mieszanych 250ml (mieszanka kompotowa,) Jabłko 150g,</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, seler, gorczyca, orzechy</i></p>	<p>Chleb baltonowski 70g, Chleb graham 30g Masło 15g Pasta z czerwonej soczewicy z koncentratem 60g, Polędwica z warzywami 20g, Pomidor 80g Herbata bez cukru 250ml (Herbata czarna,)</p> <p><i>* alergeny :mleko,gluten,gorczyca,soja</i></p> <p>Posilek nocny: Ciasteczka owsiane 35g</p> <p><i>*alergeny: gluten,soja,orzechy</i></p>
Dieta cukrzycowa Wartość kaloryczna:2191,34 Bialko:102,62 Tuszcz:57,73 Kwasy tłuszczowe:18,92 Węglowodany:280,67 Cukry Proste:8,00 Sód:1054,10 Błonnik:34,00		
<p>Zacierka na mleku 300ml (mleko, makaron zacierka), Chleb graham 75g, Masło 15g, Polędwica z kurcząt 50g, Twarożek Haga 20g, Sałatka wiosenna 80g(pomidor, ogórek świeży, sałata lodowa, olej rzepakowy), Kawa z mlekiem bez cukru 250 ml. (mleko, Kawa)</p> <p><i>*alergeny: mleko,gluten,gorczyca,</i></p> <p>II Śniadanie :Jogurt naturalny 100g <i>*alergeny:mleko</i></p>	<p>Kapuśniak 300ml(ziemniaki, kapusta biała, marchew, seler, cebula, mąka pszenna, koncentrat pomidorowy) Wątróbka drobiowa duszona z cebulą i jabłkiem 110g(wątroba drobiowa, cebula, jabłko, mąka pszenna) Trio warzywne 150g(kalafior, brokuł, fasolka szparagowa) Kasza jęczmienna 150g, Kompot z owoców mieszanych bez cukru 250ml</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, seler, gorczyca, jaja</i></p> <p>Pod: Maślanka 200g</p> <p><i>*alergeny: mleko</i></p>	<p>Chleb graham 75g, Masło 15g, Pasta z czerwonej soczewicy z koncentratem 60g, Polędwica z warzywami 20g, Pomidor 80g Herbata bez cukru 250ml (Herbata czarna,)</p> <p><i>*alergeny:mleko, gluten, gorczyca,soja</i></p> <p>Posilek nocny: Chleb graham 30g, Twaróg 50g</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień czwartek 25.06.2026r. Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
Dieta łatwostrawna Wartość kaloryczna: 2114,22 Białko:95,65 Tłuszcz:57,69 Kwasy tłuszczowe:24,92 Węglowodany: 304,85 Cukry Proste: 38,51 Sód:1796,92 Błonnik:31,16		
<p>Zacierka na mleku 300ml (mleko, makaron zacierka) Chleb baltonowski 100g, Masło 15g, Połudwica z kurcząt 50g, Dżem 1szt, Mus z jabłka 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250 ml. (mleko, , Kawa)</p> <p><i>*alergeny: mleko,gluten,gorczyca,</i></p>	<p>Koperkowa z ryżem 300 ml (Ryż biały, marchew, , korpus z kurcz., koper) Udko duszone w piecu 150g, Kasza jęczmienna 150g Jarzynka gotowana 150g(marchew, seler, mąka pszenna) Kompot z owoców mieszanych 250ml (mieszanka kompotowa,)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, seler, gorczyca,jaja,orzecny</i></p>	<p>Chleb baltonowski 100g, Masło 15g, Połudwica z warzywami 50g, Serek tartare 20g, Cukinia z pieca z koncentratem 80g, Herbata bez cukru 250ml (Herbata czarna,)</p> <p><i>*alergeny:mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
Dieta łatwostrawna mielona Wartość kaloryczna: 2194,22 Białko:98,65 Tłuszcze:57,49 Kwasy tłuszczowe:24,93 Węglowodany:323,85 Cukry Proste:37,51 Sód:1796,92 Błonnik:30,16		
<p>Zacierka na mleku 300ml (mleko, makaron zacierka) Chleb baltonowski 100g, Masło 15g Połudwica z kurcząt 50g, Dżem 1szt, Mus z jabłka 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250 ml. (mleko, , Kawa)</p> <p><i>* alergeny: mleko,gluten,gorczyca,</i></p> <p>II Śniadanie: Sok z marchwi 300ml</p>	<p>Koperkowa z ryżem 300 ml (Ryż biały, marchew, , korpus z kurcz., koper) Potrawka z udka ćwiartki 150g(ćwiartka z kurczaka, marchew, seler, mąka pszenna) Kasza jęczmienna 150g Jarzynka gotowana 150g(marchew, seler, mąka pszenna) Kompot z owoców mieszanych 250ml (mieszanka kompotowa,)</p> <p><i>*alergeny:mleko, gluten, seler, gorczyca, jaja, orzeczy</i></p> <p>Pod: Koktajl truskawkowy 200g(maślanka, jogurt naturalny, truskawka,)</p>	<p>Chleb baltonowski 100g, Masło 15g, Połudwica z warzywami 50g, Serek tartare 20g, Cukinia z pieca z koncentratem 80g, Herbata bez cukru 250ml (Herbata czarna,)</p> <p><i>*alergeny:mleko, gluten, gorczyca,</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
Dieta łatwostrawna niskotłuszczowa Wartość kaloryczna: 2065,23 Białko:92,29 Tłuszcze:44,51 Kwasy tłuszczowe:17,15 Węglowodany:332,66 Cukry Proste:53,13 Sód:1701,43 Błonnik:29,08		
<p>Zacierka na mleku 300ml (mleko, makaron zacierka) Chleb baltonowski 100g, Masło 10g Połudwica z kurcząt 50g, Dżem 1szt, Mus z jabłka 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250 ml. (mleko, , Kawa)</p> <p><i>*alergeny: mleko,gluten,gorczyca,</i></p>	<p>Koperkowa z ryżem 300 ml (Ryż biały, marchew, , korpus z kurcz., koper) Udko duszone w piecu 150g, Kasza jęczmienna 150g Jarzynka gotowana 150g(marchew, seler, mąka pszenna) Kompot z owoców mieszanych 250ml (mieszanka kompotowa,)</p> <p><i>*alergeny:mleko, gluten, seler, gorczyca, jaja</i></p>	<p>Chleb baltonowski 100g, Masło 10g Połudwica z warzywami 50g, Serek tartare 20g, Cukinia z pieca z koncentratem 80g, Herbata bez cukru 250ml (Herbata czarna,)</p> <p><i>*alergeny:mleko, gluten, gorczyca,</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień czwartek 25.06.2026r. Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
Dieta dzieci 2 roku życia Wartość kaloryczna: 1877,96 Białko:66,83 Tłuszcze:47,05 Kwasy tłuszczowe:22,29 Węglowodany:230,96 Cukry Proste:47,91 Sód:1195,60 Błonnik:20,89		
<p>Zacierka na mleku 150ml (mleko, makaron zacierka) Chleb baltonowski 50g, Masło 15g Polędwica z kurcząt 50g, Dżem 1szt, Mus z jabłka 80g, Herbata bez cukru 250ml (Herbata czarna,) <i>*alergeny: mleko,gluten,gorczyca,</i></p> <p>II Śniadanie: Herbatniki 30g <i>*alergeny:gluten</i></p>	<p>Koperkowa z ryżem 200 ml (Ryż biały, marchew, , korpus z kurcz., koper) Potrąwka z udka ćwiartki 80g(ćwiartka z kurczaka, marchew, seler, mąka pszenna) Ziemniaki 80g Jarzynka gotowana 80g(marchew, seler, mąka pszenna) Kompot z owoców mieszanych 250ml (mieszanka kompotowa,)</p> <p><i>*alergeny:mleko, gluten, seler, gorczyca, jaja</i></p> <p>Pod: Sok jabłkowy 200ml</p>	<p>Chleb baltonowski 50g, Masło 15g, Polędwica z warzywami 50g, Serek tartare 20g, Cukinia z pieca z koncentratem 80g, Herbata bez cukru 250ml (Herbata czarna,) <i>*alergeny:mleko, gluten, gorczyca,</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
Dieta dzieci dużych Wartość kaloryczna: 2302,39 Białko:97,71 Tłuszcze:56,48 Kwasy tłuszczowe:17,48 Węglowodany:332,59 Cukry Proste:47,45 Sód:1148,74 Błonnik:31,89		
<p>Zacierka na mleku 300ml (mleko, makaron zacierka) Chleb razowy 70g, Chleb baltonowski 30g, Masło 15g, Polędwica z kurcząt 50g, Dżem 1szt, Sałatka wiosenna 80g(pomidor, ogórek świeży, sałata lodowa, olej rzepakowy), Kawa z mlekiem bez cukru 250 ml. (mleko, , Kawa) <i>*alergeny: mleko,gluten,gorczyca,</i></p> <p>II Śniadanie: Herbatniki 30g <i>*alergeny:gluten</i></p>	<p>Kapuśniak 300ml(ziemniaki, kapusta biała, marchew, seler, cebula, mąka pszenna, koncentrat pomidorowy) Udko duszone w piecu 150g, Kasza jęczmienna 150g Trio warzywne 150g(kalafior, brokuł, fasolka szparagowa) Kompot z owoców mieszanych 250ml (mieszanka kompotowa,)</p> <p><i>*alergeny:mleko, gluten, seler, gorczyca,jaja</i></p> <p>Pod: Sok jabłkowy 200ml</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten</i></p>	<p>Chleb baltonowski 70g, Chleb graham 30g, Masło 15g Polędwica z warzywami 50g, Serek tartare 20g Pomidor 80g Herbata bez cukru 250ml (Herbata czarna,) <i>*alergeny :mleko,gluten,gorczyca,</i></p> <p>Posilek nocny: Ciasteczka owsiane 35g <i>*alergeny: gluten,soja,orzecchy</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 Karłuto
DIETETYK
Karłuto

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 26.06.2026 Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
Dieta podstawowa Wartość kaloryczna: 2215,00 Białko:79,39 Tłuszcze:66,87 Kwasy tłuszczowe:25,58 Węglowodany:280,49 Cukry Proste:40,29 Sód:1763,64 Błonnik:30,37		
<p>Płatki owsiane na mleku 300ml(mleko, Płatki owsiane), Chleb baltonowski70g Chleb razowy 30g Masło 15g , Twaróg z jogurtem 60g, Szynkowa dębowa drobiowa 20g, Ogórek świeży 50g, Sałata lodowa 30g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, , Kawa)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko,gorczyca,</i></p>	<p>Zupa krem z dyni ze śmietaną 300 ml, (dynia, ziemniaki, marchew, seler, mąka pszenna), Kotlet z morszczuka smażony 90g (morszczuk, bulka tarta, olej, jajka,), Surówka z kapusty kiszonej 150g (kapusta kiszona, marchew, olej) Ryż biały 150g Kompot z truskawkowy 250ml (truskawka mrożona,) Pomarańcza 150g</p> <p><i>*alergeny:gluten, mleko,seler, gorczyca, ryby,</i></p>	<p>Chleb baltonowski70g Chleb graham 30g , Masło 15g , Paszтет drobiowy 50g, Ser żółty 20g, Sałatka z ogórka kiszzonego z papryką 80g Herbata bez cukru 250ml (, Herbata czarna)</p> <p><i>*alergeny: gluten, gorczyca, mleko</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
Dieta cukrzycowa Wartość kaloryczna: 2131,94 Białko:96,63 Tłuszcze:46,37 Kwasy tłuszczowe:15,41 Węglowodany:276,83 Cukry Proste: 9,17 Sód:1212,68 Błonnik:35,56		
<p>Płatki owsiane na mleku 300ml(mleko, Płatki owsiane), Chleb graham 75g, Masło 15g Twaróg z jogurtem 60g, Szynkowa dębowa drobiowa 20g, Ogórek świeży 50g, Sałata lodowa 30g, Kawa z mlekiem 250ml(mleko, Kawa)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p> <p>II Śniadanie: Trio warzywne gotowane z masłem 120g</p> <p><i>*alergeny: mleko,</i></p>	<p>Zupa krem z dyni ze śmietaną 300 ml, (dynia, ziemniaki, marchew, seler, mąka pszenna), Pulpet z morszczuka 90g (morszczuk, bulka tarta, marchew, olej, jajka,), Ryż brązowy 150g , Surówka z kapusty kiszonej 150g (kapusta kiszona, marchew, olej) Kompot z truskawkowy bez cukru 250ml</p> <p><i>*alergeny:gluten, mleko,seler, gorczyca, ryby,</i></p> <p>Pod: Surówka orientalna 150g(marchew, imbir, olej rzepakowy)</p>	<p>Chleb graham 75g, Masło 15g , Paszтет drobiowy 50g, Ser żółty 20g, Sałatka z ogórka kiszzonego z papryką 80g, Herbata b/c 250ml</p> <p><i>*alergeny: gluten, gorczyca, mleko</i></p> <p>Posilek nocny: Chleb graham 30g, Masło 10g, Szynka delikatesowa z fileta 30g,</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca,jaja</i></p>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień piątek 26.06.2026 Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
Dieta łatwostrawna Wartość kaloryczna:2087,65 Białko:85,88 Tłuszcze:50,49 Kwasy tłuszczowe:15,96 Węglowodany:329,63 Cukry Proste:48,70 Sód:1535,52 Błonnik:30,61		
<p>Płatki owsiane na mleku 300ml(mleko, Płatki owsiane), Chleb baltonowski 100g,,Masło 15g Twaróg z jogurtem 60g, Szynkowa dębowa drobiowa 20g, Sałatka z gotowanej marchwi z natką pietruszki 80g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, , Kawa)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko,</i></p>	<p>Zupa krem z dyni 300 ml, (dynia, ziemniaki, marchew, seler, mąka pszenna), Pulpet z morszczuka 90g (morszczuk, bulka tarta, marchew, olej, jajka,), Ryż biały 150g , Sos grecki 150g(marchew, seler, koncentrat, natka pietr.) Kompot z truskawkowy 250ml (truskawka mrożona,)</p> <p><i>*alergeny:gluten, mleko,seler, gorczyca, ryby,</i></p>	<p>Chleb baltonowski 100g,, Masło 15g, Pasztet drobiowy 50g, Ser żółty 20g, Jabłko gotowane 150g, Herbata bez cukru 250ml (, Herbata)</p> <p><i>*alergeny: gluten, gorczyca, mleko</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
Dieta łatwostrawna mielona Wartość kaloryczna: 2062,60 Białko:76,50 Tłuszcze:51,46 Kwasy tłuszczowe:16,00 Węglowodany:317,83 Cukry Proste:47,98 Sód:1189,70 Błonnik:31,05		
<p>Płatki owsiane na mleku 300ml(mleko, Płatki owsiane), Chleb balt.100g ,Masło 15g , Twaróg z jogurtem 60g, Szynkowa dębowa drobiowa 20g, Sałatka z gotowanej marchwi z natką pietruszki 80g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, , Kawa)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko,</i></p> <p>II Śniadanie: Bulka maślana 1szt</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, jaja</i></p>	<p>Zupa krem z dyni 300 ml, (dynia, ziemniaki, marchew, seler, mąka pszenna), Pulpet z morszczuka 90g (morszczuk, bulka tarta, marchew, olej, jajka,), Ryż biały 150g , Sos grecki 150g(marchew, seler, koncentrat, natka pietr.) Kompot z truskawkowy 250ml (truskawka mrożona,)</p> <p><i>*alergeny:gluten, mleko,seler, gorczyca, ryby, jaja</i></p> <p>Podwieczorek: Kefir 200ml</p> <p><i>*alergeny : mleko</i></p>	<p>Chleb baltonowski100g, Masło 15g, Szynka delikatesowa z fileta 40g, Ser deliser 20g, Jabłko gotowane 150g, Herbata bez cukru 250ml (, Herbata)</p> <p><i>*alergeny: gluten, gorczyca, mleko</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
Dieta łatwostrawna niskotłuszczowa Wartość kaloryczna: 2018,46 Białko:91,18 Tłuszcze:32,77 Kwasy tłuszczowe:14,87 Węglowodany:380,68 Cukry Proste: 55,30 Sód:1304,98 Błonnik:31,11		
<p>Płatki owsiane na mleku 300ml(mleko, Płatki owsiane), Chleb baltonowski 100g,,Masło 10g , Twaróg z jogurtem 60g, Szynkowa dębowa drobiowa 20g, Sałatka z gotowanej marchwi z natką pietruszki 80g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, , Kawa),</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p>	<p>Zupa krem z dyni 300 ml, (dynia, ziemniaki, marchew, seler, mąka pszenna), Pulpet z morszczuka 90g (morszczuk, bulka tarta, marchew, olej, jajka,), Ryż biały 150g , Sos grecki 150g(marchew, seler, koncentrat, natka pietr.) Kompot z truskawkowy 250ml (truskawka mrożona,)</p> <p><i>*alergeny:gluten, mleko,seler, gorczyca, ryby,</i></p>	<p>Chleb baltonowski 100g, Masło 10g, Szynka delikatesowa z fileta 40g, Ser deliser 20g, Jabłko gotowane 150g, Herbata bez cukru 250ml (, Herbata)</p> <p><i>*alergeny: gluten, gorczyca, mleko</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień piątek 26.06.2026 Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
Dieta dzieci 2 roku życia Wartość kaloryczna: 1839,09 Białko:70,40 Tłuszcze:44,60 Kwasy tłuszczowe:15,78 Węglowodany:333,13 Cukry Proste:58,28 Sód:969,04 Błonnik:22,33		
<p>Płatki owsiane na mleku 150ml (mleko, Płatki owsiane), Chleb balt.50g ,Masło 15g Twaróg z jogurtem 60g, Szynkowa dębowa drobiowa 20g, Sałatka z gotowanej marchwi z natką pietruszki 80g, Herbata bez cukru 250ml (Herbata czarna,)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko,</i></p> <p>II Śniadanie: Bulka maślana 1szt <i>*alergeny: gluten, mleko, jaja</i></p>	<p>Zupa krem z dyni 200 ml, (dynia, ziemniaki, marchew, seler, mąka pszenna), Pulpet z morszczuka 90g (morszczuk, bulka tarta, marchew, olej, jajka,), Ryż biały 80g, Sos grecki 80g(marchew, seler, koncentrat, natka pietr.) Kompot z truskawkowy 250ml (truskawka mrożona,)</p> <p><i>*alergeny:gluten, mleko,seler, gorczyca, ryby, jaja</i></p> <p>Podwieczorek: Pomarańcza 150g</p>	<p>Chleb baltonowski50g, Masło 15g, Szynka delikatesowa z fileta 40g, Ser żółty 20g, Jabłko gotowane 150g, Herbata bez cukru 250ml (, Herbata)</p> <p><i>*alergeny: gluten, gorczyca, mleko</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
Dieta dzieci dużych Wartość kaloryczna: 2388,32 Białko:102,21 Tłuszcze:51,85 Kwasy tłuszczowe:18,44 Węglowodany:333,32 Cukry Proste: 58,66 Sód:1130,85 Błonnik:31,47		
<p>Płatki owsiane na mleku 300ml(mleko, Płatki owsiane), Chleb baltonowski70g Chleb razowy 30g Masło 15g Twaróg z jogurtem 60g, Szynkowa dębowa drobiowa 20g, Ogórek świeży 50g, Sałata lodowa 30g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, , Kawa)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko,</i></p> <p>II Śniadanie: Bulka maślana 1szt <i>*alergeny: gluten, mleko, jaja</i></p>	<p>Zupa krem z dyni ze śmietaną 300 ml, (dynia, ziemniaki, marchew, seler, mąka pszenna), Kotlet z morszczuka smażony 90g (morszczuk, bulka tarta, olej, jajka,), Surówka z kapusty kiszzonej 150g (kapusta kiszona, marchew, olej) Ryż biały 150g , Kompot z truskawkowy 250ml (truskawka mrożona,)</p> <p><i>*alergeny:gluten, mleko,seler, gorczyca, ryby, jaja</i></p> <p>Podwieczorek: Pomarańcza 150g</p>	<p>Chleb baltonowski70g Chleb graham 30g, Masło 15g, Paszтет drobiowy 50g, Ser żółty 20g, Sałatka z ogórka kiszzonego z papryką 80g, Herbata bez cukru 250ml (, Herbata)</p> <p><i>*alergeny: gluten, gorczyca, mleko</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>

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

Rebus
PROSTE ROZWIĄZANIA

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

Jadłospis zatwierdzony przez:

Kamil Karluto
DIETETYK
Karluto

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

Rebus

PROSTE ROZWIĄZANIA

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

Jadłospis zatwierdzony przez:

Kamil Karluto
DIETETYK
Karluto

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień sobota 27.06.2026 Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
Dieta podstawowa Wartość kaloryczna: 2292,05 Bialko:90,41 Tluszcze:65,01 Kwasy tłuszczowe:24,38 Węglowodany:315,12 Cukry Proste:34,63 Sód:1596,98 Błonnik:33,62		
<p>Platki orkiszowe na mleku 300ml(mleko, Platki orkiszowe) Chleb baltonowski 70g Chleb razowy 30g, Serek tartare 20g, Kielbasa krakowska 40g, Pomidor 80g, Masło 15g Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (Kawa zbożowa, mleko,)</p> <p><i>*alergeny : mleko, gluten,gorczyca,jaja</i></p>	<p>Zupa z ciecierzycy 300ml(Ziemniak, ciecierzycy, marchew, seler, koncentrat pomidorowy mąka pszenna, majeranek) Sos szpinakowo-śmietanowy z piersią kurczaka 170g (70g mięsa, 100g sos) (szpinak, pierś z kurczaka, śmietana, marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) Sałatka z gotowanych buraczków 150g, Makaron pszenny 200g, Kompot z jabłka z miętą250ml (jabłko, herbata miętowa,) Jogurt naturalny 100g</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, seler, gorczyca</i></p>	<p>Chleb baltonowski 70g Chleb razowy 30g Masło 15g Kurczak w galarecie 50g, Miód 25g, Ogórek świeży80g, Herbata bez cukru50ml (Herbata,)</p> <p><i>*alergeny : mleko, gluten,gorczyca</i></p> <p><i>Posilek nocny: Baton naturalny 35g</i></p> <p><i>*alergeny: gluten, soja, mleko,orzechy</i></p>
Dieta cukrzycowa Wartość kaloryczna: 2377,76 Bialko:101,94 Tluszcze:69,82 Kwasy tłuszczowe:21,93 Węglowodany:300,22 Cukry Proste:16,67 Sód:1614,90 Błonnik:34,20		
<p>Platki orkiszowe na mleku 300ml(mleko, Platki orkiszowe) Chleb graham 75g Serek tartare 20g, Kielbasa krakowska 40g,, Pomidor 80g, Masło 15g Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (Kawa zbożowa, mleko.)</p> <p><i>*alergeny : mleko, gluten,gorczyca jaja</i></p> <p>II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g</p> <p><i>*alergeny : mleko,</i></p>	<p>Brokułowa ze śmietaną 300ml(Ziemniak, brokuł, marchew, śmietana, seler, mąka pszenna) Sos szpinakowo-śmietanowy z piersią kurczaka 170g (70g mięsa, 100g sos) (szpinak, pierś z kurczaka, śmietana, marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) Sałatka z gotowanych buraczków 150g, Makaron pełnoziarnisty 200g, Kompot z jabłka z miętą bez cukru 250ml</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, seler, gorczyca</i></p> <p>Pod: Sok Pomidorowy 200ml</p>	<p>Chleb graham 75g, Masło 15g Kurczak w galarecie 50g, Twarożek Haga 20g, Ogórek świeży80g, Herbata bez cukru50ml</p> <p><i>*alergeny : mleko, gluten,gorczyca</i></p> <p><i>Posilek nocny: Chleb graham 30g, Masło 10g, Ser żółty 20g,</i></p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień sobota 27.06.2026 Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
Dieta łatwostrawna Wartość kaloryczna: 2397,34 Białko:89,34 Tłuszcze:60,92 Kwasy tłuszczowe:20,87 Węglowodany:357,78 Cukry Proste:49,65 Sód:1715,96 Błonnik:32,84		
<p>Płatki orkiszowe na mleku 300ml(mleko, Płatki orkiszowe) Chleb baltonowski 100g Serek tartare 20g, Kielbasa krakowska 40g, Parzony Pomidor bez skóry 80g Masło 15g Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (Kawa zbożowa, mleko,)</p> <p><i>*alergeny : mleko, gluten,gorczyca, seler,jaja</i></p>	<p>Brokułowa bez śmietany 300ml(Ziemniak, brokuł, marchew, , seler, mąka pszenna) Sos szpinakowo-śmietanowy z piersią kurczaka 170g (70g mięsa, 100g sos) (szpinak, pierś z kurczaka, śmietana, marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) Sałatka z gotowanych buraczków 150g, Makaron pszenny 200g, Kompot z jabłka z miętą250ml (jabłko, herbata miętowa,) Jogurt naturalny 100g</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, seler, gorczyca</i></p>	<p>Chleb baltonowski 100g, Masło 15g, Kurczak w galarecie 50g, Miód 25g, Sałatka z gotowanej marchwi80g, Herbata bez cukru50ml (Herbata,)</p> <p><i>*alergeny : mleko, gluten,gorczyca</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
Dieta łatwostrawna mielona Wartość kaloryczna: 2207,47 Białko:90,87 Tłuszcze:59,93 Kwasy tłuszczowe:20,22 Węglowodany:319,95 Cukry Proste:49,11 Sód:1221,32 Błonnik:30,76		
<p>Płatki orkiszowe na mleku 300ml(mleko, Płatki orkiszowe) Chleb baltonowski 100g Serek tartare 20g, Kielbasa krakowska 40g, Parzony Pomidor bez skóry 80g Masło 15g Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (Kawa zbożowa, mleko,)</p> <p><i>*alergeny : mleko, gluten,gorczyca , seler,jaja</i></p> <p>II Śniadanie: Biskopki 30g <i>*alergeny : gluten</i></p>	<p>Brokułowa bez śmietany 300ml(Ziemniak, brokuł, marchew, , seler, mąka pszenna) Sos szpinakowo-śmietanowy z piersią kurczaka 170g (70g mięsa, 100g sos) (szpinak, pierś z kurczaka, śmietana, marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) Sałatka z gotowanych buraczków 150g, Makaron pszenny 200g, Kompot z jabłka z miętą250ml (jabłko, herbata miętowa,)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, seler, gorczyca,</i> Pod: Jogurt naturalny 100g <i>*alergeny: mleko,</i></p>	<p>Chleb baltonowski 100 Masło 15g Kurczak w galarecie 50g, Miód 25g, Sałatka z gotowanej marchwi80g Herbata bez cukru50ml (Herbata,)</p> <p><i>*alergeny : mleko, gluten,gorczyca</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
Dieta łatwostrawna niskotłuszczowa Wartość kaloryczna: 2061,49 Białko:101,04 Tłuszcze:48,84 Kwasy tłuszczowe:14,54 Węglowodany:307,93 Cukry Proste:41,00 Sód:1076,18 Błonnik:30,94		
<p>Płatki orkiszowe na mleku 300ml(mleko, Płatki orkiszowe) Chleb baltonowski 100g, Pasta z białka z koperkiem 50g, Kielbasa krakowska 20g, Parzony Pomidor bez skóry 80g Masło 10g Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (Kawa zbożowa, mleko,)</p> <p><i>*alergeny : mleko, gluten,gorczyca, seler,jaja</i></p>	<p>Brokułowa bez śmietany 300ml(Ziemniak, brokuł, marchew, seler, mąka pszenna) Sos szpinakowo-jogurtowy z piersią kurczaka 170g (70g mięsa, 100g sos) (szpinak, pierś z kurczaka, śmietana, marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) Sałatka z gotowanych buraczków 150g, Makaron pszenny 200g, Kompot z jabłka z miętą250ml (jabłko, herbata miętowa,) Jogurt naturalny 100g</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, seler, gorczyca</i></p>	<p>Chleb baltonowski 100g, Masło 10g Kurczak w galarecie 50g, Miód 25g, Sałatka z gotowanej marchwi80g Herbata bez cukru50ml (Herbata,)</p> <p><i>*alergeny : mleko, gluten,gorczyca</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień sobota 27.06.2026 Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
Dieta dzieci 2 roku życia Wartość kaloryczna: 2026,88 Białko:79,91 Tłuszcze:61,82 Kwasy tłuszczowe:23,91 Węglowodany:265,51 Cukry Proste:47,63 Sód:1209,26 Błonnik:21,98		
<p>Płatki orkiszowe na mleku 150ml(mleko, Płatki orkiszowe) Chleb baltonowski 50g Serek tartare 20g, Kielbasa krakowska 40g, Parzony Pomidor bez skóry 80g Masło 15g Herbata bez cukru 250ml (Herbata czarna,)</p> <p><i>*alergeny : mleko, gluten,gorczyca ,jaja</i></p> <p>II Śniadanie: Sok owocowy 200ml</p>	<p>Brokułowa bez śmietany 200ml(Ziemniak, brokuł, marchew, , seler, mąka pszenna) Sos szpinakowo-śmietanowy z piersią kurczaka 170g (70g mięsa, 100g sos) (szpinak, pierś z kurczaka, śmietana, marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) Sałatka z gotowanych buraczków 150g, Makaron pszenny 100g, Kompot z jabłka z miętą250ml (jabłko, herbata miętowa,)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, seler, gorczyca</i></p> <p>Pod: Herbatniki 30g, <i>*alergeny: gluten</i></p>	<p>Chleb baltonowski 50 Masło 15g Kurczak w galarecie 50g, Twarożek Haga 20g, Sałatka z gotowanej marchwi80g Herbata bez cukru 250ml (Herbata czarna,)</p> <p><i>*alergeny : mleko, gluten,gorczyca</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
Dieta dzieci dużych Wartość kaloryczna: 2366,85 Białko:93,69 Tłuszcze:69,41 Kwasy tłuszczowe:23,90 Węglowodany:345,84 Cukry Proste:47,80 Sód:1566,22 Błonnik:34,14		
<p>Płatki orkiszowe na mleku 300ml(mleko, Płatki orkiszowe) Chleb baltonowski 70g Chleb razowy 30g Serek tartare 20g, Kielbasa krakowska 40g, Pomidor 80g, Masło 15g Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (Kawa zbożowa, mleko,)</p> <p><i>*alergeny : mleko, gluten,gorczyca ,jaja</i></p> <p>II Śniadanie: Sok owocowy 200ml</p>	<p>Zupa z ciecierzycy 300ml(Ziemniak, ciecierzycza, marchew, seler, koncentrat pomidorowy mąka pszenna, majeranek) Sos szpinakowo-śmietanowy z piersią kurczaka 170g (70g mięsa, 100g sos) (szpinak, pierś z kurczaka, śmietana, marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) Sałatka z gotowanych buraczków 150g, Makaron pszenny 200g, <i>*alergeny: gluten, mleko, seler, gorczyca</i></p> <p>Pod: Herbatniki 30g, <i>*alergeny: gluten</i></p>	<p>Chleb baltonowski 70g Chleb razowy 30g Masło 15g, Kurczak w galarecie 50g, Miód 25g, Ogórek świeży80g, Herbata bez cukru50ml (Herbata,)</p> <p><i>*alergeny : mleko, gluten,gorczyca</i></p> <p>Posilek nocny: Baton naturalny 35g <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 niedziela 28.06.2026 Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
<p>Dieta podstawowa Wartość kaloryczna:2463,50 Bialko:115,09 Tluszcze:66,17 Kwasy tłuszczowe:22,55 Węglowodany:324,27 Cukry Proste:34,79 Sód:1370,03 Błonnik:32,68</p>		
<p>Manna na mleku 300ml(mleko, Kasza manna) Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g, Masło 15g, Polędwica z kurcząt 20g, Jajko gotowane 60g, Sałatka wiosenna 80g(ogórek świeży, pomidor, sałata lodowa, olej rzepakowy) Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (mleko, , Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, jaja</i></p>	<p>Krupnik jęczmienny 300 ml, (ziemniaki, kasza jęczmienna, śmietana, marchew, seler, natka pietr.) Kotlet schabowy smażony 90g(schab b/k, bulka tarta, jaja, mąka pszenna), , Jarzynka gotowana 150g (marchew, seler, mąka pszenna, olej rzepakowy), Ziemniaki 150g, Kompot z gruszek 250ml(gruszka,) Melon 150g</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, seler,jaja</i></p>	<p>Chleb baltonowski 100g, Masło 15g Pasta twarogowa z makrelą i szczypiorkiem 60g , polędwica sopocka 20g, Pomidor 80g, Herbata bez cukru 250ml (, Herbata czarna,)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p> <p>Posilek nocny: Wafle kukurydziane pizza 25g <i>*alergeny: gluten, soja, mleko, orzechy</i></p>
<p>Dieta cukrzycowa Wartość kaloryczna: 2387,04 Bialko:119,33 Tluszcze:74,81 Kwasy tłuszczowe:22,95 Węglowodany:294,34 Cukry Proste: 9,24 Sód:1379,10 Błonnik:32,37</p>		
<p>Manna na mleku 300ml(mleko, Kasza manna) Chleb graham 75g, Masło 15g, Polędwica z kurcząt 20g, Jajko gotowane 60g, , Sałatka wiosenna 80g(ogórek świeży, pomidor, sałata lodowa, olej rzepakowy), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (mleko, Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca , jaja</i></p> <p>II Śniadanie : Serek wiejski 200g <i>*alergeny: mleko</i></p>	<p>Krupnik jęczmienny 300 ml, (ziemniaki, kasza jęczmienna, śmietana, marchew, seler, natka pietr.), Schab duszony 90g(schab b/k, mąka pszenna), , Jarzynka gotowana 150g (marchew, seler, mąka pszenna, olej rzepakowy), Ziemniaki 150g, Kompot z gruszek bez cukru 250ml (gruszka)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, seler,jaja</i></p> <p>Pod: Budyń waniliowy bez cukru 200g <i>alergeny: mleko</i></p>	<p>Chleb graham 75g, Masło 15g, Pasta twarogowa z makrelą i szczypiorkiem 60g , polędwica sopocka 20g, Pomidor 80g, Herbata bez cukru 250ml (Herbata czarna,)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p> <p>Posilek nocny: Chleb graham 30g, Pasztet drobiowy 30g <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień niedziela 28.06.2026 Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
Dieta łatwostrawna Wartość kaloryczna:2345,03 Białko:118,91Tłuszcze:47,00 Kwasy tłuszczowe:19,96 Węglowodany:334,94 Cukry Proste:41,67 Sód:1567,54 Błonnik:31,34		
<p>Manna na mleku 300ml(mleko, Kasza manna) Chleb baltonowski 100g,, Masło 15g, Polędwica z kurcząt 20g, Jajko gotowane 60g, Sałata lodowa z dresingiem 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (mleko, , Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, jaja</i></p>	<p>Krupnik jęczmienny bez śmietany 300 ml, (ziemniaki, kasza jęczmienna, marchew, seler, natka pietr.), Schab duszony 90g(schab b/k, mąka pszenna), , Jarzynka gotowana 150g (marchew, seler, mąka pszenna, olej rzepakowy), Ziemniaki 150g, Kompot z gruszek 250ml (gruszka,) Melon 150g</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, seler,jaja</i></p>	<p>Chleb baltonowski 100g,, Masło 15g, Pasta twarogowa z gotowanym mintajem 60g , polędwica sopocka 20g, Cukinia duszona z koncentratem 80g, Herbata bez cukru 250ml (, Herbata czarna,)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
Dieta łatwostrawna mielona Wartość kaloryczna: 2273,15 Białko:109,72 Tłuszcze:46,03 Kwasy tłuszczowe:19,79 Węglowodany:330,79 Cukry Proste:41,16 Sód:1285,96 Błonnik:31,06		
<p>Manna na mleku 300ml(mleko, Kasza manna) Chleb baltonowski 100g, Masło 15g, Polędwica z kurcząt 20g, Jajko gotowane 60g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (mleko, , Kawa zbożowa) Jabłko gotowane 150g</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca , jaja</i></p> <p>II Śniadanie: Sok marchwiowo-owocowy 300ml</p>	<p>Krupnik jęczmienny bez śmietany 300 ml, (ziemniaki, kasza jęczmienna, marchew, seler, natka pietr.), Klopsik ze schabu gotowany 90g(schab b/k, bułka tarta, jajka, mąka pszenna), , Jarzynka gotowana 150g (marchew, seler, mąka pszenna, olej rzepakowy), Ziemniaki 150g, Kompot z gruszek 250ml (gruszka,)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, seler,jaja</i></p> <p>Pod: Budyń waniliowy 200g (MLE)</p> <p><i>*alergeny :mleko,</i></p>	<p>Chleb baltonowski 100g, Masło 15g Pasta twarogowa z gotowanym mintajem 60g , polędwica sopocka 20g, Cukinia duszona z koncentratem 80g, Herbata bez cukru 250ml (, Herbata czarna,)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
Dieta łatwostrawna niskotłuszczowa Wartość kaloryczna: 2229,88 Białko:118,21 Tłuszcze:41,34 Kwasy tłuszczowe:18,50 Węglowodany:330,29 Cukry Proste:44,13 Sód:1251,99 Błonnik:32,39		
<p>Manna na mleku 300ml(mleko, Kasza manna) Chleb baltonowski 100g, Masło 15g, Polędwica z kurcząt 20g, Jajko gotowane 60g, Sałata lodowa z dresingiem 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (mleko, , Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, jaja</i></p>	<p>Krupnik jęczmienny bez śmietany 300 ml, (ziemniaki, kasza jęczmienna, marchew, seler, natka pietr.), Schab duszony 90g(schab b/k, mąka pszenna), , Jarzynka gotowana 150g (marchew, seler, mąka pszenna, olej rzepakowy), Ziemniaki 150g, Kompot z gruszek 250ml (gruszka,) Melon 150g</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, seler,jaja</i></p>	<p>Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g, Masło 10g, Pasta twarogowa z gotowanym mintajem 60g , polędwica sopocka 20g, Cukinia duszona z koncentratem 80g, Herbata bez cukru 250ml (, Herbata czarna,)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1sz</p>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień niedziela 28.06.2026 Obiad Podwieczerek	Kolacja Posilek nocny
Dieta dzieci 2 roku życia Wartość kaloryczna: 1942,03 Białko:100,66 Tłuszcze:44,48 Kwasy tłuszczowe:19,29 Węglowodany:275,97 Cukry Proste:42,68 Sód:1147,65 Błonnik:25,31		
<p>Manna na mleku 150ml(mleko, Kasza manna) Chleb baltonowski 50g, Masło 15g, Polędwica z kurcząt 20g, Jajko gotowane 60g, Sałata lodowa z dresingiem 80g, Herbata bez cukru 250ml (, Herbata czarna,) *alergeny: <i>gluten, mleko, gorczyca , jaja,</i></p> <p>II Śniadanie: Jabłko 150g</p>	<p>Krupnik jęczmienny 200 ml, (ziemniaki, kasza jęczmienna, śmietana, marchew, seler, natka pietr.), Klopsik ze schabu gotowany 90g(schab b/k, bulka tarta, jajka, mąka pszenna), Jarzynka gotowana 80g (marchew, seler, mąka pszenna, olej rzepakowy), Ziemniaki 80g, Kompot z gruszek 250ml (gruszka,) *alergeny: <i>gluten, mleko, gorczyca, seler,jaja</i></p> <p>Pod: Biszkopty 30g *alergeny :<i>mleko,</i></p>	<p>Chleb baltonowski 50g, Masło 15g Twaróg z jogurtem 60g , polędwica sopocka 20g, Cukinia duszona z koncentratem 80g, Herbata bez cukru 250ml (, Herbata czarna,) *alergeny: <i>gluten, mleko, gorczyca</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
Dieta dzieci dużych Wartość kaloryczna: 2361,35 Białko:115,16 Tłuszcze:66,21 Kwasy tłuszczowe:22,56 Węglowodany:328,89 Cukry Proste:38,26 Sód:1370,38 Błonnik:33,03		
<p>Manna na mleku 300ml(mleko, Kasza manna)Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g, Masło 15g, Polędwica z kurcząt 20g, Jajko gotowane 60g, , Sałatka wiosenna 80g(ogórek świeży, pomidor, sałata lodowa, olej rzepakowy)Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (mleko, , Kawa zbożowa) *alergeny: <i>gluten, mleko, gorczyca , jaja</i></p> <p>II Śniadanie: Jabłko 150g</p>	<p>Krupnik jęczmienny 300 ml, (ziemniaki, kasza jęczmienna, śmietana, marchew, seler, natka pietr.), Kotlet schabowy smażony 90g(schab b/k, bulka tarta, jaja, mąka pszenna), Jarzynka gotowana 150g (marchew, seler, mąka pszenna, olej rzepakowy), Ziemniaki 150g, Kompot z gruszek 250ml (gruszka,) *alergeny: <i>gluten, mleko, gorczyca, seler,jaja</i></p> <p>Pod: Biszkopty 30g *alergeny :<i>mleko,</i></p>	<p>Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g, Masło 15g, Twaróg z jogurtem 60g , polędwica sopocka 20g, Pomidor 80g, Herbata bez cukru 250ml (, Herbata czarna,) *alergeny: <i>gluten, mleko, gorczyca</i></p> <p>Posilek nocny: Wafle kukurydziane pizza 25g *alergeny: <i>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