

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie

DZIAŁ ŻYWIENIA

poniedziałek 11 marca 2024

DIETA		Dieta płynna wzmocniona/papkowata		Dieta rozdrobniona		Dieta dializowana/bezsolna		Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów dializowana		Dieta cukrzycowa wątrobowa		
ŚNIADANIE	I	1	Zupa krem dyniowy 500ml *gluten/*mleko/*seler/	500g	Musli na mleku *gluten/*mleko/+orzechy /	300g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb razowy 90g *gluten/	90g	Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g
		2			Chleb pszenny bez skórki 80g *gluten/	80g	Domowa wędlina wieprzowa 60g	60g	Domowa wędlina wieprzowa 60g	60g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g
		3			Pasta mięsna ze schabu białego 60g *jaja/*soja/*gorczyca/	60g	Miód 1 szt.	25g	Miód 1 szt.	25g	Schab biały 60g *soja/	60g
		4			Miód 1 szt.	25g	Ogórek 50g	50g	Ogórek 50g	50g	masło 10g *mleko/	10g
		5			masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g	Pomidor 100g	100g
		6			Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g	Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g
		7			Herbata z cytryną	250g						
		8										
		9										
		10										
II	1	Skyr szt. *mleko/	140g	Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g	Kanapka pszenna z dżemem 1 szt. *gluten/	80g	Kanapka pszenna z domową wędliną wieprzową 1 szt. *gluten/	80g	Kanapka pszenna z twarogiem 1 szt. *gluten/*mleko/	80g	
	2											
OBIAD	1	Zupa kalafiorowa 500ml *soja/*mleko/*seler/	500g	Zupa kalafiorowa 350ml *soja/*mleko/*seler/	350g	Zupa kalafiorowa 350ml *soja/*mleko/*seler/	350g	Zupa kalafiorowa 350ml *soja/*mleko/*seler/	350g	Zupa kalafiorowa 350ml *soja/*mleko/*seler/	350g	
	2			Bitka schabowa duszona 100g *gluten/	100g	Bitka schabowa duszona 100g *gluten/	100g	Bitka schabowa duszona 100g *gluten/	100g	Bitka schabowa duszona 100g *gluten/	100g	
	3			Sos własny 80g *gluten/*seler/	80g	Sos własny 80g *gluten/*seler/	80g	Sos własny 80g *gluten/*seler/	80g	Sos własny 80g *gluten/*seler/	80g	
	4			Kasza bulgur gotowana 180g *gluten/	180g	Kasza bulgur gotowana 150g *gluten/	150g	Kasza bulgur gotowana 150g *gluten/	150g	Kasza bulgur gotowana 150g *gluten/	150g	
	5			Fasolka szparagowa gotowana 150g	150g	Fasolka szparagowa gotowana 150g	150g	Fasolka szparagowa gotowana 150g	150g	Fasolka szparagowa gotowana 150g	150g	
	6			Kompot	250g	Kompot	250g	Kompot	250g	Kompot	250g	
	7											
Podwieczorek	1	Kisiel 250ml	250g			Gotowane warzywa 150g *seler/	150g	Gotowane warzywa 150g *seler/	150g	Skyr szt. *mleko/	140g	
	2											
Kolacja	I	1	Zupa kalafiorowa 500ml *soja/*mleko/*seler/	500g	Chleb pszenny bez skórki 80g *gluten/	80g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb razowy 60g *gluten/	60g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g
		2			Serek Śmietankowy 50g *mleko/	50g	Serek Śmietankowy 50g *mleko/	50g	Serek Śmietankowy 50g *mleko/	50g	Serek Śmietankowy 50g *mleko/	50g
		3			Pasta z szynki drobiowej miodowej 60g *jaja/*soja/*seler/*gorczyca/	60g	Domowa wędlina z kurczaka 30g	30g	Domowa wędlina z kurczaka 30g	30g	Szynka drobiowa miodowa 30g *soja/*seler/	30g
		4			Marchewka gotowana rozdrobniona 100g	100g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g
		5			masło 10g *mleko/	10g	Roszpinka 20g	20g	Roszpinka 20g	20g	Roszpinka 20g	20g
		6			Herbata czarna b/c	250g	Herbata czarna b/c	250g	Herbata czarna b/c	250g	Pomidor 50g	50g
		7									Herbata czarna b/c	250g
		8										
II	1	Sok wielowarzywny 300ml	300g	Sok wielowarzywny 300ml	300g	Sok wielowarzywny 300ml	300g	Sok wielowarzywny 300ml	300g	Kanapka pszenna z polewą miodową 1 szt. *gluten/*soja/*seler/	80g	
kcal		Energia	2045	Energia	2309	Energia	2148	Energia	2161	Energia	2254	
g		Białko	88	Białko	126,39	Białko	128,45	Białko	145,81	Białko	147,33	
g		Tłuszcz	85,606	Tłuszcz	71,776	Tłuszcz	55,211	Tłuszcz	63,176	Tłuszcz	78,676	
g		Kwasy Nasycone	0,244	Kwasy Nasycone	5,598	Kwasy Nasycone	1,114	Kwasy Nasycone	0,964	Kwasy Nasycone	2,623	
g		Węglowodany ogółem	274,4	Węglowodany ogółem	283,14	Węglowodany ogółem	278	Węglowodany ogółem	239,07	Węglowodany ogółem	276,11	
g		W tym cukry	79,748	W tym cukry	46,291	W tym cukry	43,496	W tym cukry	40,791	W tym cukry	12,666	
g		Błonnik pokarmowy	32,943	Błonnik pokarmowy	37,111	Błonnik pokarmowy	35,583	Błonnik pokarmowy	41,583	Błonnik pokarmowy	30,098	
mg		Sód	423,76	Sód	1862	Sód	1602	Sód	1483	Sód	2208	

Wykaz alergenów: 1. gluten; 2. skorupiaki; 3. jaja; 5 orzeszki ziemne; 6. soja; 7. mleko; 8. orzechy; 9. seler; 10. gorczyca; 11. ziarna sezamu; 12. dwutlenek siarki; 13. łubin
 (*) produkt zawiera wskazany alergen; (+) produkt może zawierać wskazany alergen. Sposób przygotowania: (g) - gotowane, (s) - smażone, (d) - duszone, (p) - pieczone, (gr) - grillowane
 W uzasadnionych przypadkach zastrzegamy możliwość wymiany zaplanowanych w jadłospisie produktów na równoważne pod względem energetycznym i wartości odżywczych. Szczegółowy wykaz składników dań kulinarnych oraz produktów spożywczych dostępny na życzenie u dietetyka lub kierownika Działu Żywienia.
 Jadłospis sporządzony przez dietetyka – mgr Klaudia Sawko

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie

DZIAŁ ŻYWIENIA

wtorek 12 marca 2024

DIETA	Dieta płynna wzmocniona/ papkowata		Dieta rozdrobniona		Dieta dializowana/bezsolna		Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów dializowana		Dieta cukrzycowa wątrobowa	
SNIADANIE I	1	Zupa krem brokułowa 500ml *mleko/*seler/ 500g	Płatki ryżowe na mleku 300ml *mleko/ 300g	Chleb pszenny 100g 100g	Chleb pszenny 100g 100g	Chleb pszenny 100g 100g	Chleb pszenny 100g 100g	Chleb pszenny 100g 100g	Chleb pszenny 100g 100g	Jogurt naturalny szt. *mleko/ 150g
	2		Chleb pszenny bez skórki 80g *gluten/ 80g	Jajecznicza na parze *jaja/ 100g	Jajecznicza na parze 100g	Jajecznicza na parze 100g	Jajecznicza na parze 100g	Jajecznicza na parze 100g	Jajecznicza na parze 100g	Chleb pszenny 75g *gluten/ 75g
	3		Jajecznicza na parze *jaja/ 100g	masło 10g *mleko/ 10g	masło 10g *mleko/ 10g	masło 10g *mleko/ 10g	masło 10g *mleko/ 10g	masło 10g *mleko/ 10g	masło 10g *mleko/ 10g	Jajecznicza z białek na parze *jaja/ 100g
	4		Pasta z szynki kanapkowej schabowej 30g *jaja/*gorczyca/ 30g	Salata 30g 30g	Salata 30g 30g	Salata 30g 30g	Salata 30g 30g	Salata 30g 30g	Salata 30g 30g	Szynka kanapkowa schabowa 30g 30g
	5		masło 10g *mleko/ 10g	Herbata z cytryną 250g	Herbata z cytryną 250g	Herbata z cytryną 250g	Herbata z cytryną 250g	Herbata z cytryną 250g	Herbata z cytryną 250g	masło 10g *mleko/ 10g
	6		Pomidor pokrojony w kostkę 100g 100g							Salata 30g 30g
	7		Herbata z cytryną 250g							Pomidor bez skóry 50g 50g
	8									Herbata z cytryną 250g
	9									
	10									
II	1	Budyń 250ml *gluten/*mleko/ 250g	Jogurt naturalny szt. *mleko/ 150g	Kanapka pszenna z serem 1 szt. *gluten/*mleko/ 80g	Kanapka pszenna z serem 1 szt. 80g	Kanapka pszenna z serem 1 szt. 80g	Kanapka pszenna z serem 1 szt. 80g	Kanapka pszenna z serem 1 szt. 80g	Kanapka pszenna z serem 1 szt. 80g	Kefir szt. *mleko/ 200g
	2									
OBIAD	1	Krem z białych warzyw 500ml *mleko/*seler/ 500g	Zupa barszcz biały 350ml *mleko/*seler/ 350g	Zupa barszcz biały 350ml *mleko/*seler/ 350g	Zupa barszcz biały 350ml *mleko/*seler/ 350g	Zupa barszcz biały 350ml *mleko/*seler/ 350g	Zupa barszcz biały 350ml *mleko/*seler/ 350g	Zupa barszcz biały 350ml *mleko/*seler/ 350g	Zupa barszcz biały 350ml *mleko/*seler/ 350g	Zupa barszcz biały 350ml *mleko/*seler/ 350g
	2		Kotlet warzywny pieczony 100g *gluten/*soja/ 100g	Kotlet warzywny pieczony 100g *gluten/*soja/ 100g	Kotlet warzywny pieczony 100g 100g	Kotlet warzywny pieczony 100g 100g	Kotlet warzywny pieczony 100g 100g	Kotlet warzywny pieczony 100g 100g	Kotlet warzywny pieczony 100g 100g	Kotlet warzywny pieczony 100g *gluten/*soja/ 100g
	3		Ziemniaki gotowane puree 180g 180g	Ziemniaki gotowane 150g 150g	Ziemniaki gotowane 150g 150g	Ziemniaki gotowane 150g 150g	Ziemniaki gotowane 150g 150g	Ziemniaki gotowane 150g 150g	Ziemniaki gotowane 150g 150g	Ziemniaki gotowane 180g 180g
	4		Gotowane warzywa 150g *seler/ 150g	Gotowane warzywa 150g *seler/ 150g	Gotowane warzywa 150g *seler/ 150g	Gotowane warzywa 150g *seler/ 150g	Gotowane warzywa 150g *seler/ 150g	Gotowane warzywa 150g *seler/ 150g	Gotowane warzywa 150g *seler/ 150g	Gotowane warzywa 150g *seler/ 150g
	5		Kompot 250g	Kompot 250g	Kompot 250g	Kompot 250g	Kompot 250g	Kompot 250g	Kompot 250g	Kompot 250g
	6									
	7									
Podwieczorek	1			Kanapka pszenna z domową wędliną z kurczaka 1 szt. *gluten/ 80g	Kanapka pszenna z domową wędliną z kurczaka 1 szt. *gluten/ 80g	Kanapka pszenna z domową wędliną z kurczaka 1 szt. *gluten/ 80g	Kanapka pszenna z domową wędliną z kurczaka 1 szt. *gluten/ 80g	Kanapka pszenna z domową wędliną z kurczaka 1 szt. *gluten/ 80g	Kanapka pszenna z domową wędliną z kurczaka 1 szt. *gluten/ 80g	
	2									
Kolacja I	1	Krem z białych warzyw 500ml *mleko/*seler/ 500g	Chleb pszenny bez skórki 80g *gluten/ 80g	Chleb pszenny 100g 100g	Chleb pszenny 100g 100g	Chleb pszenny 100g 100g	Chleb pszenny 100g 100g	Chleb pszenny 100g 100g	Chleb pszenny 100g 100g	Chleb pszenny 100g 100g
	2		Pasta z piersi indyka 60g *jaja/*gorczyca/ 60g	Domowa wędliną z indyka 60g 60g	Domowa wędliną z indyka 60g 60g	Domowa wędliną z indyka 60g 60g	Domowa wędliną z indyka 60g 60g	Domowa wędliną z indyka 60g 60g	Domowa wędliną z indyka 60g 60g	Szynka z piersi indyka 60g 60g
	3		masło 10g *mleko/ 10g	Mix sałat z pomidorkami i oliwą smakową 10g	Mix sałat z pomidorkami i oliwą smakową 100g	Mix sałat z pomidorkami i oliwą smakową 100g	Mix sałat z pomidorkami i oliwą smakową 100g	Mix sałat z pomidorkami i oliwą smakową 100g	Mix sałat z pomidorkami i oliwą smakową 100g	masło 10g *mleko/ 10g
	4		Dynia gotowana rozdrobniona 100g 100g	masło 10g *mleko/ 10g	masło 10g *mleko/ 10g	masło 10g *mleko/ 10g	masło 10g *mleko/ 10g	masło 10g *mleko/ 10g	masło 10g *mleko/ 10g	Mix sałat z pomidorkami i oliwą smakową 100g
	5		Herbata owocowa 250g	Herbata owocowa 250g	Herbata owocowa 250g	Herbata owocowa 250g	Herbata owocowa 250g	Herbata owocowa 250g	Herbata owocowa 250g	Herbata owocowa 250g
	6									
	7									
	8									
II	1	Kefir szt. *mleko/ 200g	Kefir szt. *mleko/ 200g	Kefir szt. *mleko/ 200g	Kefir szt. *mleko/ 200g	Kefir szt. *mleko/ 200g	Kefir szt. *mleko/ 200g	Kefir szt. *mleko/ 200g	Kefir szt. *mleko/ 200g	Kanapka pszenna z domową wędliną wieprzową 1 szt. *gluten/ 80g
kcal	Energia	2066	Energia	2110,6	Energia	2324	Energia	2341	Energia	2203
g	Białko	77,508	Białko	105,36	Białko	123,75	Białko	120	Białko	123,57
g	Tłuszcz	78,921	Tłuszcz	79,162	Tłuszcz	84,583	Tłuszcz	85,263	Tłuszcz	81,898
g	Kwasy Nasycone	2,292	Kwasy Nasycone	17,413	Kwasy Nasycone	14,041	Kwasy Nasycone	14,041	Kwasy Nasycone	14,386
g	Węglowodany ogółem	269	Węglowodany ogółem	241,8	Węglowodany ogółem	267,84	Węglowodany ogółem	260,7	Węglowodany ogółem	244,51
g	W tym cukry	47,416	W tym cukry	20,673	W tym cukry	13,266	W tym cukry	15,306	W tym cukry	14,546
g	Błonnik pokarmowy	21,379	Błonnik pokarmowy	25,43	Błonnik pokarmowy	24,878	Błonnik pokarmowy	40,178	Błonnik pokarmowy	23,683
mg	Sód	382,8	Sód	1816	Sód	2109	Sód	2187	Sód	2122

Wykaz alergenów: 1. gluten; 2. skorupiaki; 3. jaja; 5 orzeszki ziemne; 6. soja; 7. mleko; 8. orzechy; 9. seler; 10. gorczyca; 11. ziarna sezamu; 12. dwutlenek siarki; 13. łubin

(*) produkt zawiera wskazany alergen; (+) produkt może zawierać wskazany alergen. Sposób przygotowania: (g) - gotowane, (s) - smażone, (d) - duszone, (p) - pieczone, (gr) - grillowane
W uzasadnionych przypadkach zastrzegamy możliwość wymiany zaplanowanych w jadłospisie produktów na równoważne pod względem energetycznym i wartości odżywczych. Szczegółowy wykaz składników dań kulinarnych oraz produktów spożywczych dostępny na życzenie u dietetyka lub kierownika Działu Żywienia.

Jadłospis sporządzony przez dietetyka – mgr Klaudia Sawko

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie

DZIAŁ ŻYWIENIA

środa 13 marca 2024

DIETA	Dieta płynna wzmocniona/papkowata		Dieta rozdrobniona		Dieta dializowana/bezsolna		Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów dializowana		Dieta cukrzycowa wątrobowa	
ŚNIADANIE I	1	Zupa krem koperkowy 500ml *mleko/*seler/ 500g	Makaron na mleku 300ml *gluten/+soja/*mleko/ 300g	Chleb pszenny 100g *gluten/ 100g	Chleb razowy 90g *gluten/ 90g	Serek wiejski 1 szt. 200g				
	2		Chleb pszenny bez skórki 80g *gluten/ 80g	Domowa wędlina z indyka 60g 60g	Domowa wędlina z indyka 60g 60g	Chleb pszenny 75g *gluten/ 75g				
	3		Paszтет drobiowy 100g *gluten/*jaja/*soja/*mleko/*seler/ 100g	masło 10g *mleko/ 10g	masło 10g *mleko/ 10g	Paszтет drobiowy 100g *gluten/*jaja/*soja/*mleko/*seler/ 100g				
	4		masło 10g *mleko/ 10g	Ogórek 50g 50g	Ogórek 50g 50g	Ogórek kiszony 60g 60g				
	5		Pomidor pokrojony w kostkę 100g 100g	Herbata z cytryną 250g 250g	Herbata z cytryną 250g 250g	Pomidor 50g 50g				
	6		Herbata z cytryną 250g 250g			Margaryna miękka kubkowa 10g				
	7					Herbata z cytryną 250g 250g				
	8									
	9									
	10									
II	1	Kefir szt. *mleko/ 200g	Serek wiejski 1 szt. 200g	Kanapka pszenna z dżemem 1 szt. *gluten/ 80g	Kanapka razowa z domową wędliną z indyka 1 szt. *gluten/ 80g	Kanapka razowa szynką z indyka z 1 szt. *gluten/ 80g				
	2									
OBIAŁ	1	Zupa krem dyniowy 500ml *gluten/*mleko/*seler/ 500g	Zupa dyniowa 350ml *mleko/ 350g	Zupa dyniowa 350ml *mleko/ 350g	Zupa dyniowa 350ml *mleko/ 350g	Zupa dyniowa 350ml *mleko/ 350g				
	2		Filet z kurczaka soute 100g *gluten/ 100g	Filet z kurczaka soute 100g *gluten/ 100g	Filet z kurczaka soute 100g *gluten/ 100g	Sznyceł drobiowy smażony 100g *gluten/*jaja/ 100g				
	3		Ziemniaki gotowane puree 180g 180g	Marchewka mini gotowana 150g 150g	Marchewka mini gotowana 150g 150g	Surówka bułgarska z papryką 150g 150g				
	4		Marchewka gotowana rozdrobniona 150g 150g	Kompot 250g 250g	Kompot 250g 250g	Ziemniaki gotowane 150g 150g				
	5		Kompot 250g 250g	Ziemniaki gotowane 150g 150g	Ziemniaki gotowane 150g 150g	Kompot 250g 250g				
	6									
	7									
Podwieczorek	1	Kisiel 250ml 250g		Gotowane warzywa 150g *seler/ 150g	Gotowane warzywa 150g *seler/ 150g					
	2									
KOLACJA I	1	Zupa krem dyniowy 500ml *gluten/*mleko/*seler/ 500g	Chleb pszenny bez skórki 80g *gluten/ 80g	Chleb pszenny 100g *gluten/ 100g	Chleb razowy 90g *gluten/ 90g	Chleb pszenny 100g *gluten/ 100g				
	2		Pasta z pieczonego dorsza *jaja/*ryby/*gorczyca/ 100g	Pasta z pieczonego dorsza *jaja/*ryby/*gorczyca/ 100g	Pasta z pieczonego dorsza *jaja/*ryby/*gorczyca/ 100g	Pasta z pieczonego dorsza *jaja/*ryby/*gorczyca/ 100g				
	3		masło 10g *mleko/ 10g	masło 10g *mleko/ 10g	masło 10g *mleko/ 10g	Margaryna miękka kubkowa 10g				
	4		Pomidor pokrojony w kostkę 100g 100g	Szpinak baby 20g 20g	Szpinak baby 20g 20g	Papryka 50g 50g				
	5		Herbata rumiankowa 250g 250g	Herbata rumiankowa 250g 250g	Herbata rumiankowa 250g 250g	Szpinak baby 20g 20g				
	6					Herbata rumiankowa 250g 250g				
	7									
	8									
II	1	Mus owocow-jogurtowy 1szt. *mleko/ 100g	Mus owocow-jogurtowy 1szt. *mleko/ 100g	Mus owocow-jogurtowy 1szt. *mleko/ 100g	Mus owocow-jogurtowy 1szt. *mleko/ 100g	Kanapka pszenna z twarogiem 1 szt. *gluten/*mleko/ 80g				

kcal	Energia	2124	Energia	2375,4	Energia	2061	Energia	2147,6	Energia	2549
g	Białko	92,292	Białko	136,1	Białko	113,76	Białko	128,71	Białko	145,3
g	Tłuszcz	69,646	Tłuszcz	99,468	Tłuszcz	70,113	Tłuszcz	77,298	Tłuszcz	97,728
g	Kwasy Nasycone	2,68	Kwasy Nasycone	9,631	Kwasy Nasycone	3,422	Kwasy Nasycone	3,392	Kwasy Nasycone	4,336
g	Węglowodany ogółem	285,27	Węglowodany ogółem	232,88	Węglowodany ogółem	239,75	Węglowodany ogółem	219,53	Węglowodany ogółem	271,63
g	W tym cukry	84,727	W tym cukry	28,835	W tym cukry	35,09	W tym cukry	33,345	W tym cukry	13,911
g	Blonnik pokarmowy	22,613	Blonnik pokarmowy	24,578	Blonnik pokarmowy	29,183	Blonnik pokarmowy	40,923	Blonnik pokarmowy	25,894
mg	Sód	466,72	Sód	1494	Sód	1820	Sód	1887	Sód	2227

Wykaz alergenów: 1. gluten; 2. skorupiaki; 3. jaja; 5 orzeszki ziemne; 6. soja; 7. mleko; 8. orzechy; 9. seler; 10. gorczyca; 11. ziarna sezamu; 12. dwutlenek siarki; 13. łubin
 (*) produkt zawiera wskazany alergen; (+) produkt może zawierać wskazany alergen. Sposób przygotowania: (g) - gotowane, (s) - smażone, (d) - duszone, (p) - pieczone, (gr) - grillowane
 W uzasadnionych przypadkach zastrzegamy możliwość wymiany zaplanowanych w jadłospisie produktów na równoważne pod względem energetycznym i wartości odżywczych. Szczegółowy wykaz składników dań kulinarnych oraz produktów spożywczych dostępny na życzenie u dietetyka lub kierownika Działu Żywności.

Jadłospis sporządzony przez dietetyka – mgr Klaudia Sawko

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie

DZIAŁ ŻYWIENIA

czwartek 14 marca 2024

DIETA		Dieta płynna wzmocniona/papkowata		Dieta rozdrobniona		Dieta dializowana/bezsolna		Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów dializowana		Dieta cukrzycowa wątrobowa		
ŚNIADANIE	I	1	Zupa krem jarzynowy 500ml *mleko/	500g	Ryż na mleku 300ml *mleko/	300g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb razowy 60g *gluten/	60g	Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g
		2			Chleb pszenny bez skórki 60g *gluten/	60g	Domowa wędlina wieprzowa 60g	60g	Domowa wędlina wieprzowa 60g	60g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g
		3			Parówki z indyka 2 szt.	70g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g	Parówki z indyka 2 szt.	70g
		4			masło 10g *mleko/	10g	Rzodkiewka 50g	50g	Rzodkiewka 50g	50g	masło 10g *mleko/	10g
		5			Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g	Rzodkiewka 50g	50g
		6			Marchewka gotowana rozdrobniona 100g	100g					Pomidor 50g	50g
		7									Herbata z cytryną	250g
		8										
		9										
		10										
	II	1	Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g	Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g	Kanapka pszenna z domową wędliną wieprzową 1 szt. *gluten/	80g	Kanapka razowa z domową wędliną wieprzową 1 szt. *gluten/	80g	Jabłko 1szt.	180g
		2										
OBIAD		1	Zupa krem jarzynowy 500ml *mleko/	500g	Zupa ogórkowa ze świeżych ogórków 350ml *seler/	350g	Zupa ogórkowa ze świeżych ogórków 350ml *seler/	350g	Zupa ogórkowa ze świeżych ogórków 350ml *seler/	350g	Zupa ogórkowa ze świeżych ogórków 350ml *seler/	350g
		2			Gulasz wieprzowo-wołowy 150g *gluten/*seler/	150g	Gulasz wieprzowo-wołowy 150g *gluten/*seler/	150g	Gulasz wieprzowo-wołowy 150g *gluten/*seler/	150g	Gulasz wieprzowo-wołowy 150g *gluten/*seler/	150g
		3			Kopytka 150g *gluten/	150g	Kopytka 150g *gluten/	150g	Kopytka 150g *gluten/	150g	Surówka z marchewką 150g	150g
		4			Kompot	250g	Surówka z marchewką 150g	150g	Surówka z marchewką 150g	150g	Kasza pęczak 150g	150g
		5					Kompot	250g	Kompot	250g	Kompot	250g
		6										
		7										
Podwieczorek		1	Kisiel 250ml	250g			Fasolka szparagowa gotowana 150g	150g	Fasolka szparagowa gotowana 150g	150g		
		2										
Kolacja	I	1	Zupa krem ogórkowy 500ml *gluten/*soja/*mleko/*seler/	500g	Chleb pszenny 25g *gluten/	25g	Chleb pszenny 25g *gluten/	25g	Chleb razowy 30g *gluten/	30g	Chleb pszenny 25g *gluten/	25g
		2			Salatka makaronowa z pomidorami, pietruszką, szynk *gluten/*soja/*seler/*gorczyca/	250g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g	Salatka makaronowa z pomidorami, pietruszką, szynk *gluten/*soja/*seler/*gorczyca/	250g
		3			masło 10g *mleko/	10g	Salatka makaronowa z ogórkiem, pietruszką, szynką *gluten/*soja/*seler/*gorczyca/	250g	Salatka makaronowa z ogórkiem, pietruszką, szynką *gluten/*soja/*seler/*gorczyca/	250g	masło 10g *mleko/	10g
		4										
		5										
		6										
		7										
		8										
	II	1	Skyr szt. *mleko/	140g	Skyr szt. *mleko/	140g	Kanapka pszenna z dżemem 1 szt. *gluten/	80g	Kanapka razowa z domową wędliną wieprzową 1 szt. *gluten/	80g	Kanapka pszenna z polewą miodową 1 szt. *gluten/*soja/*seler/	80g
kcal		Energia	2067	Energia	2226	Energia	2580	Energia	2683	Energia	2309,5	
g		Białko	117,85	Białko	124	Białko	138,45	Białko	157,46	Białko	103,45	
g		Tłuszcz	87,607	Tłuszcz	93,172	Tłuszcz	75,107	Tłuszcz	83,687	Tłuszcz	76,482	
g		Kwasy Nasycone	0,1705	Kwasy Nasycone	8,214	Kwasy Nasycone	2,6465	Kwasy Nasycone	2,6015	Kwasy Nasycone	5,0565	
g		Węglowodany ogółem	249,44	Węglowodany ogółem	260	Węglowodany ogółem	335,22	Węglowodany ogółem	312,82	Węglowodany ogółem	307,51	
g		W tym cukry	48,273	W tym cukry	17,555	W tym cukry	18,149	W tym cukry	16,239	W tym cukry	18,839	
g		Błonnik pokarmowy	21,517	Błonnik pokarmowy	22,181	Błonnik pokarmowy	34,636	Błonnik pokarmowy	45,321	Błonnik pokarmowy	29,069	
mg		Sód	488,46	Sód	1427	Sód	2077	Sód	2129	Sód	1826	

Wykaz alergenów: 1. gluten; 2. skorupiaki; 3. jaja; 5. orzeszki ziemne; 6. soja; 7. mleko; 8. orzechy; 9. seler; 10. gorczyca; 11. ziarna sezamu; 12. dwutlenek siarki; 13. łubin
 (*) produkt zawiera wskazany alergen; (+) produkt może zawierać wskazany alergen. Sposób przygotowania: (g) - gotowane, (s) - smażone, (d) - duszone, (p) - pieczone, (gr) - grillowane
 W uzasadnionych przypadkach zastrzeżony możliwość wymiany zaplanowanych w jadłospisie produktów na równoważne pod względem energetycznym i wartości odżywczych. Szczegółowy wykaz składników dań kulinarnych oraz produktów spożywczych dostępny na życzenie u dietetyka lub kierownika Działu Żywnia.
 Jadłospis sporządzony przez dietetyka – mgr Klaudia Sawko

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie

DZIAŁ ŻYWIENIA

piątek 15 marca 2024

DIETA	Dieta płynna wzmocniona/ papkowata		Dieta rozdrobniona		Dieta dializowana/bezsolna		Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów dializowana		Dieta cukrzycowa wątrobowa		
I SNIADANIE	1	Zupa krem jarzynowy 500ml *mleko/	500g	Płatki owsiane na mleku 300ml *mleko/	300g	Bułka pszenna 50g *gluten/	50g	Bułka razowa 70g *gluten/	70g	Serek homogenizowany 1 szt.	150g
	2			Chleb pszenny bez skórki 80g *gluten/	80g	Pasta z białek jaj z jogurtem *jaja/*mleko/	100g	Pasta z jaj *jaja/*gorczyca/	100g	Bułka pszenna 50g *gluten/	50g
	3			Pasta z jaj ze szczypiorkiem *jaja/*gorczyca/	100g	masło 10g *mleko/	10g	Kielki	5g	Pasta z białek jaj z jogurtem *jaja/*mleko/	100g
	4			masło 10g *mleko/	10g	Kielki	5g	masło 10g *mleko/	10g	Pomidor 50g	50g
	5			Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g	Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g	Kielki	5g
	6			Herbata z cytryną	250g					masło 10g *mleko/	10g
	7									Herbata z cytryną	250g
	8										
	9										
	10										
II	1	Serek homogenizowany 1 szt.	150g	Serek homogenizowany 1 szt.	150g	Kanapka pszenna z twarogiem DZ 1 szt. *gluten/*mleko/	80g	Kanapka razowa z twarogiem DZ 1 szt. *gluten/*mleko/	80g	Kanapka pszenna z pasztetem 1 szt. *gluten/*jaja/*soja/*mleko/ o/*seler/	80g
	2										
OBIAD	1	Zupa krem brokułowa 500ml *mleko/*seler/	500g	Zupa brokułowa 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa brokułowa 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa brokułowa 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa brokułowa 350ml *mleko/*seler/	350g
	2			Ryba pieczona 100g *gluten/*ryby/	100g	Ryba pieczona 100g *gluten/*ryby/	100g	Ryba pieczona 100g *gluten/*ryby/	100g	Ryba pieczona 100g *gluten/*ryby/	100g
	3			Sos śmietankowy 80g *gluten/*mleko/*seler/	80g	Sos śmietankowy 80g *gluten/*mleko/*seler/	80g	Sos śmietankowy 80g *gluten/*mleko/*seler/	80g	Ziemniaki gotowane 150g	150g
	4			Marchewka gotowana rozdrobniona 150g	150g	Ryż al dente 150g	150g	Ryż al dente 150g	150g	Marchewka na gęsto 150g	150g
	5			Ziemniaki gotowane puree 180g	180g	Marchewka na gęsto 150g	150g	Marchewka na gęsto 150g	150g	Kompot	250g
	6			Kompot	250g	Kompot	250g	Kompot	250g		
	7										
Podwieczor ek	1					Kanapka pszenna z domową wędliną wieprzową 1 szt. *gluten/	80g	Kanapka pszenna z domową wędliną wieprzową 1 szt. *gluten/	80g		
	2										
Kolacja	1	Zupa krem jarzynowy 500ml *mleko/	500g	Chleb pszenny bez skórki 80g *gluten/	80g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb razowy 90g *gluten/	90g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g
	2			Twaróg 100g *mleko/	100g	Twaróg 100g *mleko/	100g	Twaróg 100g *mleko/	100g	Twaróg 100g *mleko/	100g
	3			Dżem 1 szt.	25g	Dżem 2 szt.	50g	Papryka 50g	50g	Salata 30g	30g
	4			masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g	Pomidor 50g	50g
	5			Marchewka gotowana rozdrobniona 100g	100g	Papryka 50g	50g	Herbata owocowa	250g	masło 10g *mleko/	10g
	6			Herbata owocowa	250g	Herbata owocowa	250g			Herbata owocowa	250g
	7										
	8										
II	1	Mus owocowy 1szt.	100g	Mus owocow-jogurtowy 1szt. *mleko/	100g	Mus owocowy 1szt.	100g	Mus owocow-jogurtowy 1szt. *mleko/	100g	Mus owocow-jogurtowy 1szt. *mleko/	100g
kcal	Energia	2141	Energia	2455	Energia	2400	Energia	2470	Energia	2243	
g	Białko	110,12	Białko	134,41	Białko	140,38	Białko	139,13	Białko	131,15	
g	Tłuszcz	85,94	Tłuszcz	103,69	Tłuszcz	82,947	Tłuszcz	99,8	Tłuszcz	97,7	
g	Kwasy Nasycone	0,092	Kwasy Nasycone	6,191	Kwasy Nasycone	0,966	Kwasy Nasycone	3,434	Kwasy Nasycone	4,261	
g	Węglowodany ogółem	241,71	Węglowodany ogółem	245,43	Węglowodany ogółem	273,3	Węglowodany ogółem	249,67	Węglowodany ogółem	210,23	
g	W tym cukry	47,267	W tym cukry	33,381	W tym cukry	28,61	W tym cukry	22,91	W tym cukry	20,56	
g	Błonnik pokarmowy	28,537	Błonnik pokarmowy	29,79	Błonnik pokarmowy	23,608	Błonnik pokarmowy	32,508	Błonnik pokarmowy	21,549	
mg	Sód	389,83	Sód	1686	Sód	1705	Sód	1979	Sód	1434	

Wykaz alergenów: 1. gluten; 2. skorupiaki; 3. jaja; 5 orzeszki ziemne; 6. soja; 7. mleko; 8. orzechy; 9. seler; 10. gorczyca; 11. ziarna sezamu; 12. dwutlenek siarki; 13. łubin

(*) produkt zawiera wskazany alergen; (+) produkt może zawierać wskazany alergen. Sposób przygotowania: (g) - gotowane, (s) - smażone, (d) - duszone, (p) - pieczone, (gr) - grillowane

W uzasadnionych przypadkach zastrzegamy możliwość wymiany zaplanowanych w jadłospisie produktów na równoważne pod względem energetycznym i wartości odżywczych. Szczegółowy wykaz składników dań kulinarnych oraz produktów spożywczych dostępny na życzenie u dietetyka lub kierownika Działu Żywności.

Jadłospis sporządzony przez dietetyka – mgr Klaudia Sawko

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie

DZIAŁ ŻYWIENIA

sobota 16 marca 2024

DIETA	Dieta płynna wzmocniona/ papkowata		Dieta rozdrobniona		Dieta dializowana/bezsolna		Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów dializowana		Dieta cukrzycowa wątrobowa		
ŚNIADANIE I	1	Zupa krem jarzynowy 500ml *mleko/ 500g	Kasza jaglana na mleku 300ml *mleko/ 300g	Chleb pszenny 100g 100g	Chleb pszenny 100g 100g	Chleb razowy 90g 90g	Jogurt naturalny szt. *mleko/ 150g				
	2	Herbata z cytryną 250g	Chleb pszenny bez skórki 80g *gluten/ 80g	Domowa wędlina wieprzowa 60g 60g	Domowa wędlina wieprzowa 60g 60g	Domowa wędlina wieprzowa 60g 60g	Chleb pszenny 75g *gluten/ 75g				
	3		Pasta z polędwicy sopockiej 30g *jaja/*soja/*gorczyca/ 30g	30g	masło 10g *mleko/ 10g	masło 10g *mleko/ 10g	Hummus gotowy 115g *ziarna_sesamu/ 115g				
	4		Hummus gotowy 115g *ziarna_sesamu/ 115g	115g	Papryka 50g 50g	Papryka 50g 50g	masło 10g *mleko/ 10g				
	5		masło 10g *mleko/ 10g	10g	Herbata z cytryną 250g	Herbata z cytryną 250g	Pomidor bez skóry 100g 100g				
	6		Herbata z cytryną 250g	250g			Herbata z cytryną 250g				
	7		Pomidor pokrojony w kostkę 100g 100g	100g							
	8										
	9										
	10										
II	1	Serek homogenizowany w tubce 1szt. *mleko/ 100g	Jogurt naturalny szt. *mleko/ 150g	Kanapka pszenna z dżemem 1 szt. *gluten/ 80g	80g	Kanapka razowa jajkiem DZ 1szt. *gluten/*jaja/*mleko/ 100g	Kanapka razowa z jajkiem 1szt. *gluten/*jaja/*gorczyca/ 100g				
	2										
OBIAD	1	Zupa krem z selera 500ml *gluten/*mleko/*seler/ 350g	Zupa selerowa 350ml *mleko/*seler/ 350g	Zupa selerowa 350ml *mleko/*seler/ 350g	Zupa selerowa 350ml *mleko/*seler/ 350g	Zupa selerowa 350ml *mleko/*seler/ 350g	Zupa selerowa 350ml *mleko/*seler/ 350g				
	2	Kompot 250g	Łazanki z mięsem mielonym z warzywami 250g *gluten/*soja/ 250g	Łazanki z mięsem mielonym z warzywami 250g *gluten/*soja/ 250g	Łazanki z mięsem mielonym z warzywami 250g *gluten/*soja/ 250g	Łazanki z mięsem mielonym z warzywami 250g *gluten/*soja/ 250g	Łazanki z mięsem mielonym z warzywami 250g *gluten/*soja/ 250g				
	3		Kompot 250g	Kompot 250g	Kompot 250g	Kompot 250g	Kompot 250g				
	4										
	5										
	6										
	7										
Podwieczorek	1			Marchewka mini gotowana 150g 150g	150g	Marchewka mini gotowana 150g 150g					
	2										
Kolacja I	1	Zupa krem jarzynowy 500ml *mleko/ 500g	Chleb pszenny bez skórki 100g *gluten/ 100g	Chleb pszenny 100g 100g	Chleb pszenny 100g 100g	Chleb razowy 90g 90g	Chleb pszenny 100g *gluten/ 100g				
	2	Herbata rumiankowa 250g	Twarożek z suszonymi pomidorami *mleko/ 100g	100g	Twarożek z ziołami *mleko/ 100g	100g	Twarożek z ziołami *mleko/ 100g	Twarożek z suszonymi pomidorami *mleko/ 100g			
	3		masło 10g *mleko/ 10g	10g	masło 10g *mleko/ 10g	10g	masło 10g *mleko/ 10g	masło 10g *mleko/ 10g			
	4		Marchewka gotowana rozdrobniona 100g 100g	100g	Rukola 20g 20g	20g	Rukola 20g 20g	Pomidor 50g 50g			
	5		Herbata rumiankowa 250g	250g	Herbata z cytryną 250g	250g	Herbata z cytryną 250g	Rukola 20g 20g			
	6							Herbata rumiankowa 250g			
	7										
	8										
II	1	Sok wielowarzywny 300ml 300g	Sok wielowarzywny 300ml 300g	Mus owocow-jogurtowy 1szt. *mleko/ 100g	100g	Mus owocow-jogurtowy 1szt. *mleko/ 100g	Sok wielowarzywny 300ml 300g				
kcal		Energia	2002	Energia	2404	Energia	2046	Energia	2073	Energia	2421
g		Białko	91,122	Białko	117,41	Białko	113,25	Białko	116,14	Białko	109,86
g		Tłuszcz	71,89	Tłuszcz	84,68	Tłuszcz	59,993	Tłuszcz	65,403	Tłuszcz	89,255
g		Kwasy Nasycone	1,601	Kwasy Nasycone	7,111	Kwasy Nasycone	3,627	Kwasy Nasycone	3,597	Kwasy Nasycone	3,791
g		Węglowodany ogółem	252,34	Węglowodany ogółem	262,79	Węglowodany ogółem	262,63	Węglowodany ogółem	243,29	Węglowodany ogółem	263,65
g		W tym cukry	53,925	W tym cukry	26,362	W tym cukry	30,595	W tym cukry	28,95	W tym cukry	21,017
g		Błonnik pokarmowy	28,382	Błonnik pokarmowy	33,401	Błonnik pokarmowy	29,258	Błonnik pokarmowy	41	Błonnik pokarmowy	
mg		Sód	390,1	Sód	1649	Sód	1636	Sód	1731	Sód	1434

Wykaz alergenów: 1. gluten; 2. skorupiaki; 3. jaja; 5 orzeszki ziemne; 6. soja; 7. mleko; 8. orzechy; 9. seler; 10. gorczyca; 11. ziarna sezamu; 12. dwutlenek siarki; 13. łubin

(*) produkt zawiera wskazany alergen; (+) produkt może zawierać wskazany alergen. Sposób przygotowania: (g) - gotowane, (s) - smażone, (d) - duszone, (p) - pieczone, (gr) - grillowane
W uzasadnionych przypadkach zastrzegamy możliwość wymiany zaplanowanych w jadłospisie produktów na równoważne pod względem energetycznym i wartości odżywczych. Szczegółowy wykaz składników dań kulinarnych oraz produktów spożywczych dostępny na życzenie u dietetyka lub kierownika Działu Żywienia.
Jadłospis sporządzony przez dietetyka – mgr Klaudia Sawko

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie

DZIAŁ ŻYWIENIA

niedziela 17 marca 2024

DIETA	Dieta płynna wzmocniona/ papkowata		Dieta rozdrobniona		Dieta dializowana/bezsolna		Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów dializowana		Dieta cukrzycowa wątrobowa		
I ŚNIADANIE	1	Zupa krem jarzynowy 500ml *mleko/ 500g	Serek wiejski 1 szt. 200g	Chleb pszenny 100g 100g	Chleb pszenny 100g 100g	Chleb pszenny 100g 100g	Chleb pszenny 100g 100g	Chleb pszenny 100g 100g	Serek wiejski 1 szt. 200g	200g	
	2		Chleb pszenny bez skórki 60g *gluten/ 60g	Domowa wędlina z kurczaka 60g 60g	Domowa wędlina z kurczaka 60g 60g	Domowa wędlina z kurczaka 60g 60g	Domowa wędlina z kurczaka 60g 60g	Domowa wędlina z kurczaka 60g 60g	Chleb pszenny 75g *gluten/ 75g	75g	
	3		Pasta z pieczeni z indyka 60g *gluten/*jaja/*gorczyca/ 60g	Papryka 50g 50g	Papryka 50g 50g	Papryka 50g 50g	Papryka 50g 50g	Papryka 50g 50g	Pieczeń z indykiem 60g *gluten/ 60g	60g	
	4		masło 10g *mleko/ 10g	masło 10g *mleko/ 10g	masło 10g *mleko/ 10g	masło 10g *mleko/ 10g	masło 10g *mleko/ 10g	masło 10g *mleko/ 10g	Pomidor bez skóry 100g 100g	100g	
	5		Pomidor pokrojony w kostkę 100g 100g	Herbata z cytryną 250g	Herbata z cytryną 250g	Herbata z cytryną 250g	Herbata z cytryną 250g	Herbata z cytryną 250g	Herbata czarna b/c 250g	masło 10g *mleko/ 10g	10g
	6		Herbata z cytryną 250g							Herbata z cytryną 250g	250g
	7										
	8										
	9										
	10										
II	1	Serek wiejski 1 szt. 200g	Kisiel 250ml 250g	Kanapka pszenna z domową wędliną z kurczaka 1 szt. *gluten/ 80g	Kanapka pszenna z domową wędliną z kurczaka 1 szt. *gluten/ 80g	Kanapka pszenna z domową wędliną z kurczaka 1 szt. *gluten/ 80g	Kanapka pszenna z domową wędliną z kurczaka 1 szt. *gluten/ 80g	Kanapka pszenna z domową wędliną z kurczaka 1 szt. *gluten/ 80g			
	2										
OBIAD	1	Zupa krem neapolitański 500ml *gluten/+soja/*mleko/*se ler/ 500g	Zupa neapolitańska z makaronem 350ml *gluten/+soja/*mleko/*se ler/ 350g	Rosół z makaronem 350ml *gluten/+soja/*seler/ 350g	Rosół z makaronem 350ml *gluten/+soja/*seler/ 350g	Rosół z makaronem 350ml *gluten/+soja/*seler/ 350g	Rosół z makaronem 350ml *gluten/+soja/*seler/ 350g	Rosół z makaronem 350ml *gluten/+soja/*seler/ 350g	Zupa neapolitańska z makaronem 350ml *gluten/+soja/*mleko/*se ler/ 350g	350g	
	2		Podudzie z kurczaka pieczone w ziołach 2 szt. 150g	Podudzie z kurczaka pieczone w ziołach 2 szt. 150g	Podudzie z kurczaka pieczone w ziołach 2 szt. 150g	Podudzie z kurczaka pieczone w ziołach 2 szt. 150g	Podudzie z kurczaka pieczone w ziołach 2 szt. 150g	Podudzie z kurczaka pieczone w ziołach 2 szt. 150g	Podudzie z kurczaka pieczone w ziołach 2 szt. 150g	150g	
	3		Ziemniaki gotowane puree 180g 180g	Ziemniaki gotowane 150g 150g	Ziemniaki gotowane 150g 150g	Ziemniaki gotowane 150g 150g	Ziemniaki gotowane 150g 150g	Ziemniaki gotowane 150g 150g	Ziemniaki gotowane 150g 150g	150g	
	4		Surówka z buraków z cebulką 150g 150g	Tarte buraczki 150g 150g	Tarte buraczki 150g 150g	Tarte buraczki 150g 150g	Tarte buraczki 150g 150g	Tarte buraczki 150g 150g	Tarte buraczki 150g 150g	150g	
	5		Kompot 250ml 250g	Kompot 250ml 250g	Kompot 250ml 250g	Kompot 250ml 250g	Kompot 250ml 250g	Kompot 250ml 250g	Kompot 250ml 250g	250g	
	6										
	7										
Podwieczorek	1			Gotowane warzywa 150g *seler/ 150g	Gotowane warzywa 150g *seler/ 150g	Gotowane warzywa 150g *seler/ 150g	Gotowane warzywa 150g *seler/ 150g	Gotowane warzywa 150g *seler/ 150g			
	2										
KOLACJA	I	1	Zupa krem neapolitański 500ml *gluten/+soja/*mleko/*se ler/ 500g	Chleb pszenny bez skórki 80g *gluten/ 80g	Chleb pszenny 100g 100g	Chleb pszenny 100g 100g	Chleb pszenny 100g 100g	Chleb pszenny 100g 100g	Chleb pszenny 100g *gluten/ 100g	100g	
		2		Parówki cielęce 3 szt. *gorczyca/ 90g	Domowa wędlina z indyka 60g 60g	Domowa wędlina z indyka 60g 60g	Domowa wędlina z indyka 60g 60g	Domowa wędlina z indyka 60g 60g	Parówki cielęce 3 szt. *gorczyca/ 90g	90g	
		3		Ketchup 1 szt. 1g	masło 10g *mleko/ 10g	masło 10g *mleko/ 10g	masło 10g *mleko/ 10g	masło 10g *mleko/ 10g	masło 10g *mleko/ 10g	Ketchup 1 szt. 1g	1g
		4		masło 10g *mleko/ 10g	Ogórek 50g 50g	Ogórek 50g 50g	Ogórek 50g 50g	Ogórek 50g 50g	Ogórek 50g 50g	masło 10g *mleko/ 10g	10g
		5		Marchewka gotowana rozdrobniona 100g 100g	Herbata owocowa 250g	Herbata owocowa 250g	Herbata owocowa 250g	Herbata owocowa 250g	Herbata owocowa 250g	Pomidor bez skóry 100g 100g	100g
		6		Herbata owocowa 250g						Herbata owocowa 250g	250g
		7									
		8									
II	1	Mus ryżowy 1szt. *mleko/ 100g	Mus ryżowy 1szt. *mleko/ 100g	Mus ryżowy 1szt. *mleko/ 100g	Mus ryżowy 1szt. *mleko/ 100g	Mus ryżowy 1szt. *mleko/ 100g	Mus ryżowy 1szt. *mleko/ 100g	Mus ryżowy 1szt. *mleko/ 100g	Kanapka pszenna z serem 1 szt. *gluten/*mleko/ 80g	80g	

Wykaz alergenów: 1. gluten; 2. skorupiaki; 3. jaja; 5. orzeszki ziemne; 6. soja; 7. mleko; 8. orzechy; 9. seler; 10. gorczyca; 11. ziarna sezamu; 12. dwutlenek siarki; 13. łubin
 (*) produkt zawiera wskazany alergen; (+) produkt może zawierać wskazany alergen. Sposób przygotowania: (g) - gotowane, (s) - smażone, (d) - duszone, (p) - pieczone, (gr) - grillowane
 W uzasadnionych przypadkach zastrzegamy możliwość wymiany zaplanowanych w jadłospisie produktów na równoważne pod względem energetycznym i wartości odżywczych. Szczegółowy wykaz składników dań kulinarnych oraz produktów spożywczych dostępny na życzenie u dietetyka lub kierownika Działu Żywności.
 Jadłospis sporządzony przez dietetyka – mgr Klaudia Sawko