

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie

DZIAŁ ŻYWIENIA

poniedziałek 15 kwietnia 2024

DIETA	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie kwasów tłuszczowych (wrzodowa)		Dieta Niskotłuszczowa/Niskocholesterolowa		Dieta cukrzycowa wątrobowa		Dieta rozdrobniona		Dieta ubogoresztkowa	
I SNIADANIE	Zacierka na mleku 300ml *gluten/*jaja/*mleko/	300g	Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g	Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g	Zacierka na mleku 300ml *gluten/*jaja/*mleko/	300g	Zacierka na mleku 300ml *gluten/*jaja/*mleko/	300g
	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Chleb razowy 60g *gluten/	60g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Chleb pszenny bez skórki 60g *gluten/	60g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g
	Szynka dębowa drobiowa 30g	30g	Szynka dębowa drobiowa 30g	50g	Szynka dębowa drobiowa 30g	30g	Pasta z szynki dębowej drobiowej 30g *jaja/*gorczyca/	30g	Szynka dębowa drobiowa 30g	30g
	Serek Śmietankowy 100g *mleko/	100g	Serek Śmietankowy 100g *mleko/	100g	Serek Śmietankowy 100g *mleko/	100g	Serek Śmietankowy 100g *mleko/	100g	Serek Śmietankowy 100g *mleko/	100g
	Salata 30g	30g	Ogórek kiszony 60g	60g	Ogórek kiszony 60g	60g	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g
	masło 10g *mleko/	10g	Salata 30g	30g	Salata 30g	30g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g
	Herbata z cytryną	250g	Margaryna miękka kubkowa	10g	Margaryna miękka kubkowa	10g	Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g
			Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g				
II		Kefir szt. *mleko/	200g	Kanapka pszenna z twarogiem 1 szt. *gluten/*mleko/	80g	Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g			
OBIAD	Zupa barszcz czerwony 350ml *seler/	350g	Zupa barszcz czerwony 350ml *seler/	350g	Zupa barszcz czerwony 350ml *seler/	350g	Zupa barszcz czerwony 350ml *seler/	350g	Zupa barszcz czerwony 350ml *seler/	350g
	Ratatuj duszone z indyka 250	250g	Ratatuj duszone z indyka 250	250g	Ratatuj duszone z indyka 250	250g	Ratatuj duszone z indyka 250	250g	Ratatuj duszone z indyka 250	250g
	Kasza jęczmienna 180g	180g	Kasza pęczak 150g	150g	Kasza pęczak 180g	180g	Kasza jęczmienna 180g	180g	Kasza jęczmienna 180g	180g
	Banan 1szt.	120g	Jabłko 1szt.	180g	Banan 1szt.	120g	Banan 1szt.	120g	Banan 1szt.	120g
	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g
Porowatość rok					Kefir szt. *mleko/	200g				
Kolacja	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb razowy 90g *gluten/	90g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb pszenny bez skórki 80g *gluten/	80g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g
	Schab biały 60g *soja/	60g	Schab biały 60g *soja/	60g	Schab biały 60g *soja/	60g	Pasta mięsna ze schabu białego 60g *jaja/*soja/*gorczyca/	60g	Schab biały 60g *soja/	60g
	Pomidor 100g	100g	Rzodkiewka 50g	50g	Pomidor 50g	50g	Dynia gotowana rozdrobniona 100g	100g	Dynia gotowana rozdrobniona 100g	100g
	masło 10g *mleko/	10g	Pomidor 50g	50g	Rzodkiewka 50g	50g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g
	Herbata czarna b/c	250g	Margaryna miękka kubkowa	10g	Margaryna miękka kubkowa	10g	Herbata czarna b/c	250g	Herbata czarna b/c	250g
			Herbata czarna b/c	250g	Herbata czarna b/c	250g				
II	Kefir szt. *mleko/	200g	Kanapka razowa z szynką dębową 1 szt. *gluten/	80g	Kanapka pszenna z szynką dębową 1 szt. *gluten/	80g	Kefir szt. *mleko/	200g	Kefir szt. *mleko/	200g
kcal	Energia	2001,1	Energia	2011,5	Energia	2208,5	Energia	2117,1	Energia	2036
g	Białko	118,87	Białko	118,28	Białko	128,09	Białko	123,72	Białko	119,86
g	Tłuszcz	50,615	Tłuszcz	57,965	Tłuszcz	52,35	Tłuszcz	59,78	Tłuszcz	50,905
g	Kwasy Nasycone	5,186	Kwasy Nasycone	2,236	Kwasy Nasycone	2,461	Kwasy Nasycone	5,154	Kwasy Nasycone	5,264
g	Węglowodany ogółem	272,43	Węglowodany ogółem	251,51	Węglowodany ogółem	313,88	Węglowodany ogółem	273,77	Węglowodany ogółem	277,35
g	W tym cukry	24,497	W tym cukry	18,222	W tym cukry	17,557	W tym cukry	32,082	W tym cukry	30,687
g	Błonnik pokarmowy	24,785	Błonnik pokarmowy	38,14	Błonnik pokarmowy	30,745	Błonnik pokarmowy	26,958	Błonnik pokarmowy	27,725
mg	Sód	1140,8	Sód	2075,6	Sód	1847,7	Sód	1161,7	Sód	1144

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. lubin

(*) 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 Żywnienia.

Jadłospis sporządzony przez dietetyka – mgr Klaudia Sawko

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie

DZIAŁ ŻYWIENIA

wtorek 16 kwietnia 2024

DIETA	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie kwasów tłuszczowych (wrzodowa)		Dieta Niskotłuszczowa/Niskocholesterolowa		Dieta cukrzycowa wątrobowa		Dieta rozdrobniona		Dieta ubogoresztkowa		
SNIADANIE	I	Kasza kukurydziana na mleku 300ml *mleko/	300g	Skyr szt. *mleko/	140g	Skyr szt. *mleko/	140g	Kasza kukurydziana na mleku 300ml *mleko/	300g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g
		Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Chleb razowy 60g *gluten/	60g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Chleb pszenny bez skórki 60g *gluten/	60g	Kasza kukurydziana na mleku 300ml *mleko/	300g
		Polędwica sopocka 60g *soja/	60g	Polędwica sopocka 60g *soja/	60g	Polędwica sopocka 60g *soja/	60g	Pasta z polędwicy sopockiej 60g *jaja/*soja/*gorczyca/	60g	Domowa wędlina wieprzowa 60g	60g
		Pomidor 50g	50g	Pomidor 50g	50g	Pomidor 50g	50g	masło 10g *mleko/	10g	Marchewka gotowana rozdrobniona 100g	100g
		Roszponka	10g	Roszponka	10g	Roszponka	10g	Herbata z cytryną	250g	masło 10g *mleko/	10g
		masło 10g *mleko/	10g	Margaryna miękka kubkowa	10g	Margaryna miękka kubkowa	10g	Marchewka gotowana rozdrobniona 100g	100g	Herbata z cytryną	250g
		Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g				
II			Sok wielowarzywny 300ml	300g	Sok wielowarzywny 300ml	300g	Skyr szt. *mleko/	140g	Skyr szt. *mleko/	140g	
OBIAD	I	Zupa krupnik 350ml *seler/	350g	Zupa krupnik 350ml *seler/	350g	Zupa krupnik 350ml *seler/	350g	Zupa krupnik 350ml *seler/	350g	Zupa krupnik 350ml *seler/	350g
		Kotlet schabowy soute 100g *gluten/	100g	Kotlet schabowy soute 100g *gluten/	100g	Kotlet schabowy soute 100g *gluten/	100g	Kotlet schabowy mielony 100g *gluten/	100g	Kotlet schabowy soute 100g *gluten/	100g
		Ziemniaki gotowane 180g	180g	Ziemniaki gotowane 150g	150g	Ziemniaki gotowane 150g	150g	Ziemniaki gotowane puree 180g	180g	Ziemniaki gotowane puree 180g	180g
		Marchewka mini gotowana 150g	150g	Surówka z porem 150g *jaja/*gorczyca/	150g	Marchewka mini gotowana 150g	150g	Marchewka mini gotowana 150g	150g	Marchewka mini gotowana 150g	150g
		Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g
Podwieczorek											
KOLACJA	I	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb razowy 90g *gluten/	90g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb pszenny bez skórki 80g *gluten/	80g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g
		Pieczeń z indykiem 60g *gluten/	60g	Pieczeń z indykiem 60g *gluten/	60g	Pieczeń z indykiem 60g *gluten/	60g	Pasta z pieczeni z indyka 60g *gluten/*jaja/*gorczyca/	60g	Pieczeń z indykiem 60g *gluten/	60g
		Twaróg 50g *mleko/	100g	Twaróg 50g *mleko/	100g	Twaróg 50g *mleko/	100g	Twaróg 50g *mleko/	100g	Twaróg 50g *mleko/	100g
		Salata 30g	30g	Papryka 50g	50g	Salata 30g	30g	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g
		masło 10g *mleko/	10g	Salata 30g	30g	Margaryna miękka kubkowa	10g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g
		Herbata owocowa	250g	Margaryna miękka kubkowa	10g	Herbata owocowa	250g	Herbata owocowa	250g	Herbata owocowa	250g
			Herbata owocowa	250g							
II	Sok wielowarzywny 300ml	300g	Kanapka razowa ze schabem pieczonym 1 szt. *gluten/*soja/*seler/	80g	Kanapka razowa ze schabem pieczonym 1 szt. *gluten/*soja/*seler/	80g	Sok wielowarzywny 300ml	300g	Sok wielowarzywny 300ml	300g	

	Energia	2017,2	Energia	2118,6	Energia	2098	Energia	2156,7	Energia	2191,8
g	Białko	115,55	Białko	131,33	Białko	133,97	Białko	136,91	Białko	147,23
g	Tłuszcz	69,482	Tłuszcz	86,161	Tłuszcz	82,656	Tłuszcz	92,657	Tłuszcz	87,032
g	Kwasy Nasycone	8,067	Kwasy Nasycone	5,811	Kwasy Nasycone	5,111	Kwasy Nasycone	7,992	Kwasy Nasycone	7,392
g	Węglowodany ogółem	233,77	Węglowodany ogółem	234,25	Węglowodany ogółem	239,38	Węglowodany ogółem	231,01	Węglowodany ogółem	242,28
g	W tym cukry	20,656	W tym cukry	17,625	W tym cukry	21,095	W tym cukry	26,211	W tym cukry	25,486
g	Błonnik pokarmowy	27,443	Błonnik pokarmowy	34,248	Błonnik pokarmowy	29,663	Błonnik pokarmowy	30,618	Błonnik pokarmowy	31,383
mg	Sód	1654,3	Sód	1885,1	Sód	2070,6	Sód	1738,2	Sód	1408,6

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. lubin
 (*) 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 Żywnienia.
 Jadłospis sporządzony przez dietetyka – mgr Klaudia Sawko

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie

DZIAŁ ŻYWIENIA

środa 17 kwietnia 2024

DIETA	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie kwasów tłuszczowych (wrzodowa)		Dieta Niskotłuszczowa/Niskocholesterolowa		Dieta cukrzycowa wątrobowa		Dieta rozdrobniona		Dieta ubogoresztkowa		
SNIADANIE	I	Serek wiejski 1 szt.	200g	Serek wiejski 1 szt.	200g	Serek wiejski 1 szt.	200g	Serek wiejski 1 szt.	200g	Serek wiejski 1 szt.	200g
		Bułka pszenna 50g	50g	Bułka razowa 70g	70g	Bułka pszenna 50g	50g	Chleb pszenny bez skórki 60g	60g	Chleb pszenny 25g	25g
		Chleb pszenny 25g	25g	Pasta z jaj ze szczypiorkiem	100g	Chleb pszenny 25g	25g	Pasta z jaj	100g	Bułka pszenna 50g	50g
		Pasta z jaj	100g	Mix sałat z pomidorkami, ciecierzycą i oliwą	50g	Pasta z białek jaj z jogurtem	100g	Marchewka gotowana rozdrobniona 100g	100g	Pasta z jaj	100g
		Mix sałat z pomidorkami i oliwą smakową	100g	Margaryna miękka kubkowa	10g	Mix sałat z pomidorkami i oliwą smakową	100g	masło 10g	10g	Marchewka gotowana rozdrobniona 100g	100g
		masło 10g	10g	Herbata z cytryną	250g	Margaryna miękka kubkowa	10g	Herbata z cytryną	250g	masło 10g	10g
		Herbata z cytryną	250g			Herbata z cytryną	250g			Herbata z cytryną	250g
	II			Kanapka razowa z serem 1 szt.	80g	Kanapka pszenna z twarogiem 1 szt.	80g	Budyń na mleku roślinnym 250ml	250g		
OBIAD	Rosół z makaronem 350ml	350g	Rosół z makaronem 350ml	350g	Rosół z makaronem 350ml	350g	Rosół z makaronem 350ml	350g	Rosół z makaronem 350ml	350g	
	Kotlet mielony drobiowy 100g	100g	Kotlet mielony drobiowy 100g	100g	Kotlet mielony drobiowy 100g	100g	Kotlet mielony drobiowy 100g	100g	Kotlet mielony drobiowy 100g	100g	
	Ziemniaki gotowane 180g	180g	Ziemniaki gotowane 150g	150g	Ziemniaki gotowane 150g	150g	Ziemniaki gotowane puree 180g	180g	Ziemniaki gotowane 180g	180g	
	Fasolka szparagowa gotowana 150g	150g	Fasolka szparagowa gotowana 150g	150g	Fasolka szparagowa gotowana 150g	150g	Fasolka szparagowa gotowana 150g	150g	Marchewka mini gotowana 150g	150g	
	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	
Podwieczorek											
KOLACJA	I	Chleb pszenny 100g	100g	Chleb razowy 90g	90g	Chleb pszenny 100g	100g	Chleb pszenny bez skórki 80g	80g	Chleb pszenny 100g	100g
		Szynka z piersi indyka 60g	60g	Szynka z piersi indyka 60g	60g	Szynka z piersi indyka 60g	60g	Pasta z piersi indyka 60g	60g	Szynka z piersi indyka 60g	60g
		Salata 30g	30g	Rzodkiewka 50g	50g	Salata 30g	30g	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g
		Pomidor 50g	50g	Salata 30g	30g	Margaryna miękka kubkowa	10g	masło 10g	10g	masło 10g	10g
		masło 10g	10g	Margaryna miękka kubkowa	10g	Herbata rumiankowa	250g	Herbata rumiankowa	250g	Herbata rumiankowa	250g
		Herbata rumiankowa	250g	Herbata rumiankowa	250g						
	II	Mus owocowo-jogurtowy 1szt.	100g	Kanapka razowa z szynką dębową 1 szt.	80g	Kanapka pszenna z szynką dębową 1 szt.	80g	Mus owocowo-jogurtowy 1szt.	100g	Mus owocowo-jogurtowy 1szt.	100g
kcal	Energia	2173,5	Energia	2417,1	Energia	2308,8	Energia	2221,9	Energia	2143,1	
g	Białko	126,4	Białko	136,47	Białko	142,05	Białko	125,16	Białko	123,73	
g	Tłuszcz	98,902	Tłuszcz	106,65	Tłuszcz	87,382	Tłuszcz	97,442	Tłuszcz	93,982	
g	Kwasy Nasycone	3,23	Kwasy Nasycone	1,248	Kwasy Nasycone	1,29	Kwasy Nasycone	3,411	Kwasy Nasycone	3,216	
g	Węglowodany ogółem	193,59	Węglowodany ogółem	221,07	Węglowodany ogółem	237,63	Węglowodany ogółem	207,97	Węglowodany ogółem	197,81	
g	W tym cukry	15,751	W tym cukry	10,266	W tym cukry	7,8815	W tym cukry	34,062	W tym cukry	27,772	
g	Błonnik pokarmowy	22,527	Błonnik pokarmowy	37,64	Błonnik pokarmowy	23,69	Błonnik pokarmowy	26,035	Błonnik pokarmowy	24,437	
mg	Sód	1834,9	Sód	2641,6	Sód	2331	Sód	1989,3	Sód	2027,1	

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. lubin
 (*) 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

czwartek 18 kwietnia 2024

DIETA	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie kwasów tłuszczowych (wrzodowa)		Dieta Niskotłuszczowa/Niskocholesterolowa		Dieta cukrzycowa wątrobowa		Dieta rozdrobniona		Dieta ubogoresztkowa		
SNIADANIE	I	Manna na mleku 300ml *gluten/*mleko/	300g	Kefir szt. *mleko/	200g	Kefir szt. *mleko/	200g	Manna na mleku 300ml *gluten/*mleko/	300g	Manna na mleku 300ml *gluten/*mleko/	300g
		Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Chleb razowy 60g *gluten/	60g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Chleb pszenny bez skórki 60g *gluten/	60g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g
		Parówki z indyka 2 szt.	70g	Parówki z indyka 2 szt.	70g	Parówki z indyka 2 szt.	70g	Parówki z indyka 2 szt.	70g	Domowa wędlina wieprzowa 60g	60g
		Ketchup 1 szt.	1g	Ketchup 1 szt.	1g	Ketchup 1 szt.	1g	Ketchup 1 szt.	1g	Dynia gotowana rozdrobniona 100g	100g
		Rukola 20g	20g	Rukola 20g	20g	Rukola 20g	20g	Dynia gotowana rozdrobniona 100g	100g	masło 10g *mleko/	10g
		masło 10g *mleko/	10g	Papryka 50g	50g	Papryka 50g	50g	masło 10g *mleko/	10g	Herbata z cytryną	250g
		Herbata z cytryną	250g	Margaryna miękka kubkowa	10g	Margaryna miękka kubkowa	10g	Herbata z cytryną	250g		
			Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g					
II		Jabłko 1szt.	180g	Jabłko 1szt.	180g	Kefir szt. *mleko/	200g				
OBIAD	Zupa solferino 350ml	350g	Zupa solferino 350ml	350g	Zupa solferino 350ml	350g	Zupa solferino 350ml	350g	Zupa solferino 350ml	350g	
	Zraz wieprzowy 100g *jaja/*seler/	180g	Zraz wieprzowy 100g *jaja/*seler/	180g	Zraz wieprzowy 100g *jaja/*seler/	180g	Zraz wieprzowy 100g *jaja/*seler/	180g	Zraz wieprzowy 100g *jaja/*seler/	180g	
	Kasza jęczmienna 180g	180g	Kasza gryczana 150g	150g	Kasza jęczmienna 150g	150g	Sos własny 80g *gluten/*seler/	80g	Sos własny 80g *gluten/*seler/	80g	
	Tarte buraczki 150g	150g	Surówka z buraków z cebulką 150g	150g	Tarte buraczki 150g	150g	Ziemniaki gotowane puree 180g	180g	Kasza jęczmienna 180g	180g	
	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Tarte buraczki 150g	150g	Tarte buraczki 150g	150g	
							Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	
Porcja z rok											
Kolacja	I	Chleb pszenny 50g *gluten/	75g	Chleb razowy 60g *gluten/	60g	Chleb pszenny 50g *gluten/	75g	Chleb pszenny bez skórki 60g *gluten/	60g	Chleb pszenny 50g *gluten/	75g
		Salatka jarzynowa z jogurtem 200g *jaja/	200g	Salatka jarzynowa 200g *jaja/*gorczyca/	200g	Salatka jarzynowa 200g *jaja/*gorczyca/	200g	Salatka jarzynowa 200g *jaja/*gorczyca/	200g	Salatka jarzynowa z jogurtem 200g *jaja/	200g
		Szynka drobiowa miodowa 60g *soja/*seler/	60g	Szynka drobiowa miodowa 30g *soja/*seler/	30g	Szynka drobiowa miodowa 30g *soja/*seler/	30g	Pasta z szynki dębowej drobiowej 30g *jaja/*gorczyca/	30g	Szynka dębowa 30g *gluten/	30g
		masło 10g *mleko/	10g	Margaryna miękka kubkowa	10g	Margaryna miękka kubkowa	10g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g
		Herbata czarna b/c	250g	Herbata czarna b/c	250g	Herbata czarna b/c	250g	Herbata czarna b/c	250g	Herbata czarna b/c	250g
	II	Serek homogenizowany w tubce 1szt. *mleko/	100g	Kanapka razowa z jajkiem 1szt. *gluten/*jaja/*gorczyca/	100g	Kanapka pszenna z twarogiem 1 szt. *gluten/*mleko/	80g	Serek homogenizowany w tubce 1szt. *mleko/	100g	Serek homogenizowany w tubce 1szt. *mleko/	100g
kcal	Energia	2002,3	Energia	2241	Energia	2040,7	Energia	2133,4	Energia	2057	
g	Białko	102,11	Białko	97,977	Białko	97,617	Białko	99,637	Białko	114,11	
g	Tłuszcz	66,145	Tłuszcz	89,505	Tłuszcz	73,43	Tłuszcz	81,829	Tłuszcz	61,543	
g	Kwasy Nasycone	9,011	Kwasy Nasycone	6,046	Kwasy Nasycone	5,721	Kwasy Nasycone	10,261	Kwasy Nasycone	6,231	
g	Węglowodany ogółem	249,94	Węglowodany ogółem	256,03	Węglowodany ogółem	253,97	Węglowodany ogółem	247,55	Węglowodany ogółem	260,94	
g	W tym cukry	36,498	W tym cukry	14,377	W tym cukry	22,212	W tym cukry	36,834	W tym cukry	41,285	
g	Błonnik pokarmowy	27,089	Błonnik pokarmowy	36,084	Błonnik pokarmowy	27,749	Błonnik pokarmowy	25,916	Błonnik pokarmowy	31,374	
mg	Sód	1689,2	Sód	1762,4	Sód	1665,9	Sód	1149,6	Sód	1466,2	

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. lubin
 (*) 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

piątek 19 kwietnia 2024

DIETA	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie kwasów tłuszczowych (wrzodowa)		Dieta Niskotłuszczowa/Niskocholesterolowa		Dieta cukrzycowa wątrobowa		Dieta rozdrobniona		Dieta ubogoresztkowa		
SNIADANIE	I	Ryż na mleku 300ml *mleko/	300g	Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g	Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g	Ryż na mleku 300ml *mleko/	300g	Ryż na mleku 300ml *mleko/	300g
		Bułka pszenna 50g *gluten/	50g	Bułka razowa 70g *gluten/	70g	Bułka pszenna 50g *gluten/	50g	Chleb pszenny bez skórki 60g *gluten/	60g	Bułka pszenna 50g *gluten/	50g
		Chleb pszenny 25g *gluten/	25g	Paszтет warzywny 113g *soja/*seler/*gorczyca/	113g	Chleb pszenny 25g *gluten/	25g	Paszтет warzywny 113g *soja/*seler/*gorczyca/	113g	Chleb pszenny 25g *gluten/	25g
		Paszтет warzywny 113g *soja/*seler/*gorczyca/	113g	Schab biały 30g *soja/	30g	Paszтет warzywny 113g *soja/*seler/*gorczyca/	113g	Pasta mięsna ze schabu białego 40g *jaja/*soja/*gorczyca/	40g	Paszтет warzywny 113g *soja/*seler/*gorczyca/	113g
		Schab biały 30g *soja/	30g	Rzodkiewka 50g	50g	Schab biały 30g *soja/	30g	Marchewka gotowana rozdrobniona 100g	100g	Schab biały 30g *soja/	30g
		Pomidor 100g	100g	Pomidor 50g	50g	Rzodkiewka 50g	50g	masło 10g *mleko/	10g	Marchewka gotowana rozdrobniona 100g	100g
		masło 10g *mleko/	10g	Margaryna miękka kubkowa	10g	Pomidor 50g	50g	Herbata z cytryną	250g	masło 10g *mleko/	10g
		Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g	Margaryna miękka kubkowa	10g			Herbata z cytryną	250g
						Herbata z cytryną	250g				
II			Serek wiejski 1 szt.	200g	Kanapka pszenna z polewą miódową 1 szt. *gluten/*soja/*seler/	80g	Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g			
OBIAD	I	Zupa żurek 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa żurek 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa żurek 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa żurek 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa żurek 350ml *mleko/*seler/	350g
		Kotlet z ryby pieczony 100g *gluten/*jaja/*ryby/	100g	Kotlet z ryby pieczony 100g *gluten/*jaja/*ryby/	100g	Kotlet z ryby pieczony 100g *gluten/*jaja/*ryby/	100g	Kotlet z ryby pieczony 100g *gluten/*jaja/*ryby/	100g	Kotlet z ryby pieczony 100g *gluten/*jaja/*ryby/	100g
		Ziemniaki gotowane 180g	180g	Ziemniaki gotowane 150g	150g	Ziemniaki gotowane 150g	150g	Ziemniaki gotowane puree 180g	180g	Ziemniaki gotowane 180g	180g
		Gotowane warzywa 150g *seler/	150g	Surówka koperkowa *jaja/*gorczyca/	150g	Surówka koperkowa *jaja/*gorczyca/	150g	Gotowane warzywa 150g *seler/	150g	Gotowane warzywa 150g *seler/	150g
		Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g
Powtórza rok					Serek wiejski 1 szt.	200g					
KOLACJA	I	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb razowy 90g *gluten/	90g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb pszenny bez skórki 80g *gluten/	80g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g
		Twaróg 100g *mleko/	100g	Twaróg 100g *mleko/	100g	Twaróg 100g *mleko/	100g	Twaróg 100g *mleko/	100g	Twaróg 100g *mleko/	100g
		Miód 1 szt.	25g	Ogórek kiszony 60g	60g	Kielki	5g	Miód 1 szt.	25g	Miód 1 szt.	25g
		Kielki	5g	Kielki	5g	Pomidor 50g	50g	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g
		Pomidor 50g	50g	Margaryna miękka kubkowa	10g	Margaryna miękka kubkowa	10g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g
		masło 10g *mleko/	10g	Herbata owocowa	250g	Herbata owocowa	250g	Herbata owocowa	250g	Herbata owocowa	250g
	Herbata owocowa	250g									
	II	Mus owsianka 1szt. *mleko/	100g	Kanapka razowa z serem 1 szt. *gluten/*mleko/	80g	Kanapka pszenna z twarogiem 1 szt. *gluten/*mleko/	80g	Mus owsianka 1szt. *mleko/	100g	Mus owsianka 1szt. *mleko/	100g

kcal	Energia	2194,58	Energia	2319,28	Energia	2575,88	Energia	2260,86	Energia	2214,6
g	Białko	107,49	Białko	127,654	Białko	140,5	Białko	113,269	Białko	107,53
g	Tłuszcz	73,6396	Tłuszcz	92,0125	Tłuszcz	91,7045	Tłuszcz	78,7045	Tłuszcz	73,759
g	Kwasy Nasycone	8,5225	Kwasy Nasycone	3,693	Kwasy Nasycone	4,21	Kwasy Nasycone	8,5075	Kwasy Nasycone	8,5225
g	Węglowodany ogółem	275,648	Węglowodany ogółem	243,607	Węglowodany ogółem	299,623	Węglowodany ogółem	273,611	Węglowodany ogółem	278,08
g	W tym cukry	41,0465	W tym cukry	15,0615	W tym cukry	13,4865	W tym cukry	47,4315	W tym cukry	46,487
g	Błonnik pokarmowy	25,229	Błonnik pokarmowy	32,537	Błonnik pokarmowy	26,289	Błonnik pokarmowy	27,687	Błonnik pokarmowy	28,159
mg	Sód	1026	Sód	1779	Sód	1927,79	Sód	1270,21	Sód	1105,3

Wykaz alergenów: 1. gluten; 2. skorupiaki; 3. jaja; 5. orzechy 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
sobota 20 kwietnia 2024

DIETA	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie kwasów tłuszczowych (wrzodowa)		Dieta Niskotłuszczowa/Niskocholesterolowa		Dieta cukrzycowa wątrobowa		Dieta rozdrobniona		Dieta ubogoresztkowa		
SNIADANIE	I	Musli na mleku *gluten/*mleko/+orzechy/	300g	Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g	Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g	Chleb pszenny bez skórki 60g *gluten/	60g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g
		Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Chleb razowy 60g *gluten/	60g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Musli na mleku *gluten/*mleko/+orzechy/	300g	Musli na mleku *gluten/*mleko/+orzechy/	300g
		Poledwica sopocka 60g *soja/	60g	Poledwica sopocka 60g *soja/	60g	Poledwica sopocka 60g *soja/	60g	Pasta z polędwicy sopockiej 60g *jaja/*soja/*gorczyca/	60g	Poledwica sopocka 60g *soja/	60g
		Serek Śmietankowy 50g *mleko/	50g	Serek Śmietankowy 50g *mleko/	50g	Serek Śmietankowy 50g *mleko/	50g	Serek Śmietankowy 50g *mleko/	50g	Serek Śmietankowy 50g *mleko/	50g
		Salata 30g	30g	Ogórek 50g	50g	Ogórek 50g	50g	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g
		masło 10g *mleko/	10g	Salata 30g	30g	Salata 30g	30g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g
		Herbata z cytryną	250g	Margaryna miękka kubkowa	10g	Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g
				Herbata z cytryną	250g	Margaryna miękka kubkowa	10g				
II			Skyr szt. *mleko/	140g	Kanapka pszenna z szynką dębową 1 szt. *gluten/	80g	Skyr szt. *mleko/	140g			
OBIAD	I	Zupa szpinakowa z ziemniakami 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa szpinakowa z ziemniakami 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa szpinakowa z ziemniakami 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa szpinakowa z ziemniakami 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa szpinakowa z ziemniakami 350ml *mleko/*seler/	350g
		Kurczak z warzywami duszony w sosie słodko-kwaśnym	250g	Kurczak duszony z ciecierzycą w sosie słodko-kwaśnym	250g	Kurczak z warzywami duszony w sosie słodko-kwaśnym	250g	Kurczak z warzywami duszony w sosie słodko-kwaśnym	250g	Kurczak z warzywami duszony w sosie słodko-kwaśnym	250g
		Makaron pszenny 180g *gluten/+soja/	180g	Makaron pełnoziarnisty 150g *gluten/+soja/	150g	Makaron pszenny 180g *gluten/+soja/	180g	Makaron pszenny 180g *gluten/+soja/	180g	Makaron pszenny 180g *gluten/+soja/	180g
		Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g
Powtórza rok					Skyr szt. *mleko/	140g					
KOLACJA	I	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb razowy 90g *gluten/	90g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb pszenny bez skórki 80g *gluten/	80g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g
		Paszтет drobiowy 100g *gluten/*jaja/*soja/*mleko/*seler/	100g	Paszтет drobiowy 100g *gluten/*jaja/*soja/*mleko/*seler/	100g	Paszтет drobiowy 100g *gluten/*jaja/*soja/*mleko/*seler/	100g	Paszтет drobiowy 100g *gluten/*jaja/*soja/*mleko/*seler/	100g	Domowa wędlina wieprzowa 60g	60g
		Dżem 1 szt.	25g	Papryka 50g	50g	Papryka 50g	50g	Dżem 1 szt.	25g	Dżem 1 szt.	25g
		Salata 30g	30g	Pomidor 50g	50g	Pomidor 50g	50g	Dynia gotowana rozdrobniona 100g	100g	Dynia gotowana rozdrobniona 100g	100g
		Pomidor 50g	50g	Margaryna miękka kubkowa	10g	Margaryna miękka kubkowa	10g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g
		masło 10g *mleko/	10g	Herbata rumiankowa	250g	Herbata rumiankowa	250g	Herbata rumiankowa	250g	Herbata rumiankowa	250g
		Herbata rumiankowa	250g								
II	Mus owocowy 1szt.	100g	Kanapka razowa z szynką kruchą 1 szt. *gluten/	80g	Kanapka pszenna z szynką kruchą 1 szt. *gluten/*soja/	80g	Mus owocowy 1szt.	100g	Mus owocowy 1szt.	100g	

kcal	Energia	2074,91	Energia	2314	Energia	2365,26	Energia	2176,11	Energia	1990,9
g	Białko	123,825	Białko	148,039	Białko	157,88	Białko	145,14	Białko	129,78
g	Tłuszcz	52,3045	Tłuszcz	78,9095	Tłuszcz	74,4395	Tłuszcz	71,5995	Tłuszcz	42,474
g	Kwasy Nasycone	8,001	Kwasy Nasycone	5,213	Kwasy Nasycone	6,022	Kwasy Nasycone	8,004	Kwasy Nasycone	4,779
g	Węglowodany ogółem	276,851	Węglowodany ogółem	282,566	Węglowodany ogółem	304,256	Węglowodany ogółem	273,266	Węglowodany ogółem	269,86
g	W tym cukry	29,9651	W tym cukry	17,1801	W tym cukry	16,7651	W tym cukry	36,0201	W tym cukry	34,715
g	Błonnik pokarmowy	25,5055	Błonnik pokarmowy	35,8605	Błonnik pokarmowy	25,9755	Błonnik pokarmowy	27,4555	Błonnik pokarmowy	28,225
mg	Sód	1551,65	Sód	2222,53	Sód	2232,86	Sód	1533,15	Sód	1615

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. lubin
 (*) 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
niedziela 21 kwietnia 2024

DIETA		Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie kwasów tłuszczowych (wrzodowa)		Dieta Niskotłuszczowa/Niskocholesterolowa		Dieta cukrzycowa wątrobowa		Dieta rozdrobniona		Dieta ubogoresztkowa		
SNIADANIE	I	Płatki owsiane na mleku 300ml *mleko/	300g	Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g	Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g	Płatki owsiane na mleku 300ml *mleko/	300g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	
		Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Chleb razowy 60g *gluten/	60g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Chleb pszenny bez skórki 60g *gluten/	60g	Płatki owsiane na mleku 300ml *mleko/	300g	
		Pasta z tuńczyka z jogurtem *jaja/*ryby/*mleko/	100g	Pasta z tuńczyka *jaja/*ryby/*gorczyca/	100g	Pasta z tuńczyka *jaja/*ryby/*gorczyca/	100g	Pasta z tuńczyka *jaja/*ryby/*gorczyca/	100g	Pasta z tuńczyka z jogurtem *jaja/*ryby/*mleko/	100g	
		Pomidor 50g	50g	Pomidor 50g	50g	Pomidor 50g	50g	Marchewka gotowana rozdrobniona 100g	100g	Marchewka gotowana rozdrobniona 100g	100g	
		Salata 30g	30g	Salata 30g	30g	Salata 30g	30g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g	
		masło 10g *mleko/	10g	Margaryna miękka kubkowa	10g	Margaryna miękka kubkowa	10g	Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g	
		Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g					
	II				Serek wiejski 1 szt.	200g	Serek wiejski 1 szt.	200g	Serek wiejski 1 szt.	200g		
OBIAD	Zupa jarzynowa 350ml	350g	Zupa jarzynowa 350ml	350g	Zupa jarzynowa 350ml	350g	Zupa jarzynowa 350ml	350g	Zupa jarzynowa 350ml	350g		
	Pieczeń rzymska 100g *jaja/	100g	Pieczeń rzymska 100g *jaja/	100g	Pieczeń rzymska 100g *jaja/	100g	Pieczeń rzymska 100g *jaja/	100g	Pieczeń rzymska 100g *jaja/	100g		
	Sos pomidorowy 80g *gluten/*mleko/*seler/	80g	Sos pomidorowy 80g *gluten/*mleko/*seler/	80g	Sos pomidorowy 80g *gluten/*mleko/*seler/	80g	Sos pomidorowy 80g *gluten/*mleko/*seler/	80g	Sos pomidorowy 80g *gluten/*mleko/*seler/	80g		
	Ryż al dente 180g	180g	Ryż al dente 150g	150g	Ryż al dente 180g	180g	Ryż al dente 180g	180g	Ryż al dente 180g	180g		
	Surówka z marchewką i jabłkiem 150g	150g	Surówka z marchewką i jabłkiem 150g	150g	Surówka z marchewką i jabłkiem 150g	150g	Marchewka gotowana rozdrobniona 150g	150g	Surówka z marchewką i jabłkiem 150g	150g		
	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g		
Podwieczorek												
KOLACJA	I	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb razowy 90g *gluten/	90g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb pszenny bez skórki 80g *gluten/	80g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	
		Parówki cielęce 2 szt. *gorczyca/	60g	Parówki cielęce 2 szt. *gorczyca/	60g	Parówki cielęce 2 szt. *gorczyca/	60g	Twaróg 100g *mleko/	100g	Domowa wędlina z kurczaka 60g	60g	
		Twaróg 50g *mleko/		Twaróg 50g *mleko/		Twaróg 50g *mleko/		Dynia gotowana rozdrobniona 100g	100g	Twaróg 50g *mleko/		
		Ketchup 1 szt.	1g	Ketchup 1 szt.	1g	Ketchup 1 szt.	1g	masło 10g *mleko/	10g	Ketchup 1 szt.	1g	
		Salata 30g	30g	Ogórek 50g	50g	Ogórek 50g	50g	Herbata czarna b/c	250g	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g	
		masło 10g *mleko/	10g	Salata 30g	30g	Salata 30g	30g			masło 10g *mleko/	10g	
		Herbata czarna b/c	250g	Margaryna miękka kubkowa	10g	Margaryna miękka kubkowa	10g			Herbata czarna b/c	250g	
	II	Mus ryżowy 1szt. *mleko/	100g	Kanapka razowa z połówką miodową 1 szt. *gluten/*sól/*seler/	80g	Kanapka pszenna z połówką miodową 1 szt. *gluten/*sól/*seler/	80g	Mus ryżowy 1szt. *mleko/	100g	Mus ryżowy 1szt. *mleko/	100g	
kcal	Energia	2103,48	Energia	2197,3	Energia	2408,9	Energia	2274,17	Energia	2089,9		
g	Białko	105,539	Białko	121,355	Białko	122,11	Białko	127,659	Białko	119,97		
g	Tłuszcz	88,1845	Tłuszcz	86,8945	Tłuszcz	93,5445	Tłuszcz	86,2045	Tłuszcz	58,224		
g	Kwasy Nasycone	9,206	Kwasy Nasycone	5,877	Kwasy Nasycone	8,127	Kwasy Nasycone	4,199	Kwasy Nasycone	5,126		
g	Węglowodany ogółem	271,098	Węglowodany ogółem	228,88	Węglowodany ogółem	273,76	Węglowodany ogółem	245,116	Węglowodany ogółem	273,48		
g	W tym cukry	24,4771	W tym cukry	14,8821	W tym cukry	14,5571	W tym cukry	37,1981	W tym cukry	29,587		
g	Błonnik pokarmowy	22,7105	Błonnik pokarmowy	28,9525	Błonnik pokarmowy	22,6575	Błonnik pokarmowy	30,2535	Błonnik pokarmowy	25,95		
mg	Sód	1460,89	Sód	1942	Sód	2156,82	Sód	1652,62	Sód	1600,9		

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. lubin
 (*) 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 jadospisie 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.
 Jadospis sporządzony przez dietetyka – mgr Klaudia Sawko