

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie

DZIAŁ ŻYWIENIA

poniedziałek 22 kwietnia 2024

DIETA	Dieta Niskotłuszczowa/Niskocholesterolowa		Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie kwasów tłuszczowych (wrzodowa)		Dieta cukrzycowa wątrobowa		Dieta ubogoresztkowa		Dieta rozdrobniona		
I	SNIADANIE	Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g	Makaron na mleku 300ml *gluten/+soja/*mleko/	300g	Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g	Makaron na mleku 300ml *gluten/+soja/*mleko/	300g	Makaron na mleku 300ml *gluten/+soja/*mleko/	300g
		Chleb razowy 60g *gluten/	60g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Chleb pszenny bez skórki 60g *gluten/	60g
		Polędwica sopocka 60g *soja/	60g	Polędwica sopocka 60g *soja/	60g	Polędwica sopocka 60g *soja/	60g	Domowa wędlina z kurczaka 60g	60g	Twarożek z ziołami 50g *mleko/	50g
		Twarożek ze szczypiorkiem 50g *mleko/	50g	Twarożek z ziołami 50g *mleko/	50g	Twarożek z ziołami 50g *mleko/	50g	Twarożek z ziołami 50g *mleko/	50g	Pasta z polędwicy sopockiej 60g *jaja/*soja/*gorczyca/	60g
		Pomidor 50g	50g	Pomidor 100g	100g	Pomidor 100g	100g	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g
		Papryka 50g	50g	masło 10g *mleko/	10g	Margaryna miękka kubkowa	10g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g
		masło 10g *mleko/	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 pomidorowa z ryżem 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml *mleko/*seler/	350g
		Stek pieczony z cebulką 100g *gluten/*jaja/*gorczyca/	100g	Stek pieczony 100g *gluten/*jaja/*gorczyca/	100g	Stek pieczony 100g *gluten/*jaja/*gorczyca/	100g	Stek pieczony 100g *gluten/*jaja/*gorczyca/	100g	Stek pieczony 100g *gluten/*jaja/*gorczyca/	100g
		Ziemniaki gotowane 150g	150g	Ziemniaki gotowane 180g	180g	Ziemniaki gotowane 150g	150g	Ziemniaki gotowane puree 180g	180g	Ziemniaki gotowane puree 180g	180g
		Surówka wiosenna z zielonym ogórkiem 150g *mleko/	150g	Gotowane warzywa 150g *seler/	150g	Surówka wiosenna z zielonym ogórkiem 150g *mleko/	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
Podwieczorek											
KOLACJA	I	Chleb razowy 90g *gluten/	90g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb pszenny bez skórki 80g *gluten/	80g
		Pieczeń z indykiem 60g *gluten/	60g	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
		Ogórek kiszony 60g	60g	Pomidor 50g	50g	Pomidor 50g	50g	Marchewka gotowana rozdrobniona 100g	100g	Marchewka gotowana rozdrobniona 100g	100g
		Rukola 20g	20g	Rukola 20g	20g	Rukola 20g	20g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g
		masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	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	Herbata czarna b/c	250g				
II		Kanapka razowa z polędwicą sopocką 1 szt. *gluten/*soja/	80g	Mus owocowy 1szt.	100g	Kanapka razowa z polędwicą sopocką 1 szt. *gluten/*soja/	80g	Mus owocowy 1szt.	100g	Mus owocowy 1szt.	100g

kcal	Energia	2149,6	Energia	2048,1	Energia	2201,7	Energia	2082,1	Energia	2271,9
g	Białko	132,29	Białko	111,28	Białko	134,38	Białko	118,12	Białko	131,2
g	Tłuszcz	81,991	Tłuszcz	78,01	Tłuszcz	83,881	Tłuszcz	77,055	Tłuszcz	95,58
g	Kwasy Nasycone	5,271	Kwasy Nasycone	8,156	Kwasy Nasycone	5,346	Kwasy Nasycone	7,456	Kwasy Nasycone	8,056
g	Węglowodany ogółem	217,13	Węglowodany ogółem	225,31	Węglowodany ogółem	228,61	Węglowodany ogółem	226,72	Węglowodany ogółem	219,46
g	W tym cukry	12,108	W tym cukry	23,463	W tym cukry	9,6277	W tym cukry	28,208	W tym cukry	28,933
g	Błonnik pokarmowy	29,204	Błonnik pokarmowy	22,353	Błonnik pokarmowy	21,023	Błonnik pokarmowy	25,323	Błonnik pokarmowy	24,558
mg	Sód	2252,7	Sód	1615,4	Sód	2278,4	Sód	1292,1	Sód	1765,7

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
wtorek 23 kwietnia 2024

DIETA	Dieta Niskotłuszczowa/Niskocholesterolowa		Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie kwasów tłuszczowych (wrzodowa)		Dieta cukrzycowa wątrobowa		Dieta ubogoresztkowa		Dieta rozdrobniona			
I	I	Skyr szt. *mleko/	140g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Skyr szt. *mleko/	140g	Płatki kukurydziane na mleku 300ml *mleko/	300g	Płatki kukurydziane na mleku 300ml *mleko/	300g	
		Chleb razowy 60g *gluten/	60g	Płatki kukurydziane na mleku 300ml *mleko/	300g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Chleb pszenny bez skórki 60g *gluten/	60g	
		Schab pieczony 60g *gluten/*soja/*seler/	60g	Schab pieczony 60g *gluten/*soja/*seler/	60g	Schab pieczony 60g *gluten/*soja/*seler/	60g	Domowa wędlina z indyka 60g	60g	Pasta ze schabu pieczonego 60g *gluten/*jaja/*soja/*seler/*gorczyca/	60g	
		Rzodkiewka 50g	50g	Pomidor 100g	100g	Pomidor 100g	100g	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g	
		Pomidor 50g	50g	masło 10g *mleko/	10g	Margaryna miękka kubkowa	10g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	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	II	Jabłko 1szt.	180g			Jabłko 1szt.	180g			Skyr szt. *mleko/	140g	
OBIAD	I	Zupa dyniowa 350ml *mleko/	350g	Zupa dyniowa 350ml *mleko/	350g	Zupa dyniowa 350ml *mleko/	350g	Zupa dyniowa 350ml *mleko/	350g	Zupa dyniowa 350ml *mleko/	350g	
		Filet z kurczaka duszony w sosie 100g *gluten/	100g	Filet z kurczaka duszony w sosie 100g *gluten/	100g	Filet z kurczaka duszony w sosie 100g *gluten/	100g	Filet z kurczaka duszony w sosie 100g *gluten/	100g	Filet z kurczaka duszony w sosie 100g *gluten/	100g	
		Kasza bulgur gotowana 150g *gluten/	150g	Kasza bulgur gotowana 180g *gluten/	180g	Kasza bulgur gotowana 150g *gluten/	150g	Sos koperkowy 80g *gluten/*mleko/*seler/	80g	Sos koperkowy 80g *gluten/*mleko/*seler/	80g	
		Surówka z buraków z cebulką 150g	150g	Tarte buraczki 150g	150g	Surówka z buraków z cebulką 150g	150g	Kasza bulgur gotowana 180g *gluten/	180g	Kasza bulgur gotowana 180g *gluten/	180g	
		Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Tarte buraczki 150g	150g	Tarte buraczki 150g	150g	
								Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	
Kolacja	I	Chleb razowy 90g *gluten/	90g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb pszenny bez skórki 80g *gluten/	80g	
		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	
		Szynka z kurczaka gotowanego 30g *jaja/*soja/*mleko/	30g	Szynka z kurczaka gotowanego 30g *jaja/*soja/*mleko/	30g	Szynka z kurczaka gotowanego 30g *jaja/*soja/*mleko/	30g	Szynka z kurczaka gotowanego 30g *jaja/*soja/*mleko/	30g	Pasta z szynki dębowej drobiowej 30g *jaja/*gorczyca/	30g	
		Ogórek 50g	50g	Salata 30g	30g	Salata 30g	30g	Dynia gotowana 50g	50g	Dynia gotowana rozdrobniona 100g	100g	
		Salata 30g	30g	masło 10g *mleko/	10g	Margaryna miękka kubkowa	10g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g	
		Margaryna miękka kubkowa	10g	Herbata owocowa	250g	Herbata owocowa	250g	Herbata owocowa	250g	Herbata owocowa	250g	
	II	II	Kanapka razowa z szynką wiejską 1 szt. *gluten/	80g	Sok wielowarzywny 300ml	300g	Kanapka pszenna z szynką wiejską 1 szt. *gluten/	80g	Sok wielowarzywny 300ml	300g	Sok wielowarzywny 300ml	300g

kcal	Energia	2046,8	Energia	1946,4	Energia	2085,5	Energia	2047,4	Energia	2117,1
g	Białko	130,75	Białko	116,52	Białko	134,36	Białko	125,68	Białko	142,27
g	Tłuszcz	73,036	Tłuszcz	56,841	Tłuszcz	72,751	Tłuszcz	60,278	Tłuszcz	78,628
g	Kwasy Nasycone	2,417	Kwasy Nasycone	5,116	Kwasy Nasycone	2,436	Kwasy Nasycone	5,161	Kwasy Nasycone	5,239
g	Węglowodany ogółem	244,56	Węglowodany ogółem	239,18	Węglowodany ogółem	259,16	Węglowodany ogółem	248,48	Węglowodany ogółem	243,47
g	W tym cukry	17,05	W tym cukry	29,044	W tym cukry	15,735	W tym cukry	32,989	W tym cukry	36,105
g	Błonnik pokarmowy	37,37	Błonnik pokarmowy	27,565	Błonnik pokarmowy	25,725	Błonnik pokarmowy	30,509	Błonnik pokarmowy	31,28
mg	Sód	1470	Sód	1435	Sód	1511,1	Sód	1449,5	Sód	1452,2

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. 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 24 kwietnia 2024												
DIETA	Dieta Niskotłuszczowa/Niskocholesterolowa		Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie kwasów tłuszczowych (wrzodowa)		Dieta cukrzycowa wątrobowa		Dieta ubogoresztkowa		Dieta rozdrobniona			
I SNIADANIE		Kefir szt. *mleko/	200g	Płatki jęczmienne na mleku 300ml *mleko/	300g	Serek wiejski 1 szt.	200g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Chleb pszenny bez skórki 60g *gluten/	60g	
		Chleb razowy 60g *gluten/	60g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Płatki jęczmienne na mleku 300ml *mleko/	300g	Płatki jęczmienne na mleku 300ml *mleko/	300g	
		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	Paszтет drobiowy 100g *gluten/*jaja/*soja/*mleko/*seler/	100g	
		Mix салат z pomidorkami i oliwą smakową d/c	100g	Mix салат z pomidorkami i oliwą smakową	100g	Mix салат z pomidorkami i oliwą smakową	100g	Marchewka gotowana rozdrobniona 100g	100g	Marchewka gotowana rozdrobniona 100g	100g	
		Margaryna miękka kubkowa	10g	masło 10g *mleko/	10g	Margaryna miękka kubkowa	10g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g	
		Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g	
	II		Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g			Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g			Kefir szt. *mleko/	200g
OBIAD		Rosół z zacierką 350ml *gluten/*jaja/*seler/	350g	Rosół z zacierką 350ml *gluten/*jaja/*seler/	350g	Rosół z zacierką 350ml *gluten/*jaja/*seler/	350g	Rosół z zacierką 350ml *gluten/*jaja/*seler/	350g	Rosół z zacierką 350ml *gluten/*jaja/*seler/	350g	
		A'la gotąbek z mięsa mielonego i kapustą pekińską *jaja/	330g	A'la gotąbek z mięsa mielonego i kapustą pekińską *jaja/	330g	A'la gotąbek z mięsa mielonego i kapustą pekińską *jaja/	330g	A'la gotąbek z mięsa mielonego i kapustą pekińską *jaja/	330g	A'la gotąbek z mięsa mielonego i kapustą pekińską *jaja/	330g	
		Ziemniaki gotowane 150g	150g	Ziemniaki gotowane 180g	180g	Sos pomidorowy 80g *gluten/*mleko/*seler/	80g	Sos pomidorowy 80g *gluten/*mleko/*seler/	80g	Sos pomidorowy 80g *gluten/*mleko/*seler/	80g	
		Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Ziemniaki gotowane 150g	150g	Ziemniaki gotowane puree 180g	180g	Ziemniaki gotowane puree 180g	180g	
						Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	
Pobudźczarek					Kanapka pszenna z serkiem śmietankowym 1 szt. *gluten/*mleko/	80g						
KOLACJA	I	Chleb razowy 90g *gluten/	90g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb pszenny bez skórki 80g *gluten/	80g	
		Pasta z jaj ze szpinakiem *jaja/*gorczyca/	100g	Pasta z jaj *jaja/*gorczyca/	100g	Pasta z białek jaj z jogurtem *jaja/*mleko/	100g	Pasta z jaj *jaja/*gorczyca/	100g	Pasta z jaj *jaja/*gorczyca/	100g	
		Pomidor 50g	50g	Pomidor 50g	50g	Pomidor 50g	50g	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g	
		Ogórek kiszony 60g	60g	Salata 30g	30g	Salata 30g	30g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g	
		Margaryna miękka kubkowa	10g	masło 10g *mleko/	10g	Margaryna miękka kubkowa	10g	Herbata rumiankowa	250g	Herbata rumiankowa	250g	
		Herbata rumiankowa	250g	Herbata rumiankowa	250g	Herbata rumiankowa	250g					
	II		Kanapka razowa z serem 1 szt. *gluten/*mleko/	80g	Mus owocow-jogurtowy 1szt. *mleko/	100g	Kanapka pszenna z twarogiem 1 szt. *gluten/*mleko/	80g	Mus owocow-jogurtowy 1szt. *mleko/	100g	Mus owocow-jogurtowy 1szt. *mleko/	100g

kcal	Energia	2315,4	Energia	2270,9	Energia	2602,5	Energia	2181	Energia	2337,5
g	Białko	122,58	Białko	115,87	Białko	157,04	Białko	123,28	Białko	122,98
g	Tłuszcz	91,083	Tłuszcz	88,899	Tłuszcz	88,737	Tłuszcz	75,167	Tłuszcz	88,942
g	Kwasy Nasycone	4,28	Kwasy Nasycone	9,765	Kwasy Nasycone	4,505	Kwasy Nasycone	6,451	Kwasy Nasycone	9,676
g	Węglowodany ogółem	248,35	Węglowodany ogółem	258,1	Węglowodany ogółem	300,3	Węglowodany ogółem	256,89	Węglowodany ogółem	265,37
g	W tym cukry	10,449	W tym cukry	15,953	W tym cukry	10,442	W tym cukry	21,492	W tym cukry	22,697
g	Błonnik pokarmowy	29,265	Błonnik pokarmowy	20,717	Błonnik pokarmowy	22,839	Błonnik pokarmowy	25,9	Błonnik pokarmowy	25,125
mg	Sód	1973,6	Sód	1456,6	Sód	2127,1	Sód	1621,1	Sód	1529,6

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 Żywienia.
 Jadłospis sporządzony przez dietetyka – mgr Klaudia Sawko

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie											
DZIAŁ ŻYWIENIA											
czwartek 25 kwietnia 2024											
DIETA	Dieta Niskotłuszczowa/Niskocholesterolowa		Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie kwasów tłuszczowych (wrzodowa)		Dieta cukrzycowa wątrobowa		Dieta ubogoresztkowa		Dieta rozdrobniona		
I	SNIADANIE	Serek homogenizowany 1 szt.	150g	Kasza jaglana na mleku 300ml *mleko/	300g	Serek homogenizowany 1 szt.	150g	Kasza jaglana na mleku 300ml *mleko/	300g	Kasza jaglana na mleku 300ml *mleko/	300g
		Bułka razowa 70g *gluten/	70g	Bułka pszenna 50g *gluten/	50g	Bułka pszenna 50g *gluten/	50g	Bułka pszenna 50g *gluten/	50g	Chleb pszenny bez skórki 60g *gluten/	60g
		Twaróg 100g *mleko/	100g	Chleb pszenny 25g *gluten/	25g	Chleb pszenny 25g *gluten/	25g	Chleb pszenny 25g *gluten/	25g	Twaróg 100g *mleko/	100g
		Ogórek 50g	50g	Twaróg 100g *mleko/	100g	Twaróg 100g *mleko/	100g	Twaróg 100g *mleko/	100g	Dżem 2 szt.	50g
		Kielki	5g	Dżem 2 szt.	50g	Kielki	5g	Dżem 2 szt.	50g	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g
		Margaryna miękka kubkowa	10g	Kielki	5g	Margaryna miękka kubkowa	10g	Kielki	5g	masło 10g *mleko/	10g
		Herbata z cytryną	250g	masło 10g *mleko/	10g	Herbata z cytryną	250g	masło 10g *mleko/	10g	Herbata z cytryną	250g
				Herbata z cytryną	250g			Herbata z cytryną	250g		
II		Mus owsianka 1szt. *mleko/	100g			Kanapka pszenna z twarogiem 1 szt. *gluten/*mleko/	80g			Serek homogenizowany 1 szt.	150g
OBIAD		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	Kompot 250ml	250g
		Pierogi ruskie 8 szt. *gluten/*mleko/	200g	Pierogi ruskie 8 szt. *gluten/*mleko/	200g	Pierogi ruskie 5 szt. *gluten/*mleko/	125g	Pierogi ruskie 8 szt. *gluten/*mleko/	200g	Zupa kalafiorowa 350ml *soja/*mleko/*seler/	350g
		Surówka z marchewki z jabłkiem	150g	Surówka z marchewki z jabłkiem	150g	Surówka z marchewki z jabłkiem	150g	Surówka z marchewki z jabłkiem	150g	Pierogi ruskie 8 szt. *gluten/*mleko/	200g
		Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Surówka z marchewki z jabłkiem	150g
						Mus owsianka 1szt. *mleko/	100g				
I	KOLACJA	Chleb razowy 60g *gluten/	60g	Chleb pszenny 50g *gluten/	75g	Chleb pszenny 50g *gluten/	75g	Chleb pszenny 50g *gluten/	75g	Chleb pszenny bez skórki 60g *gluten/	60g
		Salatka (c) z k. bulgur, s. pom., ciecierz, kurczka *gluten/*gorczyca/	250g	Salatka z kaszą bulgur, s. pomidorami i kurczakiem *gluten/*gorczyca/	250g	Salatka z kaszą bulgur, s. pomidorami i kurczakiem *gluten/*gorczyca/	250g	Salatka z kaszą bulgur, s. pomidorami i kurczakiem *gluten/*gorczyca/	250g	Pasta z kurczaka 100g *jaja/*mleko/*gorczyca/	250g
		Kiwi 1szt.	75g	Banan 1szt.	120g	Banan 1szt.	120g	Banan 1szt.	120g	Marchewka gotowana rozdrobniona 100g	100g
		Margaryna miękka kubkowa	10g	masło 10g *mleko/	10g	Margaryna miękka kubkowa	10g	masło 10g *mleko/	10g	Banan 1szt.	120g
		Herbata czarna b/c	250g	Herbata czarna b/c	250g	Herbata czarna b/c	250g	Herbata czarna b/c	250g	masło 10g *mleko/	10g
										Herbata czarna b/c	250g
II		Kanapka razowa z jajkiem 1szt. *gluten/*jaja/*gorczyca/	100g	Mus owsianka 1szt. *mleko/	100g	Kanapka pszenna z polewką sopoćką 1 szt. *gluten/*soja/	80g	Mus owsianka 1szt. *mleko/	100g	Mus owsianka 1szt. *mleko/	100g

kcal	Energia	2467,4	Energia	2327,7	Energia	2567,6	Energia	2327,7	Energia	2244,9
g	Białko	116,99	Białko	98,534	Białko	122,48	Białko	98,534	Białko	111,43
g	Tłuszcz	92,948	Tłuszcz	70,59	Tłuszcz	84,74	Tłuszcz	70,59	Tłuszcz	70,58
g	Kwasy Nasycone	6,128	Kwasy Nasycone	9,09	Kwasy Nasycone	6,06	Kwasy Nasycone	9,09	Kwasy Nasycone	8,171
g	Węglowodany ogółem	277,44	Węglowodany ogółem	315,58	Węglowodany ogółem	320,42	Węglowodany ogółem	315,58	Węglowodany ogółem	287,49
g	W tym cukry	22,074	W tym cukry	39,555	W tym cukry	33,56	W tym cukry	39,555	W tym cukry	43,678
g	Błonnik pokarmowy	35,113	Błonnik pokarmowy	26,33	Błonnik pokarmowy	27,11	Błonnik pokarmowy	26,33	Błonnik pokarmowy	27,828
mg	Sód	1290,6	Sód	671,47	Sód	1420	Sód	671,47	Sód	1062

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 zastęgamy 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 26 kwietnia 2024

DIETA	Dieta Niskotłuszczowa/Niskocholesterolowa		Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie kwasów tłuszczowych (wrzodowa)		Dieta cukrzycowa wątrobowa		Dieta ubogoresztkowa		Dieta rozdrobniona	
I ŚNIADANIE	Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g	Ryż na mleku 300ml *mleko/	300g	Ryż na mleku 300ml *mleko/	300g	Ryż na mleku 300ml *mleko/	300g	Ryż na mleku 300ml *mleko/	300g
	Chleb razowy 60g *gluten/	60g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Chleb pszenny bez skórki 60g *gluten/	60g
	Hummus gotowy 115g *ziarna_sesamu/	115g	Hummus gotowy 115g *ziarna_sesamu/	115g	Hummus gotowy 115g *ziarna_sesamu/	115g	Hummus gotowy 115g *ziarna_sesamu/	115g	Hummus gotowy 115g *ziarna_sesamu/	115g
	Pomidor 50g	50g	Pomidor 100g	100g	Pomidor bez skóry 100g	100g	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g
	Ogórek 50g	50g	masło 10g *mleko/	10g	Margaryna miękka kubkowa	10g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	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	Skyr szt. *mleko/	140g			Kanapka pszenna z poledwicą miodową 1 szt. *gluten/*soja/*seler/	80g			Skyr szt. *mleko/	140g
OBIAD	Zupa buraczkowa 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa buraczkowa 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa buraczkowa 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa buraczkowa 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa buraczkowa 350ml *mleko/*seler/	350g
	Ryba duszona 100g w sosie po grecku 150g *gluten/*ryby/*seler/	250g	Ryba duszona 100g w sosie po grecku 150g *gluten/*ryby/*seler/	250g	Ryba duszona 100g w sosie po grecku 150g *gluten/*ryby/*seler/	250g	Ryba duszona 100g w sosie po grecku 150g *gluten/*ryby/*seler/	250g	Ryba duszona 100g w sosie po grecku 150g *gluten/*ryby/*seler/	250g
	Ziemniaki gotowane 180g	180g	Ziemniaki gotowane 180g	180g	Ziemniaki gotowane 150g	150g	Ziemniaki gotowane 180g	180g	Ziemniaki gotowane 180g	180g
	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g
Podwieczorek					Skyr szt. *mleko/	140g				
KOLACJA	Chleb razowy 60g *gluten/	60g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb pszenny bez skórki 80g *gluten/	80g
	Szynka wiejska 60g	60g	Szynka wiejska 60g	60g	Szynka wiejska 60g	60g	Domowa wędlina z indyka 60g	60g	Pasta z szynki wiejskiej 60g *jaja/*gorczyca/	60g
	Mix sałat z pomidorkami	50g	Mix sałat z pomidorkami	50g	Mix sałat z pomidorkami	50g	Dynia gotowana rozdrobniona 100g	100g	Dynia gotowana rozdrobniona 100g	100g
	Margaryna miękka kubkowa	10g	masło 10g *mleko/	10g	Margaryna miękka kubkowa	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	Kanapka razowa z szynką dębową 1 szt. *gluten/	80g	Serek homogenizowany w tubce 1szt. *mleko/	100g	Kanapka pszenna z szynką dębową 1 szt. *gluten/	80g	Serek homogenizowany w tubce 1szt. *mleko/	100g	Serek homogenizowany w tubce 1szt. *mleko/

kcal	Energia	2227,5	Energia	2256,7	Energia	2612,9	Energia	2269	Energia	2356,7
g	Białko	118,3	Białko	96,506	Białko	131,94	Białko	100,73	Białko	118,15
g	Tłuszcz	95,142	Tłuszcz	81,327	Tłuszcz	102,74	Tłuszcz	77,847	Tłuszcz	100,62
g	Kwasy Nasycone	3,536	Kwasy Nasycone	8,0275	Kwasy Nasycone	7,1875	Kwasy Nasycone	8,0915	Kwasy Nasycone	8,0165
g	Węglowodany ogółem	232,13	Węglowodany ogółem	257,42	Węglowodany ogółem	306,17	Węglowodany ogółem	261,75	Węglowodany ogółem	253,06
g	W tym cukry	13,317	W tym cukry	21,762	W tym cukry	12,082	W tym cukry	27,942	W tym cukry	27,817
g	Błonnik pokarmowy	36,826	Błonnik pokarmowy	27,641	Błonnik pokarmowy	30,761	Błonnik pokarmowy	30,491	Błonnik pokarmowy	29,721
mg	Sód	1505,9	Sód	1206,4	Sód	1954,7	Sód	1210,5	Sód	1185,3

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
sobota 27 kwietnia 2024

DIETA	Dieta Niskotłuszczowa/Niskocholesterolowa		Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie kwasów tłuszczowych (wrzodowa)		Dieta cukrzycowa wątrobowa		Dieta ubogoresztkowa		Dieta rozdrobniona		
I	SNIADANIE	Skyr szt. *mleko/	140g	Płatki owsiane na mleku 300ml *mleko/	300g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Chleb pszenny bez skórki 60g *gluten/	60g	Płatki owsiane na mleku 300ml *mleko/	300g
		Chleb razowy 60g *gluten/	60g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Płatki owsiane na mleku 300ml *mleko/	300g	Płatki owsiane na mleku 300ml *mleko/	300g	Chleb pszenny bez skórki 60g *gluten/	60g
		Twarożek ze szczypiorkiem *mleko/	100g	Twarożek z ziołami *mleko/	100g	Twarożek z ziołami *mleko/	100g	Twarożek z ziołami *mleko/	100g	Twarożek z ziołami *mleko/	100g
		Pomidor 50g	50g	Pomidor 50g	50g	Pomidor 50g	50g	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g
		Salata 30g	30g	Salata 30g	30g	Salata 30g	30g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g
		Margaryna miękka kubkowa	10g	masło 10g *mleko/	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		Jabłko 1szt.	180g			Jabłko pieczone 1szt.	180g			Skyr szt. *mleko/	140g
OBIAD		Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml *seler/	350g	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml *seler/	350g	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml *seler/	350g	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml *seler/	350g	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml *seler/	350g
		Kociołek wieprzowy duszony z kolorowymi warzywami	250g	Kociołek wieprzowy duszony z kolorowymi warzywami	250g	Kociołek wieprzowy duszony z kolorowymi warzywami	250g	Kociołek wieprzowy duszony z kolorowymi warzywami	250g	Kociołek wieprzowy duszony z kolorowymi warzywami	250g
		Kasza gryczana 180g	180g	Kasza jęczmienna 180g	180g	Kasza jęczmienna 150g	150g	Kasza jęczmienna 180g	180g	Ziemniaki gotowane 180g	180g
		Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g
Podwieczorek											
I	KOLACJA	Chleb razowy 90g *gluten/	90g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g
		Kurczak w galarecie 70g *soja/*seler/	70g	Kurczak w galarecie 70g *soja/*seler/	70g	Kurczak w galarecie 70g *soja/*seler/	70g	Domowa wędlina z kurczaka 60g	60g	Pasta z kurczaka gotowanego 60g *jaja/*soja/*mleko/	60g
		Schab biały 40g *soja/	40g	Schab biały 40g *soja/	40g	Schab biały 40g *soja/	40g	Schab biały 40g *soja/	40g	Pasta mięsna ze schabu białego 40g *jaja/*soja/*gorczyca/	40g
		Papryka 50g	50g	Salata 30g	30g	Salata 30g	30g	marcinek gotowana rozdrobniona 100g	100g	marcinek gotowana rozdrobniona 100g	100g
		Salata 30g	30g	masło 10g *mleko/	10g	Margaryna miękka kubkowa	10g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g
		Margaryna miękka kubkowa	10g	Herbata rumiankowa	250g	Herbata rumiankowa	250g	Herbata rumiankowa	250g	Herbata rumiankowa	250g
		Herbata rumiankowa	250g								
II		Kanapka razowa z pastą jajeczną 1szt. *gluten/*jaja/*gorczyca/	100g	Mus ryżowy 1szt. *mleko/	100g	Kanapka pszenna z serkiem śmietankowym 1 szt. *gluten/*mleko/	80g	Mus ryżowy 1szt. *mleko/	100g	Mus ryżowy 1szt. *mleko/	100g

kcal	Energia	2324,3	Energia	2148,3	Energia	2230,7	Energia	1932,4	Energia	1891,6
g	Białko	137,23	Białko	113,69	Białko	121,88	Białko	125,25	Białko	136,68
g	Tłuszcz	69,836	Tłuszcz	48,246	Tłuszcz	44,851	Tłuszcz	48,876	Tłuszcz	61,896
g	Kwasy Nasycone	1,55	Kwasy Nasycone	4,935	Kwasy Nasycone	4,715	Kwasy Nasycone	4,735	Kwasy Nasycone	5,015
g	Węglowodany ogółem	254,56	Węglowodany ogółem	252,31	Węglowodany ogółem	273,58	Węglowodany ogółem	250,2	Węglowodany ogółem	236,74
g	W tym cukry	16,264	W tym cukry	22,524	W tym cukry	15,104	W tym cukry	27,284	W tym cukry	28,384
g	Błonnik pokarmowy	39,362	Błonnik pokarmowy	24,622	Błonnik pokarmowy	27,942	Błonnik pokarmowy	27,552	Błonnik pokarmowy	25,915
mg	Sód	1522,1	Sód	1068	Sód	1369,2	Sód	1164,6	Sód	1197,1

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. 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 28 kwietnia 2024

DIETA	Dieta Niskotłuszczowa/Niskocholesterolowa		Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie kwasów tłuszczowych (wrzodowa)		Dieta cukrzycowa wątrobowa		Dieta ubogoresztkowa		Dieta rozdrobniona		
I SNIADANIE	Serek wiejski 1 szt.	200g	Płatki ryżowe na mleku 300ml *mleko/	300g	Płatki ryżowe na mleku 300ml *mleko/	300g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Płatki ryżowe na mleku 300ml *mleko/	300g	
	Chleb razowy 60g *gluten/	60g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Płatki ryżowe na mleku 300ml *mleko/	300g	Chleb pszenny bez skórki 60g *gluten/	60g	
	Jajecznica ze szczypiorkiem *jaja/	100g	Jajecznica na parze *jaja/	100g	Jajecznica z białek na parze *jaja/	100g	Jajecznica na parze *jaja/	100g	Jajecznica na parze *jaja/	100g	
	Pomidor 50g	50g	Pomidor 100g	100g	Pomidor 100g	100g	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g	
	Ogórek 50g	50g	masło 10g *mleko/	10g	Margaryna miękka kubkowa	10g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	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	Mus owocow-jogurtowy 1szt. *mleko/	100g			Mus owocow-jogurtowy 1szt. *mleko/	100g			Serek wiejski 1 szt.	200g	
OBIAD	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 indyka 100g *gluten/*jaja/	100g	Kotlet z indyka 100g *gluten/*jaja/	100g	Kotlet z indyka 100g *gluten/*jaja/	100g	Kotlet z indyka 100g *gluten/*jaja/	100g	Kotlet z indyka 100g *gluten/*jaja/	100g	
	Ziemniaki gotowane 150g	150g	Ziemniaki gotowane 180g	180g	Ziemniaki gotowane 180g	180g	Ziemniaki gotowane puree 180g	180g	Ziemniaki gotowane puree 180g	180g	
	Surówka bułgarska z papryką 150g	150g	Fasolka szparagowa gotowana 150g	150g	Fasolka szparagowa gotowana 150g	150g	Fasolka szparagowa gotowana 150g	150g	Fasolka szparagowa gotowana 150g	150g	
	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	
Kolejca											
	Chleb razowy 90g *gluten/	90g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb pszenny bez skórki 80g *gluten/	80g	Chleb pszenny bez skórki 80g *gluten/	80g	
	Pasta z pieczonego dorsza *jaja/*ryby/*gorczyca/	100g	Pasta z pieczonego dorsza *jaja/*ryby/*gorczyca/	100g	Pasta z pieczonego dorsza z jogurtem *jaja/*ryby/*mleko/*gorczyca/	100g	Pasta z pieczonego dorsza *jaja/*ryby/*gorczyca/	100g	Pasta z pieczonego dorsza *jaja/*ryby/*gorczyca/	100g	
	Pomidor 50g	50g	Pomidor 50g	50g	Dynia gotowana rozdrobniona 100g	100g	Dynia gotowana rozdrobniona 100g	100g	Dynia gotowana rozdrobniona 100g	100g	
	Salata 30g	30g	Salata 30g	30g	Margaryna miękka kubkowa	10g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g	
	Margaryna miękka kubkowa	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	Kanapka razowa z jajkiem 1szt. *gluten/*jaja/*gorczyca/	100g	Sok wielowarzywny 300ml	300g	Kanapka pszenna z szynką wiejską 1 szt. *gluten/	80g	Sok wielowarzywny 300ml	300g	Sok wielowarzywny 300ml	300g

kcal	Energia	2512,4	Energia	2265,1	Energia	2429,7	Energia	2249,5	Energia	2418,7
g	Białko	128,56	Białko	112,81	Białko	121,59	Białko	112,09	Białko	133,37
g	Tłuszcz	114,04	Tłuszcz	95,184	Tłuszcz	90,459	Tłuszcz	95,139	Tłuszcz	105,01
g	Kwasy Nasycone	3,281	Kwasy Nasycone	3,789	Kwasy Nasycone	6,577	Kwasy Nasycone	3,822	Kwasy Nasycone	3,792
g	Węglowodany ogółem	235,95	Węglowodany ogółem	238,34	Węglowodany ogółem	279,33	Węglowodany ogółem	232,57	Węglowodany ogółem	231,36
g	W tym cukry	18,58	W tym cukry	15,471	W tym cukry	24,482	W tym cukry	21,456	W tym cukry	21,366
g	Błonnik pokarmowy	31,168	Błonnik pokarmowy	28,892	Błonnik pokarmowy	30,645	Błonnik pokarmowy	30,527	Błonnik pokarmowy	30,217
mg	Sód	2075,4	Sód	1590,1	Sód	1842	Sód	1522,6	Sód	1619,2

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. 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