

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie										
DZIAŁ ŻYWIENIA										
poniedziałek 20 maja 2024										
DIETA	Dieta niskobiałkowa		Dieta bogatobiałkowa		Dieta dializowana/bezsolna		Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		Dieta płynna wzmocniona/ papkowata	
I SNIAĐANIE	Makaron b/g na mleku roślinnym 300ml	300g	Makaron na mleku 300ml *gluten/*soja/*mleko/	300g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb razowy 90g *gluten/	90g	Krem z białych warzyw 500ml *mleko/*seler/	500g
	Chleb bezglutenowy 50g *soja/*ziarna_sesamu/	50g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Twarożek ze szczypiorkiem *mleko/	100g	Twarożek ze szczypiorkiem *mleko/	100g		
	Twarożek z ziołami 50g *mleko/	50g	Twarożek z ziołami *mleko/	100g	Papryka 50g	50g	Papryka 50g	50g		
	Wędlina wegańska 30g	30g	Półędwica sopocka 60g *soja/	60g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g		
	Pomidor 100g	100g	Pomidor 100g	100g	Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g		
	Margaryna miękka kubkowa 20g	20g	masło 10g *mleko/	10g						
	Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g						
II					Kanapka pszenna z miodem 1 szt. *gluten/	80g	Kanapka razowa z domową wędliną z kurczaka 1 szt. *gluten/	80g	Serek wiejski 1 szt.	200g
OBIAĐ	Zupa pomidorowa z ryżem (w) 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa ryżowa b/s 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa ryżowa b/s 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa krem z pomidorami 500ml *mleko/*seler/	500g
	Danie wegańskie 100g *gluten/*soja/	100g	Stek pieczony 100g *gluten/*jaja/*gorczyca/	100g	Stek pieczony b/s 100g *gluten/*jaja/*gorczyca/	100g	Stek pieczony b/s 100g *gluten/*jaja/*gorczyca/	100g		
	Ziemniaki gotowane 180g	180g	Ziemniaki gotowane 180g	180g	Ziemniaki gotowane 150g	150g	Ziemniaki gotowane 150g	150g		
	Gotowane warzywa 150g *seler/	150g	Gotowane warzywa 150g *seler/	150g	Gotowane warzywa 150g *seler/	150g	Gotowane warzywa 150g *seler/	150g		
	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g		
Powiatczonek		Serek wiejski 1 szt.	200g	Fasolka szparagowa gotowana 150g	150g	Fasolka szparagowa gotowana 150g	150g			
II Kolaćia	Chleb bezglutenowy 100g *soja/*ziarna_sesamu/	100g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb razowy 90g *gluten/	90g	Zupa krem ziemniaczany z pomidorami 500ml *gluten/*mleko/*seler/	500g
	Wędlina wegańska 90g	90g	Pieczeń z indykiem 60g *gluten/	60g	Domowa wędlina z indyka 60g	60g	Domowa wędlina z indyka 60g	60g	Herbata miętowa	250g
	Pomidor 50g	50g	Rukola 20g	20g	Rukola 20g	20g	Rukola 20g	20g		
	Rukola 20g	20g	Pomidor 50g	50g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g		
	Margaryna miękka kubkowa 20g	20g	masło 10g *mleko/	10g	Herbata miętowa	250g	Herbata miętowa	250g		
	Herbata miętowa	250g	Herbata miętowa	250g						
II	Mus owocowy 1szt.	100g	Mus owocowy 1szt.	100g	Mus owocowy 1szt.	100g	Mus owocowy 1szt.	100g	Mus owocowy 1szt.	100g

kcal	Energia	1903,4	Energia	2310,5	Energia	2192,5	Energia	2276,8	Energia	2076,8
g	Białko	50,904	Białko	142,68	Białko	111,66	Białko	129,44	Białko	94,681
g	Tłuszcz	82,687	Tłuszcz	90,375	Tłuszcz	82,965	Tłuszcz	88,8	Tłuszcz	87,982
g	Kwasy Nasycone	23,446	Kwasy Nasycone	8,156	Kwasy Nasycone	0,896	Kwasy Nasycone	0,866	Kwasy Nasycone	0,535
g	Węglowodany ogółem	232,34	Węglowodany ogółem	231,77	Węglowodany ogółem	246,92	Węglowodany ogółem	226,2	Węglowodany ogółem	230,7
g	W tym cukry	37,458	W tym cukry	23,488	W tym cukry	31,471	W tym cukry	23,376	W tym cukry	49,39
g	Błonnik pokarmowy	27,429	Błonnik pokarmowy	22,543	Błonnik pokarmowy	29,468	Błonnik pokarmowy	41,308	Błonnik pokarmowy	16,021
mg	Sód	170	Sód	1777,5	Sód	1586,6	Sód	1660,8	Sód	460,75

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																																																																																																		
wtorek 21 maja 2024																																																																																																		
DIETA	Dieta niskobiałkowa		Dieta bogatobiałkowa		Dieta dializowana/bezsolna		Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów dializowana		Dieta płynna wzmocniona/ papkowata																																																																																									
I SNIAĐANIE		Płatki kukurydziane na mleku roślinnym 300ml	300g	Płatki kukurydziane na mleku 300ml *mleko/	300g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb razowy 60g *gluten/	60g	Zupa krem z selera 500ml *gluten/*mleko/*seler/	350g																																																																																							
		Chleb bezglutenowy 50g *soja/*ziarna_sesamu/	50g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Domowa wędlina z indyka 30g	30g	Domowa wędlina z indyka 60g	60g																																																																																									
		Schab pieczony 60g *gluten/*soja/*seler/	60g	Schab pieczony 60g *gluten/*soja/*seler/	60g	Rzodkiewka 50g	50g	Rzodkiewka 50g	50g																																																																																									
		Pomidor 100g	100g	Jajko gotowane 1 szt. z jogurtem *jaja/*mleko/	70g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g																																																																																									
		Margaryna miękka kubkowa 20g	20g	Pomidor 100g	100g	Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g																																																																																									
		Herbata z cytryną	250g	masło 10g *mleko/	10g																																																																																													
				Herbata z cytryną	250g																																																																																													
	II				Skyr szt. *mleko/	140g	Kanapka pszenna z domową wędliną z indyka 1 szt. *gluten/	80g	Kanapka razowa z domową wędliną z indyka 1 szt. *gluten/	80g	Skyr szt. *mleko/	140g																																																																																						
II OBIAĐ		Zupa dyniowa b/m 350ml	350g	Zupa dyniowa 350ml *mleko/	350g	Zupa dyniowa b/s 350ml *mleko/	350g	Zupa dyniowa b/s 350ml *mleko/	350g	Zupa krem dyniowy 500ml *gluten/*mleko/*seler/	500g																																																																																							
		Kotlet warzywny pieczony 100g *gluten/*soja/	100g	Filet z kurczaka duszony w sosie 100g *gluten/	100g	Filet z kurczaka duszony w sosie b/s 100g *gluten/	100g	Filet z kurczaka duszony w sosie b/s 100g *gluten/	100g																																																																																									
		Surówka z buraków z cebulką 150g	150g	Sos koperkowy 80g *gluten/*mleko/*seler/	80g	Sos własny b/s 80g *gluten/*seler/	80g	Sos własny b/s 80g *gluten/*seler/	80g																																																																																									
		Kasza bulgur gotowana 180g *gluten/	180g	Kasza bulgur gotowana 180g *gluten/	180g	Kasza bulgur gotowana 150g *gluten/	150g	Kasza bulgur gotowana 150g *gluten/	150g																																																																																									
		Kompot 250ml	250g	Surówka z buraków z cebulką 150g	150g	Tarte buraczki 150g	150g	Tarte buraczki 150g	150g																																																																																									
				Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g																																																																																									
Powiększonek					Marchewka mini gotowana 150g	150g	Marchewka mini gotowana 150g	150g																																																																																										
II KOLAĐA		Chleb bezglutenowy 100g *soja/*ziarna_sesamu/	100g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb razowy 90g *gluten/	90g	Zupa krem dyniowy 500ml *gluten/*mleko/*seler/	500g																																																																																							
		Pasztet warzywny 113g *soja/*seler/*gorczyca/	113g	Serek Śmietankowy 100g *mleko/	100g	Serek Śmietankowy 100g *mleko/	100g	Serek Śmietankowy 100g *mleko/	100g																																																																																									
		Salata 30g	30g	Szynka z kurczaka gotowanego 30g *jaja/*soja/*mleko/	30g	Salata 30g	30g	Salata 30g	30g																																																																																									
		Margaryna miękka kubkowa 20g	20g	Salata 30g	30g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g																																																																																									
		Herbata owocowa	250g	masło 10g *mleko/	10g	Herbata owocowa	250g	Herbata owocowa	250g																																																																																									
				Herbata owocowa	250g																																																																																													
II		Kisiel 250ml	250g	Sok wielowarzywny 300ml	300g	Mus owocowy 1szt.	100g	Mus owocowy 1szt.	100g	Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g																																																																																							
<table border="1"> <thead> <tr> <th>kcal</th> <th>Energia</th> <th>2005</th> <th>Energia</th> <th>2276,7</th> <th>Energia</th> <th>2104,6</th> <th>Energia</th> <th>2066,9</th> <th>Energia</th> <th>2033</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>g</td> <td>Białko</td> <td>58,935</td> <td>Białko</td> <td>149,85</td> <td>Białko</td> <td>122,2</td> <td>Białko</td> <td>126,03</td> <td>Białko</td> <td>114,28</td> </tr> <tr> <td>g</td> <td>Tłuszcz</td> <td>93,639</td> <td>Tłuszcz</td> <td>84,718</td> <td>Tłuszcz</td> <td>62,875</td> <td>Tłuszcz</td> <td>64,185</td> <td>Tłuszcz</td> <td>75,399</td> </tr> <tr> <td>g</td> <td>Kwasy Nasycone</td> <td>16,276</td> <td>Kwasy Nasycone</td> <td>5,426</td> <td>Kwasy Nasycone</td> <td>2,098</td> <td>Kwasy Nasycone</td> <td>1,978</td> <td>Kwasy Nasycone</td> <td>0,12</td> </tr> <tr> <td>g</td> <td>Węglowodany ogółem</td> <td>220,93</td> <td>Węglowodany ogółem</td> <td>261,68</td> <td>Węglowodany ogółem</td> <td>261,14</td> <td>Węglowodany ogółem</td> <td>235,26</td> <td>Węglowodany ogółem</td> <td>267,88</td> </tr> <tr> <td>g</td> <td>W tym cukry</td> <td>36,582</td> <td>W tym cukry</td> <td>20,724</td> <td>W tym cukry</td> <td>39,301</td> <td>W tym cukry</td> <td>40,381</td> <td>W tym cukry</td> <td>68,899</td> </tr> <tr> <td>g</td> <td>Błonnik pokarmowy</td> <td>26,039</td> <td>Błonnik pokarmowy</td> <td>28,169</td> <td>Błonnik pokarmowy</td> <td>33,179</td> <td>Błonnik pokarmowy</td> <td>42,739</td> <td>Błonnik pokarmowy</td> <td>24,152</td> </tr> <tr> <td>mg</td> <td>Sód</td> <td>436,29</td> <td>Sód</td> <td>1568,4</td> <td>Sód</td> <td>1695,3</td> <td>Sód</td> <td>1600,9</td> <td>Sód</td> <td>585,7</td> </tr> </tbody> </table>											kcal	Energia	2005	Energia	2276,7	Energia	2104,6	Energia	2066,9	Energia	2033	g	Białko	58,935	Białko	149,85	Białko	122,2	Białko	126,03	Białko	114,28	g	Tłuszcz	93,639	Tłuszcz	84,718	Tłuszcz	62,875	Tłuszcz	64,185	Tłuszcz	75,399	g	Kwasy Nasycone	16,276	Kwasy Nasycone	5,426	Kwasy Nasycone	2,098	Kwasy Nasycone	1,978	Kwasy Nasycone	0,12	g	Węglowodany ogółem	220,93	Węglowodany ogółem	261,68	Węglowodany ogółem	261,14	Węglowodany ogółem	235,26	Węglowodany ogółem	267,88	g	W tym cukry	36,582	W tym cukry	20,724	W tym cukry	39,301	W tym cukry	40,381	W tym cukry	68,899	g	Błonnik pokarmowy	26,039	Błonnik pokarmowy	28,169	Błonnik pokarmowy	33,179	Błonnik pokarmowy	42,739	Błonnik pokarmowy	24,152	mg	Sód	436,29	Sód	1568,4	Sód	1695,3	Sód	1600,9	Sód	585,7
kcal	Energia	2005	Energia	2276,7	Energia	2104,6	Energia	2066,9	Energia	2033																																																																																								
g	Białko	58,935	Białko	149,85	Białko	122,2	Białko	126,03	Białko	114,28																																																																																								
g	Tłuszcz	93,639	Tłuszcz	84,718	Tłuszcz	62,875	Tłuszcz	64,185	Tłuszcz	75,399																																																																																								
g	Kwasy Nasycone	16,276	Kwasy Nasycone	5,426	Kwasy Nasycone	2,098	Kwasy Nasycone	1,978	Kwasy Nasycone	0,12																																																																																								
g	Węglowodany ogółem	220,93	Węglowodany ogółem	261,68	Węglowodany ogółem	261,14	Węglowodany ogółem	235,26	Węglowodany ogółem	267,88																																																																																								
g	W tym cukry	36,582	W tym cukry	20,724	W tym cukry	39,301	W tym cukry	40,381	W tym cukry	68,899																																																																																								
g	Błonnik pokarmowy	26,039	Błonnik pokarmowy	28,169	Błonnik pokarmowy	33,179	Błonnik pokarmowy	42,739	Błonnik pokarmowy	24,152																																																																																								
mg	Sód	436,29	Sód	1568,4	Sód	1695,3	Sód	1600,9	Sód	585,7																																																																																								

Wykaz alergenów: 1. gluten; 2. skorupki; 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											
środa 22 maja 2024											
DIETA	Dieta niskobiałkowa		Dieta bogatobiałkowa		Dieta dializowana/bezsolna		Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów dializowana		Dieta płynna wzmocniona/ papkowata		
I	SNIAĐANIE	Płatki jęczmienne na mleku roślinnym 300ml	300g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb razowy 60g *gluten/	60g	Zupa krem buraczkowy 500ml *mleko/*seler/	500g
		Chleb bezglutenowy 50g *soja/*ziarna_sesamu/	50g	Płatki jęczmienne na mleku 300ml *mleko/	300g	Domowa wędlina wieprzowa 60g	60g	Domowa wędlina wieprzowa 60g	60g		
		Szynka drobiowa miodowa 60g *soja/*seler/	60g	Paszlet drobiowy 100g *gluten/*jaja/*soja/*mleko/*seler/	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	masło 10g *mleko/	10g		
		Margaryna miękka kubkowa 20g	20g	masło 10g *mleko/	10g	Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g		
		Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g						
II									Kefir szt. *mleko/	200g	
I	OBIAĐ	Rosół z zacierką (w) 350ml *gluten/*jaja/*seler/	350g	Rosół z zacierką 350ml *gluten/*jaja/*seler/	350g	Rosół z zacierką b/s 350ml *gluten/*jaja/*seler/	350g	Rosół z zacierką b/s 350ml *gluten/*jaja/*seler/	350g	Zupa krem z zacierką 500ml *gluten/*jaja/*mleko/*seler/	500g
		Danie wegetariańskie 100g *gluten/*soja/	100g	A'la gołąbek z mięsa mielonego i kapustą pekińską *jaja/	250g	A'la gołąbek z mięsa mielonego i kapustą pekińską *jaja/	250g	A'la gołąbek z mięsa mielonego i kapustą pekińską *jaja/	250g		
		Ziemniaki gotowane 180g	180g	Sos pomidorowy 80g *gluten/*mleko/*seler/	80g	Sos własny b/s 80g *gluten/*seler/	80g	Sos własny b/s 80g *gluten/*seler/	80g		
		Fasolka szparagowa gotowana 150g	150g	Ziemniaki gotowane 180g	180g	Ziemniaki gotowane 180g	180g	Ziemniaki gotowane 180g	180g		
		Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g		
Powielicznik			Kefir szt. *mleko/	200g							
I	Kolaćja	Chleb bezglutenowy 100g *soja/*ziarna_sesamu/	100g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb razowy 90g *gluten/	90g	Zupa krem z zacierką 500ml *gluten/*jaja/*mleko/*seler/	500g
		Wędlina wegańska 90g	90g	Pasta z jaj *jaja/*gorczyca/	100g	Pasta z białek jaj z jogurtem *jaja/*mleko/	100g	Pasta z białek jaj z jogurtem *jaja/*mleko/	100g		
		Pomidor 50g	50g	Domowa wędlina z kurczaka 60g	60g	Pomidor 50g	50g	Pomidor 50g	50g		
		Salata 30g	30g	Pomidor 50g	50g	Ogórek kiszony 60g	60g	Ogórek kiszony 60g	60g		
		Margaryna miękka kubkowa 20g	20g	Salata 30g	30g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g		
		Herbata rumiankowa	250g	masło 10g *mleko/	10g	Herbata rumiankowa	250g	Herbata rumiankowa	250g		
				Herbata rumiankowa	250g						
II		Mus owocowo-jogurtowy 1szt. *mleko/	100g	Mus owocowo-jogurtowy 1szt. *mleko/	100g	Mus owocowo-jogurtowy 1szt. *mleko/	100g	Mus owocowo-jogurtowy 1szt. *mleko/	100g	Mus owocowo-jogurtowy 1szt. *mleko/	100g
kcal		Energia	2181,8	Energia	2515,9	Energia	2005,3	Energia	1989,8	Energia	2001
g		Białko	48,688	Białko	146,21	Białko	116,06	Białko	110,59	Białko	80,5
g		Tłuszcz	123,47	Tłuszcz	95,462	Tłuszcz	66,698	Tłuszcz	66,388	Tłuszcz	78,154
g		Kwasy Nasycone	21,365	Kwasy Nasycone	9,765	Kwasy Nasycone	3,472	Kwasy Nasycone	3,322	Kwasy Nasycone	3,44
g		Węglowodany ogółem	213,12	Węglowodany ogółem	274,87	Węglowodany ogółem	242,3	Węglowodany ogółem	212,68	Węglowodany ogółem	249,1
g		W tym cukry	32,708	W tym cukry	17,427	W tym cukry	15,909	W tym cukry	16,479	W tym cukry	47,502
g		Błonnik pokarmowy	29,237	Błonnik pokarmowy	22,939	Błonnik pokarmowy	20,781	Błonnik pokarmowy	26,881	Błonnik pokarmowy	17,858
mg		Sód	768,53	Sód	1609,6	Sód	1555,1	Sód	1377,2	Sód	389,12

Wykaz alergenów: 1. gluten; 2. skorupki; 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 23 maja 2024

DIETA	Dieta niskobiałkowa		Dieta bogatobiałkowa		Dieta dializowana/bezsolna		Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów dializowana		Dieta płynna wzmocniona/ papkowata	
I SNIAĐANIE	Kasza jaglana na mleku roślinnym 300ml	300g	Kasza jaglana na mleku 300ml *mleko/	300g	Bułka pszenna 50g *gluten/	50g	Bułka razowa 70g *gluten/	70g	Zupa krem dyniowy 500ml *gluten/*mleko/*seler/	500g
	Chleb bezglutenowy 50g *soja/*ziarna_sesamu/	50g	Chleb pszenny 25g *gluten/	25g	Chleb pszenny 25g *gluten/	25g	Twaróg 100g *mleko/	100g		
	Wędlina wegańska 90g	90g	Bułka pszenna 50g *gluten/	50g	Twaróg 100g *mleko/	100g	Dżem 2 szt.	50g		
	Dżem 2 szt.	50g	Twaróg 100g *mleko/	100g	Dżem 2 szt.	50g	masło 10g *mleko/	10g		
	Kiełki	5g	Kiełki	5g	Kiełki	5g	Kiełki	5g		
	Margaryna miękka kubkowa 20g	20g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g	Herbata z cytryną	250g		
	Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g				
II	Kisiel 250ml	250g			Kanapka pszenna z domową wędliną z indyka 1 szt. *gluten/	80g	Kanapka pszenna z domową wędliną z indyka 1 szt. *gluten/	80g	Serek homogenizowany 1 szt.	150g
OBIAĐ	Zupa kalafiorowa b/m 350ml *soja/*seler/	350g	Zupa kalafiorowa 350ml *soja/*mleko/*seler/	350g	Zupa kalafiorowa b/s 350ml *soja/*mleko/*seler/	350g	Zupa kalafiorowa b/s 350ml *soja/*mleko/*seler/	350g	Krem z warzyw d/p 500ml *gluten/*jaja/*mleko/*seler/	500g
	Pierogi ze szpinakiem 8 szt. *gluten/*mleko/	200g	Pierogi ze szpinakiem 8 szt. *gluten/*mleko/	200g	Pierogi ze szpinakiem 5 szt. *gluten/*mleko/	125g	Pierogi ze szpinakiem 5 szt. *gluten/*mleko/	125g		
	Surówka z marchewki z jabłkiem	150g	Surówka z marchewki z jabłkiem	150g	Surówka z marchewki z jabłkiem	150g	Surówka z marchewki z jabłkiem	150g		
	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g		
Powieliszczonek		Serek homogenizowany 1 szt.	150g	Fasolka szparagowa gotowana 150g	150g	Fasolka szparagowa gotowana 150g	150g			
Kolaćcja	Chleb bezglutenowy 50g *soja/*ziarna_sesamu/	50g	Chleb pszenny 50g *gluten/	75g	Chleb pszenny 50g *gluten/	75g	Chleb razowy 60g *gluten/	60g	Krem z warzyw d/p 500ml *gluten/*jaja/*mleko/*seler/	500g
	Sal. vege z kaszą bulgur, suszonymi pomidorami i c *gluten/*gorczyca/	250g	Salatka z kaszą bulgur, s. pomidorami i kurczakiem *gluten/*gorczyca/	250g	Salatka (d) z kaszą bulgur, ogórkiem i kurczakiem *gluten/*gorczyca/	250g	Salatka (d) z kaszą bulgur, ogórkiem i kurczakiem *gluten/*gorczyca/	250g		
	Banan 1szt.	120g	Ser żółty 30g *mleko/	30g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g		
	Margaryna miękka kubkowa 20g	20g	Banan 1szt.	120g	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	Mus owsianka 1szt. *mleko/	100g	Mus owsianka 1szt. *mleko/	100g	Mus owsianka 1szt. *mleko/	100g	Mus owsianka 1szt. *mleko/	100g	Mus owsianka 1szt. *mleko/	100g

kcal	Energia	2335,5	Energia	2627,8	Energia	2177,5	Energia	2111,2	Energia	2032
g	Białko	49,078	Białko	128,59	Białko	109,15	Białko	108,94	Białko	106,47
g	Tłuszcz	91,181	Tłuszcz	96,165	Tłuszcz	67,175	Tłuszcz	66,773	Tłuszcz	92,738
g	Kwasy Nasycone	23,499	Kwasy Nasycone	10,09	Kwasy Nasycone	5,656	Kwasy Nasycone	5,549	Kwasy Nasycone	3,36
g	Węglowodany ogółem	318,83	Węglowodany ogółem	303,97	Węglowodany ogółem	275,93	Węglowodany ogółem	261,92	Węglowodany ogółem	194,92
g	W tym cukry	64,67	W tym cukry	35,23	W tym cukry	28,623	W tym cukry	29,808	W tym cukry	60
g	Błonnik pokarmowy	25,64	Błonnik pokarmowy	25,32	Błonnik pokarmowy	30,225	Błonnik pokarmowy	34,633	Błonnik pokarmowy	14,25
mg	Sód	164,75	Sód	1099,9	Sód	986,8	Sód	1076,1	Sód	431,49

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											
piątek 24 maja 2024											
DIETA	Dieta niskobiałkowa		Dieta bogatobiałkowa		Dieta dializowana/bezsolna		Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów dializowana		Dieta płynna wzmocniona/ papkowata		
I SNIADANIE		Zupa warzywna z ryżem 300ml *seler/	300g	Ryż na mleku 300ml *mleko/	300g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb razowy 90g *gluten/	90g	Zupa krem ziemniaczany z pomidorami 500ml *gluten/*jaja/*mleko/*seler/	500g
		Chleb bezglutenowy 50g *soja/*ziarna_sezamu/	50g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Hummus gotowy 115g *ziarna_sezamu/	115g	Hummus gotowy 115g *ziarna_sezamu/	115g		
		Hummus gotowy 115g *ziarna_sezamu/	115g	Hummus gotowy 115g *ziarna_sezamu/	115g	Ogórek 50g	50g	masło 10g *mleko/	10g		
		Margaryna miękka kubkowa 20g	20g	Domowa wędlina z indyka 60g	60g	masło 10g *mleko/	10g	Ogórek 50g	50g		
		Pomidor 100g	100g	Pomidor 100g	100g	Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g		
		Herbata z cytryną	250g	masło 10g *mleko/	10g						
				Herbata z cytryną	250g						
II					Kanapka pszenna z miodem 1 szt. *gluten/	80g	Kanapka razowa z domową wędliną z indyka 1 szt. *gluten/	80g	Serek wiejski 1 szt.	200g	
OBIAD		Zupa buraczkowa 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa buraczkowa 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa buraczkowa b/s 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa buraczkowa b/s 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa krem buraczkowy 500ml *mleko/*seler/	500g
		Danie wegetariańskie 100g *gluten/*soja/	100g	Ryba duszona 100g w sosie po grecku 150g *gluten/*ryby/*seler/	250g	Ryba duszona 100g z warzywami b/s 150g *gluten/*ryby/*seler/	250g	Ryba duszona 100g z warzywami b/s 150g *gluten/*ryby/*seler/	250g		
		Ziemniaki gotowane 180g	180g	Ziemniaki gotowane 180g	180g	Ziemniaki gotowane 150g	150g	Ziemniaki gotowane 150g	150g		
		Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g		
Pokarmiaczek			Serek wiejski 1 szt.	200g	Gotowane warzywa 150g *seler/	150g	Gotowane warzywa 150g *seler/	150g			
Kolaćca	I	Chleb bezglutenowy 100g *soja/*ziarna_sezamu/	100g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb razowy 90g *gluten/	90g	Krem z białych warzyw 500ml *mleko/*seler/	500g
		Wędlina wegetariańska 90g	90g	Szynka wiejska 60g	60g	Domowa wędlina z indyka 60g	60g	Domowa wędlina z indyka 60g	60g		
		Mix sałat z pomidorkami	50g	Mix sałat z pomidorkami	50g	Mix sałat z oliwą	50g	masło 10g *mleko/	10g		
		Margaryna miękka kubkowa 20g	20g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g	Mix sałat z oliwą	50g		
		Herbata owocowa	250g	Herbata owocowa	250g	Herbata owocowa	250g	Herbata owocowa	250g		
II		Kisiel 250ml	250g	Serek homogenizowany w tubce 1szt. *mleko/	100g	Serek homogenizowany w tubce 1szt. *mleko/	100g	Kisiel 250ml	250g	Serek homogenizowany w tubce 1szt. *mleko/	100g

kcal	Energia	2117,7	Energia	2552,1	Energia	2342	Energia	2389	Energia	2203
g	Białko	48,065	Białko	137,25	Białko	97,293	Białko	112,31	Białko	82,757
g	Tłuszcz	99,312	Tłuszcz	94,042	Tłuszcz	82,802	Tłuszcz	87,537	Tłuszcz	94,921
g	Kwasy Nasycone	20,173	Kwasy Nasycone	8,0275	Kwasy Nasycone	5,146	Kwasy Nasycone	3,516	Kwasy Nasycone	2,2
g	Węglowodany ogółem	229,53	Węglowodany ogółem	262,03	Węglowodany ogółem	272,19	Węglowodany ogółem	253,17	Węglowodany ogółem	254,93
g	W tym cukry	24,789	W tym cukry	21,787	W tym cukry	36,432	W tym cukry	26,892	W tym cukry	50,956
g	Błonnik pokarmowy	29,36	Błonnik pokarmowy	27,831	Błonnik pokarmowy	32,256	Błonnik pokarmowy	44,111	Błonnik pokarmowy	17,942
mg	Sód	228,4	Sód	1394,5	Sód	1611,8	Sód	1690,9	Sód	426,49

Wykaz alergenów: 1. gluten; 2. skorupki; 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

sobota 25 maja 2024

DIETA	Dieta niskobiałkowa		Dieta bogatobiałkowa		Dieta dializowana/bezsolna		Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		Dieta płynna wzmocniona/ papkowata	
I SNIAĐANIE	Zupa warzywna z makaronem 300ml *gluten/*soja/*seler/	300g	Płatki owsiane na mleku 300ml *mleko/	300g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb razowy 90g *gluten/	90g	Zupa krem koperkowy 500ml *mleko/*seler/	500g
	Chleb bezglutenowy 50g *soja/*ziarna_sesamu/	50g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Twarożek z ziołami *mleko/	100g	Twarożek z ziołami *mleko/	100g		
	Paszтет warzywny 113g *soja/*seler/*gorczyca/	113g	Twarożek z suszonymi pomidorami *mleko/	100g	Pomidor 50g	50g	Salata 30g	30g		
	masło 10g *mleko/	10g	Domowa wędlina z kurczaka 60g	60g	Salata 30g	30g	masło 10g *mleko/	10g		
	Pomidor 50g	50g	Pomidor 50g	50g	masło 10g *mleko/	10g	Herbata z cytryną	250g		
	Salata 30g	30g	Salata 30g	30g	Herbata z cytryną	250g				
	Herbata z cytryną	250g	masło 10g *mleko/	10g						
			Herbata z cytryną	250g						
II					Kanapka pszenna z dżemem 1 szt. *gluten/	80g	Kanapka razowa z domową wędliną z kurczaka 1 szt. *gluten/	80g	Skyr szt. *mleko/	140g
OBIAĐ	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 krem koperkowy 500ml *mleko/*seler/	500g
	Rosół z makaronem (nb) 350ml *gluten/*soja/*seler/	350g	Kociołek wieprzowy duszony z kolorowymi warzywami	250g	Kociołek b/s wieprzowy duszony z kolorowymi warzyw	250g	Kociołek b/s wieprzowy duszony z kolorowymi warzyw	250g		
	Warzywny kociołek duszony 250g *gluten/*soja/	250g	Kasza jęczmienna 180g	180g	Kasza jęczmienna 150g	150g	Ziemniaki gotowane 150g	150g		
	Kasza jęczmienna 180g	180g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g		
	Kompot 250ml	250g								
Powielczonek		Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g	Kalafior gotowany 150g *soja/	150g	Kalafior gotowany 150g *soja/	150g			
Kolaćia	Chleb bezglutenowy 100g *soja/*ziarna_sesamu/	100g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb razowy 90g *gluten/	90g	Zupa krem ogorkowy 500ml *gluten/*soja/*mleko/*seler/	500g
	Wędlina wegańska 90g	90g	Kurczak w galarecie 70g *soja/*seler/	70g	Domowa wędlina z kurczaka 60g	60g	Domowa wędlina z kurczaka 60g	60g		
	masło 10g *mleko/	10g	Schab biały 40g *soja/	40g	Salata 30g	30g	Salata 30g	30g		
	Salata 30g	30g	Salata 30g	30g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g		
	Herbata rumiankowa	250g	masło 10g *mleko/	10g	Herbata rumiankowa	250g	Herbata rumiankowa	250g		
			Herbata rumiankowa	250g						
II	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
kcal	Energia	2285,5	Energia	2374,2	Energia	1977,8	Energia	1993,5	Energia	1961
g	Białko	59,144	Białko	142,29	Białko	115,32	Białko	131,64	Białko	106,47
g	Tłuszcz	107,91	Tłuszcz	54,961	Tłuszcz	39,076	Tłuszcz	43,761	Tłuszcz	82,423
g	Kwasy Nasycone	19,805	Kwasy Nasycone	5,115	Kwasy Nasycone	1,295	Kwasy Nasycone	1,265	Kwasy Nasycone	0,6905
g	Węglowodany ogółem	269,14	Węglowodany ogółem	264,21	Węglowodany ogółem	268,36	Węglowodany ogółem	233,39	Węglowodany ogółem	242,37
g	W tym cukry	32,964	W tym cukry	24,069	W tym cukry	28,519	W tym cukry	27,154	W tym cukry	49,526
g	Błonnik pokarmowy	36,079	Błonnik pokarmowy	24,812	Błonnik pokarmowy	28,997	Błonnik pokarmowy	38,897	Błonnik pokarmowy	16,594
mg	Sód	200,43	Sód	1219,2	Sód	1529,3	Sód	1605,2	Sód	417,52

Wykaz alergenów: 1. gluten; 2. skorupki; 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

niedziela 26 maja 2024

DIETA	Dieta niskobiałkowa		Dieta bogatobiałkowa		Dieta dializowana/bezsolna		Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów dializowana		Dieta płynna wzmocniona/ papkowata																																																																																									
SNIAĐANIE		Płatki ryżowe na mleku roślinnym 300ml	300g	Płatki ryżowe na mleku 300ml *mleko/	300g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb razowy 90g *gluten/	90g	Zupa krem jarzynowy 500ml *mleko/	500g																																																																																							
		Chleb bezglutenowy 50g *soja/*ziarna_sesamu/	50g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Jajecznica ze szczypiorkiem *jaja/	100g	Jajecznica ze szczypiorkiem *jaja/	100g																																																																																									
		Hummus gotowy 115g *ziarna_sesamu/	115g	Jajecznica na parze *jaja/	100g	Ogórek 50g	50g	Ogórek 50g	50g																																																																																									
		Pomidor 100g	100g	Pomidor 100g	100g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g																																																																																									
		Margaryna miękka kubkowa 20g	20g	masło 10g *mleko/	10g	Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g																																																																																									
		Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g																																																																																													
II						Kanapka pszenna z domową wędliną wieprzową 1 szt. *gluten/	80g	Kanapka razowa z domową wędliną wieprzową 1 szt. *gluten/	80g	Serek wiejski szt.	200g																																																																																							
OBIAĐ		Zupa żurek b/m 350ml *seler/	350g	Zupa żurek 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa żurek b/s 350ml *seler/	350g	Zupa żurek b/s 350ml *seler/	350g	Zupa krem żurek 500ml *gluten/*mleko/*seler/	500g																																																																																							
		Kotlet warzywny pieczony 100g *gluten/*soja/	100g	Kotlet z indyka 100g *gluten/*jaja/	100g	Kotlet z indyka b/s 100g *gluten/*jaja/	100g	Kotlet z indyka b/s 100g *gluten/*jaja/	100g																																																																																									
		Ziemniaki gotowane 180g	180g	Ziemniaki gotowane 180g	180g	Ziemniaki gotowane 150g	150g	Ziemniaki gotowane 150g	150g																																																																																									
		Fasolka szparagowa gotowana b/m 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																																																																																									
Pomieszczenie																																																																																																		
				Serek wiejski szt.	200g	Marchewka mini gotowana 150g	150g	Marchewka mini gotowana 150g	150g																																																																																									
Kolaćia		Chleb bezglutenowy 100g *soja/*ziarna_sesamu/	100g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb razowy 90g *gluten/	90g	Zupa krem żurek 500ml *gluten/*mleko/*seler/	500g																																																																																							
		Wędlina wegetariańska 90g	90g	Pasta z pieczonego dorsza *jaja/*ryby/*gorczyca/	100g	Pasta z pieczonego dorsza z jogurtem *jaja/*ryby/*mleko/*gorczyca/	100g	Pasta z pieczonego dorsza z jogurtem *jaja/*ryby/*mleko/*gorczyca/	100g																																																																																									
		Pomidor 50g	50g	Pomidor 50g	50g	Salata 30g	30g	Salata 30g	30g																																																																																									
		Salata 30g	30g	Salata 30g	30g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g																																																																																									
		Margaryna miękka kubkowa 20g	20g	masło 10g *mleko/	10g	Herbata czarna b/c	250g	Herbata czarna b/c	250g																																																																																									
		Herbata czarna b/c	250g	Herbata czarna b/c	250g																																																																																													
II		Kisiel 250ml	250g	Sok wielowarzywny 300ml	300g	Kisiel 250ml	250g	Kisiel 250ml	250g	Sok wielowarzywny 300ml	300g																																																																																							
<table border="1"> <tr> <td>kcal</td> <td>Energia</td> <td>2214,6</td> <td>Energia</td> <td>2461,5</td> <td>Energia</td> <td>2368</td> <td>Energia</td> <td>2356,7</td> <td>Energia</td> <td>2325</td> </tr> <tr> <td>g</td> <td>Białko</td> <td>52,948</td> <td>Białko</td> <td>134,86</td> <td>Białko</td> <td>130,64</td> <td>Białko</td> <td>126,95</td> <td>Białko</td> <td>108,38</td> </tr> <tr> <td>g</td> <td>Tłuszcz</td> <td>101,87</td> <td>Tłuszcz</td> <td>105,2</td> <td>Tłuszcz</td> <td>90,666</td> <td>Tłuszcz</td> <td>91,076</td> <td>Tłuszcz</td> <td>101,28</td> </tr> <tr> <td>g</td> <td>Kwasy Nasycone</td> <td>32,744</td> <td>Kwasy Nasycone</td> <td>3,789</td> <td>Kwasy Nasycone</td> <td>0,901</td> <td>Kwasy Nasycone</td> <td>0,871</td> <td>Kwasy Nasycone</td> <td>0,078</td> </tr> <tr> <td>g</td> <td>Węglowodany ogółem</td> <td>237,39</td> <td>Węglowodany ogółem</td> <td>242,94</td> <td>Węglowodany ogółem</td> <td>256</td> <td>Węglowodany ogółem</td> <td>245,12</td> <td>Węglowodany ogółem</td> <td>251,3</td> </tr> <tr> <td>g</td> <td>W tym cukry</td> <td>35,193</td> <td>W tym cukry</td> <td>15,496</td> <td>W tym cukry</td> <td>26,221</td> <td>W tym cukry</td> <td>27,751</td> <td>W tym cukry</td> <td>45,6</td> </tr> <tr> <td>g</td> <td>Błonnik pokarmowy</td> <td>31,212</td> <td>Błonnik pokarmowy</td> <td>29,082</td> <td>Błonnik pokarmowy</td> <td>30,371</td> <td>Błonnik pokarmowy</td> <td>42,211</td> <td>Błonnik pokarmowy</td> <td>22,414</td> </tr> <tr> <td>mg</td> <td>Sód</td> <td>179,34</td> <td>Sód</td> <td>1730,2</td> <td>Sód</td> <td>2053,6</td> <td>Sód</td> <td>2072,3</td> <td>Sód</td> <td>537</td> </tr> </table>											kcal	Energia	2214,6	Energia	2461,5	Energia	2368	Energia	2356,7	Energia	2325	g	Białko	52,948	Białko	134,86	Białko	130,64	Białko	126,95	Białko	108,38	g	Tłuszcz	101,87	Tłuszcz	105,2	Tłuszcz	90,666	Tłuszcz	91,076	Tłuszcz	101,28	g	Kwasy Nasycone	32,744	Kwasy Nasycone	3,789	Kwasy Nasycone	0,901	Kwasy Nasycone	0,871	Kwasy Nasycone	0,078	g	Węglowodany ogółem	237,39	Węglowodany ogółem	242,94	Węglowodany ogółem	256	Węglowodany ogółem	245,12	Węglowodany ogółem	251,3	g	W tym cukry	35,193	W tym cukry	15,496	W tym cukry	26,221	W tym cukry	27,751	W tym cukry	45,6	g	Błonnik pokarmowy	31,212	Błonnik pokarmowy	29,082	Błonnik pokarmowy	30,371	Błonnik pokarmowy	42,211	Błonnik pokarmowy	22,414	mg	Sód	179,34	Sód	1730,2	Sód	2053,6	Sód	2072,3	Sód	537
kcal	Energia	2214,6	Energia	2461,5	Energia	2368	Energia	2356,7	Energia	2325																																																																																								
g	Białko	52,948	Białko	134,86	Białko	130,64	Białko	126,95	Białko	108,38																																																																																								
g	Tłuszcz	101,87	Tłuszcz	105,2	Tłuszcz	90,666	Tłuszcz	91,076	Tłuszcz	101,28																																																																																								
g	Kwasy Nasycone	32,744	Kwasy Nasycone	3,789	Kwasy Nasycone	0,901	Kwasy Nasycone	0,871	Kwasy Nasycone	0,078																																																																																								
g	Węglowodany ogółem	237,39	Węglowodany ogółem	242,94	Węglowodany ogółem	256	Węglowodany ogółem	245,12	Węglowodany ogółem	251,3																																																																																								
g	W tym cukry	35,193	W tym cukry	15,496	W tym cukry	26,221	W tym cukry	27,751	W tym cukry	45,6																																																																																								
g	Błonnik pokarmowy	31,212	Błonnik pokarmowy	29,082	Błonnik pokarmowy	30,371	Błonnik pokarmowy	42,211	Błonnik pokarmowy	22,414																																																																																								
mg	Sód	179,34	Sód	1730,2	Sód	2053,6	Sód	2072,3	Sód	537																																																																																								

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 Sawicki