

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie
DZIAŁ ŻYWIENIA
poniedziałek 03 czerwca 2024

DIETA	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie kwasów tłuszczowych (wrzodowa)		Dieta cukrzycowa wątrobowa		Dieta Niskotłuszczowa/Niskocholesterolowa		Dieta ubogoresztkowa		Dieta rozdrobniona	
I	Musli na mleku *gluten/*mleko/*orzechy/	300g	Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g	Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g	Musli na mleku *gluten/*mleko/*orzechy/	300g	Musli na mleku *gluten/*mleko/*orzechy/	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 80g *gluten/	80g
	Poledwica sopocka 60g *soja/	60g	Pomidor 100g	100g	Poledwica sopocka 60g *soja/	60g	Domowa wędlina wieprzowa 60g	60g	Pasta z poledwicy sopockiej 60g *jaja/*soja/*gorczyca/	60g
	Miód 1 szt.	25g	Poledwica sopocka 60g *soja/	60g	Ogórek 50g	50g	Miód 1 szt.	25g	Miód 1 szt.	25g
	Pomidor 100g	100g	Margaryna miękka kubkowa	10g	Pomidor 50g	50g	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g
	masło 10g *mleko/	10g	Herbata z cytryną	250g	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
II			Kanapka pszenna z twarogiem 1 szt. *gluten/*mleko/	80g	Kanapka razowa z pastą jajeczną 1 szt. *gluten/*jaja/*gorczyca/	100g			Jogurt naturalny szt. *mleko/	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	Zupa kalafiorowa 350ml *soja/*mleko/*seler/	350g
	Bitka schabowa duszona 100g *gluten/	100g	Bitka schabowa duszona 100g *gluten/	100g	Bitka schabowa duszona 100g *gluten/	100g	Bitka schabowa duszona 100g *gluten/	100g	Bitka schabowa duszona 100g *gluten/	100g
	Sos własny 80g *gluten/*seler/	80g	Sos własny 80g *gluten/*seler/	80g	Sos własny 80g *gluten/*seler/	80g	Sos własny 80g *gluten/*seler/	80g	Sos własny 80g *gluten/*seler/	80g
	Kasza bulgur gotowana 180g *gluten/	180g	Kasza bulgur gotowana 150g *gluten/	150g	Kasza bulgur gotowana 180g *gluten/	180g	Kasza bulgur gotowana 180g *gluten/	180g	Kasza bulgur gotowana 180g *gluten/	180g
	Fasolka szparagowa gotowana 150g	150g	Fasolka szparagowa gotowana 150g	150g	Fasolka szparagowa gotowana 150g	150g	Fasolka szparagowa gotowana 150g	150g	Fasolka szparagowa gotowana 150g	150g
	Kompot	250g	Kompot	250g	Kompot	250g	Kompot	250g	Kompot	250g
Podwieczorek			Skyr szt. *mleko/	140g	Skyr szt. *mleko/	140g				
Kolacja	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb razowy 90g *gluten/	90g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb pszenny bez skórki 80g *gluten/	80g
	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
	Szynka drobiowa miodowa 30g *soja/*seler/	30g	Szynka drobiowa miodowa 30g *soja/*seler/	30g	Szynka drobiowa miodowa 30g *soja/*seler/	30g	Szynka drobiowa miodowa 30g *soja/*seler/	30g	Szynka drobiowa miodowa 60g *jaja/*soja/*seler/*gorczyca/	60g
	Roszonka 20g	20g	Roszonka 20g	20g	Rzodkiewka 50g	50g	Marchewka gotowana rozdrobniona 100g	100g	Marchewka gotowana rozdrobniona 100g	100g
	Pomidor 50g	50g	Pomidor 50g	50g	Roszonka 20g	20g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g
	masło 10g *mleko/	10g	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	Herbata czarna b/c	250g				
II	Sok wielowarzywny 300ml	300g	Kanapka pszenna z poledwicą miodową 1 szt. *gluten/*soja/*seler/	80g	Kanapka razowa z domową wędliną wieprzową 1 szt. *gluten/	80g	Sok wielowarzywny 300ml	300g	Sok wielowarzywny 300ml	300g

	kcal	Energia	2128,53	Energia	2240,53	Energia	2542,83	Energia	2195	Energia	2315
g	Białko	117,104	Białko	148,0088	Białko	167,3738	Białko	125,79	Białko	127,19	
g	Tłuszcz	61,5015	Tłuszcz	76,291499	Tłuszcz	94,8615	Tłuszcz	63,471	Tłuszcz	71,791	
g	Kwasy Nasycone	5,113	Kwasy Nasycone	2,473	Kwasy Nasycone	2,394	Kwasy Nasycone	4,438	Kwasy Nasycone	5,448	
g	Węglowodany ogółem	273,582	Węglowodany ogółem	277,18249	Węglowodany ogółem	279,6325	Węglowodany	274,29	Węglowodany	284,27	
g	W tym cukry	38,9915	W tym cukry	12,9915	W tym cukry	15,2165	W tym cukry	43,761	W tym cukry	46,616	
g	Błonnik pokarmowy	34,128	Błonnik pokarmowy	30,288	Błonnik pokarmowy	46,433	Błonnik pokarmowy	37,448	Błonnik pokarmowy	37,301	
mg	Sód	1888,27	Sód	2688,277	Sód	2757,177	Sód	1570	Sód	2320	

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. 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 zastrzeżony możliwość wymiany zaplanowanych w jadłospisie produktów na równoważne pod względem energetycznym i wartości odżywczych. Szczegółowy wykaz składników dań kulinarnych oraz produktów spożywczych dostępny na życzenie u dietetyka lub kierownika Działu Żywności.
 Jadłospis sporządzony przez dietetyka – mgr Klaudia Sawko

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie											
DZIAŁ ŻYWIENIA											
wtorek 04 czerwca 2024											
DIETA	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie kwasów tłuszczowych (wrzodowa)		Dieta cukrzycowa wątrobowa		Dieta niskotłuszczowa/Niskocholesterolowa		Dieta ubogoresztkowa		Dieta rozdrobniona		
I	SNIADANIE	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g	Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g	Płatki ryżowe na mleku 300ml *mleko/	300g	Płatki ryżowe na mleku 300ml *mleko/	300g
		Płatki ryżowe na mleku 300ml *mleko/	300g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Chleb razowy 60g *gluten/	60g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Chleb pszenny bez skórki 80g *gluten/	80g
		Jajko gotowane 2 szt. *jaja/	140g	Domowa wędlina z indyka 60g	60g	Jajko gotowane 2 szt. *jaja/	140g	Pasta z jaj z jogurtem *jaja/*mleko/	100g	Pasta z jaj z jogurtem *jaja/*mleko/	100g
		Szynka kanapkowa schabowa 30g	30g	Szynka kanapkowa schabowa 30g	30g	Szynka kanapkowa schabowa 30g	30g	Szynka kanapkowa schabowa 30g	30g	Pasta z szynki kanapkowej schabowej 30g *jaja/*gorczyca/	30g
		Pomidor 50g	50g	Salata 30g	30g	Pomidor 50g	50g	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g
		Salata 30g	30g	Pomidor bez skórki 50g	50g	Papryka 50g	50g	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											
			Kefir szt. *mleko/	200g	Kefir szt. *mleko/	200g			Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g	
OBIAD		Zupa barszcz biały 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa barszcz biały 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa barszcz biały 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa barszcz biały 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa barszcz biały 350ml *mleko/*seler/	350g
		Kotlet warzywny pieczony 100g *gluten/*soja/	100g	Kotlet warzywny pieczony 100g *gluten/*soja/	100g	Kotlet warzywny pieczony 100g *gluten/*soja/	100g	Kotlet warzywny pieczony 100g *gluten/*soja/	100g	Kotlet warzywny pieczony 100g *gluten/*soja/	100g
		Ziemniaki gotowane 180g	180g	Ziemniaki gotowane 180g	180g	Ziemniaki gotowane 180g	180g	Ziemniaki gotowane 180g	180g	Ziemniaki gotowane puree 180g	180g
		Gotowane warzywa 150g *seler/	150g	Gotowane warzywa 150g *seler/	150g	Surówka koperkowa 150g *jaja/*gorczyca/	150g	Gotowane warzywa 150g *seler/	150g	Gotowane warzywa 150g *seler/	150g
		Truskawki	50g	Truskawki	50g	Truskawki	50g	Truskawki	50g	Truskawki	50g
		Kompot	250g	Kompot	250g	Kompot	250g	Kompot	250g	Kompot	250g
Podwieczorek											
Kolacja	I	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb razowy 90g *gluten/	90g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb pszenny bez skórki 80g *gluten/	80g
		Szynka z piersi indyka 60g	60g	Szynka z piersi indyka 60g	60g	Szynka z piersi indyka 60g	60g	Szynka z piersi indyka 60g	60g	Pasta z piersi indyka 60g *jaja/*gorczyca/	60g
		Mix салат z pomidorkami i oliwą smakową	100g	Mix салат z pomidorkami i oliwą smakową	100g	Mix салат z pomidorkami i oliwą smakową	100g	Dynia gotowana rozdrobniona 100g	100g	Dynia gotowana rozdrobniona 100g	100g
		masło 10g *mleko/	10g	Margaryna miękka kubkowa	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											
		Mus owsianka 1szt. *mleko/	100g	Kanapka pszenna z domową wędliną wieprzową 1 szt. *gluten/	80g	Kanapka razowa z domową wędliną wieprzową 1 szt. *gluten/	80g	Mus owsianka 1szt. *mleko/	100g	Mus owsianka 1szt. *mleko/	100g
kcal		Energia	1995,3	Energia	2103,1	Energia	2307,8	Energia	1989	Energia	2124
g		Białko	93,8364	Białko	125,0474	Białko	118,7124	Białko	95,325	Białko	101,52
g		Tłuszcz	74,6725	Tłuszcz	68,7435	Tłuszcz	88,7385	Tłuszcz	70,322	Tłuszcz	79,577
g		Kwasy Nasycone	19,864	Kwasy Nasycone	14,38	Kwasy Nasycone	15,11	Kwasy Nasycone	19,928	Kwasy Nasycone	19,913
g		Węglowodany ogółem	236,768	Węglowodany ogółem	247,84349	Węglowodany ogółem	251,6885	Węglowodany	240,94	Węglowodany	247,84
g		W tym cukry	20,9525	W tym cukry	14,9025	W tym cukry	13,3275	W tym cukry	27,283	W tym cukry	28,898
g		Błonnik pokarmowy	24,937	Błonnik pokarmowy	24,753	Błonnik pokarmowy	33,953	Błonnik pokarmowy	27,567	Błonnik pokarmowy	27,42
mg		Sód	1632,9	Sód	1996,211	Sód	2102,747	Sód	1648	Sód	1753

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

Jadłospis sporządzony przez dietetyka – mgr Klaudia Sawko

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie											
DZIAŁ ŻYWIENIA											
środa 05 czerwca 2024											
DIETA	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie kwasów tłuszczowych (wrzodowa)		Dieta cukrzycowa wątrobowa		Dieta Niskotłuszczowa/Niskocholesterolowa		Dieta ubogoresztkowa		Dieta rozdrobniona		
I	SNIADANIE	Makaron na mleku 300ml *gluten/*soja/*mleko/	300g	Serek wiejski 1 szt.	200g	Serek wiejski 1 szt.	200g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Makaron na mleku 300ml *gluten/*soja/*mleko/	300g
		Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Chleb razowy 60g *gluten/	60g	Makaron na mleku 300ml *gluten/*soja/*mleko/	300g	Chleb pszenny bez skórki 80g *gluten/	80g
		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 z indyka 60g	60g	Paszтет drobiowy 100g *gluten/*jaja/*soja/*mleko/*seler/	100g
		Pomidor bez skóry 100g	100g	Ogórek kiszony 60g	60g	Ogórek kiszony 60g	60g	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g
		masło 10g *mleko/	10g	Pomidor 50g	50g	Pomidor 50g	50g	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				Kanapka razowa szynką z indyka z 1 szt. *gluten/	80g	Kanapka razowa szynką z indyka z 1 szt. *gluten/	80g			Serek wiejski 1 szt.	200g
OBIAD		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
		Ziemniaki gotowane 180g	180g	Sznyceł drobiowy smażony 100g *gluten/*jaja/	100g	Filet z kurczaka soute 100g *gluten/	100g	Filet z kurczaka soute 100g *gluten/	100g	Filet z kurczaka soute 100g *gluten/	100g
		Filet z kurczaka soute 100g *gluten/	100g	Ziemniaki gotowane 150g	150g	Ziemniaki gotowane 150g	150g	Ziemniaki gotowane 180g	180g	Ziemniaki gotowane puree 180g	180g
		Salata z jogurtem 150g *mleko/	150g	Salata z jogurtem 150g *mleko/	150g	Salata z jogurtem 150g *mleko/	150g	Kompot	250g	Marchewka gotowana rozdrobniona 150g	150g
		Kompot	250g	Kompot	250g	Kompot	250g	Marchewka gotowana rozdrobniona 150g	150g	Kompot	250g
Podwieczorek											
Kolecja	I	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb razowy 90g *gluten/	90g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb pszenny bez skórki 80g *gluten/	80g
		Pasta z pieczonego dorsza *jaja/*ryby/*gorczyca/	100g	Pasta z pieczonego dorsza (z białek jaj) *jaja/*ryby/*mleko/	100g	Pasta z pieczonego dorsza *jaja/*ryby/*gorczyca/	100g	Pasta z pieczonego dorsza *jaja/*ryby/*gorczyca/	100g	Pasta z pieczonego dorsza *jaja/*ryby/*gorczyca/	100g
		Szpinak baby 20g	20g	Papryka 50g	50g	Papryka 50g	50g	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g
		Pomidor bez skóry 50g	50g	Szpinak baby 20g	20g	Szpinak baby 20g	20g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g
		masło 10g *mleko/	10g	Margaryna miękka kubkowa	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. *mleko/	100g	Kanapka pszenna z twarogiem 1 szt. *gluten/*mleko/	80g	Kanapka razowa jajkiem DZ 1szt. *gluten/*jaja/*mleko/	100g	Mus owocowo-jogurtowy 1szt. *mleko/	100g	Mus owocowo-jogurtowy 1szt. *mleko/	100g
kcal		Energia	2162,05	Energia	2378,56	Energia	2465,35	Energia	2048	Energia	2378
g		Białko	115,797	Białko	146,6164	Białko	140,9774	Białko	115,6	Białko	136,14
g		Tłuszcz	88,7835	Tłuszcz	83,4165	Tłuszcz	99,5285	Tłuszcz	77,948	Tłuszcz	99,483
g		Kwasy Nasycone	11,921	Kwasy Nasycone	6,611	Kwasy Nasycone	6,566	Kwasy Nasycone	6,346	Kwasy Nasycone	9,631
g		Węglowodany ogółem	227,531	Węglowodany ogółem	262,29949	Węglowodany ogółem	243,6415	Węglowodany	220	Węglowodany	233,48
g		W tym cukry	23,0245	W tym cukry	14,7105	W tym cukry	16,5445	W tym cukry	27,475	W tym cukry	28,86
g		Błonnik pokarmowy	20,608	Błonnik pokarmowy	26,021	Błonnik pokarmowy	36,153	Błonnik pokarmowy	24,923	Błonnik pokarmowy	24,768
mg		Sód	1263,78	Sód	2152,556	Sód	2256,536	Sód	1424	Sód	1494

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 zastrzeżony możliwość wymiany zaplanowanych w jadłospisie produktów na równoważne pod względem energetycznym i wartości odżywczych. Szczegółowy wykaz składników dań kulinarnych oraz produktów spożywczych dostępny na życzenie u dietetyka lub kierownika Działu Żywności.
 Jadłospis sporządzony przez dietetyka – mgr Klaudia Sawko

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie
DZIAŁ ŻYWIENIA
czwartek 06 czerwca 2024

DIETA	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie kwasów tłuszczowych (wrzodowa)		Dieta cukrzycowa wątrobowa		Dieta Niskotłuszczowa/Niskocholesterolowa		Dieta ubogoresztkowa		Dieta rozdrobniona	
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
	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
	Parówki z indyka 2 szt.	70g	Parówki z indyka 2 szt.	70g	Parówki z indyka 2 szt.	70g	Domowa wędlina wieprzowa 60g	60g	Parówki z indyka 2 szt.	70g
	Pomidor 100g	100g	Rzodkiewka 50g	50g	Ketchup 1 szt.	1g	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 z cytryną	250g	Margaryna miękka kubkowa	10g	Pomidor 50g	50g	Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g
			Herbata z cytryną	250g	masło 10g *mleko/	10g				
					Herbata z cytryną	250g				
II			Jabłko 1szt.	180g	Jabłko 1szt.	180g			Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g
OBIAD	Zupa ogórkowa ze świeżych ogórków 350ml *seler/	350g	Zupa ogórkowa ze świeżych ogórków 350ml *seler/	350g	Zupa ogórkowa ze świeżych ogórków 350ml *seler/	350g	Zupa ogórkowa ze świeżych ogórków 350ml *seler/	350g	Zupa ogórkowa ze świeżych ogórków 350ml *seler/	350g
	Gulasz wieprzowo-wołowy 150g *gluten/*seler/	150g	Gulasz wieprzowo-wołowy 150g *gluten/*seler/	150g	Gulasz wieprzowo-wołowy 150g *gluten/*seler/	150g	Gulasz wieprzowo-wołowy 150g *gluten/*seler/	150g	Gulasz wieprzowo-wołowy 150g *gluten/*seler/	150g
	Kopytka 150g *gluten/	150g	Kasza pęczak 150g	150g	Kasza pęczak 150g	150g	Kopytka 150g *gluten/	150g	Kopytka 150g *gluten/	150g
	Surówka z marchewką 150g	150g	Surówka z marchewką 150g	150g	Surówka z marchewką 150g	150g	Marchewka gotowana rozdrobniona 150g	150g	Marchewka gotowana rozdrobniona 150g	150g
	Kompot	250g	Kompot	250g	Kompot	250g	Kompot	250g	Kompot	250g
Podwieczorek										
Kolacja	Bułka kajzerka 50g *gluten/	50g	Bułka kajzerka 50g *gluten/	50g	Bułka razowa 70g *gluten/	70g	Bułka kajzerka 50g *gluten/	50g	Bułka kajzerka 50g *gluten/	50g
	Chleb pszenny 25g *gluten/	25g	Chleb pszenny 25g *gluten/	25g	Chleb razowy 30g *gluten/	30g	Chleb pszenny 25g *gluten/	25g	Chleb pszenny 25g *gluten/	25g
	Kapusta pekińska z kurczakiem i pomidorem *jaja/*mleko/*gorczyca/	250g	Kapusta pekińska z kurczakiem i pomidorem *jaja/*mleko/*gorczyca/	250g	Kap. pekińska z edamame, pomidorem i kurczakiem c *jaja/*mleko/*gorczyca/	250g	Kapusta pekińska z kurczakiem i pomidorem *jaja/*mleko/*gorczyca/	250g	Kapusta pekińska z kurczakiem i pomidorem *jaja/*mleko/*gorczyca/	250g
	masło 10g *mleko/	10g	Margaryna miękka kubkowa	10g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g
	Herbata malinowa	250g	Herbata malinowa	250g	Herbata malinowa	250g	Herbata malinowa	250g	Herbata malinowa	250g
II	Skyr szt. *mleko/	140g	Kanapka pszenna z poledwicą miodową 1 szt. *gluten/*soja/*seler/	80g	Kanapka razowa z poledwicą miodową 1 szt. *gluten/*soja/*seler/	80g	Skyr szt. *mleko/	140g	Skyr szt. *mleko/	140g

	kcal	Energia	2092,61	Energia	2083,01	Energia	2044,06	Energia	2071	Energia	2143
g	Białko	127,966	Białko	109,2864	Białko	105,3034	Białko	140,86	Białko	134,19	
g	Tłuszcz	87,6325	Tłuszcz	70,0225	Tłuszcz	70,5845	Tłuszcz	86,377	Tłuszcz	94,847	
g	Kwasy Nasycone	7,798	Kwasy Nasycone	4,455001	Kwasy Nasycone	5,0535	Kwasy Nasycone	4,641	Kwasy Nasycone	7,691	
g	Węglowodany ogółem	238,695	Węglowodany ogółem	262,0955	Węglowodany ogółem	251,3035	Węglowodany	220	Węglowodany	225,06	
g	W tym cukry	9,7915	W tym cukry	15,2515	W tym cukry	19,2805	W tym cukry	20,677	W tym cukry	22,437	
g	Błonnik pokarmowy	23,044	Błonnik pokarmowy	27,824	Błonnik pokarmowy	35,711	Błonnik pokarmowy	27,094	Błonnik pokarmowy	26,784	
mg	Sód	1079,07	Sód	1539,432	Sód	1557,482	Sód	1165	Sód	1157	

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 zastrzeżony możliwość wymiany zaplanowanych w jadłospisie produktów na równoważne pod względem energetycznym i wartości odżywczych. Szczegółowy wykaz składników dań kulinarnych oraz produktów spożywczych dostępny na życzenie u dietetyka lub kierownika Działu Żywności.
 Jadłospis sporządzony przez dietetyka – mgr Klaudia Sawko

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie
DZIAŁ ŻYWIENIA
piątek 07 czerwca 2024

DIETA	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie kwasów tłuszczowych (wrzodowa)		Dieta cukrzycowa wątrobowa		Dieta niskotłuszczowa/Niskocholesterolowa		Dieta ubogoresztkowa		Dieta rozdrobniona		
I	SNIADANIE	Płatki owsiane na mleku 300ml *mleko/	300g	Serek homogenizowany 1 szt.	150g	Serek homogenizowany 1 szt.	150g	Płatki owsiane na mleku 300ml *mleko/	300g	Płatki owsiane na mleku 300ml *mleko/	300g
		Bułka pszenna 50g *gluten/	50g	Bułka pszenna 50g *gluten/	50g	Bułka razowa 70g *gluten/	70g	Bułka pszenna 50g *gluten/	50g	Chleb pszenny bez skórki 80g *gluten/	80g
		Chleb pszenny 25g *gluten/	25g	Pasta z białek jaj z awokado *jaja/	100g	Pasta z jaj z awokado i szczypiorkiem *jaja/	100g	Pasta z jaj z awokado *jaja/	100g	Pasta z jaj z awokado *jaja/	100g
		Pasta z jaj z awokado *jaja/	100g	Pomidorki koktajlowe 4 szt.	40g	Pomidorki koktajlowe 4 szt.	40g	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g
		Pomidorki koktajlowe 4 szt.	40g	Margaryna miękka kubkowa	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			Kanapka pszenna z pasztetem 1 szt. *gluten/*jaja/*soja/*mleko/*sele/er/	80g	Kanapka razowa z pasztetem 1 szt. *gluten/*jaja/*soja/*mleko/*sele/r/	80g			Serek homogenizowany 1 szt.	150g	
OBIAD	Zupa brokułowa 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa brokułowa 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa brokułowa 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa brokułowa 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa brokułowa 350ml *mleko/*seler/	350g	
	Ryba pieczona 100g *gluten/*ryby/	100g	Ryba pieczona 100g *gluten/*ryby/	100g	Ryba pieczona 100g *gluten/*ryby/	100g	Ryba pieczona 100g *gluten/*ryby/	100g	Ryba pieczona 100g *gluten/*ryby/	100g	
	Ryż al dente 180g	180g	Ryż al dente 150g	150g	Ryż al dente 180g	180g	Marchewka na gęsto 150g	150g	Ryż al dente 180g	180g	
	Marchewka na gęsto 150g	150g	Marchewka na gęsto 150g	150g	Marchewka z groszkiem 150g	150g	Ryż al dente 180g	180g	Marchewka gotowana rozdrobniona 150g	150g	
	Kompot	250g	Kompot	250g	Kompot	250g	Kompot	250g	Kompot	250g	
Podwieczorek											
KOLACJA	II	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb razowy 90g *gluten/	90g	Chleb pszenny 75g + chleb razowy 30g *gluten/	100g	Chleb pszenny bez skórki 80g *gluten/	80g
		Twaróg 100g *mleko/	100g	Twaróg 100g *mleko/	100g	Twaróg 100g *mleko/	100g	Twaróg 100g *mleko/	100g	Twaróg 100g *mleko/	100g
		Dżem 2 szt.	50g	Salata 30g	30g	Papryka 50g	50g	Dżem 1 szt.	25g	Dżem 1 szt.	25g
		Salata 30g	30g	Pomidor 50g	50g	Salata 30g	30g	Marchewka gotowana rozdrobniona 100g	100g	Marchewka 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 owocowa	250g	Herbata owocowa	250g	Herbata owocowa	250g	Herbata owocowa	250g
		Herbata owocowa	250g								
Mus owocowy 1szt.	100g	Mus owocow-jogurtowy 1szt. *mleko/	100g	Mus owocow-jogurtowy 1szt. *mleko/	100g	Mus owocowy 1szt.	100g	Mus owocow-jogurtowy 1szt. *mleko/	100g		

	kcal	Energia	2211,79	Energia	2344,37	Energia	2411,02	Energia	2157	Energia	2427
g	Białko	113,822	Białko	131,177	Białko	131,453	Białko	112,31	Białko	134	
g	Tłuszcz	82,1455	Tłuszcz	102,2365	Tłuszcz	104,6395	Tłuszcz	82,075	Tłuszcz	96,375	
g	Kwasy Nasycone	3,846	Kwasy Nasycone	4,336	Kwasy Nasycone	4,319	Kwasy Nasycone	3,786	Kwasy Nasycone	6,281	
g	Węglowodany ogółem	255,747	Węglowodany ogółem	225,5755	Węglowodany ogółem	231,9035	Węglowodany	239,64	Węglowodany	254,56	
g	W tym cukry	27,5655	W tym cukry	19,7325	W tym cukry	21,7085	W tym cukry	29,891	W tym cukry	31,476	
g	Błonnik pokarmowy	23,054	Błonnik pokarmowy	21,97	Błonnik pokarmowy	32,391	Błonnik pokarmowy	27,594	Błonnik pokarmowy	28,519	
mg	Sód	1237,36	Sód	1438,267	Sód	1645,457	Sód	1243	Sód	1590	

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. 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 08 czerwca 2024

DIETA	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie kwasów tłuszczowych (wrzodowa)		Dieta cukrzycowa wątrobowa		Dieta niskotłuszczowa/Niskocholesterolowa		Dieta ubogoresztkowa		Dieta rozdrobniona		
I	SNIADANIE	Kasza jaglana na mleku 300ml *mleko/	300g	Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g	Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g	Kasza jaglana na mleku 300ml *mleko/	300g	Kasza jaglana 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 80g *gluten/	80g
		Poledwica sopocka 30g *soja/	30g	Hummus gotowy 115g *ziarna_sesamu/	115g	Poledwica sopocka 30g *soja/	30g	Domowa wędlina wieprzowa 60g	60g	Pasta z poledwicy sopockiej 30g *jaja/*soja/*gorczyca/	30g
		Hummus gotowy 115g *ziarna_sesamu/	115g	Pomidor bez skóry 100g	100g	Hummus gotowy 115g *ziarna_sesamu/	115g	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g	Hummus gotowy 115g *ziarna_sesamu/	115g
		Pomidor 100g	100g	Margaryna miękka kubkowa	10g	Pomidor 50g	50g	masło 10g *mleko/	10g	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g
		masło 10g *mleko/	10g	Herbata z cytryną	250g	Ogórek małosolny	60g	Herbata z cytryną	250g	masło 10g *mleko/	10g
		Herbata z cytryną	250g			Margaryna miękka kubkowa	10g			Herbata z cytryną	250g
						Herbata z cytryną	250g				
II				Kanapka razowa z jajkiem 1szt. *gluten/*jaja/*gorczyca/	100g	Kanapka razowa z jajkiem 1szt. *gluten/*jaja/*gorczyca/	100g			Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g
OBIAD		Zupa z fasolką szparagową 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa z fasolką szparagową 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa z fasolką szparagową 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa z fasolką szparagową 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa z fasolką szparagową 350ml *mleko/*seler/	350g
		Łazanki z mięsem mielonym z warzywami 250g *gluten/+soja/	250g	Łazanki z mięsem mielonym z warzywami 250g *gluten/+soja/	250g	Łazanki z mięsem mielonym z warzywami 250g *gluten/+soja/	250g	Łazanki z mięsem mielonym z warzywami 250g *gluten/+soja/	250g	Łazanki z mięsem mielonym z warzywami 250g *gluten/+soja/	250g
		Kompot	250g	Kompot	250g	Kompot	250g	Kompot	250g	Kompot	250g
		Banan 1szt.	120g	Banan 1szt.	120g	Banan 1szt.	120g	Banan 1szt.	120g	Banan 1szt.	120g
Podwieczorek											
Kolecja	I	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb razowy 90g *gluten/	90g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb pszenny bez skórki 100g *gluten/	100g
		Twarożek z suszonymi pomidorami *mleko/	100g	Twarożek z suszonymi pomidorami *mleko/	100g	Twarożek z suszonymi pomidorami *mleko/	100g	Twarożek z suszonymi pomidorami *mleko/	100g	Twarożek z suszonymi pomidorami *mleko/	100g
		Pomidor 50g	50g	Rukola 20g	20g	Pomidor 50g	50g	Marchewka gotowana rozdrobniona 100g	100g	Marchewka gotowana rozdrobniona 100g	100g
		Rukola 20g	20g	Pomidor 50g	50g	Rukola 20g	20g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g
		masło 10g *mleko/	10g	Margaryna miękka kubkowa	10g	Margaryna miękka kubkowa	10g	Herbata rumiankowa	250g	Herbata rumiankowa	250g
		Herbata rumiankowa	250g	Herbata rumiankowa	250g	Herbata rumiankowa	250g				
II		Sok wielowarzywny 300ml	300g	Sok wielowarzywny 300ml	300g	Sok wielowarzywny 300ml	300g	Sok wielowarzywny 300ml	300g	Sok wielowarzywny 300ml	300g

kcal	Energia	2372,62	Energia	2524,57	Energia	2513,443	Energia	2090	Energia	2528
g	Białko	112,594	Białko	111,7244	Białko	116,2455	Białko	118,94	Białko	119,39
g	Tłuszcz	79,5155	Tłuszcz	87,185499	Tłuszcz	88,47066	Tłuszcz	62,81	Tłuszcz	85,01
g	Kwasy Nasycone	7,106	Kwasy Nasycone	3,791	Kwasy Nasycone	4,121	Kwasy Nasycone	4,146	Kwasy Nasycone	7,111
g	Węglowodany ogółem	272,083	Węglowodany ogółem	290,3835	Węglowodany ogółem	273,0532	Węglowodany	259,14	Węglowodany	289,58
g	W tym cukry	32,0375	W tym cukry	33,8375	W tym cukry	35,0427	W tym cukry	35,358	W tym cukry	39,183
g	Błonnik pokarmowy	32,113	Błonnik pokarmowy	36,803	Błonnik pokarmowy	43,19879	Błonnik pokarmowy	29,678	Błonnik pokarmowy	35,396
mg	Sód	1379,1	Sód	1650,457	Sód	1852,378	Sód	1231	Sód	1608

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 09 czerwca 2024											
DIETA	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie kwasów tłuszczowych (wrzodowa)		Dieta cukrzycowa wątrobowa		Dieta Niskotłuszczowa/Niskocholesterolowa		Dieta ubogoresztkowa		Dieta rozdrobniona		
I	SNIADANIE	Płatki kukurydziane na mleku 300ml *mleko/	300g	Serek wiejski 1 szt.	200g	Serek wiejski 1 szt.	200g	Płatki kukurydziane na mleku 300ml *mleko/	300g	Serek wiejski 1 szt.	200g
		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
		Pieczeń z indykiem 60g *gluten/	60g	Pieczeń z indykiem 60g *gluten/	60g	Pieczeń z indykiem 60g *gluten/	60g	Domowa wędlina z kurczaka 60g	60g	Pasta z pieczeni z indyka 60g *gluten/*jaja/*gorczyca/	60g
		Pomidor bez skóry 100g	100g	Pomidor bez skóry 100g	100g	Papryka 50g	50g	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g
		masło 10g *mleko/	10g	Margaryna miękka kubkowa	10g	Pomidor 50g	50g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g
		Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g	Margaryna miękka kubkowa	10g	Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g
						Herbata z cytryną	250g				
II					Kanapka razowa z twarogiem 1 szt. *gluten/*mleko/	80g			Kisiel 250ml	250g	
OBIAD		Zupa neapolitańska z makaronem 350ml *gluten/*soja/*mleko/*seler/	350g	Zupa neapolitańska z makaronem 350ml *gluten/*soja/*mleko/*seler/	350g	Zupa neapolitańska z makaronem 350ml *gluten/*soja/*mleko/*seler/	350g	Zupa neapolitańska z makaronem 350ml *gluten/*soja/*mleko/*seler/	350g	Zupa neapolitańska z makaronem 350ml *gluten/*soja/*mleko/*seler/	350g
		Podudzie z kurczaka pieczone w ziołach 2 szt.	150g	Podudzie z kurczaka pieczone w ziołach 2 szt.	150g	Podudzie z kurczaka pieczone w ziołach 2 szt.	150g	Podudzie z kurczaka pieczone w ziołach 2 szt.	150g	Podudzie z kurczaka pieczone w ziołach 2 szt.	150g
		Ziemniaki gotowane 150g	150g	Ziemniaki gotowane 150g	150g	Ziemniaki gotowane 150g	150g	Ziemniaki gotowane 180g	180g	Ziemniaki gotowane puree 180g	180g
		Surówka z buraków z cebulką 150g	150g	Tarte buraczki 150g	150g	Surówka z buraków z cebulką 150g	150g	Tarte buraczki 150g	150g	Surówka z buraków z cebulką 150g	150g
		Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g
Podwieczorek											
KOLACJA	II	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb razowy 90g *gluten/	90g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb pszenny bez skórki 80g *gluten/	80g
		Parówki cielęce 3 szt. *gorczyca/	90g	Parówki cielęce 3 szt. *gorczyca/	90g	Kiełbaski śniadaniowe 2 szt. *soja/*seler/	100g	Domowa wędlina z indyka 60g	60g	Parówki cielęce 3 szt. *gorczyca/	90g
		Ketchup 1 szt.	1g	Ketchup 1 szt.	1g	Ketchup 1 szt.	1g	Marchewka gotowana rozdrobniona 100g	100g	Ketchup 1 szt.	1g
		Dynia gotowana 50g	50g	Pomidor bez skóry 100g	100g	Pomidor 50g	50g	masło 10g *mleko/	10g	Marchewka gotowana rozdrobniona 100g	100g
		masło 10g *mleko/	10g	Margaryna miękka kubkowa	10g	Salata 30g	30g	Herbata owocowa	250g	masło 10g *mleko/	10g
		Herbata owocowa	250g	Herbata owocowa	250g	Margaryna miękka kubkowa	10g			Herbata owocowa	250g
						Herbata owocowa	250g				
Mus ryżowy 1szt. *mleko/	100g	Kanapka pszenna z serem 1 szt. *gluten/*mleko/	80g	Kanapka razowa z serem 1 szt. *gluten/*mleko/	80g	Mus ryżowy 1szt. *mleko/	100g	Mus ryżowy 1szt. *mleko/	100g		
kcal		Energia	2199,21	Energia	2246,36	Energia	2566,26	Energia	1996	Energia	2277
g		Białko	95,176	Białko	115,506	Białko	124,251	Białko	113,79	Białko	107,85
g		Tłuszcz	98,4375	Tłuszcz	104,3375	Tłuszcz	114,5175	Tłuszcz	71,457	Tłuszcz	106,84
g		Kwasy Nasycone	14,301	Kwasy Nasycone	10,606	Kwasy Nasycone	13,061	Kwasy Nasycone	4,186	Kwasy Nasycone	11,061
g		Węglowodany ogółem	233,226	Węglowodany ogółem	215,8615	Węglowodany ogółem	249,2015	Węglowodany	227,9	Węglowodany	219,86
g		W tym cukry	25,3295	W tym cukry	17,9395	W tym cukry	11,0595	W tym cukry	34,106	W tym cukry	35,07
g		Błonnik pokarmowy	19,653	Błonnik pokarmowy	19,643	Błonnik pokarmowy	35,208	Błonnik pokarmowy	23,059	Błonnik pokarmowy	20,238
mg		Sód	1496,49	Sód	1895,497	Sód	2149,747	Sód	1638	Sód	1412

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. 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 zmiany 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