

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie

Dział Żywienia

poniedziałek 10 czerwca 2024

DIETA	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie kwasów tłuszczowych (wrzodowa)		Dieta cukrzycowa wątrobowa		Dieta Niskotłuszczowa/Niskocholesterolowa		Dieta ubogoresztkowa		Dieta rozdrobniona		
I	SMIADANIE	Zacierka na mleku 300ml *gluten/*jaja/*mleko/	300g	Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g	Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g	Zacierka na mleku 300ml *gluten/*jaja/*mleko/	300g	Zacierka na mleku 300ml *gluten/*jaja/*mleko/	300g
		Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Chleb razowy 60g *gluten/	60g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Chleb pszenny bez skórki 60g *gluten/	60g
		Szynka dębowa drobiowa 30g	30g	Szynka dębowa drobiowa 30g	30g	Szynka dębowa drobiowa 30g	30g	Szynka dębowa drobiowa 30g	30g	Pasta z szynki dębowej drobiowej 30g *jaja/*gorczyca/	30g
		Serek Śmietankowy 100g *mleko/	100g	Serek Śmietankowy 100g *mleko/	100g	Serek Śmietankowy 100g *mleko/	100g	Serek Śmietankowy 100g *mleko/	100g	Serek Śmietankowy 100g *mleko/	100g
		Salata 30g	30g	Salata 30g	30g	Ogórek kiszony 60g	60g	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g
		masło 10g *mleko/	10g	Margaryna miękka kubkowa	10g	Salata 30g	30g	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 pszenna z twarogiem 1 szt. *gluten/*mleko/	80g	Kefir szt. *mleko/	200g			Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g	
OBIAD	Zupa barszcz czerwony 350ml *seler/	350g	Zupa barszcz czerwony 350ml *seler/	350g	Zupa barszcz czerwony 350ml *seler/	350g	Zupa barszcz czerwony 350ml *seler/	350g	Zupa barszcz czerwony 350ml *seler/	350g	
	Ratuj duszone z indyka 250	250g	Ratuj duszone z indyka 250	250g	Ratuj duszone z indyka 250	250g	Ratuj duszone z indyka 250	250g	Ratuj duszone z indyka 250	250g	
	Kasza jęczmienna 180g	180g	Kasza jęczmienna 150g	150g	Kasza pęczak 150g	150g	Kasza jęczmienna 180g	180g	Ziemniaki gotowane puree 180g	180g	
	Banan 1szt.	120g	Kompot 250ml	250g	Jabłko 1szt.	180g	Banan 1szt.	120g	Banan 1szt.	120g	
	Kompot 250ml	250g	Jabłko 1szt.	180g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	
Podwieczorek			Serek wiejski 1 szt.	200g							
I	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
		Schab biały 60g *soja/	60g	Schab biały 60g *soja/	60g	Schab biały 60g *soja/	60g	Schab biały 60g *soja/	60g	Pasta mięsna ze schabu białego 60g *jaja/*soja/*gorczyca/	60g
		Pomidor 100g	100g	Pomidor 100g	100g	Rzodkiewka 50g	50g	Dynia gotowana rozdrobniona 100g	100g	Dynia gotowana rozdrobniona 100g	100g
		masło 10g *mleko/	10g	Margaryna miękka kubkowa	10g	Pomidor 50g	50g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g
		Herbata miętowa	250g	Herbata miętowa	250g	Margaryna miękka kubkowa	10g	Herbata miętowa	250g	Herbata miętowa	250g
						Herbata miętowa	250g				
II			Kanapka pszenna z szynką dębową 1 szt. *gluten/	80g	Kanapka razowa z szynką dębową 1 szt. *gluten/	80g	Kefir szt. *mleko/	200g	Kefir szt. *mleko/	200g	

kcal	Energia	2012,37	Energia	2261	Energia	1959,17	Energia	2047,27	Energia	2009,2
g	Białko	118,622	Białko	146,912	Białko	118,717	Białko	119,612	Białko	122,06
g	Tłuszcz	51,7495	Tłuszcz	57,6995	Tłuszcz	49,8695	Tłuszcz	52,0395	Tłuszcz	56,555
g	Kwasy Nasycone	19,743	Kwasy Nasycone	7,333	Kwasy Nasycone	9,543	Kwasy Nasycone	19,821	Kwasy Nasycone	19,711
g	Węglowodany ogółem	272,87	Węglowodany ogółem	293,1	Węglowodany ogółem	256,09	Węglowodany ogółem	277,79	Węglowodany ogółem	254,64
g	W tym cukry	33,0821	W tym cukry	21,3821	W tym cukry	26,9471	W tym cukry	39,2721	W tym cukry	41,217
g	Błonnik pokarmowy	24,9746	Błonnik pokarmowy	28,6346	Błonnik pokarmowy	38,3296	Błonnik pokarmowy	27,9146	Błonnik pokarmowy	25,508
mg	Sód	1132,12	Sód	1851,23	Sód	1576,53	Sód	1135,32	Sód	1162,8

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 Żywnienia
wtorek 11 czerwca 2024

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

kcal	Energia	2019,54	Energia	2100,39	Energia	2121	Energia	2208,89	Energia	2173,7
g	Białko	115,596	Białko	134,011	Białko	131,377	Białko	147,596	Białko	137,28
g	Tłuszcz	59,4975	Tłuszcz	82,6715	Tłuszcz	86,1765	Tłuszcz	87,1875	Tłuszcz	92,812
g	Kwasy Nasycone	25,399	Kwasy Nasycone	15,193	Kwasy Nasycone	12,043	Kwasy Nasycone	26,499	Kwasy Nasycone	25,389
g	Węglowodany ogółem	234,371	Węglowodany ogółem	239,986	Węglowodany ogółem	234,852	Węglowodany ogółem	245,881	Węglowodany ogółem	234,62
g	W tym cukry	20,6805	W tym cukry	25,1205	W tym cukry	21,6505	W tym cukry	29,8805	W tym cukry	30,606
g	Błonnik pokarmowy	27,633	Błonnik pokarmowy	29,853	Błonnik pokarmowy	34,438	Błonnik pokarmowy	31,573	Błonnik pokarmowy	30,808
mg	Sód	1654,36	Sód	2070,72	Sód	1885,23	Sód	1408,66	Sód	1738,3

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

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie
Dział Żywnienia
środa 12 czerwca 2024

DIETA	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie kwasów tłuszczowych (wrzodowa)		Dieta cukrzycowa wątrobowa		Dieta Niskotłuszczowa/Niskocholesterolowa		Dieta ubogoreszkowa		Dieta rozdrobniona		
I	SNIADANIE	Serek wiejski 1 szt.	200g	Serek wiejski 1 szt.	200g	Serek wiejski 1 szt.	200g	Serek wiejski 1 szt.	200g	Serek wiejski 1 szt.	200g
		Bułka kajzerka 50g *gluten/	50g	Bułka kajzerka 50g *gluten/	50g	Bułka razowa 70g *gluten/	70g	Bułka kajzerka 50g *gluten/	50g	Chleb pszenny bez skórki 60g *gluten/	60g
		Chleb pszenny 25g *gluten/	25g	Chleb pszenny 25g *gluten/	25g	Jajecznica ze szczypiorkiem *jaja/	100g	Chleb pszenny 25g *gluten/	25g	Jajecznica na parze *jaja/	100g
		Jajecznica na parze *jaja/	100g	Jajecznica z białek na parze *jaja/	100g	Papryka 50g	50g	Jajecznica na parze *jaja/	100g	Marchewka gotowana rozdrobniona 100g	100g
		Rukola 30g	30g	Rukola 30g	30g	Rukola 20g	20g	Marchewka gotowana rozdrobniona 100g	100g	masło 10g *mleko/	10g
		masło 10g *mleko/	10g	Margaryna miękka kubkowa	10g	Margaryna miękka kubkowa	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 twarogiem 1 szt. *gluten/*mleko/	80g	Kanapka razowa z serem 1 szt. *gluten/*mleko/	80g			Budyń na mleku roślinnym 250ml *gluten/	250g	
I	OBIAD	Rosół z makaronem 350ml *gluten/*soja/*seler/	350g	Rosół z makaronem 350ml *gluten/*soja/*seler/	350g	Rosół z makaronem 350ml *gluten/*soja/*seler/	350g	Rosół z makaronem 350ml *gluten/*soja/*seler/	350g	Rosół z makaronem 350ml *gluten/*soja/*seler/	350g
		Kotlet mielony drobiowy 100g *gluten/*jaja/	100g	Kotlet mielony drobiowy 100g *gluten/*jaja/	100g	Kotlet mielony drobiowy 100g *gluten/*jaja/	100g	Kotlet mielony drobiowy 100g *gluten/*jaja/	100g	Kotlet mielony drobiowy 100g *gluten/*jaja/	100g
		Ziemniaki gotowane 180g	180g	Ziemniaki gotowane 150g	150g	Ziemniaki gotowane 150g	150g	Ziemniaki gotowane 180g	180g	Ziemniaki gotowane puree 180g	180g
		Fasolka szparagowa gotowana 150g	150g	Fasolka szparagowa gotowana 150g	150g	Fasolka szparagowa gotowana 150g	150g	Marchewka mini gotowana 150g	150g	Fasolka szparagowa gotowana 150g	150g
		Banan 1szt.	120g	Banan 1szt.	120g	Banan 1szt.	120g	Banan 1szt.	120g	Banan 1szt.	120g
		Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g
Podwieczorek											
I	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
		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
		Pomidor 50g	50g	Pomidor 50g	50g	Rzodkiewka 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
		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 szynką dębową 1 szt. *gluten/	80g	Kanapka razowa z szynką dębową 1 szt. *gluten/	80g	Mus owocowo-jogurtowy 1szt. *mleko/	100g	Mus owocowo-jogurtowy 1szt. *mleko/	100g

	Energia	2015,6	Energia	2275,6	Energia	2339,8	Energia	2035,8	Energia	2183,6
g	Białko	123,095	Białko	138,735	Białko	134,876	Białko	119,625	Białko	123,18
g	Tłuszcz	77,9245	Tłuszcz	79,5745	Tłuszcz	86,3685	Tłuszcz	77,9245	Tłuszcz	82,059
g	Kwasy Nasycone	23,936	Kwasy Nasycone	14,746	Kwasy Nasycone	19,6375	Kwasy Nasycone	23,896	Kwasy Nasycone	24,221
g	Węglowodany ogółem	205,926	Węglowodany ogółem	252,036	Węglowodany ogółem	250,254	Węglowodany ogółem	213,456	Węglowodany ogółem	236,19
g	W tym cukry	32,0965	W tym cukry	24,4365	W tym cukry	27,3255	W tym cukry	44,1765	W tym cukry	51,067
g	Błonnik pokarmowy	23,71	Błonnik pokarmowy	25,73	Błonnik pokarmowy	40,638	Błonnik pokarmowy	25,85	Błonnik pokarmowy	28,248
mg	Sód	1777,56	Sód	2334	Sód	2541,15	Sód	1971,76	Sód	1889,4

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 Żywnienia.
 Jadłospis sporządzony przez dietetyka – mgr Klaudia Sawko

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie

Dział Żywnienia

czwartek 13 czerwca 2024

DIETA	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie kwasów tłuszczowych (wrzodowa)		Dieta cukrzycowa wątrobowa		Dieta Niskotłuszczowa/Niskocholesterolowa		Dieta ubogoresztkowa		Dieta rozdrobniona	
I	Manna na mleku 300ml *gluten/*mleko/	300g	Kefir szt. *mleko/	200g	Kefir szt. *mleko/	200g	Manna na mleku 300ml *gluten/*mleko/	300g	Manna na mleku 300ml *gluten/*mleko/	300g
	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Chleb 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
	Ketchup 1 szt.	1g	Mix sałat z oliwą	50g	Ketchup 1 szt.	1g	Dynia gotowana rozdrobniona 100g	100g	Ketchup 1 szt.	1g
	Mix sałat z pomidorkami i oliwą	50g	Ketchup 1 szt.	1g	tomatami, ciecierz	50g	masło 10g *mleko/	10g	Dynia gotowana rozdrobniona 100g	100g
	Rukola 30g	30g	Margaryna miękka kubkowa	10g	Margaryna miękka kubkowa	10g	Herbata z cytryną	250g	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			Jabłko 1szt.	180g	Jabłko 1szt.	180g			Kefir szt. *mleko/	200g
OBIAD	Zupa solferino 350ml	350g	Zupa solferino 350ml	350g	Zupa solferino 350ml	350g	Zupa solferino 350ml	350g	Zupa solferino 350ml	350g
	Zraz wieprzowy 100g *jaja/*seler/	180g	Zraz wieprzowy 100g *jaja/*seler/	180g	Zraz wieprzowy 100g *jaja/*seler/	180g	Zraz wieprzowy 100g *jaja/*seler/	180g	Zraz wieprzowy mielony 100g *jaja/*seler/	180g
	Kasza jęczmienna 180g	180g	Kasza jęczmienna 150g	150g	Kasza gryczana 150g	150g	Sos własny 80g *gluten/*seler/	80g	Sos własny 80g *gluten/*seler/	80g
	Tarte buraczki 150g	150g	Tarte buraczki 150g	150g	Surówka z buraków z cebulką 150g	150g	Kasza jęczmienna 180g	180g	Ziemniaki gotowane puree 180g	180g
	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Tarte buraczki 150g	150g	Tarte buraczki 150g	150g
						Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	
Kolacja	Bułka pszenna 50g *gluten/	50g	Bułka pszenna 50g *gluten/	50g	Bułka razowa 70g *gluten/	70g	Bułka pszenna 50g *gluten/	50g	Bułka pszenna 50g *gluten/	50g
	Salatka jarzynowa z jogurtem 200g *jaja/	200g	Salatka jarzynowa z jogurtem 200g *jaja/	200g	Salatka jarzynowa z jogurtem 200g *jaja/	200g	Salatka jarzynowa z jogurtem 200g *jaja/	200g	Salatka jarzynowa 200g *jaja/*gorczyca/	200g
	Szynka drobiowa miodowa 60g *soja/*seler/	60g	Szynka drobiowa miodowa 30g *soja/*seler/	30g	Szynka drobiowa miodowa 30g *soja/*seler/	30g	Szynka dębową 30g *gluten/	30g	Pasta z szynki dębowej drobiowej 30g *jaja/*gorczyca/	30g
	masło 10g *mleko/	10g	Margaryna miękka kubkowa	10g	Margaryna miękka kubkowa	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	Serek homogenizowany w tubce 1szt. *mleko/	100g	Kanapka pszenna z twarogiem 1 szt. *gluten/*mleko/	80g	Kanapka razowa z jajkiem 1szt. *gluten/*jaja/*gorczyca/	100g	Serek homogenizowany w tubce 1szt. *mleko/	100g	Serek homogenizowany w tubce 1szt. *mleko/	100g

kcal	Energia	2052,4	Energia	1995,65	Energia	2175,4	Energia	2048,56	Energia	2087,7
g	Białko	103,467	Białko	105,617	Białko	107,176	Białko	114,187	Białko	98,432
g	Tłuszcz	71,6245	Tłuszcz	64,1045	Tłuszcz	79,9675	Tłuszcz	61,8285	Tłuszcz	81,919
g	Kwasy Nasycone	26,982	Kwasy Nasycone	14,452	Kwasy Nasycone	16,245	Kwasy Nasycone	25,883	Kwasy Nasycone	28,458
g	Węglowodany ogółem	248,444	Węglowodany ogółem	255,379	Węglowodany ogółem	256,564	Węglowodany ogółem	257,285	Węglowodany ogółem	236,08
g	W tym cukry	36,9575	W tym cukry	37,4825	W tym cukry	30,1525	W tym cukry	41,6695	W tym cukry	45,084
g	Błonnik pokarmowy	27,6695	Błonnik pokarmowy	30,5295	Błonnik pokarmowy	37,7375	Błonnik pokarmowy	30,9545	Błonnik pokarmowy	25,031
mg	Sód	1482,95	Sód	1609	Sód	1829,66	Sód	1255,9	Sód	874,22

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 Żywnienia.
 Jadłospis sporządzony przez dietetyka – mgr Klaudia Sawko

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie
Dział Żywienia
piątek 14 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	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		
		Paszтет warzywny 113g *soja/*seler/*gorczyca/	113g	Paszтет warzywny 113g *soja/*seler/*gorczyca/	113g	Paszтет warzywny 113g *soja/*seler/*gorczyca/	113g	Paszтет warzywny 113g *soja/*seler/*gorczyca/	113g	Paszтет warzywny 113g *soja/*seler/*gorczyca/	113g	Paszтет warzywny 113g *soja/*seler/*gorczyca/	113g
		Schab biały 30g *soja/	30g	Schab biały 30g *soja/	30g	Schab biały 30g *soja/	30g	Schab biały 30g *soja/	30g	Schab biały 30g *soja/	30g	Pasta mięsna ze schabu białego 40g *jaja/*soja/*gorczyca/	40g
		Pomidor 100g	100g	Rzodkiewka 50g	50g	Pomidor 50g	50g	Marchewka gotowana rozdrobniona 100g	100g	Marchewka gotowana rozdrobniona 100g	100g	Marchewka gotowana rozdrobniona 100g	100g
		masło 10g *mleko/	10g	Pomidor 50g	50g	Rzodkiewka 50g	50g	masło 10g *mleko/	10g	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	Herbata z cytryną	250g						
II				Kanapka pszenna z polędwicą miodową 1 szt. *gluten/*soja/*seler/	80g	Serek wiejski 1 szt.	200g			Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g		
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	Zupa żurek 350ml *mleko/*seler/	350g	
	Kotlet z ryby pieczony 100g *gluten/*jaja/*ryby/	100g	Kotlet z ryby pieczony 100g *gluten/*jaja/*ryby/	100g	Kotlet z ryby pieczony 100g *gluten/*jaja/*ryby/	100g	Kotlet z ryby pieczony 100g *gluten/*jaja/*ryby/	100g	Kotlet z ryby pieczony 100g *gluten/*jaja/*ryby/	100g	Kotlet z ryby pieczony 100g *gluten/*jaja/*ryby/	100g	
	Ziemniaki gotowane 180g	180g	Ziemniaki gotowane 150g	150g	Ziemniaki gotowane 150g	150g	Ziemniaki gotowane 180g	180g	Ziemniaki gotowane 180g	180g	Ziemniaki gotowane puree 180g	180g	
	Gotowane warzywa 150g *seler/	150g	Surówka koperkowa *jaja/*gorczyca/	150g	Surówka koperkowa *jaja/*gorczyca/	150g	Gotowane warzywa 150g *seler/	150g	Gotowane warzywa 150g *seler/	150g	Gotowane warzywa 150g *seler/	150g	
	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	
Podwieczorek				Serek wiejski 1 szt.	200g								
I	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		
		Twaróg 100g *mleko/	100g	Twaróg 100g *mleko/	100g	Twaróg 100g *mleko/	100g	Twaróg 100g *mleko/	100g	Twaróg 100g *mleko/	100g		
		Miód 1 szt.	25g	Kielki	5g	Kielki	5g	Miód 1 szt.	25g	Miód 1 szt.	25g		
		Kielki	5g	Pomidor 50g	50g	Pomidor 50g	50g	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g		
		Pomidor 50g	50g	Margaryna miękka kubkowa	10g	Margaryna miękka kubkowa	10g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g		
		masło 10g *mleko/	10g	Herbata owocowa	250g	Herbata owocowa	250g	Herbata owocowa	250g	Herbata owocowa	250g		
		Herbata owocowa	250g										
II				Kanapka pszenna z twarogiem 1 szt. *gluten/*mleko/	80g	Kanapka razowa z serem 1 szt. *gluten/*mleko/	80g	Mus owsianka 1szt. *mleko/	100g	Mus owsianka 1szt. *mleko/	100g		

kcal	Energia	2180,58	Energia	2561,88	Energia	2371,78	Energia	2200,58	Energia	2260,9
g	Białko	106,74	Białko	139,75	Białko	127,15	Białko	106,78	Białko	113,27
g	Tłuszcz	73,2395	Tłuszcz	91,3045	Tłuszcz	92,0195	Tłuszcz	73,3598	Tłuszcz	78,704
g	Kwasy Nasycone	19,8395	Kwasy Nasycone	8,277	Kwasy Nasycone	9,9505	Kwasy Nasycone	19,8395	Kwasy Nasycone	19,874
g	Węglowodany ogółem	274,698	Węglowodany ogółem	298,673	Węglowodany ogółem	252,378	Węglowodany ogółem	277,128	Węglowodany ogółem	273,61
g	W tym cukry	45,5965	W tym cukry	17,0365	W tym cukry	17,5515	W tym cukry	51,0365	W tym cukry	52,432
g	Błonnik pokarmowy	25,529	Błonnik pokarmowy	26,589	Błonnik pokarmowy	35,064	Błonnik pokarmowy	28,459	Błonnik pokarmowy	27,687
mg	Sód	1193	Sód	2094,79	Sód	1802,79	Sód	1272,33	Sód	1270,2

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
sobota 15 czerwca 2024

DIETA	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie kwasów tłuszczowych (wrzodowa)		Dieta cukrzycowa wątrobowa		Dieta Niskotłuszczowa/Niskocholesterolowa		Dieta ubogoresztkowa		Dieta rozdrobniona		
I	SMIADANIE	Musli na mleku *gluten/*mleko/+orzeczy/	300g	Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g	Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g	Musli na mleku *gluten/*mleko/+orzeczy/	300g	Chleb pszenny bez skórki 60g *gluten/	60g
		Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Chleb razowy 60g *gluten/	60g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Musli na mleku *gluten/*mleko/+orzeczy/	300g
		Poledwica sopocka 60g *soja/	60g	Poledwica sopocka 60g *soja/	60g	Poledwica sopocka 60g *soja/	60g	Domowa wędlina z indyka 60g	60g	Pasta z polewicy sopockiej 60g *jaja/*soja/*gorczyca/	60g
		Serek Śmietankowy 50g *mleko/	50g	Serek Śmietankowy 50g *mleko/	50g	Serek Śmietankowy 50g *mleko/	50g	Serek Śmietankowy 50g *mleko/	50g	Serek Śmietankowy 50g *mleko/	50g
		Salata 30g	30g	Salata 30g	30g	Ogórek 50g	50g	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g
		masło 10g *mleko/	10g	Margaryna miękka kubkowa	10g	Salata 30g	30g	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 pszenna z szynką dębową 1 szt. *gluten/	80g	Skyr szt. *mleko/	140g			Skyr szt. *mleko/	140g	
OBIAD		Zupa szpinakowa z ziemniakami 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa szpinakowa z ziemniakami 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa szpinakowa z ziemniakami 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa szpinakowa z ziemniakami 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa szpinakowa z ziemniakami 350ml *mleko/*seler/	350g
		Potrawka z kurczaka z marchewką 250g *mleko/	250g	Potrawka z kurczaka z marchewką 250g *mleko/	250g	Potrawka z kurczaka z marchewką i groszkiem 250g *mleko/	250g	Potrawka z kurczaka z marchewką 250g *mleko/	250g	Potrawka z kurczaka z marchewką 250g *mleko/	250g
		Ryż al dente 180g	180g	Ryż al dente 150g	150g	Ryż al dente 150g	150g	Ryż al dente 180g	180g	Ryż al dente 180g	180g
		Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g
Podwieczorek			Skyr szt. *mleko/	140g							
I	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
		Pasztet drobiowy 100g *gluten/*jaja/*soja/*mleko/*seler/	100g	Pasztet drobiowy 100g *gluten/*jaja/*soja/*mleko/*seler/	100g	Pasztet drobiowy 100g *gluten/*jaja/*soja/*mleko/*seler/	100g	Domowa wędlina wieprzowa 60g	60g	Pasztet drobiowy 100g *gluten/*jaja/*soja/*mleko/*seler/	100g
		Dżem 1 szt.	25g	Pomidor 100g	100g	Papryka 50g	50g	Dżem 1 szt.	25g	Dżem 1 szt.	25g
		Pomidor 100g	100g	Margaryna miękka kubkowa	10g	Pomidor 50g	50g	Dynia gotowana rozdrobniona 100g	100g	Dynia gotowana rozdrobniona 100g	100g
		masło 10g *mleko/	10g	Herbata rumiankowa	250g	Margaryna miękka kubkowa	10g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g
		Herbata rumiankowa	250g			Herbata rumiankowa	250g	Herbata rumiankowa	250g	Herbata rumiankowa	250g
II		Mus owocowy 1szt.	100g	Kanapka pszenna z szynką kruchą 1 szt. *gluten/*soja/	80g	Kanapka razowa z szynką kruchą 1 szt. *gluten/	80g	Mus owocowy 1szt.	100g	Mus owocowy 1szt.	100g

kcal	Energia	2053,88	Energia	2260,93	Energia	2188,54	Energia	1986	Energia	2155,5
g	Białko	115,668	Białko	148,418	Białko	140,326	Białko	126,408	Białko	137,32
g	Tłuszcz	61,0945	Tłuszcz	79,8645	Tłuszcz	74,5075	Tłuszcz	61,7345	Tłuszcz	80,409
g	Kwasy Nasycone	19,123	Kwasy Nasycone	12,608	Kwasy Nasycone	9,074	Kwasy Nasycone	17,156	Kwasy Nasycone	19,126
g	Węglowodany ogółem	263,474	Węglowodany ogółem	278,119	Węglowodany ogółem	270,874	Węglowodany ogółem	254,794	Węglowodany ogółem	259,7
g	W tym cukry	29,3335	W tym cukry	16,1485	W tym cukry	17,9345	W tym cukry	33,3435	W tym cukry	39,399
g	Błonnik pokarmowy	21,93	Błonnik pokarmowy	21,21	Błonnik pokarmowy	33,701	Błonnik pokarmowy	24,87	Błonnik pokarmowy	24,1
mg	Sód	1584,69	Sód	2257,65	Sód	2254,09	Sód	1237,39	Sód	1565

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 Żywnienia
niedziela 16 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	Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g	Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Płatki owsiane na mleku 300ml *mleko/	300g		
		Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Chleb razowy 60g *gluten/	60g	Płatki owsiane na mleku 300ml *mleko/	300g	Chleb pszenny bez skórki 60g *gluten/	60g		
		Pasta z tuńczyka z jogurtem *jaja/*ryby/*mleko/	100g	Pasta z tuńczyka *jaja/*ryby/*gorczyca/	100g	Pasta z tuńczyka *jaja/*ryby/*gorczyca/	100g	Pasta z tuńczyka z jogurtem *jaja/*ryby/*mleko/	100g	Pasta z tuńczyka *jaja/*ryby/*gorczyca/	100g		
		Pomidor 50g	50g	Pomidor 50g	50g	Pomidor 50g	50g	Marchewka gotowana rozdrobniona 100g	100g	Marchewka gotowana rozdrobniona 100g	100g		
		Salata 30g	30g	Salata 30g	30g	Salata 30g	30g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g		
		masło 10g *mleko/	10g	Margaryna miękka kubkowa	10g	Margaryna miękka kubkowa	10g	Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g		
		Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g						
		II				Serek wiejski 1 szt.	200g	Serek wiejski 1 szt.	200g			Serek wiejski 1 szt.	200g
I	OBIAD	Zupa jarzynowa 350ml	350g	Zupa jarzynowa 350ml	350g	Zupa jarzynowa 350ml	350g	Zupa jarzynowa 350ml	350g	Zupa jarzynowa 350ml	350g		
		Pieczeń rzymska 100g *jaja/	100g	Pieczeń rzymska 100g *jaja/	100g	Pieczeń rzymska 100g *jaja/	100g	Pieczeń rzymska 100g *jaja/	100g	Pieczeń rzymska 100g *jaja/	100g		
		Sos pieczeniowy 80g *gluten/	80g	Kasza bulgur gotowana 150g *gluten/	150g	Kasza bulgur gotowana 150g *gluten/	150g	Sos pieczeniowy 80g *gluten/	80g	Sos pieczeniowy 80g *gluten/	80g		
		Kasza bulgur gotowana 180g *gluten/	180g	Surówka z marchewką i jabłkiem 150g	150g	Surówka z marchewką i jabłkiem 150g	150g	Ziemniaki gotowane puree 180g	180g	Ziemniaki gotowane puree 180g	180g		
		Surówka z marchewką i jabłkiem 150g	150g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Surówka z marchewką i jabłkiem 150g	150g	Surówka z marchewką i jabłkiem 150g	150g		
		Kompot 250ml	250g					Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g		
I	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		
		Parówki cielęce 2 szt. *gorczyca/	60g	Parówki cielęce 2 szt. *gorczyca/	60g	Parówki cielęce 2 szt. *gorczyca/	60g	Domowa wędlina z kurczaka 60g	60g	Twaróg 100g *mleko/	100g		
		Twaróg 50g *mleko/	50g	Twaróg 50g *mleko/	50g	Twaróg 50g *mleko/	50g	Twaróg 50g *mleko/	50g	Dynia gotowana rozdrobniona 100g	100g		
		Ketchup 1 szt.	1g	Ketchup 1 szt.	1g	Ketchup 1 szt.	1g	Ketchup 1 szt.	1g	masło 10g *mleko/	10g		
		Salata 30g	30g	Salata 30g	30g	Ogórek 50g	50g	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g	Herbata czarna b/c	250g		
		masło 10g *mleko/	10g	Margaryna miękka kubkowa	10g	Salata 30g	30g	masło 10g *mleko/	10g				
		Herbata czarna b/c	250g	Herbata czarna b/c	250g	Margaryna miękka	10g	Herbata czarna b/c	250g				
						Herbata czarna b/c	250g						
		II				Mus ryżowy 1szt. *mleko/	100g	Kanapka pszenna z polewą miodową 1 szt.	80g	Kanapka razowa z polewą miodową 1 szt.	80g	Mus ryżowy 1szt. *mleko/	100g

	kcal	Energia	2116,64	Energia	2357,82	Energia	2142,62	Energia	1985,84	Energia	2170,1
g	Białko	108,954	Białko	138,614	Białko	122,049	Białko	118,404	Białko	126,09	
g	Tłuszcz	67,8056	Tłuszcz	89,0415	Tłuszcz	86,0615	Tłuszcz	53,9756	Tłuszcz	81,955	
g	Kwasy Nasycone	26,215	Kwasy Nasycone	15,693	Kwasy Nasycone	15,519	Kwasy Nasycone	22,145	Kwasy Nasycone	23,678	
g	Węglowodany ogółem	267,618	Węglowodany ogółem	251,04	Węglowodany ogółem	213,18	Węglowodany ogółem	258,838	Węglowodany ogółem	230,48	
g	W tym cukry	25,4345	W tym cukry	17,8435	W tym cukry	18,4685	W tym cukry	29,8345	W tym cukry	40,846	
g	Błonnik pokarmowy	25,042	Błonnik pokarmowy	22,925	Błonnik pokarmowy	29,81	Błonnik pokarmowy	25,522	Błonnik pokarmowy	29,825	
mg	Sód	1435,47	Sód	2172	Sód	1917,06	Sód	1588,07	Sód	1639,8	

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 Żywnienia.
 Jadłospis sporządzony przez dietetyka – mgr Klaudia Sawko