

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie
dział żywienia
poniedziałek 15 lipca 2024

DIETA	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie kwasów tłuszczowych (wrzodowa)		Dieta cukrzycowa wątrobowa		Dieta rozdrobniona		Dieta Niskotłuszczowa/Niskocholesterolowa		Dieta ubogoresztkowa		
I	SNIADANIE	Zacierka na mleku 300ml *gluten/*jaja/*mleko/	300g	Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g	Zacierka na mleku 300ml *gluten/*jaja/*mleko/	300g	Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g	Zacierka na mleku 300ml *gluten/*jaja/*mleko/	300g
		Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Chleb pszenny bez skórki 60g *gluten/	60g	Chleb razowy 60g *gluten/	60g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g
		Szynka dębowa drobiowa 30g	30g	Szynka dębowa drobiowa 30g	30g	Pasta z szynki dębowej drobiowej 30g *jaja/*gorczyca/	30g	Szynka dębowa drobiowa 30g	30g	Szynka dębowa drobiowa 30g	30g
		Serek Śmietankowy 100g *mleko/	100g	Serek Śmietankowy 100g *mleko/	100g	Serek Śmietankowy 100g *mleko/	100g	Serek Śmietankowy 100g *mleko/	100g	Serek Śmietankowy 100g *mleko/	100g
		Salata 30g	30g	Salata 30g	30g	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g	Ogórek kiszony 60g	60g	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g
		masło 10g *mleko/	10g	Margaryna miękka kubkowa	10g	masło 10g *mleko/	10g	Salata 30g	30g	masło 10g *mleko/	10g
		Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g	Margaryna miękka kubkowa	10g	Herbata z cytryną	250g
								Herbata z cytryną	250g		
II				Kanapka pszenna z twarogiem 1 szt. *gluten/*mleko/	80g	Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g	Kefir szt. *mleko/	200g		
OBIAD		Zupa barszcz czerwony 350ml *seleń/	350g	Zupa barszcz czerwony 350ml *seleń/	350g	Zupa barszcz czerwony 350ml *seleń/	350g	Zupa barszcz czerwony 350ml *seleń/	350g	Zupa barszcz czerwony 350ml *seleń/	
		Ratatuj duszone z indyka 250	250g	Ratatuj duszone z indyka 250	250g	Ratatuj duszone z indyka 250	250g	Ratatuj duszone z indyka 250	250g	Ratatuj duszone z indyka 250	
		Kasza jęczmienna 180g	180g	Kasza jęczmienna 150g	150g	Ziemniaki gotowane puree 180g	180g	Kasza pęczak 150g	150g	Kasza jęczmienna 180g	
		Banan 1szt.	120g	Kompot 250ml	250g	Banan 1szt.	120g	Jabłko 1szt.	180g	Banan 1szt.	
		Kompot 250ml	250g	Jabłko 1szt.	180g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	
Podwieczorek				Serek wiejski 1 szt.	200g						
Kolecja	I	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb pszenny bez skórki 80g *gluten/	80g	Chleb razowy 90g *gluten/	90g	Chleb pszenny 100g *gluten/	
		Schab biały 60g *soja/	60g	Schab biały 60g *soja/	60g	Pasta mięsna ze schabu białego 60g *jaja/*soja/*gorczyca/	60g	Schab biały 60g *soja/	60g	Schab biały 60g *soja/	
		Pomidor 100g	100g	Pomidor 100g	100g	Dynia gotowana rozdrobniona 100g	100g	Rzodkiewka 50g	50g	Dynia gotowana rozdrobniona 100g	
		masło 10g *mleko/	10g	Margaryna miękka kubkowa	10g	masło 10g *mleko/	10g	Pomidor 50g	50g	masło 10g *mleko/	
		Herbata miętowa	250g	Herbata miętowa	250g	Herbata miętowa	250g	Margaryna miękka kubkowa	10g	Herbata miętowa	
								Herbata miętowa	250g		
II		Kefir szt. *mleko/	200g	Kanapka pszenna z szynką dębową 1 szt. *gluten/	80g	Kefir szt. *mleko/	200g	Kanapka razowa z szynką dębową 1 szt. *gluten/	80g	Kefir szt. *mleko/	

	kcal	Energia	2012,37	Energia	2260,9707	Energia	2009,151	Energia	1959	Energia	2047
g	Białko	118,622	Białko	146,91156	Białko	122,0556	Białko	118,72	Białko	119,61	
g	Tłuszcz	51,7495	Tłuszcz	57,699508	Tłuszcz	56,55451	Tłuszcz	49,87	Tłuszcz	52,04	
g	Kwasy Nasycone	19,743	Kwasy Nasycone	7,333	Kwasy Nasycone	19,711	Kwasy Nasycone	9,543	Kwasy Nasycone	19,821	
g	Węglowodany ogółem	272,87	Węglowodany ogółem	293,09982	Węglowodany ogółem	254,6428	Węglowodany	256,09	Węglowodany	277,79	
g	W tym cukry	33,0821	W tym cukry	21,382102	W tym cukry	41,2171	W tym cukry	26,947	W tym cukry	39,272	
g	Błonnik pokarmowy	24,9746	Błonnik pokarmowy	28,634566	Błonnik pokarmowy	25,50757	Błonnik pokarmowy	38,33	Błonnik pokarmowy	27,915	
mg	Sód	1132,12	Sód	1851,2251	Sód	1162,795	Sód	1577	Sód	1135	

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 Żywienia.
 Jadłospis sporządzony przez dietetyka – mgr Klaudia Sawko

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie											
DZIAŁ ŻYWIENIA											
wtorek 16 lipca 2024											
DIETA	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie kwasów tłuszczowych (wrzodowa)			Dieta cukrzycowa wątrobowa		Dieta rozdrobniona		Dieta Niskotłuszczowa/Niskocholesterolowa		Dieta ubogoresztkowa	
I	SNIADANIE	Kasza kukurydziana na mleku 300ml *mleko/	300g	Skyr szt. *mleko/	140g	Kasza kukurydziana na mleku 300ml *mleko/	300g	Skyr szt. *mleko/	140g	Kasza kukurydziana na mleku 300ml *mleko/	300g
		Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Chleb pszenny bez skórki 60g *gluten/	60g	Chleb razowy 60g *gluten/	60g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g
		Polewica sopocka 60g *soja/	60g	Polewica sopocka 60g *soja/	60g	Pasta z polewicy sopockiej 60g *jaja/*soja/*gorczyca/	60g	Polewica sopocka 60g *soja/	60g	Domowa wędlina wieprzowa 60g	60g
		Pomidor 50g	50g	Pomidor 50g	50g	masło 10g *mleko/	10g	Pomidor 50g	50g	Marchewka gotowana rozdrobniona 100g	100g
		Roszpinka	10g	Roszpinka	10g	Herbata z cytryną	250g	Roszpinka	10g	masło 10g *mleko/	10g
		masło 10g *mleko/	10g	Margaryna miękka kubkowa	10g	Marchewka gotowana rozdrobniona 100g	100g	Margaryna miękka kubkowa	10g	Herbata z cytryną	250g
		Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g			Herbata z cytryną	250g		
II			Sok wielowarzywny 300ml	300g	Skyr szt. *mleko/	140g	Sok wielowarzywny 300ml	300g	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 mielony w sosie 100g *gluten/	100g	Kotlet schabowy soute 100g *gluten/	100g	Kotlet schabowy mielony w sosie 100g *gluten/	100g	
	Ziemniaki gotowane 180g	180g	Ziemniaki gotowane 150g	150g	Ziemniaki gotowane puree 180g	180g	Ziemniaki gotowane 150g	150g	Ziemniaki gotowane puree 180g	180g	
	Marchewka mini gotowana 150g	150g	Marchewka mini gotowana 150g	150g	Marchewka mini gotowana 150g	150g	Surówka z porem 150g *jaja/*gorczyca/	150g	Marchewka mini gotowana 150g	150g	
	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	
Podwieczerek											
KOLACJA	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb pszenny bez skórki 80g *gluten/	80g	Chleb razowy 90g *gluten/	90g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	
	Pieczeń z indykiem 60g *gluten/	60g	Pieczeń z indykiem 60g *gluten/	60g	Pasta z pieczeni z indyka 60g *gluten/*jaja/*gorczyca/	60g	Pieczeń z indykiem 60g *gluten/	60g	Pieczeń z indykiem 60g *gluten/	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	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g	Papryka 50g	50g	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g	
	masło 10g *mleko/	10g	Margaryna miękka kubkowa	10g	masło 10g *mleko/	10g	Salata 30g	30g	masło 10g *mleko/	10g	
	Herbata owocowa	250g	Herbata owocowa	250g	Herbata owocowa	250g	Margaryna miękka kubkowa	10g	Herbata owocowa	250g	
							Herbata owocowa	250g			
II	Sok wielowarzywny 300ml	300g	Kanapka razowa ze schabem pieczonym 1 szt. *gluten/*soja/*seler/	80g	Sok wielowarzywny 300ml	300g	Kanapka razowa ze schabem pieczonym 1 szt. *gluten/*soja/*seler/	80g	Sok wielowarzywny 300ml	300g	
kcal		Energia	2019,54	Energia	2100,39	Energia	2173,74	Energia	2121	Energia	2209
g		Białko	115,596	Białko	134,0114	Białko	137,2764	Białko	131,38	Białko	147,6
g		Tłuszcz	69,4975	Tłuszcz	82,671499	Tłuszcz	92,8125	Tłuszcz	86,176	Tłuszcz	87,187
g		Kwasy Nasycone	25,399	Kwasy Nasycone	15,193	Kwasy Nasycone	25,389	Kwasy Nasycone	12,043	Kwasy Nasycone	26,499
g		Węglowodany ogółem	234,371	Węglowodany ogółem	239,9865	Węglowodany ogółem	234,6165	Węglowodany	234,85	Węglowodany	245,88
g		W tym cukry	20,6805	W tym cukry	25,1205	W tym cukry	30,6055	W tym cukry	21,65	W tym cukry	29,881
g		Błonnik pokarmowy	27,633	Błonnik pokarmowy	29,853	Błonnik pokarmowy	30,808	Błonnik pokarmowy	34,438	Błonnik pokarmowy	31,573
mg		Sód	1654,36	Sód	2070,717	Sód	1738,257	Sód	1885	Sód	1409

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. kubin
 (*) 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 Żywienia.
 Jadłospis sporządzony przez dietetyka – mgr Klaudia Sawko

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie											
DZIAŁ ŻYWIENIA											
środa 17 lipca 2024											
DIETA	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie kwasów tłuszczowych (wrzodowa)		Dieta cukrzycowa wątrobowa		Dieta rozdrobniona		Dieta Niskotłuszczowa/Niskocholesterolowa		Dieta ubogoresztkowa		
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	Chleb pszenny bez skórki 60g *gluten/	60g	Bułka razowa 70g *gluten/	70g	Bułka kajzerka 50g *gluten/	50g
		Chleb pszenny 25g *gluten/	25g	Chleb pszenny 25g *gluten/	25g	Jajecznica na parze *jaja/	100g	Jajecznica ze szczypiorkiem *jaja/	100g	Chleb pszenny 25g *gluten/	25g
		Jajecznica na parze *jaja/	100g	Jajecznica z białek na parze *jaja/	100g	Marchewka gotowana rozdrobniona 100g	100g	Papryka 50g	50g	Jajecznica na parze *jaja/	100g
		Rukola 30g	30g	Rukola 30g	30g	masło 10g *mleko/	10g	Rukola 20g	20g	Marchewka gotowana rozdrobniona 100g	100g
		masło 10g *mleko/	10g	Margaryna miękka kubkowa	10g	Herbata z cytryną	250g	Margaryna miękka kubkowa	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	Budyń na mleku roślinnym 250ml *gluten/	250g	Kanapka razowa z serem 1 szt. *gluten/*mleko/	80g			
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 puree 180g	180g	Ziemniaki gotowane 150g	150g	Ziemniaki gotowane 180g	180g
		Fasolka szparagowa gotowana 150g	150g	Fasolka szparagowa gotowana 150g	150g	Fasolka szparagowa gotowana 150g	150g	Fasolka szparagowa gotowana 150g	150g	Marchewka mini gotowana 150g	150g
		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											
KOLACJA	I	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb pszenny bez skórki 80g *gluten/	80g	Chleb razowy 90g *gluten/	90g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g
		Szynka z piersi indyka 60g	60g	Szynka z piersi indyka 60g	60g	Pasta z piersi indyka 60g *jaja/*gorczyca/	60g	Szynka z piersi indyka 60g	60g	Szynka z piersi indyka 60g	60g
		Pomidor 50g	50g	Pomidor 50g	50g	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g	Rzodkiewka 50g	50g	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g
		Salata 30g	30g	Salata 30g	30g	masło 10g *mleko/	10g	Salata 30g	30g	masło 10g *mleko/	10g
		masło 10g *mleko/	10g	Margaryna miękka kubkowa	10g	Herbata rumiankowa	250g	Margaryna miękka kubkowa	10g	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	Mus owocowo-jogurtowy 1szt. *mleko/	100g	Kanapka razowa z szynką dębową 1 szt. *gluten/	80g	Mus owocowo-jogurtowy 1szt. *mleko/	100g
kcal		Energia	2015,6	Energia	2275,6	Energia	2183,58	Energia	2340	Energia	2036
g		Białko	123,095	Białko	138,7354	Białko	123,1844	Białko	134,88	Białko	119,63
g		Tłuszcz	77,9245	Tłuszcz	79,574499	Tłuszcz	82,0595	Tłuszcz	86,368	Tłuszcz	77,924
g		Kwasy Nasycone	23,936	Kwasy Nasycone	14,746	Kwasy Nasycone	24,221	Kwasy Nasycone	19,637	Kwasy Nasycone	23,896
g		Węglowodany ogółem	205,926	Węglowodany ogółem	252,03649	Węglowodany ogółem	236,1895	Węglowodany	250,25	Węglowodany	213,46
g		W tym cukry	32,0965	W tym cukry	24,4365	W tym cukry	51,0665	W tym cukry	27,326	W tym cukry	44,177
g		Błonnik pokarmowy	23,71	Błonnik pokarmowy	25,73	Błonnik pokarmowy	28,248	Błonnik pokarmowy	40,638	Błonnik pokarmowy	25,85
mg		Sód	1777,56	Sód		Sód	1889,447	Sód	2541	Sód	1972

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 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 18 lipca 2024											
DIETA	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie kwasów tłuszczowych (wrzodowa)		Dieta cukrzycowa wątrobowa		Dieta rozdrobniona		Dieta Niskotuszczowa/Niskocholesterolowa		Dieta ubogoresztkowa		
I	I	Manna na mleku 300ml *gluten/*mleko/	300g	Kefir szt. *mleko/	200g	Manna na mleku 300ml *gluten/*mleko/	300g	Kefir szt. *mleko/	200g	Manna na mleku 300ml *gluten/*mleko/	300g
		Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Chleb pszenny bez skórki 60g *gluten/	60g	Chleb razowy 60g *gluten/	60g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g
		Parówki z indyka 2 szt.	70g	Parówki z indyka 2 szt.	70g	Parówki z indyka 2 szt.	70g	Parówki z indyka 2 szt.	70g	Domowa wędlina wieprzowa 60g	60g
		Ketchup 1 szt.	1g	Mix sałat z oliwą	50g	Ketchup 1 szt.	1g	Ketchup 1 szt.	1g	Dynia gotowana rozdrobniona 100g	100g
		Mix sałat z pomidorkami i oliwą	50g	Ketchup 1 szt.	1g	Dynia gotowana rozdrobniona 100g	100g	Mix sałat z pomidorkami, ciecierzycą i oliwą	50g	masło 10g *mleko/	10g
		Rukola 30g	30g	Margaryna miękka kubkowa	10g	masło 10g *mleko/	10g	Margaryna miękka kubkowa	10g	Herbata z cytryną	250g
		masło 10g *mleko/	10g	Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g		
		Herbata z cytryną	250g								
II	II			Jabłko 1szt.	180g	Kefir szt. *mleko/	200g	Jabłko 1szt.	180g		
OBIAD	I	Zupa solferino 350ml	350g	Zupa solferino 350ml	350g	Zupa solferino 350ml	350g	Zupa solferino 350ml	350g	Zupa solferino 350ml	
		Zraz wieprzowy 100g *jaja/*selel/	180g	Zraz wieprzowy 100g *jaja/*selel/	180g	Zraz wieprzowy mielony 100g *jaja/*selel/	180g	Zraz wieprzowy 100g *jaja/*selel/	180g	Zraz wieprzowy 100g *jaja/*selel/	
		Kasza jęczmienna 180g	180g	Kasza jęczmienna 150g	150g	Sos własny 80g *gluten/*selel/	80g	Kasza gryczana 150g	150g	Sos własny 80g *gluten/*selel/	
		Tarte buraczki 150g	150g	Tarte buraczki 150g	150g	Ziemniaki gotowane puree 180g	180g	Surówka z buraków z cebulką 150g	150g	Kasza jęczmienna 180g	
		Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Tarte buraczki 150g	150g	Kompot 250ml	250g	Tarte buraczki 150g	
						Kompot 250ml	250g		Kompot 250ml		
Podwieczorek	I										
Kolacja	I	Bułka pszenna 50g *gluten/	50g	Bułka pszenna 50g *gluten/	50g	Bułka pszenna 50g *gluten/	50g	Bułka razowa 70g *gluten/	70g	Bułka pszenna 50g *gluten/	
		Salatka jarzynowa z jogurtem 200g *jaja/	200g	Salatka jarzynowa z jogurtem 200g *jaja/	200g	Salatka jarzynowa 200g *jaja/*gorczyca/	200g	Salatka jarzynowa z jogurtem 200g *jaja/	200g	Salatka jarzynowa z jogurtem 200g *jaja/	
		Szynka drobiowa miodowa 60g *soja/*selel/	60g	Szynka drobiowa miodowa 30g *soja/*selel/	30g	Pasta z szynki dębowej drobiowej 30g *jaja/*gorczyca/	30g	Szynka drobiowa miodowa 30g *soja/*selel/	30g	Szynka dębowa 30g *gluten/	
		masło 10g *mleko/	10g	Margaryna miękka kubkowa	10g	masło 10g *mleko/	10g	Margaryna miękka kubkowa	10g	masło 10g *mleko/	
		Herbata malinowa	250g	Herbata malinowa	250g	Herbata malinowa	250g	Herbata malinowa	250g	Herbata malinowa	
II	II	Serek homogenizowany w tubce 1szt. *mleko/	100g	Kanapka pszenna z twarogiem 1 szt. *gluten/*mleko/	80g	Serek homogenizowany w tubce 1szt. *mleko/	100g	Kanapka razowa z jajkiem 1szt. *gluten/*jaja/*gorczyca/	100g	Serek homogenizowany w tubce 1szt. *mleko/	
kcal	Energia	2052,4	Energia	1995,65	Energia	2087,72	Energia	2175	Energia	2049	
g	Białko	103,467	Białko	105,6169	Białko	98,4319	Białko	107,18	Białko	114,19	
g	Tłuszcz	71,6245	Tłuszcz	64,1045	Tłuszcz	81,9185	Tłuszcz	79,968	Tłuszcz	61,828	
g	Kwasy Nasycone	26,982	Kwasy Nasycone	14,452	Kwasy Nasycone	28,458	Kwasy Nasycone	16,245	Kwasy Nasycone	25,883	
g	Węglowodany ogółem	248,444	Węglowodany ogółem	255,3795	Węglowodany ogółem	236,0825	Węglowodany	256,56	Węglowodany	257,29	
g	W tym cukry	36,9575	W tym cukry	37,4825	W tym cukry	45,0835	W tym cukry	30,153	W tym cukry	41,67	
g	Błonnik pokarmowy	27,6695	Błonnik pokarmowy	30,5295	Błonnik pokarmowy	25,0315	Błonnik pokarmowy	37,737	Błonnik pokarmowy	30,954	
mg	Sód	1482,95	Sód	1608,957	Sód	874,217	Sód	1830	Sód	1256	

Wykaz alergenów: 1. gluten; 2. skorupiaki; 3. jaja; 5. orzeszki ziemne; 6. soja; 7. mleko; 8. orzechy; 9. selel; 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 Żywienia.
 Jadłospis sporządzony przez dietetyka – mgr Klaudia Sawko

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie													
DZIAŁ ŻYWIENIA													
piątek 19 lipca 2024													
DIETA	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie kwasów tłuszczowych (wrzodowa)			Dieta cukrzycowa wątrobowa		Dieta rozdrobniona		Dieta Niskotłuszczowa/Niskocholesterolowa		Dieta ubogoresztkowa			
I	SNIADANIE	Ryż na mleku 300ml *mleko/	300g	Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g	Ryż na mleku 300ml *mleko/	300g	Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g	Ryż na mleku 300ml *mleko/	300g		
		Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Chleb pszenny bez skórki 60g *gluten/	60g	Chleb razowy 60g *gluten/	60g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g		
		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	Pasta mięsna ze schabu białego 40g *jaja/*soja/*gorczyca/	40g	Schab biały 30g *soja/	30g	Schab biały 30g *soja/	30g	Schab biały 30g *soja/	30g
		Pomidor 100g	100g	Rzodkiewka 50g	50g	Marchewka gotowana rozdrobniona 100g	100g	Pomidor 50g	50g	Marchewka gotowana rozdrobniona 100g	100g	Marchewka gotowana rozdrobniona 100g	100g
		masło 10g *mleko/	10g	Pomidor 50g	50g	masło 10g *mleko/	10g	Rzodkiewka 50g	50g	masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g
		Herbata z cytryną	250g	Margaryna miękka kubkowa	10g	Herbata z cytryną	250g	Margaryna miękka kubkowa	10g	Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g
				Herbata z cytryną	250g			Herbata z cytryną	250g				
II				Kanapka pszenna z poleđwicą miodową 1 szt. *gluten/*soja/*seler/	80g	Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g	Serek wiejski 1 szt.	200g				
I	OBIAD	Zupa żurek 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa żurek 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa żurek 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa żurek 350ml *mleko/*seler/	350g	Zupa żurek 350ml *mleko/*seler/	350g		
		Kotlet z 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 puree 180g	180g	Ziemniaki gotowane 150g	150g	Ziemniaki gotowane 180g	180g	Ziemniaki gotowane 180g	180g
		Gotowane warzywa 150g *seler/	150g	Surówka koperkowa *jaja/*gorczyca/	150g	Gotowane warzywa 150g *seler/	150g	Surówka koperkowa *jaja/*gorczyca/	150g	Gotowane warzywa 150g *seler/	150g	Gotowane warzywa 150g *seler/	150g
		Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g
II	Podwieczerek			Serek wiejski 1 szt.	200g								
I	KOLACJA	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb pszenny bez skórki 80g *gluten/	80g	Chleb razowy 90g *gluten/	90g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g		
		Twaróg 100g *mleko/	100g	Twaróg 100g *mleko/	100g	Twaróg 100g *mleko/	100g	Twaróg 100g *mleko/	100g	Twaróg 100g *mleko/	100g		
		Miód 1 szt.	25g	Kielki	5g	Miód 1 szt.	25g	Kielki	5g	Miód 1 szt.	25g		
		Kielki	5g	Pomidor 50g	50g	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g	Pomidor 50g	50g	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g		
		Pomidor 50g	50g	Margaryna miękka kubkowa	10g	masło 10g *mleko/	10g	Margaryna miękka kubkowa	10g	masło 10g *mleko/	10g		
		masło 10g *mleko/	10g	Herbata owocowa	250g	Herbata owocowa	250g	Herbata owocowa	250g	Herbata owocowa	250g	Herbata owocowa	250g
		Herbata owocowa	250g										
II		Mus owsianka 1szt. *mleko/	100g	Kanapka pszenna z twarogiem 1 szt. *gluten/*mleko/	80g	Mus owsianka 1szt. *mleko/	100g	Kanapka razowa z serem 1 szt. *gluten/*mleko/	80g	Mus owsianka 1szt. *mleko/	100g		
		kcal	Energia	2180,58	Energia	2561,88	Energia	2260,86	Energia	2372	Energia	2201	
		g	Białko	106,74	Białko	139,7504	Białko	113,2694	Białko	127,15	Białko	106,78	
		g	Tłuszcz	73,2395	Tłuszcz	91,3045	Tłuszcz	78,7045	Tłuszcz	92,019	Tłuszcz	73,359	
		g	Kwasy Nasycone	19,8395	Kwasy Nasycone	8,277	Kwasy Nasycone	19,8745	Kwasy Nasycone	9,9505	Kwasy Nasycone	19,839	
		g	Węglowodany ogółem	274,698	Węglowodany ogółem	298,67349	Węglowodany ogółem	273,6115	Węglowodany	252,38	Węglowodany	277,13	
		g	W tym cukry	45,5965	W tym cukry	17,0365	W tym cukry	52,4315	W tym cukry	17,551	W tym cukry	51,037	
		g	Błonnik pokarmowy	25,529	Błonnik pokarmowy	26,589	Błonnik pokarmowy	27,687	Błonnik pokarmowy	35,064	Błonnik pokarmowy	28,459	
		mg	Sód	1193	Sód	2094,786	Sód	1270,211	Sód	1803	Sód	1272	

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											
sobota 20 lipca 2024											
DIETA	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie kwasów tłuszczowych (wrzodowa)		Dieta cukrzycowa wątrobowa		Dieta rozdrobniona		Dieta Niskotłuszczowa/Niskocholesterolowa		Dieta ubogoresztkowa		
I	SNIADANIE	Musli na mleku *gluten/*mleko/*orzeczy/	300g	Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g	Chleb pszenny bez skórki 60g *gluten/	60g	Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g	Musli na mleku *gluten/*mleko/*orzeczy/	300g
		Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Musli na mleku *gluten/*mleko/*orzeczy/	300g	Chleb razowy 60g *gluten/	60g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g
		Polewica sopočka 60g *soja/	60g	Polewica sopočka 60g *soja/	60g	Pasta z polewicy sopočkowej 60g *jaja/*soja/*gorczyca/	60g	Polewica sopočka 60g *soja/	60g	Domowa wędlina z indyka 60g	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	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g	Ogórek 50g	50g	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g
		masło 10g *mleko/	10g	Margaryna miękka kubkowa	10g	masło 10g *mleko/	10g	Salata 30g	30g	masło 10g *mleko/	10g
		Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g	Margaryna miękka kubkowa	10g	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
		Potrąwka z kurczaka z marchewką 250g *mleko/	250g	Potrąwka z kurczaka z marchewką 250g *mleko/	250g	Potrąwka z kurczaka z marchewką 250g *mleko/	250g	Potrąwka z kurczaka z marchewką i groszkiem 250g *mleko/	250g	Potrąwka z kurczaka z marchewką 250g *mleko/	250g
		Ryż al dente 180g	180g	Ryż al dente 150g	150g	Ryż al dente 180g	180g	Ryż al dente 150g	150g	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						
KOLACJA	I	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb pszenny bez skórki 80g *gluten/	80g	Chleb razowy 90g *gluten/	90g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g
		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	Pasztet drobiowy 100g *gluten/*jaja/*soja/*mleko/*seler/	100g	Domowa wędlina wieprzowa 60g	60g
		Dżem 1 szt.	25g	Pomidor 100g	100g	Dżem 1 szt.	25g	Papryka 50g	50g	Dżem 1 szt.	25g
		Pomidor 100g	100g	Margaryna miękka kubkowa	10g	Dynia gotowana rozdrobniona 100g	100g	Pomidor 50g	50g	Dynia gotowana rozdrobniona 100g	100g
		masło 10g *mleko/	10g	Herbata rumiankowa	250g	masło 10g *mleko/	10g	Margaryna miękka kubkowa	10g	masło 10g *mleko/	10g
		Herbata rumiankowa	250g			Herbata rumiankowa	250g	Herbata rumiankowa	250g	Herbata rumiankowa	250g
II			Kanapka pszenna z szynką kruchą 1 szt. *gluten/*soja/	80g	Mus owocowy 1szt.	100g	Kanapka razowa z szynką kruchą 1 szt. *gluten/	80g	Mus owocowy 1szt.	100g	

	kcal	Energia	2053,88	Energia	2260,93	Energia	2155,48	Energia	2189	Energia	1986
g	Białko	115,668	Białko	148,4184	Białko	137,3234	Białko	140,33	Białko	126,41	
g	Tłuszcz	61,0945	Tłuszcz	79,864499	Tłuszcz	80,4095	Tłuszcz	74,507	Tłuszcz	51,734	
g	Kwasy Nasycone	19,123	Kwasy Nasycone	12,608	Kwasy Nasycone	19,126	Kwasy Nasycone	9,074	Kwasy Nasycone	17,156	
g	Węglowodany ogółem	263,474	Węglowodany ogółem	278,11949	Węglowodany ogółem	259,6995	Węglowodany	270,87	Węglowodany	254,79	
g	W tym cukry	29,3335	W tym cukry	16,1485	W tym cukry	39,3985	W tym cukry	17,935	W tym cukry	33,344	
g	Błonnik pokarmowy	21,93	Błonnik pokarmowy	21,21	Błonnik pokarmowy	24,1	Błonnik pokarmowy	33,701	Błonnik pokarmowy	24,87	
mg	Sód	1584,69	Sód	2257,647	Sód	1564,987	Sód	2254	Sód	1237	

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 Żywienia.
 Jadłospis sporządzony przez dietetyka – mgr Klaudia Sawko

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie
DZIAŁ ŻYWIENIA
niedziela 21 lipca 2024

DIETA	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie kwasów tłuszczowych (wrzodowa)		Dieta cukrzycowa wątrobowa		Dieta rozdrobniona		Dieta Niskotłuszczowa/Niskocholesterolowa		Dieta ubogoresztkowa		
I	SNIADANIE	Płatki owsiane na mleku 300ml *mleko/	300g	Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g	Płatki owsiane na mleku 300ml *mleko/	300g	Jogurt naturalny szt. *mleko/	150g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g
		Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Chleb pszenny 75g *gluten/	75g	Chleb pszenny bez skórki 60g *gluten/	60g	Chleb razowy 60g *gluten/	60g	Płatki owsiane na mleku 300ml *mleko/	300g
		Pasta z tuńczyka z jogurtem *jaja/*ryby/*mleko/	100g	Pasta z tuńczyka *jaja/*ryby/*gorczyca/	100g	Pasta z tuńczyka *jaja/*ryby/*gorczyca/	100g	Pasta z tuńczyka *jaja/*ryby/*gorczyca/	100g	Pasta z tuńczyka z jogurtem *jaja/*ryby/*mleko/	100g
		Pomidor 50g	50g	Pomidor 50g	50g	Marchewka gotowana rozdrobniona 100g	100g	Pomidor 50g	50g	Marchewka gotowana rozdrobniona 100g	100g
		Salata 30g	30g	Salata 30g	30g	masło 10g *mleko/	10g	Salata 30g	30g	masło 10g *mleko/	10g
		masło 10g *mleko/	10g	Margaryna miękka kubkowa	10g	Herbata z cytryną	250g	Margaryna miękka kubkowa	10g	Herbata z cytryną	250g
		Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g			Herbata z cytryną	250g		
II			Serek wiejski 1 szt.	200g	Serek wiejski 1 szt.	200g	Serek wiejski 1 szt.	200g			
OBIAD	Zupa jarzynowa 350ml	350g	Zupa jarzynowa 350ml	350g	Zupa jarzynowa 350ml	350g	Zupa jarzynowa 350ml	350g	Zupa jarzynowa 350ml	350g	
	Pieczeń rzymska 100g *jaja/	100g	Pieczeń rzymska 100g *jaja/	100g	Pieczeń rzymska 100g *jaja/	100g	Pieczeń rzymska 100g *jaja/	100g	Pieczeń rzymska 100g *jaja/	100g	
	Sos pieczeniowy 80g *gluten/	80g	Kasza bulgur gotowana 150g *gluten/	150g	Sos pieczeniowy 80g *gluten/	80g	Kasza bulgur gotowana 150g *gluten/	150g	Sos pieczeniowy 80g *gluten/	80g	
	Kasza bulgur gotowana 180g *gluten/	180g	Surówka z marchewką i jabłkiem 150g	150g	Ziemniaki gotowane puree 180g	180g	Surówka z marchewką i jabłkiem 150g	150g	Ziemniaki gotowane puree 180g	180g	
	Surówka z marchewką i jabłkiem 150g	150g	Kompot 250ml	250g	Marchewka gotowana rozdrobniona 150g	150g	Kompot 250ml	250g	Surówka z marchewką i jabłkiem 150g	150g	
	Kompot 250ml	250g			Kompot 250ml	250g			Kompot 250ml	250g	
Podwieczorek											
KOLACJA	II	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g	Chleb pszenny bez skórki 80g *gluten/	80g	Chleb razowy 90g *gluten/	90g	Chleb pszenny 100g *gluten/	100g
		Parówki cielęce 2 szt. *gorczyca/	60g	Parówki cielęce 2 szt. *gorczyca/	60g	Twaróg 100g *mleko/	100g	Parówki cielęce 2 szt. *gorczyca/	60g	Domowa wędlina z kurczaka 60g	60g
		Twaróg 50g *mleko/	50g	Twaróg 50g *mleko/	50g	Dynia gotowana rozdrobniona 100g	100g	Twaróg 50g *mleko/	50g	Twaróg 50g *mleko/	50g
		Ketchup 1 szt.	1g	Ketchup 1 szt.	1g	masło 10g *mleko/	10g	Ketchup 1 szt.	1g	Ketchup 1 szt.	1g
		Salata 30g	30g	Salata 30g	30g	Herbata czarna b/c	250g	Ogórek 50g	50g	Pomidor pokrojony w kostkę 100g	100g
		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 kubkowa	10g	Herbata czarna b/c	250g
		Mus ryżowy 1szt. *mleko/	100g	Kanapka pszenna z poledwicą miodową 1 szt. *gluten/*soja/*seler/	80g	Mus ryżowy 1szt. *mleko/	100g	Herbata czarna b/c	250g	Kanapka razowa z poledwicą miodową 1 szt. *gluten/*soja/*seler/	80g

	kcal	Energia	2116,64	Energia	2357,82	Energia	2170,13	Energia	2143	Energia	1986
g	Białko	108,954	Białko	138,6138	Białko	126,0938	Białko	122	Białko	118,4	
g	Tłuszcz	67,8055	Tłuszcz	89,0415	Tłuszcz	81,9555	Tłuszcz	86,062	Tłuszcz	53,975	
g	Kwasy Nasycone	26,215	Kwasy Nasycone	15,693	Kwasy Nasycone	23,678	Kwasy Nasycone	15,519	Kwasy Nasycone	22,145	
g	Węglowodany ogółem	267,618	Węglowodany ogółem	251,0405	Węglowodany ogółem	230,4765	Węglowodany	213,18	Węglowodany	258,84	
g	W tym cukry	25,4345	W tym cukry	17,8435	W tym cukry	40,8455	W tym cukry	18,468	W tym cukry	29,835	
g	Błonnik pokarmowy	25,042	Błonnik pokarmowy	22,925	Błonnik pokarmowy	29,825	Błonnik pokarmowy	29,81	Błonnik pokarmowy	25,522	
mg	Sód	1435,47	Sód	2171,962	Sód	1639,797	Sód	1917	Sód	1588	

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. kubin
 (*) 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